

Мартынов Б.В.

Нравственность йоги в идеале и в жизни.

Это первая на русском языке книга, отдельно посвящённая месту и значению нравственных идеалов и правил йоги, их важности для самопознания и самоуправления.

На основе индийских источников и мнений авторитетов йоги в книге даются некоторые психофизиологические обоснования необходимости и полезности правил *йамы* и *нийамы*, а также советы по их соблюдению. Книга позволяет читателю сопоставить свои возможности с нравственными идеалами йоги и использовать их для повседневной жизни и совершенствования, не впадая ни в ненужную одержимость, ни в бессильное отчаяние от невозможности достичь совершенства.

© Б.В. Мартынов, 2000

© Издательство Алетея, 2000

СОДЕРЖАНИЕ

ПРОШУ ПРОШЕНИЯ!.....	4
ИСТОЧНИКИ, УСТОИ И ЗАГАДКИ НРАВСТВЕННОСТИ.....	10
ВСЕМ ЛИ ПО НРАВУ РАССУЖДЕНИЯ О НРАВСТВЕННОСТИ?.....	10
СЛИШКОМ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ В КАТЕГОРИЧЕСКИ БЕЗУСЛОВНОМ	13
НЕОБХОДИМОСТЬ ВЫСШЕЙ ЦЕЛИ ДЛЯ ЦЕЛОСТНОСТИ.....	19
НРАВСТВЕННОЕ И ТЕЛЕСНОЕ ЗДОРОВЬЕ	22
ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ НРАВСТВЕННОСТИ.....	23
ОСВОБОЖДАЮЩИЕ ВОЗМОЖНОСТИ НРАВСТВЕННОСТИ.....	26
ПРИЛОЖИМА ЛИ К ЖИЗНИ НРАВСТВЕННОСТЬ ЙОГИ?.....	27
ЙОГА В НАШЕМ НРАВСТВЕННОМ КЛИМАТЕ	31
ОБШЕИНДИЙСКИЕ МИРОВОЗРЕНЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ НРАВСТВЕННОСТИ.....	36
ВСЕЛЕНСКИЙ НРАВСТВЕННЫЙ ЗАКОН	36
ЙОГА И БХОГА.....	38
ЙОГА В СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ И ЙОГА ДЛЯ СВОБОДЫ	40
ОБЕТЫ И ОБЯЗАТЕЛЬСТВА ЙОГИ: ОПРЕДЕЛЕНИЯ	44
МАРЕВО И МАЯТА МИРА.....	48
ГДЕ КОРНИ ЗЛА И НЕСПРАВЕДЛИВОСТИ?	49
МУЧЕНИЯ СОЗНАНИЯ И ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ НИХ	53
ВИРТУАЛЬНАЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТЬ И ВИРТУАЛЬНАЯ НРАВСТВЕННОСТЬ.....	55
ГОСПОДСТВО УНИЖАЮЩИХ ЦЕННОСТЕЙ	58
СВЯЗАННОСТЬ И ГУНЫ.....	61
КАРМА И КРУГОВОРОТ ТЕКУЩЕГО (САНСАРА)	65
СПРАВЕДЛИВАЯ ЦЕПЬ ПРИЧИН И СЛЕДСТВИЙ.....	65
КАРМА, ГРЕХ И КАРА.....	69
ПЕРЕВОПЛОЩЕНИЕ: ДОВОДЫ ПРЕЕМСТВЕННОСТИ И НАМЕКИ ДЛЯ НАУКИ	73
САНСАРА И САМСАРЫ	82
О «ПОЛЕЗНОСТИ» ПРЕДСТАВЛЕНИЯ	86
ЙОГА И ДХАРМА.....	89
ДХАРМА.....	89
ИСТОЧНИКИ ДХАРМЫ	92
УСТОИ ЖИЗНИ: ЧЕТЫРЕ НРАВА — ЧЕТЫРЕ СОСТОЯНИЯ — ЧЕТЫРЕ ЖИЗНЕННЫХ ЦЕЛИ.....	98
НРАВСТВЕННОСТЬ И НРАВ	99
ЧЕТЫРЕ СОСТОЯНИЯ	105
СМЫСЛЫ ИЛИ ЦЕЛИ ЖИЗНИ	109
ОСВОБОЖДЕНИЕ	111
«ИЗВИЛИСТ ПУТЬ ДХАРМЫ». КАК НЕ ЗАБЛУДИТЬСЯ?	113
УСТАНОВЛЕНИЯ ДХАРМЫ И НАСТАВНИК	115
ПРИБОЩЕНИЕ К ИСТИНЕ И СЛУЖЕНИЕ УЧИТЕЛЮ	121
ВАЖНОСТЬ БЛАГОПРИЯТНОЙ СРЕДЫ, ОБЩЕНИЯ И ОБЩИНЫ	127
ВЕЛИКИЕ ОБЕТЫ (ЙАМА).....	131
ДОБРОТА	131

НЕВРЕЖАЕНИЕ НА ВОСТОКЕ И ЗАПАДЕ.....	131
СИЛА НАСИЛИЯ.....	133
НАМЕРЕННЫЙ ВРЕД И ВРЕД НАМЕРЕНИЯ	135
ПРОТИВ НЕПРОТИВЛЕНИЯ.....	139
НЕНАСИЛИЕ — ДОСТОИНСТВО СИЛЬНЫХ.....	142
НЕВРЕЖДЕНИЕ ПРИ УПРАЖНЕНИЯХ ЙОГИ.....	149
ПРАВДА И ПРАВДИВОСТЬ.....	152
ЕДИНСТВО МЫСЛИ — СЛОВА — ДЕЛА	152
ХОРОШИЕ СЛОВА И ДУРНЫЕ ДЕЛА	154
ПРАВДЕ НАДО УЧИТЬСЯ.....	161
УПРАВЛЕНИЕ РЕЧЬЮ КАК СПОСОБ СОСРЕДОТОЧЕНИЯ	165
НЕСТЯЖАНИЕ И БЕСКОРЫСТИЕ	169
УПРАВЛЕНИЕ ПОТРЕБНОСТЯМИ	169
ДАЯНИЕ И «ЭКОНОМИКА» СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ.....	176
СОЗЕРЦАНИЕ ПРОТИВ СТЯЖАНИЯ И ОБРЕТЕНИЯ	
НЕСТЯЖАТЕЛЯ.....	182
ЦЕЛОМУДРИЕ	184
ЦЕЛЬНОСТЬ МУДРОСТИ.....	184
НЕКОТОРЫЕ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ БЛАГА ЦЕЛОМУДРИЯ	
.....	194
«КОГДА УДОВЛЕТВОРЕНА ЖЕНЩИНА — УДОВЛЕТВОРЕН ВСЬ	
МИР».....	198
СРЕДСТВА ВОЗДЕРЖАНИЯ.....	201
ОБЯЗАННОСТИ (НИЙАМА).....	204
ОЧИЩЕНИЕ: СРЕДСТВА И ПЛОДЫ.....	205
ДОВОЛЬСТВО	209
ПОДВИЖНИЧЕСТВО.....	212
САМООБУЧЕНИЕ.....	217
ВЕРНОСТЬ ВЫСШЕЙ ИДЕЕ	219
ВНУТРЕННЕЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ВО ВНЕШНЕМ МИРЕ.....	222
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ОТРЕЧЕНИЕ И БЕССТРАСТИЕ	222
ОСНОВЫ, СУТЬ И ЦЕЛЬ КАРМА ЙОГИ	224
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ПОДВИЖНИЧЕСТВО И СИЛА ВОЛИ	233
ДЕЯТЕЛЬНАЯ ЙОГА КАК СРЕДСТВО СОЗЕРЦАНИЯ.....	235
НРАВСТВЕННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ — ДВИЖЕНИЕ К СВОБОДЕ	246
ПРИЛОЖЕНИЯ	253
ПРАВИЛА НРАВСТВЕННОСТИ	253
БХАГАВАДГИТА О КАРМА ЙОГЕ	254
ДОБРОДЕТЕЛЬ В АЮРВЕДЕ.....	261
СЛОВАРЬ НЕКОТОРЫХ САНСКРИТСКИХ ПОНЯТИЙ И ИМЕН.....	264
НЕКОТОРЫЕ ПРАВИЛА ЧТЕНИЯ ТРАНСКРИПЦИИ.....	269
ИСТОЧНИКИ И ЛИТЕРАТУРА	270

ПРОШУ ПРОШЕНИЯ!

Книги обычно начинают с посвящения. Я начну с обращения к читателю... с просьбой о прощении.

За то, что, весьма далёкий от совершенства, с уймой недостатков, взялся рассуждать о нравственности.

За то, что далеко не всегда соответствую тем идеалам, которые излагаю.

За то, что не слишком много и не слишком глубоко знаю.

За неточности и ошибки, которые, возможно, будут в этой книге.

За то, что временами впадаю в поучающую нравоучительность и назидательность. Или, напротив, за слишком частые всплески чувств и некоторую резкость суждений, оценок и выражений. Может, многое будет слишком остро и слишком спорно.

За то, что я, возможно, этим кого-то обижу.

Со стороны автора было бы слишком глупо, самонадеянно и неприлично вставать в позу учителя, нудно-назидательным тоном дающего ответы на вопросы, над которыми веками бились лучшие умы человечества. Не ему «обращать заблудших» на нравственный путь и раздавать советы, как поступать людям в жизни.

Когда мои знакомые узнавали, что я пишу книгу о нравственности йоги, отзывались противоположно. Одни с восторгом и какой-то неоправданной надеждой на некое чудесное её влияние на людей: «О-о, в наше время это так важно!» и т. п. Другие, более здравомыслящие, прямо не говоря, что это всё ерунда, как-то сразу скучнели и отводили глаза, стесняясь за мою наглость. Иной скептически пожимал плечами, иной откровенно насмешливо хмыкал: тоже мне, торчит какой-то ничем не примечательный опенок на Неглинке и корчит из себя гуру или пророка. А как известно, таких не бывает в своём отечестве и тем паче среди знакомых. Да и сияния святости, величия, мудрости надо мной не видать. Не могу сослаться даже на принадлежность к какому-нибудь вероисповеданию. Не дудит в свои медные трубы вокруг меня Слава. Не ослепляют меня журналисты вспышками да софитами, не суют мне в лицо свои камеры да микрофоны, не подъезжают ко мне на своих фордах и тойотах президенты фондов, меценаты да филантропы.

Ну *нету авторитету!* Можно бы, конечно, пользуясь тем, что большинство читателей этой книги, не входящих в кружок моих друзей и знакомых, меня в глаза не видели, рядиться под мудреца или святого или косить под гуру, как делают многие по слишком мирским причинам. Но

что-то мешает. Крохи самоуважения? Боязнь разоблачения? Осознание огромности и неподъёмности задачи «улучшения человечества»? Понимание, что книжка одного человека мало что изменит?

Так может быть, лучше было бы и не браться? Я бы и не взялся, если бы на русском языке была хотя бы одна серьёзная и глубокая книга о нравственности в йоге. Но, как ни странно, в пёстрой куче книг по йоге таковой доньше нет, а в лучшем случае этим вопросам уделяется несколько строчек или страниц очень-очень общих мест.

И хотя создатель этой книги далеко не самый мудрый и лучший, может быть, ему снисходительно простится то, что она первая на русском на эту тему? И, может быть, как раз потому, что недостатков у автора — уйма и огромный опыт заблуждений, ошибок и ушибов в жизни, он может выставить какие-то метки и вешки на нравственном пути, чтобы помочь другим избежать неприятностей или не слишком расшибиться при ошибке.

Если бы йога была доступна только праведникам без упрёка и порока, тогда не было бы нужды мне писать эту книгу, а вам — её читать.

Но самоуничужение паче гордости. И взявшись за гуж, не говори, что не дюж. Поэтому, чтобы не разочаровать возможных читателей, скажем, что мы хотели бы показать в этой книге.

В работах большинства советских и российских авторов об этике всегда удивляло почти полное отсутствие или, в лучшем случае, какое-то усечённое рассмотрение её в цивилизациях Индии и Китая. А ведь в этих мироустройствах были созданы не только концепции, которые задолго и надолго предвосхитили европейские, но и соответствующие и построенные на них системы общественного устройства.

В каждом вероисповедании, каждом учении есть что-то вечное, что-то временное, что-то вселенское, что-то местное, что-то общечеловеческое, что-то личное. В этой книге на основе обширного материала мы постараемся, не забывая об особенностях, уделить внимание тому вечному, тому общечеловеческому, что есть в нравственности йоги, и показать некоторые возможности применения её правил не только для очень немногих, посвятивших ей большую часть жизни, но и для тех, кто пытается с её помощью сделать жизнь свою и других более осмысленной, полезной и счастливой.

Большинство исследователей понимают нравственные правила йоги (*йаму* и *нийаму*) как этическую подготовку, необходимую для практики йоги, без которой никакой успех невозможен (С. Радхакришнан, М. Элиаде и др.). Однако почему это так, каков механизм влияния этих принципов на сознание и как их выполнять — не объясняется. Поэтому при чтении

множества поверхностных работ складывается впечатление, что эти принципы — чисто запретительные и неспособность их соблюдать или нарушение по тем или иным причинам закрывает всякое продвижение. К тому же в таких работах йама и нийама почти никак не связываются со следующими ступенями — телесными, дыхательными и созерцательными упражнениями.

Словосочетание «практическая нравственность», вроде бы, содержит в себе противоречие. Может ли быть нравственность практической, как математика или лингвистика, как любая прикладная наука, занимающаяся методами решения практических задач на основе её теории? Излагая теорию нравственности йоги и дхармы для нашего читателя, мы хотели бы:

- Выделить её применимость, «подсобный» характер для людей, которые используют йогу, чтобы улучшить качество своей «мирской» жизни, то есть в прикладных целях. Здесь не будет какой-то изложенной программы нравственности и навязывания её в качестве единого спасающего мир средства. Постараемся обойтись без излишнего морализирования и морального негодования. Вместо «научной объективности» и её притворного беспристрастия довольно некоторого чувства меры и некоторых умолчаний.

- Указать на те связи, которые существуют между нравственностью йоги и основами индийского мировоззрения и дхармы. Постараемся особо остановиться на возможных проявлениях нравственных правил в жизни занимающегося йогой, взаимосвязи их между собой и связи с дальнейшими ступенями йоги.

- Отмежеваться от возможной ошибки — придания нравственным правилам самодовлеющей, главенствующей и единственной ценности, обесценивающей всё остальное: «когда мораль начинает вытеснять и религиозный опыт, и жажду знания, и силу художественного самозаконного видения, и правосознание, и любовь к родине»¹ и заменяется моральностью и морализаторством. При этом не создавать впечатления, что соблюдение нравственных правил является особой или начальной практикой йоги.

- Наши рассуждения о нравственности для счастья и освобождения, по возможности, будут основываться и придерживаться основополагающих текстовых источников дхармы и йоги — упанишад, Йога сутры, Бхагавадгиты, дхармашастр. В этой работе мы рассматриваем нравственность йоги, отталкиваясь от Йога даршаны, но зачастую в преломлении учителей и авторитетов других её ветвей. Восьмиступенная

¹ Ильин И. О сопротивлении злу силой // Путь к очевидности. — М., 1998 — С. 382-383.

йога Патанджали была изложена им в самых общих чертах как целостная система достижения состояния Обособленности, Искключительности (*кайвалья*). Называемая Йога даршаной и представляющая собой один из древнейших сохранившихся текстов йоги, она донныне является эталоном, с которым сравниваются или даже от которого отталкиваются и другие ответвления йоги — ведантистская и тантрийская.

С помощью рассмотрения нравственности йоги и дхармы мы надеемся высветить такие стороны индийского наследия, которые часто не попадают в поле зрения его исследователей... и т.д.

В нашем рассмотрении нравственности йоги будут присутствовать и взаимопроникать как бы три слоя. Первый — нравственность в идеале (по сутре и комментариям на неё). Второй — нравственность в установлениях дхармы. И третий — возможное применение её в наших условиях. Сама тема почти необъятна, и любого объёма издания хватит лишь на то, чтобы наметить её возможные разветвления.

В книге даются не готовые ответы, рецепты или запреты, а поводы читателям лишний раз обдумать, оспорить, согласиться, уточнить, развернуть, отвергнуть... всё здесь сказанное. И если кого-нибудь имеющиеся в ней сведения, примеры и рассуждения побудят к собственным нравственным поискам, обретениям и решениям, помогут противостоять господству «унижающих ценностей»: льющихся с экранов, радиоприёмников, газетных полос наглости, цинизма, хамства, смакования грязного, гадкого, худшего в человеке, — я бы считал эту работу не напрасной.

Ибо хороший разговор о нравственности — это не только знания *о ней*, а ключ к получению знания.

По количеству и качеству изданных научных работ по йоге российская индологическая наука отстаёт от Запада примерно так же, как отстают технические науки в области, скажем, массовой электроники. За послевоенные годы Институт востоковедения издал всего несколько десятков книг, причём пробелы зияют на самых важных местах¹. Йогу учёные старательно обходят — то ли по инерции от застойных времён, то ли от некой спеси, то ли из опаски не справиться с теми загадками и противоречиями, которые в ней есть. За последние годы изданы лишь пара стоящих внимания книг². Конечно, наука не должна работать на потребу

¹ Например, до сих пор нет соответствующего ее месту в мировой культуре академического издания Бхагавадгиты, куда можно было бы включить как варианты ее переводы Б.Л. Смирнова и В. Семенцова. Поэтому ею торгуют прабхупадовцы, выдавая ее за Бхагавадгиту «как она есть».

² Свами Вивекананда. Практическая веданта. — М., 1993; Классическая йога / Пер

масс, но и не должна пренебрегать огромным интересом и широкой потребностью в таких книгах.

А в эти пробелы хлынул серенький вал американского «духовного» ширпотреба. На книжные прилавки выброшено (вот именно!) огромное число подмоченных им отечественных изданий, из коих большинство и черпают знания о йоге.

В Америке в 60-70-е годы был настоящий бум индийской культуры, в частности йоги. Издавалось огромное число книг и видеоматериалов, зачастую и неплохого качества, прилетали учителя, из которых далеко не все были так называемыми джет-гуру (реактивными гуру), возникло огромное число центров йоги (их и сейчас около 600), по телевидению шли передачи по оздоровительной йоге... Интерес есть и сейчас, хотя не такой воспалительно-восторженный, но стойкий.

Мы подошли к этому состоянию умов гораздо быстрее. Всеядная пылкость конца 80-х — начала 90-х годов заметно притухла из-за халтурной эксплуатации и дискредитации этого интереса толпами невежд и шарлатанов и из-за низкого качества литературы и услуг по йоге. И можно было бы сейчас воспользоваться этим, чтобы без особой шумихи и помпы использовать йогу для телесного, психического и нравственного оздоровления народа. Тем более что среди увлекающихся йогой довольно многие имеют склонность к самоотверженности ради блага людей.

Ан нет. Такое впечатление, что многих устраивает «глупая йога». Подтасовки в виде смешения йоги с оккультизмом, теософическими заскоками и выдавания за йогу самых худших её проявлений и представителей, видимо, являются главным приёмом, взятым на вооружение православной церковью. Популярную, а не популистскую книгу издать и продать труднее, чем безумную дребедень. Всё труднее получить хорошие книги по йоге в РГБ, куда и не всех допускают. Раньше не выдавали книги по йоге, запрятав в спецхран, требуя допуска даже на чтение книги Ромена Роллана о Рамакришне, то есть административно. Сейчас времена другие, и новых поступлений меньше, ремонты чаще, предлогов невыдачи больше: «книга ценная, не выдаётся», «дефектный корешок», «в переплёте», «заштабелировано» и т. д.

Е.П. Островской и В.И. Рудого — М., 1992. (Последняя написана столь наукомудренным языком, что создается впечатление, что переводчики мало чувствуют древний текст. Чего стоит, например, такой перевод: «(Ментальное) конструирование лишено референции и проистекает из вербального знания», — хотя можно было бы перевести проще и яснее: «Различие, лишённое содержания, происходит из словесного знания».)

Может, мне особо не везёт, но за последние годы я что-то не припомню в средствах массовой информации хотя бы одной серьёзной и уважительной статьи или передачи о йоге или, например, о буддизме или веданте, самом распространённом индийском философском мировоззрении. По телеку не видел даже предельно упрощённой телесно-оздоровительной йоги (асан). А вот шум по поводу «Белого Братства», Аум Синрикё, кришнаитов или развесистая и дурнопахнущая клюква в «Мегаполис-Экспресс» о том, как трёх московских йогов чуть не принесли в жертву индийскому водяному (!), почему-то попалась.

Да, глупцов, одержимых и безумцев, выдающих себя за «йогов», кого восточные, а точнее, ложно-восточные учения увлекли в мутную трясиину дурости, навредивших себе и другим неверно понимаемой и выполняемой йогой, немало. Но ведь извращения есть в любом учении и религии. Что, в христианстве не было скопцов? сектантов, совершающих массовые самоубийства в разных странах? Нет иудейских сект, которые запрещают своим членам выполнять обязанности перед государством и народом, в котором они живут? Не взрывают жилые дома террористы, ссылаясь на законы ислама?

Видимо, идеологическая и религиозная борьба не кончается с установлением демократических государственных институтов и, превращаясь в конкуренцию за влияние на массовое сознание, принимает форму замалчиваний, оговоров, выпячивания глупостей и ошибок, очернений, запугиваний и т. п. Страшают, например, опасностями медитации, тем, что повторение мантры закабалит сознание человека, что подчинение гуру делает человека рабом и т. д. Но чем это опаснее привычки к «наркотическим» средствам массовой информации, назойливого повтора кодирующих слов в политических или рекламных целях или навязчивой модной песенки? Чем подчинение гуру так уж разительно отличается от подчинения телевизору, начальнику, психотерапевту?

Опасна не йога, а те искажения, халтуры, обманы, что за неё выдают невежды и шарлатаны.

Если бы было достаточно переводов первоисточников и серьёзных изданий по йоге, наверное, дураков и дурителей было бы меньше. Может быть, многие извращения йоги и появляются на почве «книжного голода»?

Но нельзя найти добра, если его не искать. И лучше искать лучшее и руководствоваться лучшим, чем стараться огульно опорочить «восточные учения» и йогу в том числе.

И среди таких важных тем, которые могли бы оздоровить восприятие и понимание индийской культуры, — нравственность йоги.

ИСТОЧНИКИ, УСТОИ И ЗАГАДКИ ПРАВСТВЕННОСТИ

ВСЕМ ЛИ ПО ПРАВУ РАССУЖДЕНИЯ О ПРАВСТВЕННОСТИ?

Люди всего лучше водятся за нос моралью.

Ф. Ницше

Когда слишком много начинают говорить о добре и морали — это не к добру.

Сейчас стало модным рыдать у микрофонов на всех кафедрах, сценах, эстрадах, экранах о «кризисе морали», об опасном упадке нравственности, о том, что наше общество нравственно больно, что что-то надо менять, делать и т. д. и т. п. И прошлый кровавый кризис и продолжающийся хаос вроде бы наглядно показывают, что у любого дела должна быть нравственная основа, без которой оно, даже с благими намерениями, превращается в нечто противное замыслу и уродливое по исполнению и плодам. И считают хорошим тоном присоединить свой голос к нестройному хору вновь и вновь твердящих о необходимости и важности для жизни нравственных устоев, которые в XX веке — увы! — не устояли. Но когда подходит необходимость найти причины и какие-то совместные основания к действию, сразу начинается отпад и распад единомышленников.

О добродетели заманчивее и безопаснее рассуждать в общем смысле, нежели быть добродетельным.

И когда эти рассуждения становятся слишком избитыми, пустопопорожными, нравоучительно-нудными и назойливыми, начинается противодействие. Людям не нравится, когда их вызывают на беседу о «нравственном облике» и «читают мораль». Они не верят завизированным начальством «моральным кодексам», справедливо видя в них средство давления и подчинения. Не любят обсуждать то, что считают касающимся только их совести, глубоко личным, сокровенным.

И этому стойкому нежеланию имеется, видимо, основание. У человека есть какое-то нравственное чутьё, которое, как ему кажется, подсказывает, что такое хорошо и что такое плохо. Часто человек ошибается, и всё же в нём глубоко сидит уверенность, что нравственные вопросы лучше решать самому. И этим же чутьём он чувствует фальшь и опасность морализаторства.

Нравственные нормы могут как поддерживать жизнь, так и разрушать её, и механизм этот очень тонок. Сколько раз в истории из-за пренебрежения

нравственным содержанием средств высокие цели устроения всеобщей справедливости и счастья оборачивалась попранием всяких прав, оскорблением, ограблением и истреблением людей! И часто всё это оправдывалось и делалось искренне — из высшей морали!

Но ещё чаще — из различных корыстных соображений с прилипанными моральными завитушками. Если вслушаться, о добре больше говорят злодеи, о любви — прелюбодеи, о мире — завоеватели, о справедливости — лицемеры, о свободе — тюремщики.

У морали слишком большие возможности для подчинения и принуждения людей. Представим: некто силой закабалил человека, отнял у него собственность и жену, узаконил его рабство и потом убеждает раба в нравственном долге ненасилия, нестяжания, целомудрия... Всякому здравомыслящему человеку это справедливо покажется несправедливостью. А если создалась долгая привычка такого подчинения и сами угнетаемые стали считать подчинение нравственным? Тогда должен прийти человек, который побудит людей взглянуть по-новому на вечные заповеди. И это очень и очень многим не понравится. Официозно нормированная мораль всегда противодействует нравственным поискам передовых людей, ибо их мысль и поведение идут наперекор общественным ожиданиям и привычкам. Врагов у такого человека будет не меньше, а может быть и больше, чем у проповедника самого гнусного аморализма.

Сущность и ценность нравственности поэтому лучше и, может быть, точнее выступает в парадоксах её ниспровергателей, чем в проповедях и толстенных трактатах воспитывающих восхвалителей и защитников.

Все вроде бы хотят жить среди добрых, отзывчивых, щедро помогающих ближнему, разумных, самоотверженных... Но действительно ли это так? Разве торговцы алкоголем, наркотиками, оружием, многообразными товарами или доступом к своим половым органам заинтересованы в том, чтобы люди были разумны, незлобны, нестяжательны и целомудренны? Разве власть, держащаяся на той или иной степени принуждения, заинтересована в совершенном ненасилии? Разве для нового русского или старого американского богатея убедительны призывы к нестяжанию? Разве милиционеры, полицейские, военные, работники ВПК заинтересованы в том, чтобы потерять работу и зарплату? Или обыватели не испытывают нечто вроде раздражения, когда встречаются с монахом, ибо он своим существованием как бы укоряет их в их несовершенстве? Оказывается, не только некоторые выродки, подонки или «великие инквизиторы» не заинтересованы в этом, но огромное количество людей, так или иначе связанных своим благополучием с совсем не идеальным общественным порядком.

Нравственность, может быть, и нужна для общества, но не слишком. О Махатме Ганди один английский политик как-то сказал, что власть имущие должны осторожно подходить к человеку, не стремящемуся к чувственным удовольствиям, богатству, комфорту и похвалам. А один из учёных мужей даже высказал это напрямую: «Слишком много нравственности — болезнь»¹. И юридически слишком много нравственности может быть преступным (всегда гоняли пророков, богоискателей, блаженных, святых, ибо они разрушают устоявшиеся привычки, предрассудки и веру в официозную религию и государственные институты).

Моралью как оправданием стадности всегда пользовались для того, чтобы усмирить или умерить творческого или опережающего время человека. Сплошь и рядом мораль применяли для того, чтобы как следует измарать противника, лишить его моральной и иной поддержки и уморить вконец. Даже общечеловеческие ценности можно превратить в служанку сугубо эгоистических интересов, как, например, учит нас политика Запада в последнее время. Сейчас косяком пошли «гуманитарные войны», прикрываемые моральным маревом и оглушающим ором о моральных принципах и правах человека. Двойная мораль западной демократии не видна, пожалуй, только западным обывателям, устроившим для себя довольно удобную жизнь и не собирающимся поступаться даже крохами её ради кого-то.

Чуть ли не монопольно находящиеся в руках развитых западных стран средства массовой информации денно и нощно мощно внушают, что лучшие общечеловеческие ценности — это западные ценности, построенные на протестантской культуре, потребительском и юридическом сознании и политико-экономических интересах Запада. Но это далеко не единственная, да и далеко не лучшая возможность раскрытия лучших качеств человека и взаимопонимания человечества. Более того, такие «однополюсность» и «одноцветность» опасна и вредна, что уже сказывается в нарастании напряжённости и конфликтности в мире. Ибо угрожающее сокращение разнообразия — и животного, и растительного мира, и мира идей — одинаково губительно для биосферы и для жизни человечества.

¹ И поставили диагнозы: Будде — абулия (неспособность желать), а Христу — мазохизм.

СЛИШКОМ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ В КАТЕГОРИЧЕСКИ БЕЗУСЛОВНОМ

Хорошо жить справедливо, не совершать несправедного дела, хотя бы грозило это утратой жизни, не обращаться с просьбой к недостойным, не искать помощи у друга, даже если в ней нуждаешься, быть несокрушимо стойким в несчастье, идти по стопам великих — кем предписан этот суровый обет, подобный обету стояния на лезвии меча?

Бхартрихари

С тех пор как в мире живёт человек, существует и нравственность. Нужна ли она для жизни или мешает ей?

Нравственные нормы — вроде присутствующих в мире сил сопротивления движению: тяготения, трения, поверхностного натяжения, инерции и др. Немногим они мешают летать, но зато всем дают возможность ходить по земле или даже ездить на велосипеде или автомобиле.

Нравственность рассматривают кто как божественное установление, кто как общественный закон, выведенный из общественного договора, кто как жертву, кто, подобно позитивистам (Д. Юм), как аффекты. Отмечали её двойкость: с одной стороны, это подчинение поведения строго установленным нормам, внешнему психологическому принуждению и контролю, зависимость от общественного мнения и т. д., а с другой — область внутренней свободы, самоуправления и творчества личности, самостоятельно принимающей нравственные решения и ответственность за них.

Но, в общем, все подходы к источникам нравственности сводятся к трём и выводятся:

1. Из естественных человеческих качеств и потребностей («нравственность в природе вещей», во взаимной пользе и даже в стремлении к наслаждению и т. д.).
2. Из высших сущностей и целей (Бог, прогресс, светлое будущее и т. д.).
3. На основе соответствия построенной картине мира (мир устроен так-то и так-то, поэтому надо делать то-то и то-то). Таков подход стоиков, марксистов, ссылающихся на теорию смены общественно-экономических формаций, или авторов и последователей «Живой этики», для которых в

этом качестве выступает Эволюция.

Но из чего бы её ни выводили, оказывается, никто не перекинул мосток неопровергаемых следствий от истока до вытекающего из него поступка.

Так, у вульгарных материалистов XIX века (базаровых да Рахметовых) выводы почему-то оказывались примерно такими. Утверждали

...(Свидетель — Соловьёв),
что «человек рождён от обезьяны,
А потому — нет большой любви,
Как положить свою за ближних душу».

М. Волошин

В общем, подобным образом думали и более поздние социобиологи, выискивая в поведении животных факты альтруизма и истоки человеческой нравственности. Они верили, что человек по природе добр, что достаточно слушать голос своей природы и стараться поступать соответственно его «указаниям». Отсюда — неоправданное прекраснотушие, выделение и восхваление пацифизма и альтруизма и закрывание глаз на насилие и страдание в мире.

Последователи взгляда на добрую естественную природу человека верили, что она сияла бы во всём незапятнанном блеске, если бы не влияние дурной среды, не религиозный дурман. Отсюда был один шаг до вывода, что нужно убрать эту дурную среду. И во время Великой французской революции культ Разума не мешал гильотинировать носителей разума. Особо практично-цинично такой взгляд проявился у нас — в попытке коммунизма. Вера в коммунизм как высшую ценность и выведение нравственности из необходимости его достижения — всего лишь одна вера из многих — такая же, как в Бога.

Но человек также способен, и очень и очень способен, на зло. Принимая те же материалистические взгляды, революционеры борьбой за существование и за лучшее будущее оправдывали человекоистребление. Люди с обособленным, раздробленным и узконаправленным мышлением извращённо могут оправдать какими-либо высшими целями, скажем, благом человечества или прогресса, любую мерзопакость. И даже «общечеловеческие ценности» посредством средств массовой информации можно, оказывается, превратить в политическую дубину.

Некоторые философы даже полагали, что коренным свойством человека

является зло, умеряемое государственным принуждением в виде правового и морального законодательства.

Весьма распространено мнение, что нет нравственности без религии, дающей в своих религиозных писаниях её основы. В силу европоцентризма, сложившегося во времена рождения и развития науки на почве иудео-христианского симбиоза, обычно наибольшее внимание уделяют религиям Ближнего Востока.

Для многих таковым авторитетом является Библия. Обычно за основу нравственности берут ветхозаветные заповеди «не убий», «не прелюбодействуй», «не укради», «не лжесвидетельствуй» и т. п. (Исход, 20.13-16) — упуская из виду, что они являются всего лишь последними из десяти и раньше них следуют такие чисто иудейские заповеди, как несмешение с язычниками, запрет делать изображения богов и почитание субботы... Да и сам первосвященник Моисей, получивший от бога Израиля эти заповеди, считал себя обязанным следовать им далеко не всегда. Он честил военачальников после победы над мадианитянами: «Для чего вы оставили в живых всех женщин?.. Итак, убейте всех детей мужского пола и всех женщин, познавших мужа на мужеском ложе, убейте; а всех детей женского пола, которые не познали мужеского ложа, оставьте в живых для себя» (Числа, 14-18).

Религиозная мораль в истории, как п завило, была двойной: для своих и для чужих. Ради торжества моральных принципов своей религии или идеологии считалось богоугодным или благим делом истреблять последователей других без оглядки на их нравственные достоинства и даже, может быть, как раз поэтому.

«Убей лучшего из гоев» — призывал талмудистов. «И убивайте их (неверных), где изгоняйте их оттуда, откуда они изгнали вас: ведь соблазн хуже, чем убийство!... И сражайтесь с ними, пока не будет больше искушения, а (вся) религия будет принадлежать Аллаху» (Коран, 2.187, 189). Взяв за руководство слова Христа «Не мир я принёс, но меч», христиане искореняли язычество, то есть «эллинскую», римскую, друидскую, славянскую и другие культуры. Во имя Христа истребляли друг друга католики и протестанты, но одинаково рьяно уничтожали еретиков.

Ничем не лучше оказываются и неоправданные надежды на прогресс и светлое будущее!, с которыми особенно носится либеральное общество. О нём говорят как о чём-то, как Бог, непогрешимом, всемогущем, которого «нельзя остановить», который когда-то решит все проблемы и установит справедливость.

Упования на Эволюцию и Иерархию, которые в качестве высшей ценности и руководства предлагают, например, рериховцы, примыкают к тому же возведению прогресса в качестве высшего творца и высшего судии.

Всё это мы уже проходили. Отрекались от старого мира: православия, самодержавия и народности. Жили в обществе, где в совсем недавнем прошлом господствовала классовая, пролетарская, коммунистическая, партийная мораль, родившаяся как омерзительный картавый аморализм и выродившаяся в лохмобровый маразм. И надежды на рыночную демократию, при которой «Россия обязательно возродится!» расцветёт культура! улыбочивые граждане, выходя из лимузинов в магазины, будут дарить друг другу цветы! и не будет ни вражды между богатыми и бедными, между народами и государствами, ни грубости, ни преступности... для нас уже не убедительны.

Нравственные искания и вопросы не разрешаются научными методами и чтением научных трудов о категориях морали. Так как нравственность по своей природе связана больше с чувствами и эмоциями, чем с рассудком, здесь недостижима такая точность и однозначность, как, например, в математике. Ещё Аристотель понимал, что истина в этике устанавливается «приблизительно и в общих чертах». Недостаточно жёсткости научной логики и научной терминологии, так как вопросами нравственности занимались больше религия и искусство, а не наука. Никуда не деться от «неопределённых», «расплывчатых» для науки, но весьма значимых для людей и истории понятий: совершенство, духовность, истина, долг, совесть.¹ Невозможно вывести «математические» законы нравственности и на основе их создать программу нравственного поведения, которая будет предписывать, как поступать в том или ином случае и какие результаты будут получены. Ещё Гегель язвительно замечал, что думать, будто наука сделает людей моральными, — то же самое, что считать, будто знание физиологии и анатомии научит нас переваривать пищу.

Механистичный схематизм непременно обращается в лицемерие и ханжество. Убедительность в нравственных вопросах, видимо, важнее доказательности. Надо иметь силу и уметь признать, что не всё в нравственности доказуемо и не всё управляемо правилами. И это прекрасно! Иначе уже сейчас поведение человека было бы настолько управляемо кучкой власть и деньги имущих, что и надежды не осталось бы на личную свободу и совершенствование.

Много было потрачено сил и времени на то, чтобы показать и доказать условность моральных норм. Распространены утверждения о

¹ А человек, как давно заметили кибернетики, как раз и отличается от компьютера тем, что умеет оперировать нечетко очерченными понятиями.

«субъективности нравственности», понимаемой как её ущербность, о её «научной неполноценности», логических ошибках при выражении её положений и т. д.

Нравственность нельзя логически вывести из чего-то и обосновать разумом. «Этика, если она вообще чем-то является, сверхъестественна и не поддается высказыванию»¹. И значит, источник её должен быть в не выводимом ни из чего другого, в Запредельном. Нравственность самодостаточна и самоценна. Не какие-то ценности обосновывают нравственность, а она их. И творит эти ценности и связывает вроде бы противоречащие один другому мнения — Человек. Человек всё очеловечивает. Разным надчеловеческим ценностям приписывает общечеловеческие нравственные чаяния, идеалы, надежды. И когда, как кажется, извлекает критерий морали из Природы, Прогресса, Эволюции, Иерархии, Коммунизма и т. п., на самом деле наделяет эти понятия нравственными качествами, которые хотел бы видеть.

Ныне постепенно изживается заблуждение о непогрешимости объективного познания. Прежде считалось, что если убрать всё субъективное, человеческое — останется настоящая, беспримесная, осязаемая как объект, *объективная* истина. Только вот убрав человека, мы оказываемся без такого большого объекта, что в дыре на месте него пропадает и всё остальное. И зачем эта истина об объектах без человека?

Я не собираюсь притворяться объективным, без предпочтений и эмоций рассуждающим о нравственности йоги в отрыве от человека и моего скромного понимания йоги. Это то же самое, что притворяться, что можно рассуждать о нравственности человека без человека. Поскольку моё отношение к йоге, естественно, субъективно, доброжелательно и, значит, в какой-то мере пристрастно, эта работа непременно будет субъективной. Но есть надежда, что мой субъективный подход окажется интересным какому-то числу субъектов.

Поэтому-то одни исследователи морали видят в ней средство подавления (например, Ницше), другие считают, что она имеет животное происхождение (К. Каутский), третьи — что она порождена практикой сотрудничества и взаимопомощи людей (П. Кропоткин).

Западная этика больше занята отношениями среди людей и нормированием поведения в целях управления обществом. Но такую этику, ограничивающуюся только взаимоотношениями между людьми, нельзя по-настоящему соединить с мировоззрением — считал А. Швейцер. Только

¹ Витгенштейн. Логико-философский трактат // Философские работы. Ч. 1. — М., 1994 — С. 70.

если человек сознает единство всего сущего, тогда и в поведении он будет стремиться не нарушать этого единства.

Индийская нравственность была направлена на внутреннее освобождение от неведения и связанности личности её психическими явлениями. Она исходит из единства человека со всем сущим. Нравственность в большей степени объясняется из картины мира. Но только в большей степени, а не целиком и полностью. Ибо и осуществление собственной природы, и высшее духовное развитие человека, и ведущее его мировоззрение сходились в одной точке — в Безусловном.

В Индии не было даже отдельной ветви философского знания, которую мы могли бы назвать этикой. В отличие от западной мысли там не существовало религии, философии, логики и морали как отдельных дисциплин.¹ Все они, и нравственность вместе с ними, входили в мировоззрение и изучались в качестве неотъемлемых и взаимозависимых частей. Оливье Лакомб в своё время отметил, что три составляющих совершенствования — нравственность, обуздание ума и мудрость — чётко прослеживаются и в противостоящих вероучениях — буддизме, йоге и веданте.

Философское мировоззрение преобразовывается в вероисповедание и нравственные правила, которым следуют мыслители, а простые правила поведения истолковываются как воплощение в действии философских и религиозных идей.

Нравственность при этом нужна не как некий предварительный взнос для обретения какого-то отдалённого совершенства, но уже сама по себе есть его признак, являющийся необходимым условием и плодом познания.

Мы будем исходить из того, что в йоге как Единении сходятся потоки из всех трёх источников нравственности. Все три главные составляющие нравственности — биологическая, общественно полезная и познавательная — присутствуют в нравственности йоги.

В той или иной мере мы коснёмся их при рассмотрении отдельных нравственных правил. Хотя нравственность нельзя отделить от мировоззрения и мироустройства, рассматривая её в разных срезам, мы особо постараемся уделить внимание освобождающей и познавательной сущности нравственности.

¹ Даже *ньяя*, которую называют индийской логикой и в которой, действительно, огромное место занимают вопросы логики, представляет собой признанное религиозно-философское учение.

НЕОБХОДИМОСТЬ ВЫСШЕЙ ЦЕЛИ ДЛЯ ЦЕЛОСТНОСТИ

Немногие для вечности живут,
Но если ты мгновенным озабочен —
Твой жребий страшен и твой дом
непрочен.

О. Мандельштам

3. Фрейд утверждал в своё время: «Когда человек задаёт вопрос о смысле и ценности жизни, он нездоров, поскольку ни того, ни другого объективно не существует».

Но вопреки этому и многим подобным утверждениям человеку хочется (хоть и не у всех получается) жить во всей полноте: любить, сопереживать, стремиться к единению с другими, познавать новое и стремиться понять, каков смысл всего этого. Без стремления к высшей цели, без поисков высшего смысла, без духовного роста жизнь человека бесцельна, бессмысленна, бездуховна. И нравственные поиски — это прежде всего поиски смысла жизни. Ради этого смысла человек жертвует удобством, спокойствием, здоровьем и даже жизнью. Но если у него отсутствуют высокая цель и смысл — это становится одним из самых больших стрессов в жизни человека.

«Да осыпьте его всеми земными благами, утопите в счастье совсем с головой, так, чтобы только пузырьки вскакивали на поверхности счастья, как на воде, дайте ему такое экономическое довольство, чтоб ему совсем уж ничего больше не оставалось делать, кроме как спать, кушать пряники и хлопотать с непрекращении всемирной истории, так он вам и тут, человек-то, и тут, из одной неблагодарности, из одного пасквиля мерзость сделает. Рискнёт даже пряниками и нарочно пожелает самого пагубного вздора, самой неэкономической бессмыслицы» (Ф.М. Достоевский).

Сейчас и психология, и медицина соглашаются, что жизнь без смысла, даже при полном материальном благополучии, удручает человека, подвергает его болезням и нервным срывам. Бывает, и мощна туга, и дом — полная чаша, и полно вокруг приятелей и знакомых, а восполнить пустоту нечем. От бессмысленности жизни человек даже предпочитает «уход в болезнь» или вовсе из этой жизни.

Есть особый слой людей, которые находят в болезни удовлетворение, хотя никогда в это не поверят. Они любят говорить о своих недугах,

слишком охотно лечатся, требуют и получают внимание и заботу от окружающих, эксплуатируя их сострадание и часто становясь их мучителями. Их чувства черствеют, кругозор сужается только до своей болезненной особы... Подсознательно они не желают выздоровления, боясь потерять внимание других. Отними у них болезнь — и их жизнь потеряет смысл.

Ибо этот смысл они прежде и потеряли. Они поступают «как все», плывут, как щепки, по течению жизни, не задумываясь, куда, почему и зачем. Это вроде не требует много сил, но не даёт удовлетворения и ощущения полноты бытия.

Если у человека нет большой цели, он слишком сосредотачивается на своих мелочных задачах и неудачах. От такой «мелочности» жизни у него может возникнуть постоянное дурное настроение и хронические депрессии с целым рядом расстройств, что некоторые исследователи называют «хроническим самоубийством». И напротив, «старание найти смысл жизни является главной мотивирующей силой в человеке» и «в мире не существует более действенной помощи для выживания даже в самых ужасных условиях, чем знание, что твоя жизнь имеет смысл» (В. Франкл).

В своё время было подмечено, что люди с высшим образованием живут в среднем дольше тех, кто его не имеет. Конечно, это очень грубое выражение того закона, что более развитый духовно и нравственно человек живёт *лучше* неразвитого. Казалось бы, выдающийся человек, горящий на огне творчества, жертвующий удобством ради познания или ради ближнего и дальнего, и сгорает гораздо быстрее, чем простой обыватель. У всех на виду факты рано ушедших из жизни подвижников, поэтов, художников, певцов. Но не является ли это ошибкой оценки? Несмотря на трудную судьбу и зачастую краткую жизнь гениев, они бы никогда не поменяли её на уютное благополучие посредственности. И подумайте, какое бессчётное число людей погибли в борьбе за мелкие интересы — деньги, должность, квартиру, очередную юбку... Сколько пьяных попали под колёса машин, а неразумных — под колесо истории!

Поведение человека направлено к той или иной цели, а цели, в свою очередь, определяют его поведение. Человек взаимодействует с другими людьми, вступает в бесчисленные общественные связи и отношения, живёт в той или иной стране в определённой мысленной среде с мировоззренческими, историческими, политическими и прочими традициями. Мировоззренческие, культурные и общественные идеалы, идеи и ценности во многом определяют его поведение. Личное мировоззрение как общность целей, убеждений и знаний может вступать в «резонансные» отношения с общественной и государственной идеологией, действовать или согласованно, выявляя лучшие способности, возможности и качества

человека, или угнетающе, подавляя их и заставляя человека страдать. При разрушении исконного мироустройства, разрыве нити преемственности и засорении мысленной среды приходит в упадок и нравственность. Это ещё одно доказательство нераздельности и неотделимости нравственности от мировоззрения и мироустройства. И значит, нравственный кризис, язвы которого с болезненным удовольствием расчёсывают морализаторы-популизаторы, это лишь проявление кризиса мировоззрения и разрушения соответствующего мироустройства.

Чтобы быть здоровым и счастливым, надо не слишком много думать о теле. Это не призыв пренебрегать им, но — не сводить себя к нему. Когда считают своё тело пупом мира, всё остальное становится чужим и враждебным или относится к владению смерти. Если вся жизнь человека будет посвящена тому, чтобы есть-пить-спать-гулять-испражняться по часам, не перенапрягаться, не волноваться, регулярно ходить по врачам, сдавая анализы и принимая процедуры, такая «консервация» не спасёт от протухания.

И тот, кто целиком нацелен на общественный успех, закрывает перед собой путь к высшим озарениям духа. В гонке за успехом личность съёживается до функции, вечность — до времени, которого всегда не хватает, а время — до денег. Такой человек слишком зависим от внешних окружающих условий. Его внутренняя самооценка находится на крайне низком уровне, и поэтому он не верит ни себе, ни людям, ни в то, что есть в жизни высшие цели.

Чтобы быть счастливым, надо не слишком много заботиться об общественном благе и лучшем будущем человечества. Нет-нет, это не проповедь эгоизма и индивидуализма! Это призыв не сводить человека до слуги общества. Не быть винтиком в колесе истории или ступенькой, по которой прогрохочут сапоги потомков... Не смирать себя, «становясь на горло собственной песне», как говорил Маяковский.

Итак, направленное только на благополучие собственного тела и даже на общественный успех умонастроение и его следствие — поведение, как ни странно, счастья и здоровья не дают. Для хорошего самочувствия человеку недостаточно «жить лучше», надо стремиться *быть* лучше.

Человек всегда стремился к Запредельному, всегда выходил за положенные кем-то или чем-то пределы. Человек искал Бога, смысл или корень жизни, эликсир бессмертия, путь в Индию (при этом открывая Америку), идеальный общественный строй...

Высшие цели и ценности оказывают на человека огромное психическое и физическое воздействие. Чем более огромна и всеобъемлюща цель устремлений, тем больше сил она придаёт, тем от больших невзгод

защищает. Имеющий целостное мировоззрение или хотя бы высокую цель человек выше оценивает себя, ощущает себя большим, чем его проявления, и поэтому более устойчив в волнениях житейского моря, нежели обладающий только бытовым, или «греховным», или принижающим психоаналитическим самосознанием.

Но как нельзя получить мировоззрение на лекции или с новой книгой, так нельзя и починить его в одночасье. Оно должно выстраиваться, настраиваться или надстраиваться — обучением и самообучением, опытом и упражнением.

ПРАВСТВЕННОЕ И ТЕЛЕСНОЕ ЗДОРОВЬЕ

Нравственное здоровье — одно из необходимых средств поддержания здоровья телесного.

По общеиндийским представлениям, здоровье — это добродетель и следствие добродетели. Представление о болезни как милости божьей, служащей для смирения плоти, гордыни и т. д., никогда не было там широко распространено, как, например, в христианстве. В Йога сутре (1.30) первой из девяти препятствий совершенству указана болезнь, которая Вьясой объясняется как нарушение равновесия *дош*, *дхату* или внутренних органов. Остальные же восемь — апатия, сомнение, невнимательность, лень, невоздержанность, ложное восприятие, неспособность достижения какой-либо степени сосредоточения, отсутствие устойчивости сознания при сосредоточении — относятся, как видно, к области чувственно-умственно-волевых состояний. Такое соотношение «отвлечений сознания» — 8 к 1 — ясно показывает преобладающее внимание к помехам сознания.

Причиной же страданий в жизни и непрерывного круга рождений-смертей являются пять «мучений» или недугов сознания.

И для современной медицины уже неоспоримо, что здоровье во многом зависит от психического состояния и настроения. Нервное напряжение, беспокойства, волнения, отчуждённость людей могут вызвать серьёзные физические болезни, скорбно подтверждая, как неразрывно сцеплены ум и тело. Корень большинства расстройств и болезней, особенно современных, — в уме.

Чем больше «освобождается» человек от «фикций» совести, нравственности, от «сантиментов», становясь всё жёстче и «рациональнее»,

тем больше спрос на койки в психиатрических клиниках.

Показательно, что у больных с различными психическими нарушениями и отклонениями отмечается снижение нравственного уровня. Среди преступников значительную часть составляют люди с психопатическими расстройствами. Например, для истериков характерны эгоизм, переходящий в болезненную самовлюблённость, наряду с неуверенностью в себе. У эпилептиков часто замечаются агрессивный религиозный фанатизм и ханжество.

Сейчас возникла тревожащая возможность и привычка «решать» нравственные вопросы медицинскими средствами — успокаивать тревоги и муки совести успокоительными, снотворными, наркотиками, психоанализом и т. п. Такое неоправданное и неосмысленное успокоение ослабляет здоровье, творческие способности, уменьшает приспособительные возможности претерпевать трудности и нехватки чего-либо значительное время и преодолевать свои недостатки.

Хорошее здоровье — это состояние не только физического, но и умственного и духовного благополучия. При наличии «духовного здоровья» все жизненные процессы тела поддерживаются в должном порядке, органы работают слаженно и действенно, клеточный метаболизм в норме. У человека достаточно жизненных сил, бодрости, энергии для общественной, личной и познавательной деятельности.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ НРАВСТВЕННОСТИ

Недостаточно определять нравственность верностью своим убеждениям. Надо ещё непрерывно возбуждать в себе вопрос, а верны ли мои убеждения?

Ф. М. Достоевский

По отдельности нравственность нельзя непротиворечиво и неоспоримо обосновать ни одной из вышеперечисленных ценностей. Но все они могут оказать помощь для познания, ибо сама постановка задачи может побуждать к собственному решению, может быть временной поддержкой и т. д.

Нравственность — не просто соблюдение ряда заповедей, предписаний, советов. Каков смысл жизни? Что такое добро и зло? Как понимать и как отыскать справедливость в мире? Как соответствовать нравственным

идеалам? Подобные нравственные вопросы являются и важнейшими вопросами познания. Стремление к нравственному поведению — это также узнавание своих возможностей. Да и другими (кроме тех, кто считает это за дурь) поиски нравственных идеалов и примеров, метания и страдания человека на этом пути воспринимаются как познавательная деятельность. И когда человек решает или, как ему кажется, решает эти вопросы, он стремится передать свои знания и опыт другим, то есть начинает заниматься просветительством.

Индийская мировоззренческая преемственность всякое проявление жизненного поведения связывает с вопросом познания и самопознания.

Конечная цель всякого познания — самопознание. Но великое противоречие в том, что человек себе не интересен, себя он и так знает как облупленного. Даже надоел себе, опротивел. Стремясь от себя убежать, он увлекается миром и забывает о себе, гоняясь за его забавами и разгадывая его загадки.

Невозможно стать самопознавшим и свободным без опыта узнавания, противодействия, использования и, в конце концов, преодоления ограничений мира. Поэтому *вначале самопознание выступает как миропознание.* И хотя познать мир, по индийским понятиям, невозможно (возможнее — Безусловное, Бога), каждый человек должен испытать себя в мире, прежде чем станет способным разрешить его загадку, превзойти его и познать собственное духовное блаженство и свободу. Мир — такое место, где в скопище явлений можно отыскать себя, исправляя и удаляя свои ошибки и несовершенства.

И нравственность должна включать осознание единой духовной основы бытия. Это осознание даёт ключ к верному восприятию нравственных примеров и правил и правильному поведению в соответствующем общественном положении. Истинно добрый поступок может быть сделан хотя бы при некотором знании причин, условий, влияния его на людей, которых он затрагивает, и последствий. Мерилами нравственности являются главные средства познания (*праманы*): 1) восприятие; 2) умозаключение; 3) авторитет (сообщение, писание, пример). Но все эти знания недостаточны без самопонимания и проницательности — проникновения в умственный настрой других людей.

Нравственное знание — не знание фактов; картина мира, законы развития общества даны в нём не в виде строгих правил, советов и обобщений, а в надежде, в идеале, долженствовании, целеполагании. Человек не всегда сознаёт, какую цель имеет нравственность, — часто он поступает так или иначе вопреки господствующим убеждениям или доводам рассудка, но осознанная нравственность приобретает иное качество:

становится средством великой цели.

Для осмысленной, хорошей и плодотворной жизни познание является важнейшей основой. О нравственности поступка можно говорить, только если он совершён сознательно и по собственной воле. Не может считаться нравственным поступок, совершённый по принуждению или механически. Навязанные или случайные действия не добродетельны, даже если приносят кому-то добро. Положим, вы потеряли кошелек, который нашёл нуждавшийся. Для него это добро и радость. Но можно ли назвать рассеянность добродетелью и принесёт ли это добрый плод вам?

Нравственное поведение — это такое поведение, которое исходит из Истины, руководствуется Ею и ведёт к Ней.

ОСВОБОЖДАЮЩИЕ ВОЗМОЖНОСТИ НРАВСТВЕННОСТИ

Одно из самых распространённых недоумений относительно нравственности — что совершенная мораль похожа на смертельный мор.

Если все люди будут безусловно целомудренны — то перестанут плодиться, и жизнь на земле прекратится.

Если все будут следовать безусловному невреждению — нельзя будет ни отогнать палкой бешеного пса, ни хищника, ни опрыскать растения от вредителей.

Безусловное нестяжание — почти безусловное умирание.

Безусловная правдивость, как говорил Ницше, равносильна самоубийству.

Любое совершенство обращается в Ноль, который — невыразимо — то ли совершенная пустота, то ли безусловная Полнота.

Но там же исчезают пороки, страдания, заблуждения, там ниспадает завеса марева и прекращается маята, там пропадает сама смерть (или целый ряд смертей). И оказывается, даже при приближении к такому состоянию бывают необычные прозрения, обретения и удовлетворение. Потому, с точки зрения рассудка вроде бы недостижимое, совершенство влечёт к себе людей во все времена.

Многие мыслители Востока, а в Европе Кант и Гегель относили нравственность к области свободы. Свобода воплощается в ходе нравственного совершенствования.

То, что нравственно для телесного выживания, не обязательно будет таковым с точки зрения пользы для общества, но и то, и другое может быть совсем безнравственным с точки зрения добродетели. Есть некая обобщающая цель, более высокая, чем эти три.

Эта цель — *мокша* или *мукти* — Избавление, Освобождение (имеется в виду — от неистинного, изменчивого, не вечного существования); она является одним из определяющих признаков шести ортодоксальных мировоззрений Индии, включая йогу.

Нравственность санхья йоги Патанджали направлена на искоренение неведения (*авидьи*) и достижение истинного знания природы человеческого Духа (*Пуруши*). Конечной целью видоизменений Природы (*Пракрита*) является освобождение человеческого Духа и его безусловная свобода, выступающая в виде Единичности, Исключительности (*кайвалья*).

Мирча Элиаде считал Освобождение йоги, в сущности, освобождением от идеи зла и скорби. Эта идея — проявление неведения и существует только до личностного уровня; она уничтожается сама собой, когда личность сливается со Вселенским сознанием. Если мучения и связанность существуют в сознании, то одно из средств их удаления — правильное понимание картины мира.

ПРИЛОЖИМА ЛИ К ЖИЗНИ НРАВСТВЕННОСТЬ ЙОГИ?

В наш слишком практический век мы требуем пользы от всякого дела. Даже чтобы его предпринять, нам нужны доказательства пользы. Одной веры в необходимость и благотворность нравственности нам теперь недостаточно. Некогда мыслители призывали к добру и нравственному поведению, а с конца XIX века приходится обосновывать, доказывать и даже оправдывать существование и необходимость добра и нравственности¹.

Вроде бы нравственность — это нечто весьма далекое от пользы и даже противоположное ей. Её часто представляют в противоположных образах: как тихую, незаметную, бесконфликтную отшельническую жизнь или как жертвенный подвиг, на который способны лишь немногие.

Нравственные правила йоги можно выполнять не только когда «занимаются йогой», но и в обыденной жизни. Но в каких условиях и в какой мере?

Все вроде бы признают, что нравственные правила и обязанности представляют неотъемлемую часть и даже основу йоги. Это такое правильное общее место, что перестаёт замечаться, будто пустое. И если мы будем внушительно повторять эти общие места, переписываемые из одной книжки в другую, перечислив, что йог должен (или, скорее, не должен) делать, тогда наша работа, в общем, бессмысленна и не стоило её затевать

Ибо больше сказать вроде бы и нечего. То ли дело о разнообразных асанах или незримых, таинственных, труднообъяснимых и именно поэтому столь привлекательных кундалини, чакрах, сверхъестественных силах и прочем!

Признание важности нравственных правил йоги никак не отражается на жизни большинства увлечённых ею, а у некоторых, наоборот, так искажает её, что лучше бы они и не брались за йогу и ничего не говорили о ней

¹ Показательно в этом смысле название работы В. Соловьева «Оправдание добра».

другим.

«Практики» йоги тоже не в восторге. Кое-кто считает йогой всего-навсего вычурные телесные действия или дыхательные упражнения, не видя при этом главного: что настоящая йога — это, прежде всего, управление сознанием и что в этом управлении мировоззренческая составляющая играет важную направляющую роль.

Или рассуждают примерно так: мол, не до отвлеченных сейчас рассуждений, главное — упражнение. И неужто нельзя согнуться, скрутиться, задержать дыхание и т. д. без соблюдения каких-то заповедей? И как, скажите, с нравственными правилами работать? В асанах, пранайамах или созерцательных техниках действие и польза проявляются явно и довольно быстро. Заметно нарастает гибкость, длительность дыхательного цикла, выносливость, сопротивляемость болезням, сосредоточенность... А от доброты или правдивости — в иных случаях явный вред для жизненного благополучия и даже здоровья.

И, поверхностно проглядев несколько посвящённых йаме и нийаме страничек, их «проскакивают», не считая необходимыми для себя, «хорошего», или желая сразу обрести сверхъестественные силы и «прыгнуть» в самадхи.

Другие сомневаются: «А принадлежат ли нравственные принципы к йоге»? Или мягче: «Где границы, с которых начинается невозможность продвижения в йоге без нужных нравственных качеств»? Кое-кто вообще полагает, что йогин находится «по ту сторону добра и зла». Представляя йогу как дело сугубо личное, уединённое, которое «выше» мира, думают, что йогину совсем нет дела до мира и человеческого общества. Внешне вроде бы верное, такое представление является выражением коренного и трудноустраняемого заблуждения обычного человека — убеждения в своей отдельности от мира.

Другие, напротив, слишком озабочены «вопросами этики», не совсем понимая даже содержание этого понятия, но желая видеть вокруг нравственно совершенных людей. Настолько озабочены, что, застряв на нерешённых нравственных вопросах, не способны достичь ни мирских успехов, ни йоговских. Их слишком мучает сознание собственного несовершенства, наличие своих недостатков или «грехов». И заняты они больше тем, что подмечают отклонения — свои и других — от слишком поверхностно понятых нравственных правил. Эти беспокойства мешают им выбрать соответствующего их способностям и развитию учителя и способ упражнений и плодотворно заниматься. Искренно желая соответствовать идеалам, упоминаемым в книгах, портят себе и окружающим жизнь или нервы, вертятся в мире со своими добрыми намерениями, как слонopotамы в

посудных лавках.

В индийском мировоззрении соблюдение нравственных правил обосновывается тремя главными намерениями:

- Для духовного и в какой-то мере вытекающего из него мирского благополучия личности
- Для устойчивости общества
- Для поддержания мирового порядка

С точки зрения пользы нравственность йоги, как и всякая нравственность, имеет две стороны, которыми она обращена к жизни. Во-первых, для общества. Во-вторых, для себя.

С первым, вроде бы, более-менее понятно: как и в большинстве признанных в Индии мировоззренческих систем, в йоге присутствуют, как любят сейчас говорить, общечеловеческие ценности: проповедь доброты, правдивости, осуждение насилия, воровства, разврата и т. п. И это хорошо для общества. Но наряду с этим есть и «обособление от общественных проблем». И это пугает «цивилизованное» общество, для которого нравственность хороша лишь в небольших дозах, как приправа его всеядности. Мол, если все станут йогами — вся общественная жизнь прекратится. Успокоим: этого никогда не случится. А вот само наличие высоких идеалов и хотя бы немногих, кто пытается достичь их и следовать им, оказывает облагораживающее действие на окружающий мир. В Индии существует даже поверье, что местность, где поселяется святой или йогин, обходят стихийные бедствия.

Второе — для себя. Тут тоже не всё безмятежно. Нравственные поиски не всегда ведут к благополучной жизни и даже к нравственной. Ибо зачем поиски, если нет потерь? И повседневный опыт вопит, что нравственные убеждения лишь увеличивают трудности жизни и гораздо благополучнее живут беспринципные и безнравственные, да ещё и притворяющиеся «убеждёнными».

Когда повторяют, что безнравственный человек не должен и не может заниматься йогой, что тогда он ничего от неё не получит или получит какую-то кару, этому, кажется, противоречат многие примеры.

В индийских преданиях немало великих йогин, которые, по христианским меркам, вели далеко не праведную жизнь или до обращения к йоге (как в христианстве Саул, до того как стать Павлом), или, что необычнее, даже потом. Это много лет разбойничавший Вальмики, который после встречи с риши Нарадой предался созерцанию и стал величайшим провидцем и поэтом, создателем Рамаяны, сложенной для помощи другим. Это и царь Вишвамित्रа, который пытался отнять у риши Васиштхи корову,

исполняющую желания, положил на это всю свою армию, а потом из зависти и самолюбия решил стать таким же великим мудрецом. И после тысяч лет героического подвижничества и тщеславного соперничества с Васиштхой достиг этого! И уже став божественным риши, во время голода украл у неприкасаемого собачью ногу на похлебку. Это и великий риши Дурваса, который обладал таким скверным характером, что проклинал всякого, кто чуть не так поглядит на него или встретит недостаточно почтительно.

Да и в более исторические времена тоже были знаменитые йогины, которые не отличались хрестоматийно-глянцевою праведностью. Есть предание, как Кабир с сыном пошли воровать, ибо у них не было еды, чтобы угостить почитателей Бога. Когда они вылезали из подкопа, сына схватили за ноги. Тот взмолился к отцу: «Отруби мне голову, чтобы меня не узнали и не было позора!» Что Кабир и сделал. (Потом, как полагается в преданиях, сына воскресил.) Свами Джйотиру-пананда рассказывал как-то об одном садху XIX века, который был раньше вором, да и став признанным святым (!), уже без всякого желания и корысти, а просто по карминной привычке тащил всё, что плохо лежит.

Можно ли заниматься йогой хирургу, всюю кромсающему пациентов? Милиционеру или спецназовцу, вынужденному, хотя бы иногда, дубасить нехороших или хороших граждан по приказу? Политику, журналисту, рекламному или разведывательному агенту, по профессии вынужденным, мягко скажем, лукавить?

Но мы знаем, что таких профессионалов иногда даже учат каким-то приёмам йоги — чтобы уметь сбрасывать напряжение, сохранять спокойное сознание в критических положениях, уметь сосредотачиваться на нужной работе и т. д. И гром небесный их не поражает. А в Индии и на Западе проводились успешные опыты по применению йоги для перевоспитания преступников в тюрьмах и реабилитации наркоманов. Значит, даже таким людям какой-то йогой заниматься можно. Но какой и до каких пределов?

Ну а обычным людям, чьи профессии прямо не связаны с насилием и профессиональной ложью, которые не являются, не способны и, слава богу, не претендуют на то, чтобы стать святыми? Как они могут использовать нравственные правила йоги в обыденной жизни?

Когда человек делает дома несколько асан для здоровья, нравственность мало влияет на его упражнение и поведение. Если он решил посвятить себя всецело йоге или преподаёт в группе, то влияет значительно больше, ибо он в какой-то мере является образцом и примером для окружающих. Ну а если он мнит себя учителем, то нравственные вопросы уже должны быть им для себя решены.

В вопросах о нравственности в йоге заблуждений, путаниц и опасностей не меньше, а может, даже и больше, чем, скажем, в технике овладения асанами и дыхательными упражнениями или подъёма таинственной кундалины. Слепое следование каким-то писаниям и примерам без понимания их смысла чревато заблуждениями, которые в лучшем случае смешны, а в худшем — опасны как для самого заблудшего, так и для окружающих.

Оказывается, *и в нравственности нужна техника безопасности*. Обычный человек, с натугой поднимающий 50 кг, не будет столь безрассуден, чтобы рвать штангу свыше 200 кг (и пуп), тягаясь с тяжеловесом. Но в нравственных усилиях почему-то требуют от себя или другого мирянина того же, что от святого, и считают возможным без тренировки сразу взвалить на себя великую тяжесть — стать совершенным в ненасилии, правдивости, нестяжании.

Кто выполнит всё это в идеале и полностью — несомненно, станет святым, освободится от материальных условий. Он, может быть, станет освобождённым при жизни. Но, скорее всего, надорвётся. И освободится от тела раньше, чем станет совершенным. Свами Сатьянанда указывает, что большинство пациентов психиатрических клиник — религиозные люди, поставившие перед своим умом неразрешимые проблемы и не сумевшие с ними справиться. Если же ум болен, никакие занятия йогой невозможны.

Поэтому нравственности надо учиться, многое понимать, знать, с чего начинать, как и в какой мере её применять соответственно своим возможностям и условиям, избегая срывов и неумного мученичества.

ЙОГА В НАШЕМ НРАВСТВЕННОМ КЛИМАТЕ

Свои слёзы оставь на потом,
Ты сегодня поверил глубоко,
Что завяжутся русским узлом
Эти кручи и бездны Востока.

Ю Кузнецов

Наша страна — не Индия: ёлка не пальма, на морозе да снегу в набедренной повязке не посидишь, плодов круглый год тоже не найдёшь. Да

и духовный климат тоже суровый. То абсолютизм, то коммунизм, то демократия с разрушением всего прошлого. В нашем государстве (но не в народе!) отсутствует многоцветность вероисповеданий и учений, преемственность культуры, уважение к носителям знания. Присущие некогда русским доброта, терпимость, совестливость, «общежителность» (А.С. Пушкин), уважение и благоговение перед добродетельными, знающими или отрѣкшимися от мирского людьми если не утратились вообще, то доведены до опасной низости государством, государственным христианством и интернациональными коммунистическим и радикально-демократическим гнетом.

На каком-нибудь тепло-курортном нравственном островке не в пример мягче. Но Истина — самый могучий магнит, и она влечёт к себе вопреки всем сопротивлениям, препятствиям, препонам! Свою силу можно узнать только в исключительных условиях — так горовосходители, скалолазы, спелеологи, полярные, морские и воздушные путешественники-одиночки и прочие преодолевают трудности, иногда смертельные, чтобы открыть в себе великую силу, умение подчинять тело своей воле, запасы самопожертвования и радость преодоления слабости. Само стремление к высокой цели — уже признак силы, оно же питает энергией и силой, а иногда даже оказывает прямое целительное действие.

В характере русского народа, по мнению многих мыслителей и писателей, по исследованиям психологов и бытовым наблюдениям, есть черты, по крайней мере, не противоречащие основам индийской культуры. А в свете накопления всё большего числа данных о ближайшем родстве и соседства, по крайней мере, временного или пространственного, славян и ариев на арийской прародине эта близость объясняется и исторически.

Сказать об этом можно много, но это, конечно, тема отдельного большого труда. Здесь мы высветим лишь некоторые черты. Поиск истины, смысла жизни, безусловного добра, «богоискательство» принадлежит к числу первичных основных свойств русского народа. Эту свойство отмечали мыслители и философы разных направлений — славянофилы, Ф.М. Достоевский, В.С. Соловьёв, Н.А. Бердяев, Н.О. Лосский и др.

В русском народном способе видеть мир и действовать в нём явно видно стремление к целостности. Для коренного сознания свойственен стихийный «идеализм» — отказ от разделения мирского и духовного в общественном поведении и отвергание возможного противоречия между желанным и должным, то есть отвергание расхождения между волей (субъективным стремлением) и разумом, между мечтой и действительностью. Отсюда определённая, зачастую неоправданная, склонность к созерцательности, мечтательности и большой интерес к самому ходу деятельности, нежели к результату, который она даёт.

«Прошлое — часть настоящего» (Н. Бердяев), поэтому мы так часто пересматриваем историю. Нам претит теория прогресса, который «всё спишет», и легче принять идею кармы. Наши люди часто ведут себя так, будто знают, что жизнь даётся не один раз. Возможно, этим во многом объясняется так называемая «пассивность», долготерпение, нежелание улучшать своё положение, метания к крайностям и т. д.

Главной целью для народного мировоззрения является Воля (Вольность). Наш язык описывает Волю тремя главными значениями: 1) свобода; 2) власть, мощь; 3) смерть, — которые входят также и в смысл индийского понятия *мокши*. Издревле воля — высокое и светлое желание, всегда соотнесённое с Богом. Воля — понятие нравственное, в отличие от свободы (своего бытия) среди своих. Воля — высшая власть, тогда как свобода — право. Воля — это ощущение божественной свободы.

Но то, что одним из важнейших ценностных условий русского человека является свобода, прежде всего свобода духа, видели не все. Казалось бы, наша история свидетельствует как раз об обратном: о его «рабской душе», «забитости», «покорности» и т. п. Однако это утверждение происходит от узости взгляда, ограниченного лишь политико-правовой областью жизни, которой народное мировоззрение, видимо, особой важности не придавало. При этом не замечали, что этот «рабский народ», стремясь к вольной жизни, раскинулся на 1/7 суши, что он всегда побеждал внешних завоевателей, отстаивая независимость, что даже пренебрежение законами со стороны и высших и низших и разрушительные бунты вызывались стремлением к воле. «Широкая натура, испытание ценностей мысли опытом, откуда возникают дерзкие рискованные предприятия, склонность к анархии, неумение столкнуться для общего дела, нигилизм, даже хулиганство»¹ — свобода выступала в самых разных и даже страшных обличьях. Именно потому, что русский человек чувствовал себя по сути свободным, великим и крайне своеобразным, он и мог доходить до величайшего самопожертвования и самоотречения.

Истина или истинное вероучение существует вечно и неизменно, но оно бывает скрыто или забыто. Само познание — это, главным образом, открытие (или откровение), раскрытие уже существующего, проникновение в суть наитием. Познание — прежде всего обобщение, синтез при некотором пренебрежении и даже враждебности к разложению, анализу. В языке существует «нравственный запрет на разъятие живого» (В. Колесов). Краткое и ёмкое изречение, образ для нас убедительней логических схем. Поэтому именно литература, а не наука выступает у нас в виде учителя жизни или открывателя Правды. При этом словесное выражение важно как

¹ Лосский Н.О. Характер русского народа. Кн. 2. Посев. — М., 1957 — С. 85.

намек на невыразимую Истину. В общем, это вполне йоговский подход.

Всякое дело, слово и мысль окрашены нравственным идеалом и подвергаются нравственной оценке. Преобладающей ценностью для населения России является жизнь с чистой совестью.

Многие мифы о безнравственности русского народа, даже после того как из него 70 лет делали «совков», развенчиваются сравнительными исследованиями наших и зарубежных психологов. Например, компромисс между добром и злом в советском обществе перед самым распадом Союза оценивался позитивно, а в американском негативно. Переводя на понятный язык: в нашем народе зло не оценивается однозначно как неисправимое и требующее уничтожения, выше терпимость и меньше желания решать вопросы конфликтно. Главным стремлением всегда было решать всё «миром и ладом».

Взаимопомощь у нас даже при трудной жизни оставалась нравственной потребностью, даже вопреки собственной выгоде, что, в общем, не свойственно западному обществу. Например, в западных колледжах ученик никогда не подскажет соседу по парте на уроке или на экзамене, не передаст шпаргалку, не даст посмотреть курсовую. Нормой, как и в реальной жёсткой жизни, является дух жёсткого соревнования. Если сказать преподавателю, что кто-то списывает, то это не только будет поощрено администрацией, но и не вызовет негативной реакции студентов. С утверждением, что во время вступительных экзаменов в высшее учебное заведение не надо посылать шпаргалку другому, даже если это близкий друг, согласились 90,3% американцев и лишь 37,95% советских студентов, большинство из которых «с радостью бы помогли другому», а не постарались бы «обойти его на повороте».

Доброта у нас выше правдивости. С утверждением, что врач должен скрывать от пациента, что у него рак, чтобы уменьшить его страдания, согласились всего 8% американцев и 89% советских.

Врождённое чувство справедливости у нас выше, чем закон. 84,5% наших студентов по сравнению с 11,5% американцев согласились, что злодеяние должно наказываться более строго, чем того требует закон, если это послужит предостережением для других.¹ Это можно было бы посчитать жестокостью, если не принимать во внимание, что основная форма защиты своего мироустройства — всё же не насилие, а неподдержка. Чаше «народ безмолвствовал», переставал поддерживать власть трудом, уходил от общественной жизни, выражая тем самым своё осуждение. И это одно из косвенных подтверждений того, что у наших людей справедливость не

¹ Солсо Р.Л. Когнитивная психология. — М, 1996 — С. 455-456.

сводится к юридическим нормам. Закон у нас не соблюдают ни в верхах, ни в низах, а поступки оценивают странной и очень подвижной меркой — совестью, по которой «всё, что нравственно, не может быть преступным» (например, нарушение несправедливого закона ради блага других), но всё преступное обязательно безнравственно.¹

Не все эти качества и не всегда хороши, но именно существование в русском мирознании подобных представлений позволяет нам находить нечто созвучное в мировоззрении и упражнениях йоги и совершенствоваться посредством её, естественно, понимая и применяя соответственно нашей природной и мировоззренческой среде.

Исследователи отмечали также, что для русского мирозрения свойственна естественная тяга к восточным религиям и гораздо более лёгкое и глубокое их принятие и приспособление к ним, нежели к западным.

И это даёт нам надежду, что этот накопленный и отстоянный тысячелетиями в Индии опыт нравственного преобразования личности может быть полезен и на нашей родине.

¹ Это показал видный русский юрист Чудновский, исследовав обычно-правовые понятия народа, в частности на примере русского старообрядческого населения на Алтае

ОБШЕИНДИЙСКИЕ МИРОВОЗЗРЕНЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ПРАВСТВЕННОСТИ

ВСЕЛЕНСКИЙ ПРАВСТВЕННЫЙ ЗАКОН

Идеализм есть реализм завтрашнего дня.

Дж. Неру

Для правильного упражнения нужно верное мировоззрение. И нравственность — его неотъемлемая часть.

Многие мыслители с плохо скрываемым удовольствием указывали на условность моральных норм (позитивисты, Ницше, марксисты), ибо они различны для каждой личности, видоизменяются в зависимости от условий и времени. Но за условностью нравственных правил не замечали того, что они имеют своим условием Безусловное и ведут к нему.

В Бога как сознательного Творца мира в нашем светском и недавно атеистическом государстве верят немногие. В этом нет такой уж особой беды, как представляют религиозные проповедники. Например, не верят в такового буддисты и последователи ниришвара санкхьи и адвайта веданты, что не мешает им быть высокодуховными и высоконравственными.

Самая большая и прочная Нравственность — присущие каждому совесть и чувство справедливости. Даже не будучи выражен словами, нравственный закон достаточно надёжно удостоверяется обыденным чутьём и научным наитием, умозаключением и примерами многообразного опыта человеческих взаимоотношений. Этот предельно обобщённый закон образует ядро нравственности, обеспечивает действительное единство всех нравственных ценностей и является мерой их нравственной подлинности.

Если нравственность — производное нравов, то её нельзя рассматривать в отрыве от той почвы, на которой она выросла, — мировоззрения и мироустройства, в которых эти нравы проявляются. Если нравственность — запредельна, то её нельзя рассматривать, не имея в виду эту Запредельность. В любом случае нельзя рассматривать её вне мировоззренческой среды, в которой она сложилась.

И здесь важны, конечно, не внешние признаки вроде индийских одеяний, благовоний, вегетарианского питания со специями, лексики, обильно одобренной санскритом, сидения в позе лотоса и т. д., а некие, может быть,

не всегда даже выраженные в словах убеждения. Думается, основные из них:

- Истина есть, единая в многообразии, вездесущая, непреходящая, и человек, её особое проявление, способен её познать.
- «Психическое» — источник и руководитель физического.
- Мир связан всеобщей причинно-следственной связью (*карма*), так же, как человек — цепью перевоплощений.
- Выполнение человеком своего нравственного и общественного долга (*дхарма*) служит Истине.
- Сам мир развивается по нравственным законам для осуществления Истины.
- Целью существования является Освобождение, а его осуществление происходит посредством жертвы и самопожертвования.

Зачатки понимания нравственности как вселенского порядка или закона можно видеть в ведийской идее *риты*. (*rita*)¹. Согласно ему текут реки, двигаются луна и звёзды, дивно приводятся в движение жизненные силы, создаётся и доставляется разнообразная пища, растут мощь и богатство. Сама мысль о рите спасает от греха (Ригведа, 4.23.).

Ещё одна опорная идея индийской нравственности — это идея жертвы как главного принципа существования.

Знай, деянье идёт от Благого², сам Благой рождён
Нерушимым³,
посему вездесущее Благо⁴ вечно стоит на жертве.

Бхагавадгита, 3.15

Идею жертвы иными словами можно выразить как принцип энергетического обмена. Мы можем также представить мир как цепь самопожертвований. Человек то и дело жертвует своим здоровьем, удобством, жизнью ради своих целей или идей или ради ближних и дальних.

В Брихадараньяка упанишаде (5.1—3) этот вселенский нравственный

¹ Слово *рита* близко к русским словам «ряд», «порядок» (в том смысле, в котором его употребляли на Руси в старину — «управление», «правило», «согласие») В Авесте то же понятие выражается словом *арта*.

² Брахман (м. р.), Бог-творец.

³ Акшара, также слог ОМ

⁴ Брахман (ср. р.), Абсолютное Бытие

закон охватывает все живые существа — богов, асуров и людей — и проявляется трояко: для богов — самоподчинением, для асуров — состраданием, для людей — подаянием.

Каждый человек — это неповторимый мир, и его нравственность соучаствует во вселенской всеобщей нравственности.

На этих главных идеях основывается теория нравственности йоги, в которой:

1. Высшее Благо или Добро тождественно различающему Дух и Природу и тем самым освобождающему знанию. Оно определяется как добро (*kalyāna*), тогда как обычная жизнь определяется как зло или скверна (*rāra*).

2. Высшее добро как Исключение, Отъединение (кайвалья) принимается как высшая точка развития Природы. Хотя Природа связывает Дух, но все её мирские явления, включая добро и зло, существуют лишь для наслаждения Духа (Пуруши) и направлены на то, чтобы служить его Освобождению.

3. Из трёх видов ощущений — удовольствия, страдания и безразличия, соответствующих трём гунам природы, — страдание принимается за главную побудительную силу Освобождения. Отсутствие же страдания может быть достигнуто лишь Освобождением. Оно же является желательной нравственной целью, ибо Освобождение является также и самой высшей, безусловной нравственностью.

Нравственные установки йоги Патанджали, как и санкхьи, теоретическим основам которой она следует, строятся не на каких-либо общественных потребностях. Хотя в ней просматриваются все три подхода к источникам нравственности, нравственность, главным образом, обосновывается бытийной и личной необходимостью.

ЙОГА И БХОГА

Большей частью йогу понимает каждый по-своему, но в пределах общего мнения. Общее мнение, составленное авторами скоропалительно переписанных или слепленных из надёрганных кусочков книг, — то есть какое-нибудь почти ничего не значащее «достижение гармонии», «единства человека и Космоса» — правильно только в общем, но мало может помочь в понимании йоги.

Тем более что, если настоящая йога освобождает от иллюзий, то ложная строит их на основе отдельных частных, существующих в настоящей.

Приверженцы последней за непонятыми понятиями и непонятными словами скрывают своё непонимание. Они выпячивают сверхъестественное в ущерб естественному, пренебрегают главным, упрощают не подлежащее упрощению, смущают или страшат загадочным. Путаясь в экстрасенсорной терминологии и путая других, они окукливаются в коконе неверно понятых понятий и ложных идей, из которого так и не вылетит бабочка-душа.

Один мой знакомый, весьма озабоченный «вопросами этики», считал йогой то совсем не нужное ему голодание, то постоянное очищение, то томительное для него уединение... Когда ему говорили, что не следует превращать йогу в самомучительство, что для него была бы желательна какая-то полезная деятельность, некоторое материальное благополучие и радости жизни, он вопрошал: «А как же с этикой? Как же с нестяжанием? С воздержанием?»¹

А один преподаватель хатха йоги внушал своим подопечным: «Йога — это страдание». Понять его можно: видимо, хотел оправдать те трудности, которые испытывает человек, когда ему приходится преодолевать лень, неприятные ощущения при занятиях, заставить трудиться да ещё (слишком по-человечески) немного повластвовать над подчинёнными. Но по сути это совершенно неверно.

В индийском мировоззрении правильное и, значит, нравственное действие может быть направлено к мирскому счастью или к блаженству, к продолжению (*правритта*) мирского существования и к прекращению его (*ниврিতта*) (Законы Ману, 12.88).

Йога, признавая двойственность влияния мира на человека — радостью и страданием, — за отсчёт взяла именно страдание. Не потому, что она не признавала, что в мире есть радости. А потому, что «для мудрого всё — страдание — из-за подверженности непрерывному изменению, беспокойства, следов (прошлых) впечатлений, а также по причине противоречивого развёртывания гун» (Йога сутра, 2.15). При этом за страдания принимаются все мирские переживания — как скорбные, так и радостные, весь мир явлений — предметных, чувственных, мысленных, — втягивающих человека в свой поток и связывающих его. По Вьясе, «наслаждение не может быть средством обретения непреходящего счастья». Страдание же обладает более, что ли, явной побуждающей к действию силой. Всё живое стремится избегать страдания.

¹ Но, столь желающий «морального совершенства», он не мог, например, удержаться от просмотра гнусных телевизионных передач или от того, чтобы время от времени не поругаться с кем-нибудь или не «надраться» (уставая, что ли, от борьбы с грехами?)

В йоге отсутствие страдания принимается за высшую цель. Йога — единение, «что удаляет страдание» (Бхагавадгита, 6.17), или «размыкающее цепь страданий» (6.23). И настолько на это делался упор, что некоторые даже усматривали в ней скрытое наслажденчество. Само отсутствие наслаждения описывается в йоге как высочайшее блаженство, хотя и не в том смысле, что блаженство в веданте. Спокойствие (*śānti*) — высочайшее удовольствие, заключительное счастье, которым сияет во всей полноте Дух, Пуруша.

Такая направленность к высочайшему наслаждению сближает йогу с противопоставляемой областью чувственных удовольствий и мирского счастья, выражаемой словом *бхога* (букв. «вкусение», «удовольствие»). Это слово стало чуть ли не ругательным, но на самом деле внутри индийского преемства оно обозначает область мирского опыта (и соответственно — вкушения его плодов) и вполне законна.

Настоящая бхога уменьшает количество страданий, служит гармоничному развитию человека, не вредна для общественной жизни, более того, необходима для неё. Ложная бхога — по формуле наслажденчества «удовольствие есть высшее добро», что в начале мёду подобна, а потом как яд — разрушает личность и общественные устои.

Поэтому в смрити среди десятка общевыполнимых добродетелей (*śādhārana dharma*) предписывалось и отсутствие слишком многих страданий даже ради добра (*anāyāsa*). Это очень мудрое включение. Ибо мученики легко становятся палачами других, как заметил ещё Гольбах. К тому же, так как человек следует примерам, кто захочет быть добродетельным, если таковой мучительно страдает?

ЙОГА В СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ И ЙОГА ДЛЯ СВОБОДЫ

Есть нечто удивительное, почти чудесное в том, что люди разного возраста, образования, профессии, национальности, темперамента, с различными склонностями и интересами вступают в йогу. Иногда внешний толчок может произвести полунеграмотный «учитель», шарлатанская статейка в газетке или книжка «по медитации», представляющая собой собрание затёртых общих мест и дичайших нелепостей или обманов. Мало кому может повезти обрести вначале знающего учителя и содержательную литературу, и поэтому каждый приступает к йоге, руководствуясь собственной целью и интересами.

Большинство людей Запада занимаются йогой «в свободное время», не

удаляясь от общества, и с чисто прикладными целями, главная из которых — оздоровление. При этом многие придерживаются науки, христианства, ислама или просто «здорового смысла». Для «малых» целей — укрепления здоровья, повышения работоспособности и т. п. — принадлежность к мировоззрению йоги необязательна, но нужно иметь в виду, что Высшая Цель и приёмы её достижения выражены и разработаны именно внутри индоарийского сознания.

Идейные или мировоззренческие основания йоги так же важны, как и определённые физические упражнения и приёмы. Без верной цели и знания смысла никакие наши старания и упражнения не имеют большого смысла, как у заведённой, но стоящей на месте машины, которая не может двигаться без водителя. Или, если даже какое-то движение и будет, то без внимания к мировоззренческим и нравственным вехам занятия могут завести в тупик или даже в пропасть. Или знание будет обретаться мучительным способом проб и ошибок.

Эта цель — освобождение или независимость от пут неистинного, ложного, кажущегося существования. В классической йоге Патанджали, представляющей собой одно из шести истинных мировоззрений (*даршан*) индуизма, это *кайвалья* (отъединение, исключительность). В джайнской и индуистских (в той или иной мере ведантистских) течениях йоги конечной целью является *мокша* (избавление), в буддистской йоге — *нирвана* (утишение или угасание), в некоторых течениях тантры или сикхской йоге она выражается словом *сахаджа* (естественность).

Только для немногих может быть понятна и привлекательна цель, предполагающая отсутствие личного бытия в мире. Эту немирскую цель йоги часто предпочитают заменять словами «достижение гармонии», «познание Истины», «самопознание». Да, мы можем сказать, что йога — это всецелое соединение себя со всеобщностью вещей, но это уже вторичные определения йоги. Главная цель, отобранная прозрениями и опытом многих её исполнителей, включает или обобщает частные цели тех или иных людей: «Йога — мыслеверти заключенье» (*yoga citta vrtti nirodha*).

Упрощённо, йога прежде всего — управление сознанием и обобщение познанного. Мир предоставляет нам столько возможностей для этого!

Что многозначное слово *йога* издавна означало и цель, и средство, прекрасно видно в следующих словах Вьясы (на Йога сутру, 3.6): «Йогу следует познать йогой, йога от йоги происходит. Кто же опьянен йогой, тот навсегда радуется в йоге» (*Yogena yogo jnātavayo yogo yogāt pravartate. Yo 'pramattas tu yogena sa yoge ramate dram*).

Истинная йога начинается лишь тогда, когда начинают искать исключительно Истину и Свободу. До этого йогу используют для мирской

пользы, в качестве средства для достижения мирских целей. То есть это относится к области бхоги.

Умение различать йогу как средство и йогу как цель и правильная оценка и применение своих способностей, возможностей и сил является важнейшим условием совершенства. Кое-кто, прочитав в книгах, что цель йоги — отречение, понимает его только как отрицание. Утверждают, что надо отказаться от мира или отречься от себя, от «я». Но, не зная, что такое «мир», «я», отречение часто приравнивают к отверганию каких-то материальных вещей, отказу от имущества, домовладения, семьи, работы и сидению где-то в уединенном месте. Итог такого плохо понимаемого и неподготовленного отречения, как правило, бесполезен, смешон или печален.

Такой человек, впустую потратив время, скорее всего, достаточно быстро оставит своё уединение. Хотя, впрочем, и этот опыт пригодится, если человек поймёт, насколько сильна в нём тяга к предметам и обществу и насколько трудно, оказывается, отречение. Стремление к людям, вещам, развлечениям, вкусной еде и т. д., которым прежде не придавал значения из-за их постоянного присутствия или будущей возможности, вдруг с громадной силой начинают захватывать ум, «искушать» его воспоминаниями и мечтами и неудержимо тянуть человека.

Иное дело, когда человек внутри традиции принимает решение стать йогиним. Видимо, он видел разнообразные примеры отрёкшихся от мира, скорее всего, у него есть учитель, он осознает цель — освобождение от мира, примерно представляет, какие тяготы и обязанности на себя возлагает. Возможно, когда-то он остро почувствовал, что в мире, от которого он отрекается, нет смысла или справедливости. Люди встречаются, совокупляются, размножаются, болеют, дряхлеют и умирают. Идёт смертная борьба существ за выживание, наслаждения, власть, богатство, которые один отнимает у другого...

В традиционной Индии йогин порывал все личные и общественные связи: если он был дваждырожденным, то снимал с себя священный шнур, а вместе с ним — все сопутствующие тому или иному состоянию или общественному положению обязанности. Он порывал с прошлым, принимал новое, духовное, указывающее на высшую цель и приобщающее к Высшему, имя. Он жил или в ашраме, или при храме, или в уединении. Своим подвижничеством, самообузданием, сосредоточением и созерцанием он стремился прекратить и удалить из сознания даже целеполагание.

Но занимающийся йогой читатель данной работы вряд ли будет считать себя йогиним, свободным от личных и общественных обязанностей. Раз он живёт ещё в мире, он — человек мирской. Поэтому цель его занятий —

развитие своих способностей и наилучшее выполнение своих общественных, семейных и личных обязанностей на пути к Истине.

«Мир исправить нельзя», — утверждают некоторые мудрецы. Но можно ли быть незатронутым им?

Нет ни одной области жизни, которая не касается нас. Конечно, одна затрагивает больше, другая почти не затрагивает. И если мир нельзя исправить, то значит ли это, что нельзя и ещё больше испортить? Если нельзя быть незатронутым им, то разве мудрее быть его вечным рабом или жертвой?

«Труды жизни возлагаются на нас, чтобы очистить нас от эгоизма, а социальные учреждения призваны помочь росту души» (С. Радхакришнан).

Пока человек не достиг безусловного Освобождения, у него в мире три области действий — телесная (*kāyika*), словесная (*vācika*) и умственная (*mānasika*) и соответственные области свободы: свобода телесная, свобода словесная, свобода мысленная. Телесная свобода — это свобода от болезней, сохранение здорового тела, свобода удовлетворять его потребности и уметь их обуздывать. Свобода словесная — свобода выражать и сообщать другим свои убеждения. Свобода мысли — творческое умение управлять своей мыслью, отличать истинное от ложного, главное от второстепенного, нужное от лишнего и т. д.

До сих пор на нашей родине было слишком много свободы для дурного и злого. Не стесняются злодеи и негодяи, не стесняются своего унижения пропившие достоинство и совесть пьяницы, валяющиеся в грязном тряпье в собственных испражнениях. Не стесняются сквернословы. Не стесняются дорвавшиеся до власти насильники, лжецы и мошенники (даже на самых высоких должностях и постах). Мысли навязываются, упрощаются и развращаются средствами массовой информации. Для возвышенных мыслей и проявлений остаются маленькие закутки — умная книга, прекрасная музыка, письменный стол, тёплые беседы с друзьями... Те, кого зовут духовными людьми, которых у нас, думаю, побольше, чем на Западе, не определяют качество общественной жизни. Их «забывают» наглые политики, биржевики, торговцы от культуры. Они бессильно наблюдают тупое вымирание народа от бесцельности, пьянства, без оплаты своего труда. Это во многом связано с утратой преемственности мировоззрения и разрушением основ мироустройства. Пятитысячелетний, по меньшей мере, опыт индийской цивилизации может стать важным подспорьем для его восстановления.

ОБЕТЫ И ОБЯЗАТЕЛЬСТВА ЙОГИ: ОПРЕДЕЛЕНИЯ

Переходя от общих положений к подробностям, уточним сначала понятия.

Йама и *нийама* происходят от одного санскритского корня и отличаются только оттенками. Основные значения слов: *йама* — «узда», «повод», «обуздание»; *нийама* — «сдерживание», «закрепление». По мере развития толковательской традиции за словом *йама* закрепилось значение «обуздание, воздержание, самоограничение», а за словом *нийама* — «соблюдение, поведение».

Для понимания смысла этих понятий отметим, что в некоторых контекстах их значения — (главные) обязанности (*йама*) и не(главные) обязанности (*нийама*).

В современной иностранной литературе *йама* передаётся английским *restraint* — «сдержанность», «ограничение», «обуздание» (Р. Рай) и французским *refrenement* — «обуздание», «укрощение», «усмирение». *Нийама* — английскими *fixed rules* — «установленные правила» (Свами Сатьянанда), *observance* — «соблюдение» (Свами Кришнананда), французским *disciplines* (М. Элиаде).

Йога сутра перечисляет такие правила йамы и нийамы:

ahimsā satya asteya brahmacarya aparigrahā yatāh (2.30).

śauca santosa tapaḥ svādhyāya iśvaram pranidhānāni niyamah (2.32)

«Невреждение, правдивость, нестяжание, воздержание и неприятие даров — (это) йама».

«Внутреннее и наружное очищение, довольство¹, самообуздание, изучение и поклонение Богу (составляют) нийаму».

«Эти ненарушаемые временем, местом, намерением или кастой — всеобщие великие обеты (*mahā vrata*)» (Йога сутра, 2.31). Эти добродетели «кочуют» из одного индийского учения в другое, не исключая и еретических — буддизма и джайнизма.

¹ Однако есть мнение (Карамбелкара), что довольство (*самтоша*) нийамы и неприятие даров (*апариграха*) йамы следует поменять местами, ибо рядом с четырьмя другими требованиями нийамы, представляющими собой телесные действия, довольство как состояние ума выглядит несколько чужеродным. Но это предположение не может поколебать бытующего много сотен лет традиционного текста

Например, в джайнской йоге среди нравственных правил — невреждение (*ahimsā*), целомудрие (*brahmacarya*), непривязанность (*aparigraha*) и дружеская откровенность (*sūnrta*), соответствующая правдивости и довольству.

В правилах йамы можно заметить также некое сходство с ветхозаветными заповедями — «не убий», «не укради», «не прелюбодействуй», «не лжесвидетельствуй» и прочими; подобные нравственные правила можно найти и в других религиях.

В более поздних Хатха йога прадипике и Лайа йога сутре более широкий перечень заповедей: невреждение (*ahimsā*), правдивость (*satya*), нестяжание (*asteya*), воздержание (*brahmacarya*), смирение (*ksamā*), твёрдость (*dhriti*), сострадание (*dayā*), искренность (*ārjava*), умеренность в еде (*mitāhara*), чистота (*śauca*).

Нийама: аскетизм (*manac*), довольство (*samtosa*), истинная вера (*āstikya*), милосердие (*dāna*), почитание

Бога (*iśvara pujana*), слушание речей об основах религии (*siddхантавакья шравана*), скромность (*hri* или *hrim*), разумность (*mad*), повторение мантры (*japa*) и жертва или жертвенность (*yajna*).

Во многом эти заповеди и правила сходны с десятью добродетелями (дхармами), которых, по смрити, следует придерживаться домохозяину.

В данной работе рассматривается только «классический» список самообузданий и правил, тем более что большинство из перечисленных в Хатха йога прадипике и Лайа йога сутре «вписываются» в более обобщающие принципы дхармашастр и Йога даршаны.

Йама и нийама считаются основанием йоги. Большинство толкователей объединяют их в пару. Выполняют их также одновременно. Составляя предварительное и обязательное условие для продвижения по следующим ступеням йоги, они не вызывают высшего состояния самадхи, но «должны исполняться всеми, кто хочет достичь созерцательного состояния» (Свами Сатьянанда).

Само созерцание также является частью нравственности, ибо способствует личному и общественному благоденствию и разрешает многие нравственные вопросы. «Дружелюбие и прочее суть образ жизни тех, кто предается созерцанию; по своей природе они (то есть дружелюбие и пр.) не нуждаются во внешних средствах осуществления и приводят в результате к высшей праведности (Вьяса, комм, на Йога сутру, 4.11).

По утверждению Свами Кришнананды, йама и нийама — не просто

этическая дисциплина, не отвлеченное морализирование и не кодекс нравственных норм, а строго проверенное опытом, необходимое средство управления сознанием. Если мы не обратим внимания на то или иное явление или наш ответ на него сейчас, они прикуют наше внимание позже. Те трудности, которые мы не разрешили, неумолимо и, может быть, более остро в более неблагоприятных обстоятельствах встанут перед нами после. Поэтому, пропустив нравственную подготовку, мы будем вынуждены в дальнейшем решать гораздо более сложные задачи.

Противоположные внутренние побуждения — увлечение или отвращение, любовь или ненависть, беспорядочно сталкиваясь в нашем сознании, вызывают напряжение, беспокойство, приводят к нервным срывам, стрессам, разрушающим и тело, и ум. Эти рождающие напряжение порывы должны быть сдержаны, ибо они рассеивают ум, делают человека марионеткой, отвлекая его от истинного центра — Пуруши (Первейшего Духа), достижение которого и есть Обособление (кайвалья) или Избавление (мокша). Это главная цель практики йамы, а наше отношение к людям — её основной предмет (Кришнананда). Человек должен сначала достичь хотя бы небольшого согласия с окружающей средой. Поэтому мы можем сказать, что добродетели йамы согласуют личные и общественные потребности.

По мнению же Свами Сатьянанды, йама и нийама восьмиступенной йоги соответствуют практике карма йоги. И действительно, возможность упражняться в добродетели гораздо сильнее в обществе, чем в уединении. Именно в обществе происходят, казалось бы, случайные события, происшествия, встречи, которые как бы проверяют, на что способен человек, соответствуют ли его действия в ответ на вызовы жизни провозглашаемым им идеалам.

Сатьянанда также утверждает, что йама относится скорее к религии, чем к йоге. И этому утверждению есть некоторые основания. Например, в Майтри упанишаде, а также в некоторых тантрийских (Дхья-набинду, Амританада и других) упанишадах говорится о шестичастной йоге, в которой йама и нийама как ступени отсутствуют.

Хотя некоторые приёмы тантры могут показаться безнравственными блюстителям чужой морали, желающим запереть стремление к Запредельному в моральном кодексе, это не значит, что для тантриков «всё дозволено». Ведь если даже в таких текстах нравственная подготовка не описывается, она привычно подразумевается индоарийским миропониманием, в частности, идеей кармы, согласно которой «доброе дело приносит добрые плоды, а злое — злые». Кроме того, существует некая общая текстовая основа нравственности в почитаемых почти всеми учениями, признанными за истинные, Ведах, Бхагавадгите и дхармашастрах, из которых наиболее известны «Законы Ману». Наконец,

считается, что человек приступает к йоге, заслужив это добрыми делами, речами и мыслями в настоящем и прошлых рожденьях.

Для того чтобы правильно исполнять правила йамы, необходимо подготовить к этому ум, гармонизировать его некоторыми упражнениями йоги. Это типично тантрийский взгляд, при котором принципы йамы становятся не подготовительной очищающей сознание практикой, а как бы сопутствующими достижениями йоги. Но несмотря на, казалось бы, отличающийся от традиционного взгляд, в самой Бихарской школе йоги, которую Сатьянанда основал и которой до последнего времени руководил, нравственные качества учитываются при отборе учеников (как можно судить по рубрикам анкет школы). То есть определённый уровень нравственности является необходимым условием для занятий йогой, но освоение йоги и нравственное совершенствование идут одновременно.

МАРЕВО И МАЯТА МИРА

О Майя, о поток химер неуловимых,
Из сердца мечешь ты фонтан живых чудес!
Там наслажденья миг, там горечь слёз незримых,
И тёмный мир души и яркий блеск небес

Ш. Леконт де Лилль¹

Каждый садху, каждый отшельник, избравший отречение от мира, даже не будучи последователем адвайта веданты, имеет какое-то внутреннее представление о недействительности обыденного мира. Не то чтобы, как часто у нас говорят, «мира в действительности не существует». Мир явлений и предметов как раз и существует в действительности, в деятельности, но он изменчив, обманчив, преходящ, заставляет маяться в нём и своим многообразием и мельтешением загораживает Сущность.

Какой вывод сделать из этого — зависит от человека. Или постараться прожить, поменьше страдая в жизни, или освободиться от неё в корне.

Именно потому, что такое представление всегда было в Индии, во все времена в ней существовали многочисленные и многообразные аскеты и отшельники, пытавшиеся проникнуть за завесу марева и неведения.

По санкхья йоге, Безусловный Дух, Пуруша прикрыт Пракрити, но это не значит, что Пракрити соответствует неведению (*авидья*) и мареву (*майя*). Вьяса считает неведение некой объективной сущностью, даже не отсутствием знания, но иным видом видения, противоположным знанию. Один из известных толкователей Йога сутры Вачаспати Мишра считает авидью таким состоянием, в котором все превращения Пракрити исчезают во время великого растворения (*Маханпрайи*) и из которого в начале творения они вновь появляются, связываясь с мысленным неведением и неверными впечатлениями. Он также говорит, что, хотя Пракрити подобна майе, она не является ею. Майя в какой-то мере игра, шуточка (*sutucchaka*), поскольку изменчива и изменяется постоянно, в зависимости от превращений Пракрити, которые в каждый миг появляются и исчезают. Пракрити, будучи вечной, действительна и отлична от майи.

¹ Пер. Иннокентия Анненского. 68

Виджняна Бхикшу в Йога варттике понимает майю как мимолётность мирского опыта. Из всего этого ясно, что йога понимает майю не в качестве вселенской силы (*майя шакти*), как веданта, а только как обманчивость. Это принятие невечных следствий за вечное, нечистого за чистое, недобродетельного за добродетельное, страдания за счастье, то, что не является Самим, за Самого (Атман) (Вьяса, на Йога сутру, 2.5).

Мареву существует, но сущности не имеет. Действует, но недействительно.

ГДЕ КОРНИ ЗЛА И НЕСПРАВЕДЛИВОСТИ?

Вопрос о происхождении зла слишком сложен, его пытались разрешить мыслители разных времён и народов. Его существование в мире приписывали как надчеловеческим (Дьявол), так и лично-человеческим силам (невежество, слабоволие, извращённость).

Вообще, есть ли добро и зло? Крайние отрицатели, исходя из относительности этих понятий, говорят, что нет, дескать, это кажимости. По индийской мысли, они существуют, но не существуют одно без второго, они всегда парны, всегда взаимосвязаны, переменчивы. Эти противоположности не могли бы существовать, если бы не было подосновы, откуда они исходят и которая находится вне их действия.

С точки зрения большинства признанных индийских мировоззрений (даршан), Существо (в смысле Сущности, Атмана) тождественно Вселенскому Духу — Брахману и поэтому изначально не добро и не зло и не подвержено добру или злу. Там добро и зло не имеют таких противопоставленных сверхъестественных олицетворений, как Бог и Дьявол.

Согласно санхье, добро и зло относятся к области действия Пракрити, Природы, но не той, которая проявляется в природных условиях. Добра и зла нет в природе, хотя там есть разрушительные землетрясения, извержения, наводнения, бури и т. п. Разве волк, преследующий зайца, ненавидит его (мол, ну, погоди!)?

Добро и зло появляются с отделением, выделением, появлением сознающей особи, особы (*ахамкара*), вместе с которой является и мир. «Человеческий душевно-духовный мир — это истинное местонахождение добра и зла» (И.А. Ильин). Они выступают парой, двойкой (*двандва*), как свет и тьма, и не существуют одно без другого.

Когда дачник сетует на дождь, земледелец радуется: не посохнет пшеничка. Долгая наша зима с морозами и снегами, которую клянут обыватели, — великая помощь для здоровья, ибо в сотни раз уменьшает количество микробов в воздухе. Да и не раз Мать-Природа помогала морозами и снегами нашему народу справиться с захватчиками.

Согласно Вьясе, поток сознания течёт в двух направлениях: и ко благу, и ко злу. Устремлённый к совершенной обособленности по руслу различения — течёт к благу. Устремлённый к текущему (*сансаре*) по руслу неразличения — течёт ко злу (Вьяса, на Йога сутру, 1.12).

Понятия добра и блага тождественны запредельной и нематериальной Истине. Добром (*kalyāna*) считается Освобождение (*apavarga*), возникающее от знания, различающего Дух и Природу (Пурушу и Пракрити). Обычная же жизнь определяется как зло (*rāpa*) или то, что подпорчено, порочно.

Добро и зло личны и проявляются в том или ином соотношении в зависимости от обстоятельств. Такое понимание их места, ставшее частью индийской психологии, позволяет приблизиться к пониманию нравственной сущности йоги.

Сплошь и рядом слышишь повторение общего положения о необходимости «отказаться от эго». Да, для духовного роста надо убрать эгоизм и эгоцентризм и действовать самоотверженно. Но с пониманием. Непонимание кроется уже в самом определении и применении понятия. *Ахамкара* чаще всего переводят латинским термином «эгоизм», но это совсем не точно. В латинском, откуда и пошло слово, *эго* значит просто «я», а слово *эгоизм* имеет некоторую личностно-оценочную окраску (от полной замкнутости на себе и себялюбия до «разумного эгоизма»).

Понятие же *ахамкара* имеет более общий мировоззренческий смысл. Это определённая стадия развертывающегося в природе Сознания. Ахамкара — не просто человеческий эгоизм, ей подвержены и боги. Ахамкара (букв, «создание я» или «выделение я») — это появление, выявление, обособление, собьство (др-русск.), собственничество, ячество.¹

¹ В свое время наши индологи пытались переводить *ахамкара* словами «яйность», «яйство», что очень близко этимологически. Но не привилось — из-за приниженного положения нашего языка, непонимания его творческой роли и боязни показаться «ненаучным». Слова *ячество* (В. Даль), *собьство* удачны по смыслу и строению (первое созвучием еще и намекает на ячейку, которой становится в мире осознающее себя отдельным существо), но выглядят иногда (и пока) несколько искусственно и безвкусно. В зависимости от контекста вместо слов *эго* и *ахамкара* мы иногда будем использовать их русские синонимы, чтобы не лишаться многих слышимых оттенков этих слов на русском

Это ячество или собственничество — «примысливание себя к любому опыту» (В.К. Шохин). Но оно занято важным и почти постоянным делом: поддержанием умственно-телесной целостности человека. Им человек удерживается в том виде и образе, который делает его своеобразным. Оно согласует телесные и психические функции человеческого организма, направляет их к одной цели, не давая действовать по собственному произволу. Особость или чувство «я» совершенно необходимо для поддержания в особом порядке ума и тела как целого. Оно само по себе не плохо; только излишнее отождествление человека с личностью причиняет все сложности.

И пока мы не живём исключительно в созерцании, во всяком действии в этом мире всегда будет частичка «я», и оно выполняет свои обязанности поддержания порядка в человеческом организме.

На каком-то отрезке человеческого развития мы обособились до личности и действуем в пределах этой особости. Пока человек не дошёл до той точки, где ячество является преградой более высокому пониманию, не осознал его как помеху, до тех пор лучше его использовать как инструмент. Нельзя отказаться от личности, не имея её. Личность — отличие от Целого, но и обличив Целого. Личность — проявление великого многообразия. Личность — и величие Целого.

Пожалуй, в очень немногих вероисповеданиях есть такое яркое, смелое и гордое определение добра и зла: «Всё зависящее от чужой воли — зло, всё зависящее от своей воли — благо; необходимо знать это краткое определение блага и зла»¹ (Законы Ману, 4.160).

Одни говорят, что человеком движет воля к жизни, другие — воля к власти, третьи — воля к смерти. Но они происходят одновременно и многосторонне, излучаются во все стороны одновременно. Свобода воли заключает все их. Только для одного она поворачивается обманчивым ликом наслаждения, для другого — власти, для третьего — небытия.

Отсутствие обособленного «я» люди сопоставляют со смертью или думают, что это приведёт к отсутствию побуждений к действию, вялости и лени. Но на самом деле необособленность может привести как раз к противоположному: неистощимой энергии и неустанной продолжительной деятельности. Подтверждают это и примеры из жизни. Ради других — хотя бы ближних — человек зачастую сделает гораздо больше, чем для себя. Отказ от ячества и собственных мотивов даже на краткий срок устраняет дробность сознания и приводит к творческой плодотворности

¹ Удивительное совпадение с выражением Канта «Только то, что я делаю сам, по собственной своей воле, есть благо подлинное».

каждого предпринимаемого дела. А в случае неудачи дела это не приводит к крушению личности.

Трудно рассудочно понять, насколько особость препятствует набору знаний и жизненного опыта и мешает открытию истинного Самого себя. В идеале никакие действия не должны выполняться из собственнических соображений, но лишь поскольку оправдываются внешними условиями, в которые входят ум и тело.

Йога перечисляет и подробно обсуждает нравственные добродетели, но они все относятся к миру явлений и поэтому не имеют никакой постоянной и посему настоящей ценности. Эти добродетели всего лишь средства, а не цели. Они определяются как добродетели, поскольку их доброе дело в том, что они помогают отделить себя от явлений и их переживаний и достичь заключительного знания.

МУЧЕНИЯ СОЗНАНИЯ И ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ НИХ

Нравственность — это умение противостоять искушениям.

Вивекананда

Йога сутра указывает пять родов проявлений (*vrtti*) сознания:

1. Достоверные познания, такие, как непосредственное восприятие, умозаключение, священное откровение (*pramana*)
2. Противоположные (*viparyaya*) заполнители сознания: ложные знания, заблуждения и т. д.
3. Различные виды воображений, грез и отвлеченных умопостроений (*vikalpa*)
4. Бездумные состояния ума, сон, забытьё (*nidra*), в которых преобладает, главным образом, тамас.
5. Память (*smrti*)

Смысл нравственных правил йоги невозможно правильно понять без представления о *клешах*, недугах сознания. Не зря они рассматриваются в Йога сутре перед изложением йамы и нийамы. Это «пять ложных заполнителей сознания» — неведение, ячество, страсть, отвращение, привязанность к жизни, — которые «расширяют поток причин и следствий и, служа опорой один другому, вызывают созревание кармы» (Йога бхашья, 2.3). Неведение (авидья) является почвой для всех перечисленных недугов сознания, и все они являются особыми видами неведения, рождающими страдания.

Нравственность нужна в йоге не столько потому, что требуется канонами религии или потому, что нужна обществу, а, в первую очередь, для того, чтобы «истощить» эти мучительные образования в сознании. Важно также помнить, что, например, каждая добродетель йамы представляет собой не просто избегание осуждаемых общественной моралью и правом *действий*, но имеет гораздо более всеобъемлющее значение. Это объединённый одним названием вид добродетелей, охватывающий как поступки, так и *слова и мысли* совершенствующегося. Цель их — удалить все волнения и причины волнений сознания. И это уже гораздо труднее.

Вьяса, объясняя сутру Патанджали о клешах, приводит такое сравнение: подобно тому, как наука о лечении болезней включает четыре раздела:

болезнь, причина болезни, исцеление и лекарства, — писание йоги тоже состоит из четырёх разделов, а именно: круговорот (сансара), причина его, освобождение и средства освобождения.

Необходимость и благотворность нравственных основ йоги можно рассматривать с точки зрения избывания этих «мучений» (клевша).

Физиологические исследования показали, что эмоции возникают не только при достижении того или иного результата действия, но и до него, при оценке возможного успеха или провала. Они могут включиться в подсознании и оказать решающее влияние на человеческие действия. Поэтому даже лишь представив последствия своих действий, идущих против его совести, человек начинает на психофизиологическом уровне страдать.

Возможно, вы не раз замечали, что какое-то важное дело совсем не обязательно получается лучше, если вы заранее так и сяк обдумываете и раскладываете его. И, казалось бы, всё рассчитав, учтя все возможные помехи, представив все возможные последствия и выгоды, вы вдруг обнаруживаете, что действовать вам не хочется, а когда действие становится неизбежным, вы оказываетесь усталым, вялым, тупым. И вполне вам посильное дело оказывается непосильным.

Так трусами нас делает раздумье,
И так решимости природный цвет
Хиреет под налётом мысли бледной.

Шекспир

А иногда, когда вы отчаянно-храбро, лихо и весело, наобум, не загадывая наперёд, бросаетесь на неприступное дело, успех и удача вдруг сопутствуют вам даже, казалось бы, в безнадежном положении.

Такие явления свидетельствуют о том, что многие наши размышления — это волнения и колебания ума, подобные помехам и треску в приёмнике, мешающим слышать нужную речь и музыку. Ум постоянно волнуется из-за хлопот, тревог, сует, забот. Часто пустые раздумья — признак сомнений, страха перед неведомыми опасностями, принятием решения и ответственности за него. Ум — не самое важное, выше над ним — состояние вдохновения, наития, и беспокойство ума мешает его достичь. И силы, растроченной на бестолковое и бесплодное размышление, в нужный миг не хватает на действие.

К.Г. Юнг в своих работах на тему «Йога и Запад» сделал очень тонкое наблюдение: индийцы не мыслят в европейском смысле этого слова, а, скорее, наблюдают за мыслью. Это особенность каждой культуры, которой

удалось сохранить непрерывность развития с первобытных времён.

Восприятие мира исключительно предметно или телесно мешает видеть его суть. Но прежде всего мешают её видеть неверные представления, предрассудки и предубеждения сознания. Чтобы видеть Истину, йога предлагает удалить облики и образы — из поля зрения, из области слуха, из ума.

ВИРТУАЛЬНАЯ ДЕЙТЕВИТЕЛЬНОСТЬ И ВИРТУАЛЬНАЯ ПРАВСТВЕННОСТЬ

В своё время французский индолог Эмиль Сенар приводил рассказ одного колониального английского офицера, присутствовавшего на индуистском религиозном празднике. Он был поражён бедностью украшений и довольно жалким видом импровизированного храма. На следующий день он был ещё более удивлён, найдя в местной печати отчёт о торжестве, где воздавались хвалы великолепию приготовлений и трудам устроителей. Русский индолог С.Ф. Олденбург, приведя этот факт, заметил: «Европейская реальность и индийская реальность — не одно и то же».

То, что лежит за этим фактом — что индийское сознание представляет мысль как действительность, может быть, даже большую, чем предметы, — очень важно помнить при рассмотрении нашей темы. Такая соподчинённость представляет известную помеху для понимания индийских учений западными людьми, для которых более реальна материально явленная и экспериментально изменяемая действительность.

Хотя первенство и главенство мысли в западной науке признаётся пока лишь немногими, это давно практически используется в управлении общественным массовым сознанием, пропаганде, политике, рекламе.

Пора человеку понять и принять, что мысль творит мир. Человек получает не тот мир, о котором мечтает, а тот, который изменяет.

За многочисленные телесные, чувственные и интеллектуальные удобства, данные человеку технологической цивилизацией, она потребовала от него такой платы, которая заставила его отказаться от многих собственно человеческих черт. Среди них — чувство устойчивости мира и единства с природой, укоренённость в наследии, причастность к общине и чувство личностного своеобразия и самоценности.

Потребительство потребовало употребления природы на потребу масс. Все хотят жить лучше, а не стать лучше. Хотят получить побольше и

получше вещей и услуг, называя это благополучием. Природа превратилась в окружающую среду.

В технологически направленном обществе всё убыстряющаяся смена вещей и условий жизни ведёт к изменчивости отношений, обычаев и нравственных норм. Разрушение старых ценностей идёт быстрее, чем созидание новых, что грозит утратой наследования общих нравственных устоев. Увлечение электронными возможностями приводит к абсолютизации возможностей и власти компьютера и своеобразной разновидности электронной наркомании, а отсутствие непосредственного общения с людьми и предметами при работе или развлечении с помощью электроники смещает и стирает границы между добром и злом. В виртуальном мире образовывается виртуальный интеллект и виртуальная нравственность.

Городизация, то бишь урбанизация, планеты не только сокращает площади девственной природы, но, отрывая людей от малой родины, общины, обычаев и обрядов, подрывает и нравственные устои. Сопутствующая ей скученность и вовлечённость огромного множества людей в производство и обслуживание техники перенасыщает жизнь человека впечатлениями и ведёт к желанию оградить свой личный мирок от окружающего. В таком городе, как Москва, например, за день человек соприкасается — в том или ином виде, сознательно или бессознательно, — с 15—20 тыс. человек (в метро, на улице, в магазине, на работе, по телефону и т. д.) Отсюда отчуждённость людей друг от друга, стандартизация личностного общения, его выхолощенность и потеря интереса к деятельности, которая теряет человечность. У обеспеченного человека, у которого есть собственный дом и машина и работа которого проходит в офисе, вроде бы немного поводов лично сталкиваться с окружающими. Но как бы вёл себя такой человек, если бы он жил в коммуналке, ездил в переполненном общественном транспорте на малооплачиваемую работу в нищей и политически разодранной стране? Вежливость, напускная доброжелательность и улыбочивость могут из-за изменившихся условий превратиться в беспощадность, которая тем хуже, что предмет злобы даже не воспринимается как человек, а сожалеют, скорее, не о преступлении, а о том, что попались.

Один из признаков того, что все эти враждебные побуждения лежат до поры до времени в незатребованном виде, — феномен массовой культуры с её распространением боевиков, детективов, порнографии, внимании прессы к катастрофам и криминалу.

И из стеклянного ларца
выходят в мир цветные тени
мёртвоживущих привидений

по воле злого хитреца,
что составляет, как провизор,
в стеклянной колбе телевизора
из многочисленных программ
психоделический бальзам.

Порок привлекателен. Мерзость во всё большей мере нужна для массовости и кассовости. И ящик телевизора становится ящиком Пандоры. Если в до-телевизионное время преступления случались с некоторыми, а знали о них *понаслышке* немногие, то теперь посредством теле-телепатии и теле-телекинеза преступность входит в каждый дом. Тьма преступлений совершается теми, чьё сознание опустилось с крутых боевиков на нижайший нравственный и умственный уровень... Детишки увлечённо смотрят детективы, парнишки и девчужки — порнушки. Начинают пить, курить, сношаться, колотья в подражанье увиденному, а продолжают по привычке к призрачному миру.

Амебные массы становятся безразличными к добру и злу потребителями образов и упрощённых до идиотизма идей.

Массовая информация и культура впрыскивает в человека огромное количество пустых сведений, направленных на то, чтобы надуть человека тщеславием, сделать управляемым, послушным и соответствующим определённым стандартам поведения. Подменой истинного познания и общественного участия служит множество суррогатов: кроссворды, компьютерные игры, конкурсы типа «Что? Где? Когда?», «Угадай мелодию» или «Поле чудес» (вспоминается вторая половина фразы — «в стране дураков» — и имя этой старой школьной игры — *балда*). Телеглазетелей увлекают видом чужих (а иногда заметно блатных) выигрышей под истошные вопли ведущих. Голодные же простаки хотят насытиться запахами чужого банкета.

Сейчас в развитых странах в компьютерные базы данных занесены сведения (состояние, привычки, политические взгляды, компромат и т. д.) почти обо всех людях, что при случае используется против того или иного человека. Нажатием клавиш или кнопок человек может украсть деньги со счета, подтасовать результаты выборов, запустить вирус, скажем, в компьютеры авиационной диспетчерской службы, уничтожить массу техники и людей и при этом даже не вспотеть...

Атомное оружие сделало мир как бы случайным и в любой миг — конечным. Это понимающе и советливо выразил один командир советской атомной подводной лодки. «Одно дело, когда ты, пехотинец, скажем, видишь своего противника в лицо, целишься в живого конкретного человека; другое — когда перед тобой пульт, приборы, лампочки, стрелки. Ты не видишь ни крови, ни разрушений, ни взрывов, ни пожарищ.

Привычные манипуляции с привычной техникой — и всё. Может исчезнуть целая страна, но лично ты этого не заметишь, находясь под водой или в подземном бункере. Технология массового поражения или уничтожения стала такой, что непосредственный исполнитель ядерного апокалипсиса не несёт личной ответственности. Он лишь рабочее звено в общей машине войны».

Если человека может остановить что-то человеческое — совесть или хотя бы страх, — то электронной машине это не мешает.

ГОСПОДСТВО УНИЖАЮЩИХ ЦЕННОСТЕЙ

Большинство людей живёт в мире призраков и теней,
среди преходящих вещей и застывших идей,
с верой, что мир их желаний — единственно верный,
считая своё невежество непогрешимой мерой.
В воображаемом мире неважное кажется главным,
привычное — правильным, искусственное — естественным,
вещественное — существенным,
количество — значимей качества, большинство — правым.
Заполненный техникой мир — всё больше мираж:
вместо природы — окружающая среда, вместо ума — экраны,
вместо личности — манекен, вместо голоса — фонограмма,
вместо вещи — муляж, вместо лица — макияж...
Бытие заменяется бытом, космос — косметикой,
идеалы — идиотизмом,
вместо Мощи почитают мощи, вместо Вечного — вещи,
культура вырождается в культ доллара,
кругозор превращается в кругозор.

Большинство людей считают действительным лишь происходящее с их плотным, плотским телом и оценивают всё в мире с точки зрения его благополучия. Убеждения, принципы, знания кажутся для них не очень-то

важной материей, из которой сегодня можно сметать одно одеяние, завтра другое, а послезавтра вообще выбросить на свалку.

Не удивительно, что у многих предубеждение против «убеждений». Само слово «идейный» или «идеалист» в сознании некоторых звучит чуть ли не как «придурок», «блаженный» или даже «обманщик». В лучшем случае «идейность» или «духовность» терпится как некая блажь вроде собирания спичечных этикеток или наклеек: дело вроде ненужное, но вроде и не очень вредное, покуда этот чудака тихохонько корпит в уголке. Но в мир со своими идеями пусть лучше не суется.

Научная объективность превращается в заблуждение в объектах. Ньютон и Коперник убрали Бога из Космоса, Дарвин — из животного мира, Ницше констатировал смерть Бога, Фрейд удалил из человека душу. Если так пойдёт и дальше, то в XXI веке погибнет и человеческая личность. Раз большинство человечества согласилось с тем, что произошло от обезьяны, то имя ему — стадо. Соответственно вырабатывается стадная мораль.

Сейчас стало весьма распространено мнение, что главная человеческая потребность и основание нравственности — выживание. Это признак совершенного унижения человека. Забота о выживании лишает человека достойной жизни. И если все люди поверят, что главное — выживание, они не выживут.

Ставший чуть ли не господствующей религией психоанализ считает основой человеческой психики темную массу инстинктов и комплексов. Отсюда появилась масса претендующих на принадлежность к искусству поделок, вся суть которых состоит в том, что создатели их, выплескивая во внешний мир свою внутреннюю мерзость, таким образом пытаются освободиться от неё.

Это одно из убийственных для духа убеждений: что мысль — нечто недействительное по сравнению с телом.

И их произведения с образами насилия, секса, смакованием извращений (детективы, боевики и порно) распространяются через средства массовой культуры и информации и имеют огромный спрос. Это очень тревожное явление и показатель духовного неблагополучия цивилизации. По определению Аристотеля, направление взгляда на худшее — это злонравие.

Мало того, что люди обманываются, они хотят ещё и одурманиться. В одной России 46 млн. курящих и 25 млн. пьющих. Число наркоманов растёт со скоростью большей, чем они вымирают.

Довольно много людей вместо того, чтобы заниматься нравственными поисками самим, уповают на науку и технологии нравственности. Ещё позитивисты, а позже большевистские идеологи 20-х годов — Н.И. Бухарин

и прочие — видели в нравственных нормах культ неодушевлённых предметов (фетишизм) и предлагали заменить их «техническими правилами поведения». Такой «большевизм» легко смыкается с капиталистическим практицизмом. Появилась целая уйма книг а-ля Карнеги, которая вместо таких поисков предлагают готовые рецепты — по технологии общения, бизнеса, деловому этикету, нейролингвистическому программированию и т. д.

Многие хотели бы убежать или скрыться от ответственности под крышу науки. Не выйдет. В начале любого человеческого поступка, нравственного или безнравственного, всегда лежит человеческое намерение. Законы природы, замечал ещё Кант и не только он, в какой-то мере человек создаёт сам. В современной физике даже узаконили «антропный принцип», который объясняет «странные» законы природы и «случайные» константы, вроде квантовой постоянной Планка, их необходимостью для появления человека во Вселенной.

Ни магнитные бури, ни солнечные пятна, ни влияние звёзд, ни законы классовой борьбы и смены общественно-экономических формаций, ни другие «законы общественного развития», ни какой-либо «комплекс» или аффект, ни дурная генетика не оправдывают человека, совершившего дурное дело.

С идейными установками, что мир несовершенен, человек конечен кончиной тела, а счастье состоит в удовлетворении желаний и выполнении планов, наука пытается улучшить мир. В таком умонастроении природа воспринимается как что-то враждебное, что нужно победить, покорить, преобразовать, а другие люди — как соперники или временные союзники для совместной борьбы с природой и другими. Корни такой отделинности человека от природы уходят в Ветхий Завет, а исторически первое явное выражение таких установок принадлежит Френсису Бэкону (XVII в.), автору знаменитого изречения «Знание — сила». Руководимый благой по виду целью — очистить разум «от призраков» или «идолов», то есть заблуждений, — он определил отношение к природе опытного метода западной науки так: «Природу следует загнать собаками, вздёрнуть на дыбу, изнасиловать, её нужно пытаться, чтобы заставить выдать свои тайны учёным, её нужно превратить в рабу, ограничить и управлять ею»¹.

Ну что ж, наука выпытала у Природы её сокровенные тайны. И искалеченная Природа уже не любит человека.

¹ Цит. по: Гроф С. Путешествие в поисках себя. — М., 1994 — С. 278. Подход и словарь Ф. Бэкона вполне в духе одной из его должностей — королевского генерального прокурора. Что показательное: наука и юриспруденция — две главные составляющие западной культуры.

Диктатура аналитических методов и привязанность к техническим средствам подавляют способности человека к обобщению, прозрению, вдохновенному наитию. Научная спесь отменяет многие знания прошлого как суеверия, сказки. Знание всё больше и больше отчуждается от нравственности и всё больше становится насилием. И хороший учёный, может быть, даже нравственный человек, создавший очередное разрушительное средство, уже не управляет вызванным им джинном и поэтому принимает на себя вину и за последствия.

И у власть предержащих всё больше возможностей делать людей придатками машин, управляемых по отработанным программам.

Но такое давление встречает всё большее противодействие. Огромные и глубокие перемены в науке, которые пытаются включить категории сознания, рассматриваются одними как смена прежнего научного мировоззрения на «новое видение», а другими — как растущее сопротивление обывателя власти науки.

Признаки этого — появление «зелёного движения», снижение престижа точных наук, что видно по конкурсам в технические ВУЗы и снижению уровня абитуриентских экзаменов, рост интереса к религии и всяческим паранормальным явлениям, что является ненормальным, но объяснимым. Когда после пожара на Останкинской башне в Москве на несколько дней вырубилось телевидение, у значительного числа людей это вызвало вместо горести чувство насмешливого удовлетворения. Человек, барахтаясь в электромагнитных волнах, ещё борется за свою свободу.

СВЯЗАННОСТЬ И ГУНЫ

Человек обычно считает, что поступает по собственной воле и только некоторые условия, или люди, или случайности ему мешают.

Есть столь привычные очевидности, что их не замечают.

Есть столь привычные горести, что за радости их считают.

Привычные заблуждения и предубеждения — за истины.

За свободу — привычные обязанности и привязанности.

Считают свободой потаканье своим желаниям, «свободный рынок» или «свободу сексуальных меньшинств»,

«свободу собраний и вероисповеданий»

и «свободу мысли», точнее, мысленных бесчинств.

Массовое сознание управляется массовой культурой

и информацией,

что посредством очередных партократов или деньгократов

и наёмников, получающих от них зарплату,

навязывают мировоззрение, цели и ценности,

выгодные господствующему меньшинству или нации.

Массы же подчиняются по глупости, из страха

или умственной лени,

и из этой массы лепятся подходящие куклы-автоматы.

И человек под прессом прессы

вопит о свободе, «правах человека», прогрессе.

Всё больше человеческих проявлений

попадают под контроль и управление

государственных органов и спецслужб,

монетариев, идеологов и политиков,

коим люди нужны лишь как гаечки да винтики.

И им послушен даже и тот, кто непослушен.

И свобода каких-нибудь хиппи и панков

или имеющих крупный счёт в банке —

это свобода мухи в банке.

Русский язык прямо-таки вопиет о несвободе и связанности личности.

Это тело зачинается в яйце*клетке*, состоит из *клеток* и живёт, пока сердце бьётся в грудной *клетке*. Плоть под кожным покровом насажена на позвоночный столб и держится на жёстком костяке. В *сетчатку* глаза попадают образы. В теле находится *сеть* кровеносных сосудов и *сеть* нервов, лимфатические и нервные *узлы* и *сплетения*, *петли* жил и кишок. Кожа покрывается *сетью* морщин.

Человек пишет что-то в тетрадке в *клетку*, носит рубашку в *клетку*, здороваётся с соседом по лестничной *клетке*, является работником или клиентом торговой, телефонной, кабельной, компьютерной,

железнодорожной или ещё какой-либо *сети*, занимается *сетевым* маркетингом. *Запутывается* в делах, *путается* в ответах, *путаёт* понятия, *заплетаётся* языком. *Плетёт* ерунду или заговоры, *сплетничает*, попадает в преступную *сеть* или в *сеть* интриг. *Привязывается* к женщине, ребёнку, собаке или прохожему, вступает в любовные *связи*, сочетается брачными *узлами*. К нему *привязывается* шпана и *навязываются* в друзья. *Замотанный*, *плетётся* он на работу или домой, включает в *сеть* электроприборы, напившись, отключается. И ненужное тело кладут в узкий ящик, опускают в яму, засыпают земляным холмиком и ставят оградку.

По санхья йоге, всё, что относится к области Природы (Пракрити), относится к области несвободы. Порождает её не сама Природа (в смысле первоосновы — *прадханы*), а действие *гун* (букв. «жила», «вервь», «связь»), которые, переплетаясь, связывают, запутывают, опутывают Дух. По толкованию Дасгупты, гуны — такие сущности, воздействие которых толкуется как свойство. Сама же Пракрити — это состояние равновесия гун (Виджняна Бхикшу, Йога варттика, 2.19), то есть состояние без свойств, но в котором присутствуют свойства как возможности.

Гуны не воспринимаются как вещества или явления, а вещества или явления являются следствиями их, на основе чего существование гун и выводится. Вечно изменяющиеся и взаимодействующие гуны производят всё многообразие мира.

Представление о гунах имеет огромное значение в нравственности санхья йоги и, более того, всей индийской нравственности. Соответственно им различаются явления Вселенной и существа, живущие в ней. *Саттва* проявляется естественностью, лёгкостью, добром и счастьем. *Раджас* (ср. русское «раж») возбуждает, побуждает ко всякому действию или изменению, проявляется беспокойством, стремлением к удовольствию, борьбой и страданием. *Тамас* мешает действию тяжестью, недвижимостью, инерцией, безразличием. В богах преобладает саттва над раджасом и тамасом, в человеке больше тамаса, чем в богах, но меньше, чем в животных и растениях, в которых тамас преобладает.¹ Нравственное совершенствование состоит в уменьшении безвольного и бессознательного тамаса и раджаса, являющегося главной побудительной силой страдания, и возрастания саттвы.

Хотя гуны действуют в каждой области нашего существования, они соответственно воздействуют на три человеческих проявления: ум (его синонимом часто является саттва), течение жизни (раджас) и тело (тамас).

¹ «Распределение» живых существ по гунам в аюрведе, следующей санхье, читатель может найти в нашей книге: Мартынов Б В Аюрведа: мировоззрение и применение. — М., 2000 — С 354-356

Мир также предстаёт в соответствии с нашим раздробленным умом и восприятием преимущественно плотским, чувственным или мысленным. Например, современная психология грубо подразделяет ум на три части: сознание, подсознание и бессознательное. Очень легко рассматривать эти определения как устойчивые качества или особые области ума. На этой же ошибочной почве вырастает представление, что подсознательное (нижнее сознание) и бессознательное (над-сознание) совершенно обособлены одно от другого и почти недоступны сознательному восприятию и пониманию.

По их соответствию гунам природы различаются человеческие поступки.

«Если человек, совершив, совершая или намереваясь совершить какое-либо деяние, стыдится, учёным должно считать это имеющим признаки качества темноты (тамас).

Но если кто либо желает достичь в этом мире каким-либо деянием громкой славы и не печалится при неудаче, это должно считать признаком страсти (раджас).

Что он всем сердцем желает узнать, что не стыдится делать и чем его душа радуется, это имеет признаки качества благодати (саттва)» (Законы Ману, 12.35-37).¹

Если для души гуны являются связывающими путями, для личности — верёвочками, за которые дергают марионеток, то для сознательного человека сплетение гун, как верёвочная лестница, может помочь взобраться на ту высоту, с которой можно прыгнуть к совершенной свободе.

¹ Отметим, что точно так же подразделяются эмоции в современной науке.

КАРМА И КРУГОВОРОТ ТЕКУЩЕГО (САНСАРА)

СПРАВЕДЛИВАЯ ЦЕПЬ ПРИЧИН И СЛЕДСТВИЙ

По мировому порядку,
всякая мысль приносит свой плод —
горький иль сладкий,
долгий иль краткий —
и уплотняется в плоть.

Представление о связанности мира и человека — как в дурном, так и в хорошем смысле (узы брака, связь учитель-ученик и т. п.) — выражается в идеях кармы и сансары. Без них ни одно большое вероисповедание или учение Индии — и йогу в том числе — понять невозможно.

Карма — обобщающее понятие и ключевое представление индийского мировоззрения. В этом понятии находится такой сильный творческий заряд, что слово «карма» стало употребимым и в западном мире. Им теперь щеголяют даже в бытовых беседах. При этом его понимают, в зависимости от темы и тона разговора, как закон причин и следствий, кару или милость, похожую на божью...

Карма — это не просто закон причинности, который слепо-беспристрастен. Идея кармы утверждает, что произведённые деятелем действия в прошлом и настоящем имеют следствия для этого деятеля в некоем будущем.

Из всего многообразия индийских представлений о карме можно выделить четыре подхода:

1. Крайне идеалистичный, как у адвайта веданты, которая считает, что все наши переживания могут быть управляемы определённым усилием воли и что нет никакой связанности предыдущей кармой, судьбой или предопределением, которую нельзя было бы преодолеть всемогущей человеческой волей.

2. Считающий ответственным за все наши действия только Бога (Ишвару). Именно по его желанию те, кого он хочет возвысить, делают добрые дела, а те, кого унижить, — греховные. И своей милостью он может уничтожить всю накопленную карму человека.

3. Считающий, что люди свободны выбирать те или иные дела и сами ответственны за свои поступки. Бог лишь воздает по заслугам или оценивает нас в соответствии с нашими добрыми или дурными делами.

4. Подход Йога сутры, который утверждает, что наши дела определены особой природой нашего рождения, сроком нашей жизни и природой наших радостей и страданий. Обычно плоды действия в предыдущем рождении пожинаются в нынешнем, а созревшие плоды действий нынешнего рождения определяют природу будущего. Особо добрые или дурные действия пожинаются в этой жизни.

Вечный порядок (*санатана дхарма*) придаёт закону кармы как воздаянию всеобщее значение. Но осуществляется этот закон только лично, через действия отдельного человека. Один из общепринятых среди шести признанных мировоззрений индуизма постулатов — что плоды кармы вкушает именно тот человек, который её создал. «Доброе дело приносит добрые плоды, а злое — злые». Прошлые действия, или *karmasaya*, определяют внешние условия жизни человека: род (*jāti*), жизненную силу (*āyu*), продолжительность жизни и опыт (*bhoga*).

Ходячее выражение: «человек — это целый мир». Человек как бы излучает в большом мире свой маленький мирок. Или строит его из окружающей среды и тащит свой мир с собой, как улитка раковину. Сколько миров в одном мире! На одной планете, в одной стране, в одном городе одновременно живут потомственный интеллигент, воссоздающий аппликатуру струнных произведений эпохи барокко, и скверновоняющий и сквернословящий пьянчужка, побирающийся, набирающийся и подворовывающий на вокзале, преуспевающий банковский воротила с Уоллстрит и голодающий в Сахеле, полинезиец на курортном Таити и политик на бурлящем Гаити, воюющий за свой народ серб и сытый датчанин...

Делец из роскошного лимузина на миг увидел нищую старушку — и мимо. Слушая тупо-простой шлягер, проехал мимо консерватории, где выступал выдающийся музыкант. Остановился у клуба для избранных, чтобы договориться о биржевой афере, скользнув взглядом по прошедшему мимо монаху... Такое впечатление, что эти миры почти не соприкасаются, в лучшем случае пересекаются по одной линии, как плоскости под разными углами.

В сущности, как закон причинности карму почти невозможно отвергать. Многообразная, многоотростковая, хотя не всегда прослеживаемая причинно-следственная связь явлений и событий существует. Оспаривается лишь «привязанность» кармы к отдельному человеку, и о многих событиях предпочитают говорить как о случайностях.

К. Юнг считал, что концепцию кармы можно было бы «с осторожностью» принять, понимая её как психологическую наследственность в очень широком смысле. Наследуются черты характера, склонность к болезням, выдающиеся способности и т. п. Но что такое понятия «наследственность», «генетическая» или «эволюционная память» или «генетический код», как не допущение существования личных законов, имеющих начало ещё до рождения личности? Не являются ли эти понятия частным выражением той же самой идеи кармы, а, скажем, в русском — судьбы, доли? В сферу наследственности отдают какую-то часть человека даже материалисты, считающие, что сознание появляется в результате общественных или иных отношений. Её не ограничивает цвет глаз, волос и т. п., но в какой-то мере ею закладываются определённые задатки и способности и даже черты характера.

Очень выразительные данные о том, что *человек — существо не только общественное и не очень зависит от среды*, дают наблюдения за однойцовыми близнецами, которых можно рассматривать как одно удвоенное биологическое существо. У близнецов, воспитанных в разных семьях, например в иудейской и католической, наблюдается одинаковость во внешних мелочах и совпадают взгляды — религиозные, на политику, моду и т. п. Если один из однойцовых близнецов имеет судимости за уголовные преступления, то, скорее всего, и другой также будет совершать противоправные действия. С другой стороны, близнецы из одной семьи чаще похожи друг на друга внешне, а не по нраву. А у разнойцовых близнецов такая взаимозависимость не замечается.

Одни в мире наслаждаются, другие страдают. В жизни человека бывают времена, когда он вкушает — наслаждаясь или мучаясь — плоды кармы. Для кого-то этот мир — место для удовольствий, для других — юдоль страданий, для большинства же мир полосат, как матрас или тельняшка матроса.

По Вьясе, карма бывает чёрная, белая, чёрно-белая и ни-чёрная-ни-белая. Чёрная карма — у злодеев. Это совершенные и совершаемые безнравственными существами безнравственные действия, называемые также *адхарма*. Они, в свою очередь, бывают двух видов: 1) внешние, вроде клеветы, оскорблений, воровства и т. д. и 2) мысленные, противоположные таким качествам, как вера (*шираддха*), энергия (*вирья*) и т. д. Белая карма — это добродетельные действия, которые могут совершаться лишь в виде благих состояний сознания, таких, как вера, энергия, память, свершение (*самадхи*) и мудрость (*праджня*), и которые бесконечно выше любых благих действий, совершаемых во внешнем мире. Это действия тех, кто посвятил себя подвижничеству, изучению священных текстов и созерцанию. Ввиду того, что она основывается только на разуме, эта карма не зависит от

внешних средств и не связана с причинением зла другим.

Чёрно-белая карма осуществляется посредством внешних средств, и накопление скрытых следов кармы происходит из-за злых или добрых действий по отношению к другим. Ни белая, ни чёрная (то есть бесцветная?) — у йогов и странствующих отшельников, устранивших все мучения сознания, в том числе плоды благих действий и тягу чувств к объектам, и пребывающих в последнем теле. У всех других живых существ карма бывает только первых трёх видов (Вьяса, на Йога сутру, 4.7.)

По времени «запуска» и «срабатывания» карма бывает трёх родов:

1. *Санчита карма*, накопленная прошлыми действиями, которые по инерции проявят следствия в будущей жизни

2. *Агами* или *криямана карма*, творимая сегодня, которая принесёт плод в настоящей жизни или когда-нибудь в будущей

3. *Прарабдха карма*, уже принёсшая плоды, следствия которой уже проявились в настоящей жизни (тело, условия рождения и т. п.)

Если сознание очищено и просветлено, все виды действий, собранных или накопленных за многие жизни, как бы сгорают на огне знания. Избегают этого лишь действия, которые уже дали плоды. Лишь лёгкий след неведения остаётся в облике тела и ума этого просветлённого человека. Остаточные действия, которые он ещё производит ими, сравниваются с затухающим вращением гончарного круга после того, как его перестал крутить горшечник. Но разрушивший неведение уже не затрагивается ими и свободен при жизни (*jivanmukta*) от всех последствий действий.

Йога утверждает, что после освобождения йогин может принять любой облик, любое тело, чтобы передавать знание другим. Но для этого он должен, перед тем как вступить в состояние свободного, сознательно принять особое решение (*санкальпа*).

Хотя карма прежде всего лична, накопление карм отдельных существ создаёт карму общую (историческую, народную, сословную). Так, в XX веке на нашу народную карму весьма сильно повлияло учение Карла Маркса.

В законе кармы проявляется Высшая надличная воля, но этот закон также делает эту божественную волю волей человека, а в завершении — только Человека.

КАРМА, ГРЕХ И КАРА

В тот самый миг, когда вы думаете о себе или другом человеке как о грешнике, вы грешите.

Вивекананда

Не будем слишком пугать читателя грехом. Тем более что в век понижающих «ценностей» вряд ли кого-то этим словом особенно напугаешь. Когда-то достаточно было запретить те или иные действия как греховные, за которые последует кара божья (здесь или посмертно), чтобы очень многие избегали их. В век потребления (не только товаров, но и всё новых ощущений) нет лучшей рекламы какому-либо действию, как объявить его запретным (чем очень прекрасно пользуются те, кому очень хочется, чтобы, например, в России было много наркоманов).

О грехе накопилось слишком много неверных понятий. Когда мы употребляем это слово, мы волей-неволей понимаем его в связи с христианским наследием, которое оказывает опосредованное, но сильное влияние на человека, даже не принадлежащего к нему. Но христианское понятие греха не полностью совпадает с его пониманием в санатана дхарме.

В индийском мировоззрении слова *papa*, *doша* или *кильбиша* не соответствуют христианскому понятию греха. Ближе к значению этих санскритских слов, видимо, исконное значение славянского *грех* — «грязь», «загрязнение», «осквернение» (подразумевается — сознания).

Опасно быть захваченным книжными и рассудочными определениями греха, которые подавляют и терзают людей скрытыми страхами и невротами на протяжении истории. Никакого всеохватного и установленного раз и навсегда его определения нет. Действие, сделанное человеком, может быть грешным для одного и нужным и правильным для другого.

В Ригведе грех понимается как неверное действие против богов, друзей, любимых, соседей и странников (5.85.7) По мере развития мирознания (упанишады и тексты даршан) основополагающим грехом, из которого проистекают остальные, становилось всё более невежество и неведение, приобретшее уже космическое значение.

Греховное действие — это то, которое отвращает или отводит от гармонии, знания и высшего осознания. Оно всегда связано с загрязнением сознания человека желаниями, оценками, ошибками и действиями, не

направленными к Освобождающему Знанию. Если человек исполняет свою дхарму и выполняет карма йогу, тогда любое действие по сути безгрешно.

Кант и Гегель, рассматривая нравственный стыд, видимо, под влиянием христианства полагали, что человек стыдится своей материальной природы, телесности. Вернее, вероятно, другое: человек стыдится не своей природы, а потери управления над телесными функциями.

Сейчас идея о воздаянии не очень убедительна. Обывателю кажется, что те, кого он считает безнравственными и бессовестными, процветают, а добрые люди в лучшем случае незаметны и небогаты. Однако существование воздаяния можно наблюдать на некоторых примерах.

В XVIII веке дурноизвестный маркиз де Сад написал книжку «Жюстина, или Страдания добродетели» о богобоязненной и добродетельной женщине, которую всячески извращённо сексуально «пользовали» и истязали всякого рода, как бы мы сейчас сказали, садисты. Разрушительность и мерзопакостность этой книжки не столько в описаниях всяких мерзостей да гнусностей, сколько в назойливо-издевательском повторе мысли, что наслаждающиеся злодеи так и не понесли никакой божьей кары, а напротив, жили в богатстве, в своё удовольствие. Только вот сам маркиз, 30 лет просидевший в тюрьме за своё распутство и порнуху, там и закончил свою жизнь безумцем. Невезуха? Случайность ли?

Как-то в случайно попавшейся в руки газетке прочёл описание примечательного случая. Молодой и, видимо, ещё начинающий воришка пытался обчистить джип нуворишки. Но внезапно появился хозяин. (Кто у нас чаще разъезжает на джипах — многие понимают.) Парнишка-воришка увидел его — и умер. От сердечного приступа, по диагнозу врачей. Причиной приступа явно был страх. «Кара божья» — мог бы кто-то сказать. Но почему эта кара так быстро постигает мелких воришек, а не крупных нуворишек?

Впрочем, и их. Часто бывает так, что по всем статьям процветающий бизнесмен или находящийся на вершине славы политик, кино- или поп-звезда как раз после самого большого успеха вдруг впадает в сильнейшую депрессию или попадает в катастрофу. Это явление настолько обычно, что даже получило особое название «крушение в момент успеха». Будто человек долго карабкался на вершину, преодолевая препятствия, а взобравшись, скатился по другому склону. Это обратная сторона исключительного внимания к устройству себя во внешнем мире, которое сопровождается сужением и неустойчивостью мира внутреннего. И после достижения внешней цели следует опустошение.

За крушением всепоглощающей идеи наслажденчества следует саморазрушающее самообесценивание и депрессивное бессилие и

начинается неостановимый врачами распад. Не зря именно депрессия, вызывающая целую вязанку болезней, по мнению всё большего числа медиков США, стала там главной причиной смертности. Причина же самой депрессии — пресс невыполненных желаний, ожиданий, высокие запросы при малых способностях и возможностях, зависть... Одним из исследователей даже описаны 150 случаев внезапной смерти лишь «от острой печали и потери престижа». С ощущением утраты смысла жизни связано более 80% покушений на самоубийство, 90% случаев алкоголизма и 100% — наркомании.

Так говорит сегодня счастливец: «Я молод, красив, богат — и счастлив!» Бедняжка! Не видит, что счастье его временно, словно капля воды на раскалённой сковородке.

Пора цветения не вечна. Как снег на прекрасном цветке — седина. Как сморщенная падалица — лицо бывшего красавца. В чужих сундуках — его деньги. И собственные роскошные похороны не приносят удовлетворения.

Но у большинства людей, как ни жестоко это звучит, спасительном средством при неспособности сознательно справиться с решением своих внутренних, межличностных и прочих трудностей является болезнь или её усиление. Болезнь становится неосознанным способом самонаказания и подмены познания и решения страданием. Если человек болеет, возможно, это потому, что ему больше нечего делать. Или, напротив, приходится делать слишком много того, что идёт вопреки его желанию, призванию, совести и т. д. А с болезнью, как с любой привычкой, расстаться трудно.

«Недобродетель (*адхарма*), совершённая в этом мире, не сразу даёт плод, как земля, но, постепенно увеличиваясь, она подрезает корни совершающего её. Если кара постигает не самого преступника, то сыновей; если не сыновей — то внуков; но совершенная добродетель (*дхарма*) не остаётся без последствий для совершающего её.

Благодаря адхарме он некоторое время процветает, потом находит блага, потом побеждает врагов, но (в конце концов) погибает с корнем» (Законы Ману, 4.172-174).

В нашей богоспасаемой стране плоды кармы — скороспелки. Один юрист приводил такие многозначительные цифры из практики дикого капитализма в России: в середине 90-х годов из полутора сотен крупных банкиров почти половина были отстрелены или находились под следствием. Даже если кара не приходит в этом мире, она уже есть, так как человек сеет семена будущего страдания и отдаляется или ограждается от возможности освобождения.

Но не стоит поддаваться столь распространённому отождествлению

кармы исключительно с карой. «Главнейший путь кармы», и природу отношений между действием и последствием нельзя выразить с математической точностью. Достаточно знать, что человек действует в мире мыслью, речью и телом, а так как мысль первична, то исток кармы — в уме человека.

Хорошая карма служит причиной желания истины и воли для её достижения. И тогда, несмотря ни на какие неблагоприятные условия и препятствия, человек не довольствуется врождённым или достигнутым в мире существованием. И выходец из полунеграмотной рабочей или крестьянской семьи оказывается более способным, чем окружённый воспитателями, репетиторами, знаменитостями и книгами профессорский сынок.

Карма не повод ссылаться на неё при каждой неудаче, списывая на неё свою лень, ошибки, слабость.

Сетовать на карму, судьбу, волю божью имеет смысл лишь в том случае, когда дело потерпело неудачу при лучшем для человека усердии и исполнении.

В «Законах Ману» (12.3-9) действие кармы описано следующим образом: «Человек вкушает плод совершённого деяния — доброго или дурного — так: умом — совершённое умом, словом — совершённое словом, телом — совершённое телом».

К умственным греховным действиям Ману относит алчность к чужой собственности, размышление о дурном, приверженность к ложному (учению, религии и т. п.); к словесным — оскорбление, ложь, клевету и бессвязную болтовню; к телесным — присвоение неданного, нанесение вреда не по справедливости, связь с чужой женой.

Соответственно от накопления таких телесных деяний человек идёт к состоянию неподвижности (то есть растения), от словесных — становится птицей или животным, от умственных — низкородным человеком.

Из идеи кармы идёт понятие перевоплощений. Без этого понятия (и хотя бы без частичного её принятия) очень многое и очень важное в йоге будет непонятно.

Заслужен и горек был мой удел:
перебывал я во множестве тел:
то там, то здесь был рождён,
множество носил я имён,
испытал бесщётность родительских ласк,
родных и близких терял много раз.
Бесчисленность раз поступал наобум,

передумал бесчисленность дум,
произнёс бесчисленность слов,
поклонялся бесчисленности богов,
жил в бесчисленности небес и адов,
держался бесчисленных вер и обрядов.
А теперь вот с ясным сознанием
в благоговейном молчании
склоняюсь перед Высшим Совершенством,
неисчерпаемым источником блаженства,
Истиной и Красотой бесконечной,
неизменной и вечной.

Тайюманавар

(южноиндийский поэт XVIII в.)¹

ПЕРЕВОПЛОЩЕНИЕ: ДОВОДЫ ПРЕЕМСТВЕННОСТИ И НАМЕКИ ДЛЯ НАУКИ

Мальчик шлепает по лужам и
успокаивает маму: «Не простужусь! Что
я, первый раз родился?»

Уличная сценка

Будучи личным, человеку почти невозможно представить себя Вечным и Бесконечным. Поэтому есть две идеи, которыми он может помочь себе в осознании этого. С точки зрения пространства или уровней существования это идея обликов или кожухов (*коша*) Всесущего Духа, а с точки зрения времени — идея перевоплощений.

Этот раздел не ставит целью убедить кого-либо в существовании перевоплощений. Не то чтобы это было невозможным (иного человека можно убедить в чём угодно, да и мода на такие идеи сейчас существует), но потому что *не нужно*. Тем более что даже внутри индийского наследия доказательства перевоплощений не считались особо важными. «Ни с помощью непосредственного знания, ни посредством вывода люди не могут получить какую-либо идею об их связи с перевоплощением, а также относительно существования нашего „я» после смерти. Отсюда — необходимость в откровении священных книг» (из введения комментария

¹ Пер. Б. В. Мартынова.

Шанкары на Брихадараньяка упанишаду).

И, не ставя задачу доказать истинность или неистинность представлений о перевоплощениях, мы просто хотим показать некоторыми примерами, что они не столь нелепы и суеверны, как представляется слишком рациональным или узко здравомыслящим умам. Поэтому лучше рассматривать приводимые здесь доводы не как доказательства, а как намеки на то, что лежит за «здравым смыслом».

При желании любой из приведённых ниже доводов по отдельности легко опспорить и отвергнуть как совпадения. Но и отсутствие кармы и перевоплощений также невозможно неоспоримо доказать! Всё зависит от первоначальной веры, которая является неотъемлемой составляющей мотивации и гипотезы и которую нельзя отметить как просто помеху для объективного исследования.

Идеи же существуют в сознании человека и определяют его поведение независимо от того, верны ли они или ложны.

В индуизме и буддизме учение о перевоплощении — одна из важнейших опор мировоззрения и мироустройства. Эти представления живут в этих мировоззрениях тысячелетия. О перевоплощениях говорят Веды (особенно брахманы и упанишады), эту идею подтверждают смрити, о знании перевоплощений говорят многие святые и мудрые. Само по себе это не является доказательством, ибо могут быть и тысячелетние заблуждения. Но с таким же успехом (точнее, неуспехом) могут быть заблуждением и многовековые отрицания перевоплощений.

Тем не менее, некоторые доказательства комментаторы священных текстов приводили.

1. С самого рождения человек проявляет страх смерти,¹ умеет сосать и многое другое, чего в этой, только что начавшейся жизни он не испытал. Из этого следует вывод, что он приобрёл этот опыт в предыдущей жизни. Вопрос же, когда он сделал это впервые, не может быть удовлетворён, так как круговорот жизни и смерти безначален.

2. Всё многообразие мира и личностей не может быть объяснимо какой-либо другой подходящей причиной из доступного нам ныне опыта. Поэтому это многообразие исходит от различных карм разных личностей.

3. Неравное распределение счастья и страдания. Люди рождаются богатыми и бедными, счастливыми и несчастными, здоровыми и больными. Этот сильный довод в пользу идеи кармы — неравенство способностей —

¹ Более того, страх смерти имеет уже четырехмесячный зародыш, как показали съемки, сделанные учеными во время аборта

становится убедительным только при принятии за точку отсчёта человека, а точнее — существо человека (его сущность, неумиряющий Разум, Дух).

4. Различие нрава и разума, проще говоря, несводимость способностей к наследственности. Ребёнок у хороших и умных родителей может быть преступником, дураком и т. д.

5. Если принять предопределённость человеческих действий и их плодов, то все старания подвижников, а именно безбрачие, совершение жертвоприношений, чтение Вед, благотворительность и жизнь по совести, были бы ненужными, бесполезными, бесплодными. Но если бы они были бесплодны, то мудрые и лучшие не стали бы их совершать. И напротив, если бы кармы как кары не было, то и злодеи бы всегда блаженствовали.

6. Освобождение — величайшая и труднодостижимая цель — не достигается в одном рождении. Кроме очень редких высочайше одарённых и высочайше добродетельных людей, человеку недостаточно одной жизни для того, чтобы обрести желание и необходимые силы для Освобождения. Добродетели и знания можно накопить только вследствие опыта многих рождений.

Таким образом, представление о перевоплощении утверждает необходимость Освобождения.

Учение или остаток учения о перевоплощениях есть во многих религиях и философских учениях. Перевоплощение после смерти утверждал Платон: «Кто предавался чревоугодию, беспутству или пьянству, вместо того чтобы всячески их остерегаться, перейдёт, вероятно, в породу ослов или иных подобных животных. А те, кто отдавал предпочтение несправедливости, властолюбию и хищничеству, перейдут в волков, ястребов или коршунов» (Федон, 81e-82a).

Но далеко не все священные книги говорят о перевоплощениях. Разве можно найти что-либо о перевоплощении в Ветхом Завете или Коране? И, следовательно, в мировоззрениях, которые определялись этими книгами, этой идеи и быть не может.

У дьякона Кураева есть неплохая работа, посвящённая опровержению теософских доводов о существовании идеи перевоплощения в христианстве. В ней последовательно разбираются теософские, не очень глубокие, доводы об этом. Впрочем, его работе и предисловию к ней индолога В.К. Шохина делает честь важная оговорка, что работа направлена не против доктрины перевоплощения как таковой, а против утверждений теософов о её наличии в христианстве.¹

¹ См. Раннее христианство и переселение душ. — М., 1996 Хотя теософские доводы

Не будем повторять доводов гой или другой стороны. Добавим парочку собственных наблюдений, которых среди доводов обеих сторон не было. Скажем, по текстам Евангелий. Взглянем на тот же разговор с Никодимом из евангелия от Иоанна, вокруг которого идут такие ожесточённые споры (3.3, 7).

Иисус говорит Никодиму: *«Не удивляйся тому, что я сказал тебе: должно вам родиться свыше»*. Это выражение «родиться свыше» повторяется Иисусом дважды. Действительно, трудно отделаться от впечатления (на большее не претендуем), будто слова Никодима подтверждают, что разговор шёл о другом, что осталось за текстом: *«Никодим говорит ему: как может человек родиться, будучи стар? неужели может он в другой раз войти в утробу матери своей и родиться?»* (Иоанн, 3.4).

Когда я читал это место, то почему-то запомнил и даже где-то записал его ошибочно: «снова» вместо «свыше». Позже, знакомясь с трудом Л. Толстого, пытавшегося, как ему казалось, освободить Евангелие от ненамеренных ошибок и злонамеренных искажений, я обратил внимание, что он под влиянием господствующего ветхозаветного понимания совсем уж вольно перевёл (точнее, истолковал) греческое *αποθεν* как «от Бога». Проверка по древнегреческим словарям подтвердила то, что могло приниматься за ошибку: одно из значений древнегреческого *αποθεν* — «заново», «сызнава»! То же значение указывает и известный религиовед XIX века Фаррар.

Но оставим споры о текстах богословов. Посмотрим, например, на внетекстовую действительность — обряды.

В христианстве поминки — на девятый и 40-й дни. Если признать, что случайностей в подборе чисел в древних священных обрядах быть не может (нумерология была очень важной областью миропонимания), то эти цифры должны быть к чему-то привязаны. Не может ли это быть указанием на девять месяцев или 40 недель от зачатия до рождения? Если так, то почему эти числа отсчитываются от кончины?

По свидетельству Ю. Мирянова, на юге России считали срок хождения души (по мытарствам) 49 (40+9) дней. К этому добавим, что в Тибете важнейший поминальный обряд происходит на 49-й день, и столько

с точки зрения православного богословия разбиваются достаточно убедительно, думается, до закрытия темы еще далеко. Канон, естественно, складывался не сразу и подвергался редактированию. И, возможно, в раннем христианстве, еще не разделенном на каноническое и гностическое, были общины, которые придерживались веры в перевоплощение, довольно широко распространенной в позднем эллинизме

же дней по японским обычаям прах покойника должен пребывать в доме. Заметим, что Христос в пустыне взалкал на 50-й день (знаменательно, что писание не говорит, что в 50-й).

От священного — к слишком мирскому. Один из законов познания — закон соответствия: что здесь, то и там. Понятие о перевоплощениях не совсем чуждо нашему мышлению. Когда мы говорим о перевоплощениях актёров и писателей, мы допускаем, что это возможно. Пусть это перевоплощение неполное и с возвращением и происходит в том же самом времени.

Бодрствование ведёт ко сну. Забвение сна заканчивается пробуждением. После долгой зимы вновь пробуждаются к жизни растения. А после смерти? Когда тело распалось, мысли угасли или рассеялись?

На севере проще верить в перевоплощения. Возможно, в сказках о превращении Иванушку в козленочка или Ивана-дурака в красавца, что ни в сказке сказать, ни пером описать, или о живой и мёртвой воде мы имеем дело с остатками этого представления. Оно смутно слышно в русских пословицах и поговорках: «Как заново родился», «Жизнь — копейка, голова — наживное дело», «Человек рождается на смерть, а умирает на живот (то есть жизнь)», «Знает Бог, кого на племя пустить» и т. п.

Похоже, в антикультуре — сквернословии — в ругательствах «пошёл ты на... (мужской половой орган)» или «в... (женский)» сохранилось проклятие «да родись ты снова» или угроза: будешь убит и снова родишься.

Даже наука в лице, правда, очень немногих, но всё же умножающихся представителей сейчас пытается найти доказательства возможности перевоплощений.

Например, некоторые направления так называемой гуманистической психологии (в частности, трансперсональная) пытаются доказать существование перевоплощений с помощью «пиковых», психоделических, пограничных со смертью или иных психических переживаний.

Некоторые направления новейшей психологии подходят к идее перевоплощений следующими шагами:

- Следы любых человеческих поступков отпечатываются в психике и остаются в подсознании.
- Так называемое бессознательное содержит в себе определённые мифологические и религиозные символы и сюжеты, влияющие на наше поведение.
- Якобы возможно дойти до воспоминаний зародыша, плавающего в

околоплодных водах.

- Во время необычных состояний сознания могут вспоминаться прошлые рождения.

Пытаются найти конкретные доказательства. Ян Стивенсон опубликовал несколько работ с описанием 1300 перевоплощений, используя изучение архивных материалов, опрос свидетелей, осмотр мест, где они происходили, анализ возможных ошибок и искажений. Несколько таких исследований проводилось и в Индии.

Наиболее убедительные данные о воспоминаниях прошлой жизни относятся к детям от двух до четырёх лет. В возрасте трёх-шести лет дети считают смерть временным явлением, обратимым, как сон или отъезд. Потом в суете жизни взрослые это забывают, и лишь немногие и изредка вспоминают. Но всякий более-менее тонко восприимчивый человек может, наверное, припомнить, что в детстве никак не мог понять: как это могло быть, что меня — не было. Были мама и папа, бабушка и дедушка, были земля, небо, вода, травы, деревья, а меня не было! В общепринятую истину о необязательном и разовом появлении человека в мире ребёнок не верит, как не верит он и в то, что человек умирает и исчезает — совсем, насовсем. И когда захлестывает слезами обида, дети часто воображают: «Вот умру — и будете тогда жалеть!» — при этом представляя себя смотрящим откуда-то на плачущих, а значит — живым.

Один обследованный человек рассказал, что в возрасте пяти-шести лет в его мыслях постоянно повторялся сюжет: после его смерти от старости его психическое «я» снова родится и повторит весь цикл физического и психического развития, причём после нового рождения прежний цикл развития забудется полностью.

Проще всего объяснить такие мысли детским неразумием. Но не лучше ли поискать за детским лепетом что-то истинное? Всё зависит от того, истолковывать ли известные научные факты благожелательно к этой идее или заранее отвергнуть саму эту возможность.

Известно, что развитие человеческого зародыша как бы повторяет стадии эволюции существ: от растения (сначала его даже называют лепестком) к червячку с едва намеченной нервной струной, потом зародыш очень схож с рыбой или пресмыкающимися и имеет рудименты жабр, в конце — с приматами. Пусть это не научное доказательство, но на уровне чувств очень убеждающее сходение с пуранической идеей, что человеческая душа проходит в жизни 8 400 000 существований — в виде растений, водных обитателей, животных, людей, — из коих лишь последние 400 000 — в виде человеческих существ. При этом различные существа рассматриваются в индийском мировоззрении как явления, в какой-то мере, одного ряда с

возможностью перехода из одного в другое.

Сознание человека проявляется и в условиях его рождения. Дети наследуют от родителей не только некоторые внешние черты, но и некоторые черты нрава. Рождение среди того или иного народа, в той или иной стране, в том или ином времени, мальчиком или девочкой не случайно. И недостаточно набором хромосом и генов объяснять все условия и черты человека... В яйцеклетку пытаются проникнуть десятки сперматозоидов, но на пути к ней гибнут тысячи, а внутрь попадает всего один. Почему именно этот? Чем он отличается от других? Случайно?

Замечено, что после войн рождаемость резко повышается (так называемый беби-бум). Считают, что это происходит из-за того, что множество молодых людей после вынужденного воздержания возвращаются и начинают активно общаться с представителями слабого пола. Но если смотреть на этот факт с точки зрения кармы, то так воплощаются желания, утратившие телесную оболочку. Или, если использовать понятия тибетской «Книги мёртвых» («Бардо Тёдол»), то после кошмаров конца Хониид Бардо и суда и кармической бури Сидпо Бардо сознания спешат сбежать от страшного — воплотиться.

Очень распространено такое явление, как перенос своих психологических затруднений на других, и в частности на своих детей. Прежде всего этот перенос проявляется в самом желании иметь ребёнка. «В таких случаях желание иметь ребёнка задаётся главным образом проекцией проблем своего собственного существования на ребёнка. Когда человек чувствует, что он не в состоянии придать смысл собственной жизни, он старается обрести этот смысл в ребёнке» (Э Фромм). А так как множество людей заводят детей потому что 1) так принято; 2) это избавляет их от бессмысленности их существования; 3) случайно, — то и рождённые дети оказываются заложниками эгоистических мотивов родителей. Кстати, чем не довод в пользу первичности сознания над телесным? И новые веяния — рождение из пробирки, клонирование — показывают, что особь или личность может быть результатом умственной работы.

Часто детей рожают и те, которые их не хотели Л. Рон Хаббард, придумавший одно из видоизменений психоанализа, названное им дианетикой (и сделавший его мощным средством промывки мозгов), утверждал, что огромное количество психосоматических болезней, неврозов, психозов и т. д. — результат или попыток абортов, или агрессии со стороны одного из родителей, соединённых с записанными памятью ещё не родившегося ребёнка сопутствующими ощущениями, звуками. Соединение боли с этими ощущениями впечатывается в сознание в виде так называемой ин-граммы, которая воспроизводится, если совпадают в той или иной степени условия и ощущения, и производит то или иное расстройство,

боль и болезнь. Крохотулька истины в этом есть, но так как всё многообразие жизни сводится к одной идее, которую человеку можно внушить, и одному методу, то такая крохотулька становится весьма вредной.

Ребёнок невольно или вольно подражает тем условиям и отношениям, которые наблюдает. Многие люди принимают за норму психическую жизнь своих родителей и близких или социальной группы, в которой рождены, и чувствуют себя нормально, пока сами не отличаются от них. И с другой стороны, если ребёнок не в согласии с собой и внутренне расколот, то чаще всего оказывается, что и его родители не в ладах друг с другом. И тем больше, чем больше противоречий в ребёнке. Если он не способен примирить эти противоречия или смириться с ними, родители расходятся или постоянно враждуют.

Здесь как бы взаимно меняются причина и следствия. Поэтому мы можем наблюдать сделанное нами в прошлом рождении в нынешних условиях нашего существования и поступках. И то, что не всё объясняется условиями, также можно толковать в пользу существования перевоплощений. Нередки случаи рождения больного или уродливого ребёнка у здоровых процветающих родителей, опекаемых врачами. И наоборот, в тяжелейших, неблагоприятнейших условиях рождаются здоровые дети.

К попыткам опытных доказательств относятся исследования снов-воспоминаний о прошлых рождениях взрослых, которые обычно не интересовались или почти не интересовались идеей перевоплощения до того, как эти сны им стали сниться. Эти сны отличались следующими чертами:

- По наитию из-за их яркости и других особенностей они связывались с прошлой жизнью
- Вращались обычно вокруг последней смерти опрашиваемого
- Часто содержали впоследствии подтверждённые временные и пространственные сведения о прошлом

Возможно, одна из нитей, связывающих обычного человека с прошлыми рождениями, — так называемая ложная память (*deja vu*). Когда вид, ощущение, запах, вдруг вызывают странное воспоминание.

Мне кажется всё так знакомо,
Хоть не был я здесь никогда,
И крыша далёкого дома,
И мальчик, и лес, и вода,
И мельницы говор унылый,
И ветхое в поле гумно...

Всё это когда-то уж было,
Но мною забыто давно.

А.К. Толстой

Другая, более редкая связь — проявляющееся в сверхсознательном состоянии иноглаголанье (ксеноглоссия) — говоренье на неизученном языке.

«Я — Наполеон!», «Я — Мухаммад!», «Я написал все симфонии Шостаковича!» и т. п. — твердит сумасшедший. Потеряв свою личность, он принимает себя за другого, смутно ощущая себя как всеприсутствующее и всевременное сознание, сгущенное в одном месте.

Существует большое количество наблюдений так называемой множественности личности, когда в разное время у человека проявляются как бы разные временные личности, обладающие высокой сложностью и целостностью. Известны случаи, когда в одном человеке чередовалось более 20 таких личностей. Или когда один человек имел несколько личностей, не знавших одна о другой, с совершенно разными даже физиологическими проявлениями. Так, один мальчик с такой раздвоенностью в одной личности имел аллергию к апельсиновому соку, тогда как вторая личность её не имела. Простейший случай такой множественности — расщепленность сознания (например, Кин Бианки, имевший две личности: одна — добропорядочного обывателя, а другая — садиста-убийцы). На это могут указывать также различные двойники в литературе: черт Ивана Карамазова, двойник Блока, «чёрный человек» Есенина.

При желании намеки на перевоплощения можно найти в насквозь биологической теории Фрейда, если их небιологически объяснять.

Влечение к собственной матери выглядит для обычного сознания жутким извращением. И оправдывать его с точки зрения единственности человеческой жизни — не только глупо, но и безнравственно. Но если воспринимать его как отражение бывшей некогда связи, то такой факт принимает другое качество. Это отношения Пуруши и Пракрити, Духа и Матери-Природы.

Прежде сосавший грудь (теперь), стискивая (её), страстью переполняется;

прежде рождённый из влагалища в этом же влагалище услаждается.

Мать — снова супруга, супруга же — мать,

отец — снова сын, сын — снова отец.

Так колесом текучести¹, словно на колодезном колесе

¹ Текучести *sansara*

черпаки, крутятся лонорождённые, послушно собой миры наполняют.

Йога таттва упанишада, 131-133

САНСАРА И САМСКАРЫ

Из идеи кармы и перевоплощений вытекает очень важное для йоги разных направлений представление о круговороте человеческих жизней.

Существует ли этот круговорот? Можно ли в этом убедиться и убедить другого?

Разобьем ответ на две части. Первое — в пределах жизни личности. Искать за пределами имеет смысл только после того, как убедились, что и в этой жизни существует причинно-следственная связь и доброе дело приносит добрые плоды, а злое — злые.

Что текущее (букв, значение слова *сансара*) существует, об этом и спорить нечего. Мы говорим: «течёт время», «ваше время истекло», «в истекшем месяце или году», «текущие дела», «в течение жизни», «течение болезни», «текучка заела»...

Эта текучка — круговорот. Приходится *крутиться*, чтобы заработать деньги, *вертеться*, как белка в колесе, *кручиниться* по разным поводам. Предприниматели и политики устраивают *«раскрутку»*, чтобы побудить покупать свой товар, и *накручивают* расходы. Говорим *«закрутился»*, когда на человека наваливается столько сложностей, что он не может с ними справиться, и *«выкрутился»*, когда удалось избежать опасного положения, а когда человек изворачивается, ему говорят *«не крути!»*.

«Крутится-вертится шар голубой». Ежегодно сменяются весна-лето-осень-зима. Со школьных лет известно о круговороте воды в природе.

Мудрецы всех времён и народов, знатоки человеческой психологии и просто люди, имеющие терпение долгие годы наблюдать за своим поведением, знают, что любой избыток чего-либо приводит к его противоположности. Пресыщение приводит к отвращению, радость переходит в страдание, любовь — в ненависть. Долгая защита какой-либо идеи или противоборство ей у слабых умов кончаются тем, что они становятся отрицателями того, в чём, казалось бы, были убеждены, или принимают то, с чем боролись.

Мы не воспринимаем мир вне нашего сознания, как не воспринимает его человек без сознания. Вне нашего восприятия, вне собственного опыта, собственного мировоззренческого взгляда или, иначе, вне собственных знаний его как бы и нет. Человек существует в мире, который, в какой-то мере, создаёт сам.

Для Запада самый высокий идеал — «свобода мысли». Но у мысли весьма ограниченная свобода. Мысль привязана к телу трудноодолимым тяготением. Она меняется от мгновения к мгновению. Мысль прихотлива, суетлива и похотлива. Она определяется впечатлениями и влечениями и, искажаясь, отклоняется от задуманного и, сделав круг во времени и пространстве, возвращается с другой стороны туда, где уже не узнает саму себя. Этот закон применим и к отдельной личности, и к стране, и к человечеству в целом.

Индийское традиционное мировоззрение циклично. Оно принимает идею четырёх главных периодов существования Вселенной (или четырёх стадий развёртывания сознания от совершенства) — Сатья (или Крита) юга, Трета, Двапара и Кали юга.

Что же является источником текущего?

В йоге этот круговорот описывается так (Вьяса, на Йога сутру, 4.11). Из праведности возникает счастье, из неправедности — страдание. Из счастья — страстное влечение, а из страдания — отвращение. Отсюда же деятельность. Движимый умственной, словесной и телесной деятельностью, человек приносит пользу или вред другим. А из этого — вновь праведность и неправедность, счастье и страдание, влечение и вражда; и так шестиспицевое колесо сансары пребывает в постоянном вращении. Движущая сила этого вращения — неведение.

Карму, наш удел, слагают произвольные действия ума. Её также называют *анади васана*, то есть безначальные стремления. Главное действие происходит в уме; оно заставляет действовать из-за присутствующих в нём подсознательных и неразрешённых трудностей, помех, очагов напряжений, предпочтений и преубеждений.

Поэтому сансара — это не столько круговорот рождений, сколько круговорот мысли. «Ибо мысль — это круговорот бытия, пусть усердно очищает её. Какова его мысль, таким он и становится — вот извечная тайна» (Майтри упанишада, 6.34).

Можно сказать, что сансара происходит от пороков и недугов сознания. *Мысль искривляется нашими пороками и замыкается в порочный круг.*

В жизни часто наблюдается, что человек вдруг «срывается» и начинает стремительно опускаться. Пьяница пьёт всё больше и больше и не может

остановиться. Воры и *новоришки* не в силах остановиться на вполне достаточном наворованном и всё больше тянут отовсюду, забывая об осторожности. Насильник обязательно сталкивается с одолевающим его или становится врагом самому себе. Процветающий делец, который, невзирая ни на какие опасности, удовлетворяет любые свои капризы, вдруг на вершине успеха отходит от всех дел и в скором времени приобретает невроз, который превращает его в развалину, приковывает к постели и, таким образом, полностью его уничтожает. При этом меняется даже внешний облик человека — он теряет свою мужественность и выглядит безжизненным. По К. Юнгу, подобные примеры одностороннего роста сознания и соответствующего противодействия бессознательного составляют немалую часть психиатрической практики в наше время.

Сансара — бесконечный поток построений в уме, который производится *самскарами*. Можно сказать, что *текущее производится впечатлениями*. Наше действие идёт за впечатлением, как утенок за первым увиденным объектом. Казалось бы, очевиднее, что текущее создаётся побуждениями или желаниями. Но ведь побуждения тоже чем-то вызваны. Чем же? «Впечатления создаются деятельностью сознания, а сама деятельность — впечатлениями. Так непрерывно крутится колесо деятельности и впечатлений» (Вьяса, на Йога сутру, 1.5).

Ближе по содержанию к санскритскому понятию *самскара* не столько слово «впечатление», как обычно его переводят, а «воспроизводимое», «образец». Ум с безначального времени собирает все впечатления, запечатлевает их, и они таятся в непроявленном виде до тех пор, пока их не коснётся и не пробудит к проявлению и развёртыванию соответствующее действие — умственное или телесное.

Иногда почти одинаково со словом *самскара* используют слово *васана*. Различие их в том, что васаны обозначают давние скрытые побуждения или влечения, приобретённые в многочисленных прошлых жизнях, а самсары — недавние. Васаны имеют своим источником память (Йога сутра, 4.9). Как дремлющие в подсознании впечатления они ответственны за различие в умственных способностях, склонностях, темпераменте и т. п. человека.

Всё многообразие этих мысленных впечатлений составляют человеческую личность. Эти мысленные впечатления являются причиной соответствующего внешнего действия и определяют самооценку и поведение человека. Из-за причинного сходства с тем или иным внешним событием или впечатлением они отзываются на него как на приятное или неприятное, резонансно его усиливают или ослабляют. Память человека — это проявленное состояние самскар. Именно они заставляют чувствовать себя низшим или высшим, хорошим или дурным и т. д., то есть ограничивать и связывать себя умственными предубеждениями и

предрасудками и внешними проявлениями. Если с ними отождествляться, легко потеряться.

Некое соответствие представлению о самскарах можно найти в современной психологии. Она признаёт значимость впечатлений и побуждений в человеческом поведении. На языке бихевиористской (поведенческой) физиологии впечатления — это «следовые рефлексy», обуславливающие выработку стереотипа, а на языке генетики — врождённые предрасположенности.

Современная психология утверждает, что большая часть наших страхов, беспокойств, подавленностей и т. п. имеют корни в детских переживаниях, и это оказывает огромное влияние на наше взрослое поведение. Так называемая «травма рождения», отрыв от материнской утробы, где было тепло и безопасно, отрыв от груди, детские болезни, прорезывание зубов, ушибы, страх перед насекомыми, болью, темнотой, наказаниями и многие годы спустя влияют на наше поведение...

Так, человек с глубоко укоренёнными неосознанными страхами или подавленными желаниями отзывается на происходящее в мире неверно, или, медицински выражаясь, невротически.

Самскарy чаще всего выступают в виде произвольных побуждений. Сама наша личность является сгустком этих побуждений. И наше отношение к людям и миру также чаще всего итог не обдумывания, а разряда, вызванного образом того или иного предмета, события или человека и похожим или противоположным впечатлением. Человек запрограммирован этими воспроизводимыми впечатлениями.

Чтобы стать свободным от запрограммированности, надо не дать впечатлениям воспроизводиться *без* нашей воли, то есть управлять ими или стать бескорыстным и незатронутым ими созерцателем.

Впечатления могут быть не только отрицательными, но и положительными. С помощью таких положительных впечатлений человек может воспитываться и самовоспитываться. Поэтому самскарами в Индии называются также индуистские обряды.

Обряды сопровождают и упорядочивают жизнь всякого правоверного индуса даже не с рождения, а с зачатия (*гарбхадхана*), а с помощью поминальных обрядов (*шраддхи*) — и много поколений спустя после сожжения его тела. Можно сказать, что вся жизнь — обряд. Самскарy рассматривались как приёмы, очищающие дваждырожденных от неизбежного загрязнения — и телесного, и умственного — в этой жизни и в иной. Например, нужно совершить омовение новорождённого, ибо его тельце — в крови и нечистотах, совершать омовение дважды в обычный

день и перед каждым праздником или обетом, получать знания как очищение от невежества.

Обрядам был придан также нравственный смысл совершенствования человека познанием. Существовало представление о том, что по рождению всякий является шудрой, по совершению посвящения (*упана-йаны*) он считается дваждырожденным, благодаря чтению Вед он становится брахманом, благодаря пониманию трёх вед — «знатоком трёх вед».

Важная часть ведийского вероисповедания — обряд посвящения (*дикиша*). Он проявляется и толкуется как посвящение приносящего жертву, безоговорочная самоотдача всей своей жизни Богу или учителю. При посвящении в саньясу проходят обряд смерти и собственной *шраддхи* (поминок). Для того чтобы прийти к новому, надо отбросить старое, умереть для старого. Зачем таскать за собой своё прошлое, как сундук со старыми клопами? В этом есть не только символ, но и разумное основание. Бывает, люди, перенёвшие смертельную травму, болезнь, клиническую смерть, открывают в себе необычные способности. Ибо смерть является и очищением от прошлых грехов. Навсегда ли они исчезнут или проявятся в каком-то облике после — зависит от поведения, упражнения и знания человека.

О «ПОЛЕЗНОСТИ» ПРЕДСТАВЛЕНИЯ

Представление о карме происходит из веры в конечную и высшую справедливость бытия и действенность жертвы. Карма осуществляет нравственный порядок и призывает человека к нравственным действиям.

Главный закон кармы — это закон воздаяния: доброе дело приносит добрые плоды, а злое — злые. Никто, кроме самого человека, не виновен в его нынешнем состоянии.

Идея божественной справедливости в европейской культуре выражалась, в частности, частым повторением, что, мол, смерть всех уравнивает — богатого и нищего, короля и раба, умного и глупца. И после смерти выбора почти не было: или вечный ад, или рай, которого были достойны лишь праведники. Это рождало у многих чувство бесполезности нравственных усилий, вело к общественному пессимизму, уравниванию всех по низшему уровню или бунтарскому выворачиванию этой мысли в намерение брать от этого мира всё что возможно. В санатана дхарме идея перевоплощений не перечёркивает прошлого опыта и делает смерть важной точкой перехода. «Воистину, человек состоит из намерения. Какое намерение имеет человек в

этом мире, таким он становится, уйдя из жизни. Пусть же он исполняет своё намерение» (Чхандогья упанишада, 3.14.1) В конце жизни, в миг кончины даже человеческое надсознание недолго пребывает в Бесконечном и Безусловном. Этот, хоть и забываемый потом, опыт всё-таки побуждает человека к самопознанию и прекращению перевоплощений.

Карма соединяет материальный и духовный мир, прошлое поведение и настоящее состояние и общественное положение и даже будущее единой связью в единую непрерывность. В этой непрерывной цепи растения и животные рассматриваются как прошлые или, в худшем случае, будущие состояния человека. Это может привести к большей сострадательности к природе и «братьям нашим меньшим».

Если существует цепь кармы, то должны быть и средства освобождения от неё. Так как карма исходит из Блага, по нити кармы можно добраться до Блага.

Поэтому для нравственной жизни и поведения нет идеи более ценной.

И несмотря на то что большинство учёных идею о перевоплощениях не принимают, некоторыми она уже вводится в научное обсуждение и довольно успешно используется практически психиатрами — для лечения психозов, фобий и других психических расстройств. Если бы не существовало закона перевоплощения, могли бы эти мероприятия быть успешными?

Принятие идеи удела (кармы) и перевоплощений

1. Даёт человеку убеждение, что всё, что с ним происходит, — итог именно его прошлых действий, а не каких-то не зависящих от человека причин, законов и случайностей.

2. Избавляет от беспокоящих мыслей «почему-де я так несчастен?» и вызывает некоторую покорность прошлому, а также даёт надежду на будущее, которое также творится мыслями и поступками человека, побуждая трудиться над улучшением себя.

3. Удерживает от совершения многих дурных действий. Многие подлости или преступления не были бы совершены, если бы совершающий зло не надеялся, что его поступки будут скрыты могильной пустотой — смертью, под которой он понимает отсутствие его горячо любимого тела.

4. Избавляет от страха перед смертью, от спешки и суеты, от безнадёжности достичь когда-нибудь совершенства. Каждый, какие бы ошибки и проступки он ни совершил, какой бы низкий умственный и образовательный уровень ни имел, искренне приняв эту идею, может совершенствовать себя — личностей и времени на это ему хватит.

Здесь достигнутое — не гибнет, убыванья не бывает, даже малость этой правды¹ страх великий избывает.

Бхагавадгита, 2.40

5. «Заставляет людей чувствовать, что вещи мира, мирские удачи и неудачи не затрагивают достоинства души. Только добродетель хороша, а не знания, богатства, не раса, не национальность. Кроме добродетели, ничто не имеет цены» (С. Радха-кришнан).

Карма тесно связана с дхармой.

¹ Дхарма.

ЙОГА И ДХАРМА

Как же выбраться из мира-марева и маяты в мир истинный? Как вырваться из пут путаниц, уз навязанных обязанностей к свободе?

Посредством правильных знаний и правильных средств, среди которых — должное и, значит, нравственное мышление и поведение.

ДХАРМА

Справедливость есть искусство неравенства.

И.Л. Ильин

Идею дхармы многие мыслители и индологи считали второй по важности и по значению в сложении особенностей индийской жизни после идеи Бесконечности и Всесущности Духа. Слово *дхарма* (от санскритского корня *dhr / dhar* — «держат», «поддерживать», «сохранять», «образовывать») относится к одному из основополагающих понятий индийского мировоззрения и мироустройства и настолько многообразно в различном окружении, что может означать «установления», «закон», «порядок», «правило», «долг», «справедливость», «добродетель», «идеал», «истина», «норма», «качество», «целость», «элемент», «категория». Каждое из этих значений показывает всего лишь одну сторону этого всеобъемлющего понятия и потому слишком упрощает и огрубляет его. Найти на других языках одно слово, вмещающее все смысловые оттенки санскритского *дхарма* (как и слова *йога*), невозможно (иначе они бы были теми же словами). Однако в соответствующих контекстах их нужно и должно переводить, ибо пользование термином в другой языковой среде, в отрыве от взрастившей его среды, обесмысливает и опустошает понятие. Лучшее, пожалуй, что можно сделать, — это очертить некий круг русских слов, по возможности охватывающий большую часть его смыслового поля. Держа в уме этот круг значений при чтении, мы, возможно, добьемся большего понимания, нежели однообразно повторяя санскритский термин или какое-либо одно русское слово.

Дхарма включает в себя и мировоззрение, и мироустройство, и «правильный порядок нашей жизни во всех её проявлениях» (А. Гхош). Исходя из предмета этой работы дхарму мы будем понимать, главным

образом, как порядок, справедливость, добродетель и соответствующее ей правильное поведение,¹ то есть должные и правильные действия, которые приносят добро, согласуются с умственным и психическим строем личности и ведут к порядку в мире.

Справедливость имеет целью поддерживать порядок в мире, делать добро людям и удерживать их от вредных действий. Она оберегает человека от неверных действий. Нет ни одного нравственного положения, которое бы не оценивалось и не определялось дхармой, не проводилось в жизнь в виде наставлений, советов, предписаний, запретов.

В дхармашастрах дхарма по её применению разделяется на два вида:

- Всеобщая, которой следуют люди всех сословий, семейного и общественного положения, стремящиеся к совершенствованию (*sādhāraṇa dharma* или *sāmānya dharma*)
- Сословно-возрастная (*varṇāśrama dharma*), которая относится к людям всех сословий или стадий жизни и многообразию которой столь же неисчислимо, как неисчислимо число людей

Всеобщая дхарма имеет почти такое же содержание, как *śīla* буддизма и *yama* Патанджали. Наиболее общий перечень для всех-учений и варн обязанностей-добродетелей состоит из невреждения, правдивости, нестяжания и т. п.

Ещё один список из десяти добродетелей включает негневливость (*akrodha*), правдивость (*satya*), нестяжание (*asteya*), чистоту (*śauca*), твёрдость (*dhṛiti*), смирение (*ksamā*), сдержанность в чувствах (*indriya-nigraha*), самообладание (*dama*), учение (*vidyā*), рассудительность (*dhīh*).

В разных сборниках дхармашастр — Ману, Ядж-нявалкы, Апастамбы, Баудхаяны и других — кроме этих, почти постоянных, перечислены множество других: доброта (*dayā*), терпение (*titikṣā*), скромность или вежливость (*vinaya*), послушание учителю (*guru śuśrusa*), прощение или смирение (*ksamā*), принятие даров (*akāraṇya*), искренность (*ārjavā*), паломничество (*tirthiyātrā*), гостеприимство (*ātithayatā*), умеренность в усилиях даже ради добра (*anāyasa*), выполнение благоприятных одобряемых действий (*mangala*), самообладание (*dama*), управление чувствами (*indriya samyama*), наблюдательность (*apramāda*), созерцание (*dhyāna*) и др.

Полезное и нравственное в дхарме не разделялось. Если добродетельный поступок не приносил пользы сейчас и даже наносил вред деятелю, то он

¹ Поэтому мы часто будем использовать это понятие применительно к традиционному индийскому мировоззрению.

был «полезен» для будущего воплощения.

Может показаться, что предписанные йогой нравственные правила (йама и нийама), в общем-то, не представляют ничего особого, и многие добродетельные люди не нарушают их в жизни, да и юридические нормы требуют от людей того же, грозя за их нарушение наказанием. Но при всём сходстве отметим важнейшие отличия.

Если дхарма требует от человека прежде всего точного и неукоснительного соблюдения в жизни предписаний, правил и наставлений мудрых, то направленная только к Освобождению йога требует исключительной самостоятельности и ответственности.

В традиционной дхарме при противоречии всеобщей дхармы дхарме сословно-возрастной предпочтение должно даваться последней. Так, например, когда Арджуна на поле Курукшетра, провидя ужасы предстоящей битвы и её последствий, пытается руководствоваться требованиями вечной дхармы, Господь упрекает его за смятение и настаивает на том, чтобы он выполнил свой долг воина.

Йама и нийама йоги же рождены внутри вечной Дхармы, и её выполнение для йогоинов важнее, чем выполнение сословно-возрастного долга (*варнашрама дхармы*).

Если дхарма обращена к миру и занимается преобразованием, превращением (*павритти*) мира, то йога занята отвращением от него и прекращением его (*нивритти*). Если путь превращения — это естественное стремление преобразовать этот мир так, чтобы собрать побольше для себя, своей личности, то когда направленность к этому исчезает и приходит потребность найти источник существования — тогда наступает очередь сознательной нравственности.

Согласно пониманию дхармы йогой Патанджали, добродетель {дхарма} может увеличиться от действий, ведущих к освобождению, тогда как от противоположно направленного поведения увеличивается недолжное (*адхарма*). Так как добродетельные действия могут удалить преграды Пракрити и определить её видоизменения, это значит, что нравственные действия человека видоизменяют проявления Пракрити, и поэтому человек в зависимости от своих действий оказывается в тех или иных условиях, где он подвергается или страданиям, или удовольствиям.

И со своей стороны дхармашастры утверждают связь йоги и дхармы, при которой йога оказывается главенствующей: «Даже если действия, касающиеся жертвоприношения, обычая, обуздания чувств, ненасилия, принесения дара и изучения Веры, и были связаны с дхармой, всё же высшая дхарма та, что связана с познанием Атмана посредством йоги»

(Яджнявалкья смрити, 1.8).

ИСТОЧНИКИ ДХАРМЫ

«Веду, священное предание, поведение добродетельных и самоудовлетворение¹ — это объявили четырьмя очевидными источниками дхармы» (Законы Ману, 2.12).

Рассмотрим по порядку.

ВЕДЫ. Веды, согласно традиционному мировоззрению, — это «дыхание Брахмана», они безначальны, вечны и не сотворены человеком. Веды — не столько священное Писание и даже не столько выраженное в словах священное Откровение, сколько самосушая и постоянно воспроизводимая матрица, по которой после растворения мира он создаётся вновь.

Веды — это вечное откровение и открытие провидцев и мудрецов древности (риши). Они являются не столько создателями её гимнов и наставлений, сколько передатчиками Вечного Знания. Поэтому Веда называются также *шрути*, «услышанное» — в двух смыслах: услышанное «внутренним слухом» и услышанное из уст учителя. Писания (самхиты, брахманы, араньяки и упанишады) — лишь проявленная часть этого Знания, Ведения (Веды в единственном числе), которая в человеке выступает в виде вдохновенного сверхсознания, наития, совести.

Не принимая во внимание основополагающей роли Вед как единого источника многих течений, даже потёкших в противоположную от общего направления сторону (буддизм, джайнизм), невозможно верно понять своеобразие и многообразие индийского наследия. Объединяющая роль Вед — в сохранении ими общих идей, общего языка, музыкально-поэтических форм и общего уважения к древности и людям, которые её заучивали и передавали — во многом позволила сохранить и непрерывность наследия. Именно Веды являются священным разрешением на существование идеального общественного порядка.

Но хотя дхарма, по идее индуизма, коренится в Ведах, порождается, определяется и освящается ими, на самом деле в них мы не найдём полного её изложения. Только некоторые гимны Вед являются явным сопровождением определённого обряда (свадебный, на зачатие, похоронный), а в остальных мы можем найти лишь намеки и ссылки на определённые правила.

¹ Соответственно *Śruti, smṛti, sadācāra, svasya priyamātmanuh*

Но и в Ведах как писаниях есть идеи, которые определяют традиционную нравственность. Например, знаменитое выражение «Ты есть То» (*tat tvam asi*) из Чхандогья упанишады в своей краткости содержит в себе построенный на евангельском выражении категорический императив И. Канта и обобщённое так называемое золотое правило нравственности: «(Не) поступай по отношению к другим так, как ты (не) хотел бы, чтобы они поступали по отношению к тебе»¹.

Многие нынешние властители капиталов и СМИ убеждены и стремятся убедить других (а может, в первую очередь, себя), что совести нет или это нечто из области религии и литературы, никак не влияющее на жизнь, выдумка для прекрасодушных, плод воображения, не имеющий «объективного» основания.

Недавно какой-то знаменитый адвокат, защищавший очередного особо крупного вора, поучающе вещал по телевизору на всю страну: «Совість — не юридическое понятие».

Нам всучивают ещё одну «западную ценность», а точнее, стекляшку. Среди принципов демократии «свобода совести» была установлена законодательно в результате буржуазных революций XVIII века и приняла разный облик в зависимости от мировоззренческих и иных условий. Для сосуществования в разноплеменном колониальном котле США множества различных религиозных конфессий и агрессивных протестантских и иудаистских сект этот закон был необходим, иначе котел бы взорвался. Но этот великий принцип свободы совести на практике (в США и прочих цивилизованных странах) ведёт не к подъёму духовности, а «к постепенной утрате людьми всякой совести вообще и замены её правовым полицейски-судебным сознанием. В таком либеральном обществе самые разные нравственные установки могут приветствоваться и поощряться (на словах), но при этом они уже не принимаются в расчёт во всех деловых юридических отношениях»² и заменяются показной законопослушностью и хитрой законоизворотливостью.

У нас же нравственная оценка всегда была очень важной. Издавна понималась разница между законом и совестью, и даже долго бытовала такая формула: «Как тебя судить, по закону или по совести?». Когда наказывала власть, общественное мнение выносило свой приговор, часто не совпадающий с юридическим. К тому же то, что переводится русским словом *совесть*, не есть по происхождению и смысловому содержанию то

¹ Формула, выведенная А Гусейновым. Примерно в таких же словах это правило можно найти в индийских текстах, по крайней мере, с IV века до н э.

² Бородай Ю М. От фантазии к реальности (происхождение нравственности) — М, 1995 — С 283

же самое, что английское и французское *conscience*. Последние по происхождению и значению связаны с сознательностью. Русская же совесть — это не просто какие-то накопленные образованием убеждения и принципы, а изначально существующее в человеке соответствие божественной Вести (Веде), мерило добра и зла, нравственное чутьё. И хотя оно не поддаётся юридическому кодифицированию, оно участвует в оценке и осуждении своих и чужих поступков.

СВЯЩЕННОЕ ПРЕДАНИЕ. В любой культуре есть письменно или устно установленные нравственные нормы. В индуизме это огромная область писаний и преданий, которая не относится к Ведам, на порядок менее авторитетна, чем Веды, но доступна для изучения не только брахманами, но и людьми любого рода и касты. То, что раньше существовало в памяти и обычае как услышанное (*шрути*), было записано в *смрити*. Это громадные по объёму эпические сказания — Рамайана, Махабхарата с её отдельно выделившимся священным произведением — Бхагавадгитой, а также предания и сказания о риши, мудрецах и святых, сборники дхармашастр.

Дхармашастры являются важнейшим записанным источником и регулятором соответствующего дхарме поведения. В них узаконивались, описывались и объяснялись обычаи и обряды, предписывались и запрещались те или иные поступки, описывались нормы религиозного и судебного права, искупления и наказания.

Дхармашастры составлялись и развивались на протяжении почти 2,5 тыс. лет (последние произведения этого жанра относятся к XIX веку). Они создавались и передавались в ведийских школах и являлись одним из важных знаний брахмана. Для мирской жизни они оказывались одним из самых важных документов. Наиболее известные из них — «Законы Ману», Яджнавалкья смрити, Апастамба.

Не будь жёстких норм и правил дхармы, не было бы йоги. Весьма примечательно, что «Законы Ману» и Йога сутра были написаны примерно в одно время (между IV и II вв. до н.э.). А так как такие тексты лишь записали то, что долгое время было на практике, — значит, и дхарма, и йога издавна взаимовлияли и взаимодействовали друг с другом.

ПОВЕДЕНИЕ ДОБРОДЕТЕЛЬНЫХ. Записанное — важная часть мировоззрения и мироустройства. Но человек нуждается в непосредственном знании, примере и вере. И чтобы истина была живой, она должна передаваться живым человеком и стать для людей правилами жизни.

Достоверность знания доказывается надёжностью лица, которое его даёт. Человек может быть неграмотным, но отзывчивым, добрым, правдивым, щедрым, гостеприимным... Другой может знать писания и использовать их в корыстных и властных целях. Иногда поступок одного человека (пример) может быть много убедительней многих томов писаний.

Человек — также определитель доброго и дурного. Действия, одобряемые хорошими людьми, считаются хорошими, а осуждаемые — дурными.

Пример даже немногих, но лучших действует облагораживающе, возвышающе на среду, в которой живут многие, в какой-то мере даже создаёт её. Один действительно знающий и добрый человек не даёт расплодиться и разойтись десяткам тысяч злодеев.

Интеллигенция плачет: «Упадок духовности! Нравственное вырождение! Неуважение к святыням! Разгул преступности!» А чего плакать-то?! Во многом виноваты сами. Виноваты научные работники, которые не задумываются, какую опасность несёт их открытие и в какие руки попадёт. «Жрецы» искусства, лепящие на потребу толпы фильмы и книги о преступниках, проститутках да монстрах. Артисты, пьянствующие в быту и выступающие на предвыборных концертах только потому, что политики платят. Журналисты, служащие то комиссарам во френчах, то коммерсантам во фраках.

«Кому многое дано, с того много и спросится». Больше нравственных требований предъявляет Истина к образованному, чем к невежественному, к занимающему высокий пост, чем к подчинённому... Кому-то меньше греха своровать, чем другому — соврать.

Что совершает лучший — то и всякий рождённый,
какой он пример подаёт — следует мир такому.

Бхагавадгита, 3.21

Сейчас знание передаётся через целый ряд механических, электронных и прочих посредников — газеты, книги, радио, телевидение, кассеты, диски, Интернет. И при этом многое теряется, а многое — искажается. Поэтому люди всё меньше верят и всё меньше понимают.

Внимание к поведению добродетельных вносит в узаконенные писаниями, кодексами, обычаями и, значит, довольно жёсткие и косные нормы известную гибкость, предоставляя возможность изменять их в зависимости от местных обычаев, условий и времени.

Соблюдение установленных правил (*ачара*) позволяет человеку не ломиться в открытую дверь, а пользоваться опытом прошлого, поддерживать преемственность не только обычаев, но и черт характера.

САМОУДОВЛЕТВОРЕНИЕ. Особенно интересен четвёртый источник добродетели — *сантушти*.

«Следует усердно исполнять такое дело, которое даёт внутреннее удовлетворение для исполняющего его, но противоположного — избегать» (Законы Ману, 4.161).

Как это понимать? Э. Фром считал одним из неудачных проявлений западного понимания дисциплины и всякой добродетели мнение, что их соблюдение должно быть чем-то мучительным и что сама эта мука есть показатель правильности продвижения. Восточная мысль давно осознала, что то, что благоприятно для тела и духа человека, должно быть приятным, даже если поначалу пришлось преодолевать некоторые препятствия.

По мнению индийских толкователей писаний, при необходимости выбора у человека благочестивого желание соответствует дхарме, и им надо руководствоваться. Индийская дхарма настаивает, что даже в достижении высших целей нельзя слишком сильно мучиться. Если человек действует вопреки своим естественным склонностям, всё время перелаживает себя, он делает несчастным не только себя, но и многих других вокруг.

Чем больше вам нравится и кажется нужным и правильным ваше дело, чем больше вы увлечены им — тем лучше оно получается. Человек, делающий не свойственное ему дело, к которому «душа не лежит», не способен работать увлечённо, со всей отдачей, не замечая времени и усталости, плодотворно и не получает удовлетворения во время и после его выполнения.

«Гони природу в дверь — она влетит в окно». Обратный откат от христианского наследия веры без знания, подавления плоти, жертвенничества и мученичества привёл через целый ряд кровавых войн и революций к нынешнему безудержному научному исследованию, неуёмному потребительству, сексуальной революции и т. д.

Санатана дхарма предписывает чувственные радости в зависимости от жизненного состояния. Чувственные радости — поиск и обретение красивых вещей, слушание прекрасных слов, питательная и вкусная еда, обоняние благовонных запахов, наслаждение красотами природы, гармоничная половая жизнь, обретение здорового потомства и т. п. Считается, что неиспользование чувств так же дурно для здоровья и развития, как и слишком напряжённое их использование. С точки зрения

сохранения здоровья чувственность (*кама*) может рассматриваться и как добродетель. Она необходима, чтобы сохранить здоровье, без которого нельзя исполнить дхарму.

Доброму человеку бывает не по себе не только от того, что он причинил зло другому, но и от того, что не сделал для него доброе. Поэтому дхарма — не столько долг выполняющего её миру, сколько дар ему.

Добродетель также нужна для улучшения, как бы сейчас сказали, среды. Добродетельные даяния могут использоваться для благотворительности, обеспечения развития науки, техники и искусства, а также для противодействия несправедливости.

Исполнение дхармы не только поддерживает общественный порядок, но и невозможно без какой-то доли самоуправления: умения держаться наследственных обычаев, ставших убеждениями, удержаться от несвойственного и плохо знакомого дела, от оскверняющих или неверных мыслей, удержать кого-то от выполнения неверных, несправедливых действий.

Наши действия слишком часто определяются другими. Не только чьими-то прямыми приказами, требованиями, просьбами и советами, но прежде всего — невольным подражанием. Мы видим, что многие делают то-то и то-то и из-за неуверенности в себе тянемся делать то же, хотя это может идти вопреки нашему призванию, способностям и особенностям. Нам кажется, что проще жить согласно ожиданиям других, и мы пыжимся стать чем-то, к чему мы не очень-то способны и приспособлены. Так, например, когда выбирают работу или институт по совету родных или знакомых из соображений престижности, денежности и т. п., а не из-за интереса, можно стать несчастным на всю жизнь. Если нет знающего суть учителя, лучше выбор по своему желанию: он даёт больше возможностей для накопления опыта, часто менее опасен и легче исправим.

Если есть четыре источника, то, очевидно, есть среди них какая-то соподчинённость. Такое распределение по значимости: совесть — писание — пример — самоудовлетворение — видимо, в идеале. У каждого человека свой опыт, и поэтому в то или иное время, в тех или иных условиях что-то будет более важным, что-то менее.

Некоторые прямые указания имеются в традиции. «При противоречии между шрути и смрити больший авторитет имеет шрути, а в отсутствии противоречия предписание смрити следует воспринимать как ведийское»

(Яджнавалкья смрити)¹.

«Кто поклонением, кто знанием (приносит жертву), только знание приносит удовлетворение» (Ригве-да, 8.27.20).

УСТОИ ЖИЗНИ: ЧЕТЫРЕ ПРАВА — ЧЕТЫРЕ СОСТОЯНИЯ — ЧЕТЫРЕ ЖИЗНЕННЫХ ЦЕЛИ

Нравственно хороший человек четырёхуголен.

Аристотель

Беда многих наших доморощенных «йогов» в том, что у них нет направляющего мировоззрения, явленного через Ведение, писание, пример. Они составили себе крошечную смесь из клочков индуизма, буддизма, христианства, науки, экстрасенсорики.

На вопрос, для чего нужно совершенствование, чаще всего сейчас отвечают для «достижения гармонии» (тут следуют варианты: с Природой, с Космосом, с Духом и т. д.)- Но за словесными штампами часто оказывается пустота. Сказать о стремлении к гармонии в музыке — не то же самое, что слышать её внутренним слухом и тем более создать симфонию или хотя бы хорошую песню и сыграть её. Для этого нужны музыкальные способности, знание правил музыки, умения.

Да, мы можем сказать о том, что Вечный порядок строится на Гармонии и устраивает её. Но что нужно для его осуществления?

Первое, главное и, может быть, даже единственно нужное — наладить внутреннюю жизнь, поскольку внешний мир отражается и представляется нам через состояния нашего ума. Гармония не может быть установлена никаким внешним кодексом или схемой, никакими жёсткими канонами и законами, если нет настроенного на лад ума. Только тогда начинают согласно «звучать» и вызывать соответствующую отдачу призывы, предписания, правила и учреждения. Поэтому беспокойство, столкновения, вражда — в противопоставленности, раздробленности и противоречии не между «я» и «не-я», между биологическим и духовным, а между различными склонностями, побуждениями и противодействиями в уме. Именно они образуют в какой-то мере наш внешний мир.

Поэтому гармония должна корениться во внутренних потребностях

¹ Самозванцев А.М. Книга мудреца Яджнавалкьи. — М, 1994. — С 11.

человека, поддерживаться разнообразными и напряжёнными эмоциями и мыслями, которые вызывает и содержит её высшая цель или идеал.

У каждого ученья есть учитель, мировоззрение, Слово в виде писанья, тело в виде общины.

Дхарма — это устав и устои Вселенной и общества. Она изначально тесно соединяет природный, общественный и нравственный порядок. Это Вечный Порядок, который проявляется множеством установлений, правил, обычаев.

ПРАВСТВЕННОСТЬ И ПРАВ

Во все времена мудрецы давали житейские советы — как прожить в этом мире счастливо и спокойно. Предписания были разными Для разных людей и сословий и в установлениях Ману, «Артхашастре» Каутильи и «Кама сутре» Ватсьяяны, у гедониста Эпикура, стоика Сократа, циника Диогена, в «Афоризмах житейской мудрости» пессимиста Шопенгауэра и у нигилиста Ницше... Но объединяет их то, что все эти мыслители считали самым важным для человека осуществление своей сущности, хотя и понимали её по-разному.

Само понятие этики как науки о нравственности, введённое Аристотелем, образовано на основе слова *эмос*, обозначавшего место обитания, привычки, обычай, нрав. Та же связь нравственности и нрава отражена в латинском «мораль» от *mores*, которое также восходит к слову «обычай», «нрав». Не менее явственна эта связь и в русском.

Одно из опаснейших заблуждений — что могут быть единые нравственные предписания для всех без исключения людей. Такая диктаторская идея равенства, не учитывающая природных способностей, темпераментов, опыта, возраста и прочего, при её «революционном» проведении ведёт к уравниванию всех по самому низкому.

Кастовую систему Индии косят в хвост и гриву и западные, и доморощенные гуманисты и прогрессисты. В ней действительно есть, как, впрочем, в каждом общественном явлении, свои неблагоприятные, отрицательные черты. Кастовая система — это доведённая до крайности специализация, ставящая трудноодолимые перегородки между людьми и препятствующая развитию человека. И с её пережитками борются как чиновники, законодательно и административно, так и многие лучшие представители индийской духовности разных направлений. Например, во многих ашрамах не интересуются кастовой принадлежностью вступающего,

и вопрос о кастовой принадлежности и о настоящем, домонашеском имени для их обитателей воспринимается как напоминающий о мирской жизни и бестактный.

Но в кастовом (лучше говорить родовом¹ или сословном) устройстве общества есть не только дурные стороны. Кастовое устройство в течение тысячелетий сохраняло устойчивость индийского общества и преемственность и многообразие его культуры, в недрах которой смогли выжить и не потерять своеобразия множество племён, народностей, вер и учений. К тому же сословное устройство является естественным, хоть и в какой-то мере вырожденным, продолжением древнего деления общества на различные классы и состояния в зависимости от способностей, возраста и занятий. Это было и в Древнем Египте, и в Древнем Риме, и в Древней Руси и в России, где система сословий дожила до февраля 1917 года и окончательно уничтожена была лишь большевизмом.

Этот общий индоевропейский принцип называется в Индии, как иногда и сам индуизм, *varnāśrama*.

Существует два основных разделения людей: относительно личности — принцип «состояний» (*ашрама*), а относительно общества — принцип *варна* (букв. «цвет», «окраска», «тон»).

Правило варна делит людей по их склонностям и занятиям:

- *Брахманы* — знать²: хранители и передатчики духовной культуры (священнослужители, мыслители)
- *Кшатрии* — власть: правители и воители, администраторы, люди искусства и науки
- *Вайшьи* — весь: предприниматели, торговцы, земледельцы
- *Шудры* — слуги: наёмные работники без образования и культуры, пролетариат, по сравнению Вивекананды

У них были разные права и обязанности, свои добродетели, и к ним предъявлялись и разные нравственные требования. Для брахмана насилие считалось величайшим религиозным проступком, для кшатрия же сражаться ради защиты подданных, ради умножения власти и богатства праведными средствами было долгом, а грехом — уклонение от такой битвы. Как говорится, пороки священника могут быть достоинствами партийного лидера.

¹ Слово *каста* происходит от португальского. Это затемняющая замена индийского понятиями *jāti* — «род», «семья», «происхождение».

² Слова «знать», «знатность», видимо, указывают на то, что некогда высокое общественное положение определялось знанием

Очень важно, что, как мы уже говорили, в случае противоречия между нравственностью всеобщей дхармы и особых сословных предпочтении в индийском мироустройстве отдавалось последней. То есть, например, кшатрий даже обязан был во время войны преодолеть стремление к ненасилию. Более того, индийский воин презирал спасение через отречение, посты и молитвы. Для него вратами в рай была смерть в битве.¹

Для брахмачарина долгом было половое воздержание во время обучения, став же домохозяином, он брал на себя обязанность рождения детей и удовлетворения своей жены (и даже не одной).

Варнашрама дхарма — это согласование занятий и функций личностей согласно их возможностям, склонностям и потребностям для гармоничного устройства общества с благородными намерениями. Это и последовательное освобождение личности от пут природы. Варновый долг (*варнадхарма*) — это не кастовый долг, замыкающий личность в наследственной профессиональной специализации и организации. Варна, в большей степени, внутреннее призвание человека к тому или иному типу деятельности.

За варнашрамовое устройство общества сейчас ратуют прабхупадовцы. Они же, видимо, мечтают и выдавать документы на принадлежность к варне?

Переносить Индию на нашу суровую землю будет похоже на попытки посадить манговые рощи на Новой Земле. Даже если это возможно, в это великое мероприятие придётся вложить столько средств и сил, что вряд ли оставшихся хватит на то, чтобы осознать Главное.

Живём мы не в ведийском обществе, но это не значит, что варнашрамовый принцип организации общественной жизни нас совсем не касается. Люди различаются возрастом, проходя при этом, по крайней мере, две жизненные стадии, отдалённо схожие с ученичеством и состоянием домохозяина, различаются темпераментами и склонностями: один склонен к отвлеченной мыслительной работе, другой — к управлению, третий — к приобретению и накоплению, четвёртый — к физическому труду. Помимо этого, люди подразделяются на определённые психосоматические типы, по-разному отвечающие на изменения в природной и общественной среде.

¹ Кстати о смерти. В народе есть выражение «своя смерть» — то есть смерть по старости. Но для воинского сословия *своей* смертью может быть и преждевременная. С точки зрения сословных обязанностей посмотрим на убитых наших поэтов — Пушкина, Лермонтова, Грибоедова, Гумилева, которых представляют как несчастных жертв царского или советского режимов. Они были дворянами и, следовательно, воинами. И умерли как подобает воинам — в бою. Трудно представить себе их дряхлыми менторами.

В древней науке аюрведе очень подробно описаны физические и психологические черты трёх основных типов личностей, в зависимости от преобладающей в них *доши*, или некой определяющей телесной и психологической тенденции. Например, личность с преобладанием *питта доши* стремится бороться с неблагоприятными для неё изменениями, более склонна к гневу, тогда как личность с преобладанием *канха* более мягка, терпима, но и склонна подчиняться чуждым влияниям. Аюрведийское деление на людские породы (*пракрита*), конечно, не совпадает с варновым, но порода может быть одной из составляющих нрава.

Платон также выделял три породы людей — разумную, яростную и вожделеющую. Три типа личностей с тремя основными конфликтами выделили западные психологи (Роджерс и др.): агрессивный, уступчивый и отстранённый.

Варна в какой-то мере задаётся рождением: она наследственна, но не неизменна. В «Законах Ману» указывается, что если женское потомство от брахмана и шудрянки рождает в супружестве с высшим по варне дочь, также выходящую замуж за брахмана и т. д., то через семь поколений низший возвышается до состояния брахмана (10.64).

Также если член высшей варны добровольно занимается несвойственными ему занятиями, он ниспадает от брахмана к шудре (тут дхармашастры более строги в сроках: три дня или семь ночей, что является косвенным подтверждением того, что варна определяется прежде всего занятием и только потом рождением).

Ещё одно указание на то, что варну можно изменить, — такое своеобразное индийское явление, как «санскритизация», буквально «совершенствование». Члены какой-то касты начинают находить доказательства и доводы в пользу своего более высокого происхождения, чем до этого времени считалось. Если эти доводы принимаются почитаемыми праведниками и мудрецами (*пандитами*), то место касты в обществе или, точнее, в общественном мнении становится более высоким.

Нравственность определяет нрав. Двусмысленная неопределённость этого выражения отражает и двойственность их взаимоотношений. С одной стороны, нрав — следствие кармы и определяется поступками человека в прошлых рождениях. Со своей стороны, нрав определяет и видоизменяет нравственность. Но не в том смысле, что чем выше общественное положение, тем больше позволено преступать её.

Принадлежность к варне когда-то складывалась из происхождения, призвания, образования, общественного положения. В Век правды (*Сатья юга*) нрав и варна совпадали. Брахман рождался в семье брахмана с определёнными задатками, получал соответствующие знания и умения, а

также почёт, уважение, приношения и высокое место на общественной лестнице. В Индии наследственность занятий ещё существует, но в виде обычаев и пережитков кастовой системы. В Чёрный век в других обществах осталось лишь призвание, которое всё реже и реже соответствует месту в обществе.

Индийские мыслители XX века, признававшие сословное устройство несомненно положительным, выступали, в основном, против его наследственного характера и указывали, что варновые свойства изменяются через два-три поколения и зависят от времени и обстоятельств.

Венский психолог Рорахер считает основным, наследственным нрав, «личностное своеобразие индивида», которое создаётся задатками, всеми врождёнными предпосылками, наследственной основой, то есть содержит все возможности, отпущенные человеку. Личность же — то, что из этих возможностей осуществлено.

В древних текстах мы находим множество сведений, что знанию и достойному поведению придаётся больше значения, нежели происхождению. Ещё в ранней Чхандогья упанишаде (4) слово «шудра» применяется по отношению к царю (!), не обладающему знанием или недостойному приобщения к нему, а не знающий своего отца сын служанки Сатьякама принимается в ученики как брахман.

Многие мыслители Индии утверждали, что высота варны определяется не даваемыми ею привилегиями, властью, почётом, но умением и способностью к самоотверженности (Свами Джйотирупананда). Чем выше варна человека, тем выше его ответственность, нравственные требования к нему и его нравственные качества. И это естественно не только для Индии.

Ещё одна показательная для нашего предмета психологическая классификация — четыре вида ценностно-нравственного склада:

1. Те, кто редко оказывается в затруднительных с точки зрения нравственности положениях, так как обладают определённым «чутьём» и не участвуют в сомнительных делах, не общаются с сомнительными людьми и т. д.

2. «Правдоискатели», борцы за правду и правозащитники, резкие в своих нравственных оценках и суждениях, которые чаще всего оказываются осуждением других или окружающих условий

3. Те, кто пытается осмыслить, рассчитать, «взвесить» нравственное содержание своих поступков

4. Часто попадающие в рискованные с точки зрения нравственности положения и испытывающие множество нравственных трудностей и терзаний, так как не имеют исходных нравственных убеждений и не могут

их осмыслить и на чём-то остановиться

То есть, как ни странно, психологи выделяют всё те же четыре нравоварны.

Добавим ещё. Если человека не устраивает его положение в мире, есть четыре возможности поведения:

- Устроиться в этом мире
- Устроить мир по себе
- Устранить этот мир
- Устраниться от мира

Большинство людей заняты мыслями и делами, как бы получше «устроиться» (на работу, должность, в семейной жизни). Некоторая прослойка (властолюбцы, реформаторы) управлением пытается приспособить мир под свои взгляды. Третьи — революционеры — прекрасно умеют разрушать несправедливый, по их мнению, общественный порядок. Очень небольшая часть не желает иметь с миром никаких общих интересов (монахи и пр.). Но если общественное устройство таково, что всех заставляет делать что-то одно — например, устраиваться в этом мире, — то заклепанные побуждения заставляют многих становиться революционерами или уходить от мира в пьянство и наркоманию. Недовольство проявляется в виде взрыва — социального или психического, разрушающего, казалось бы, могущественные государства и цивилизации. Если же у человека есть узаконенная и ограниченная обычаем и правом возможность поступать по своим склонностям, то такое мироустройство очень жизнеспособно.

Вивекананда применял понятие варны даже не к призванию и жизненному развитию, а к занятиям одного и того же человека. Он считал, что каждый человек вполне мог бы перейти из одной варны в другую. Когда человек работает за деньги на другого, он пребывает в состоянии шудры. Когда он по собственному почину занят приносящей ему выгоду деятельностью, он вайшья, а когда борется за правду с неправдой, на первое место выходят кшатрийские черты. Пребывая же в созерцании Бога, в рассуждениях или молитвах, он брахман.

Поэтому весьма приблизительным, но приемлемым и применимым в условиях иного, чем индуизм, мироустройства будет понимание варны как внутреннего нрава или призвания, в пределах которого можно наилучшим образом действовать в мире знанием и добродетельным поведением.

ЧЕТЫРЕ СОСТОЯНИЯ

Столь же естественно изменение поведения в зависимости от возраста и места в обществе.

Младенец — по сути наслажденец. Он криком требует удовлетворения своих желаний, еды и заботы от взрослых. Он не стесняется своей наготы или того, что справляет свои естественные надобности в общественном месте. Игра и восприятие — его основные занятия.

Подрастая, ребёнок получает обязанности. Приходит время учения и получения образования в школе, институте. Ныне подавляющее большинство человечества «чему-нибудь и как-нибудь» учится. И в развитых обществах у способных людей обучение занимает 15 и более лет.

Зрелый человек — волей-неволей прагматик, руководствующийся пользой. Он вынужден заботиться о пропитании, занимать своё место и выполнять свою работу в обществе, нести многочисленные обязанности — семейные и общественные.

К старости у человека накапливается опыт, но сужается круг желаний, интересов, друзей и знакомых, всё меньше побудительная сила целеполагания, дел и сил для их осуществления, свёртываются чувства и ум. Человек, как правило невольно, становится отшельником, хотя бы потому, что больше сидит дома.

Потом следует уход из этой жизни.

Посмотрим, как подразделяет санатана дхарма сознательную жизнь человека. Считалось, что каждый «дваждырожденный» должен пройти четыре стадии жизни: ученичества (*брахмачарья*), домохозяина (*грихастха*), пребывающего в лесу отшельника (*ванапратха*) и, наконец, странничества или ухода от мира (*саньяса*).

В индуизме брахмачарья — первая стадия жизни человека. Дети, принадлежащие к трём высшим варнам (в древности — только мальчики), получив посвящение от наставника и живя у него, должны были изучать под его руководством Веды и их ответвления (*śakha*), почитать наставника, родителей, гостей, поддерживать священные огни в доме, прислуживать учителю и собирать для него милостыню и т. д.

Состояние домохозяина (*grhastha*), оказывается, принимается и применяется большинством людей, которые ведут семейную жизнь и весьма серьёзно относятся к своим семейным и общественным обязанностям. Действуя ради семьи, люди пытаются достичь благосостояния, что весьма содействует устойчивости и развитию общества.

Состояние домохозяина рассматривается как важнейшее. Шастры считали его опорой всех других состояний. Ибо долг домохозяина — вскормить и дать образование детям, выдать дочерей замуж, вести благотворительную деятельность: устраивать колодцы, бассейны, храмы, приюты, больницы для необеспеченных и т. д., но особенно — питать (давать *бхики*) и поддерживать материальными средствами отрѣкшихся от мира мудрецов и святых. Таким образом он учится непривязанности и приобретает кармовую заслугу.

А вот подобия третьему и четвёртому состояниям — ванапрастхи и саньясы (или бхикшу) — в современном западноориентированном обществе усмотреть трудно. Хотя необходимость «узаконить» их в сознании людей как вполне естественные состояния и некоторые предпосылки для этого есть. Так называемые развитые, а лучше сказать, технологические общества стремительно стареют. Растёт число пенсионеров. Однако старость в таких обществах воспринимается многими как потеря активности, общественной полезности, и старики всячески молодятся и пытаются показать и доказать, что они ещё способны на деятельную жизнь, ещё нужны. Поэтому они проявляют интерес к мирской жизни, вмешиваются в дела, которые уже не их дела, «сужденья черпают из забытых газет». Привязанности их к жизненным мелочам возрастают, вместо того чтобы угасать. Это порождает много сложностей. Но, чувствуя, что силы уходят, внимание ближних к ним ослабевает, они огорчаются, становятся раздражительны и распространяют свою раздражительность в мире.

А в варнашрамовом обществе ванапрастха должен стремиться как раз к обратному: к постепенному отходу от мирских дел, суеты и волнений, к сокращению потребностей и разрыву привязанностей. Эта достойнейшая и благороднейшая цель даёт человеку спокойствие, убирает помехи мудрости, подготавливает к уходу — в странничество и из этой жизни.

Кстати, есть такая склонность у некоторых близких к смерти стариков: они внезапно, казалось бы, беспричинно уходят из дома. Этот уход от мира — забытая и вырожденная саньяса.

Так поступил перед смертью Лев Толстой. А в молодости, как он рассказывал в своей «Исповеди», борясь со страхом смерти, выходил на недалёкую неширокую проселочную дорогу, чтобы остановить там странника и спросить, как он может спокойно жить и работать, если смерть всё это уничтожит. В крестьянской и купеческой среде странники тем более рассматривались как носители и передатчики благодати и знаний (так же относятся к саньясинам в Индии). «Русские странники и богомольцы потому и брели постоянно, что они рассеивали на своём ходу тяжесть горюющей души народа» (А. Платонов, «Чевенгур»).

Саньяса или бхикшу — выход из сословного состояния, свобода от обязанностей того или иного состояния или сословия. Она выражается в виде странничества или отшельничества. Чтобы до конца предаться созерцанию, размышлению, самопознанию, способный и приверженный этим занятиям человек должен удалиться от внешних отвлекающих условий. В этом состоянии человек отрекается от своих прежних приобретений и привязанностей, включая семейные. Важность саньясы и в том, что она освящает и узаконивает в качестве нормы то, против чего восстает инстинкт толпы: она не любит тех, кто живёт не как все, мстит за то, что у кого-то иные цели и занятия, чем обычные.



Индийский саньясин

Это касается даже религиозных организаций, которые, коснея, препятствуют непосредственному восприятию Безусловной Истины или Бога. У саньясина нет религиозных обязанностей, он ответственен только перед своим высшим Идеалом.

Нравственные правила саньясы во многом сходны с йамой и нийамой йоги.

Ашрамы возможно рассматривать как своеобразные общины по возрасту и общности основных обязанностей, а также как круги общения. Дети больше (в смысле лучше) общаются с детьми, взрослые — со взрослыми, старики — со стариками.

Интересно, что в индийском наследии даны даже примерные сроки жизненных состояний. Исходя из ведийского идеального срока жизни в 100 лет, ученичество продолжалось до 25 лет, время домохозяина длилось от 25 до 50, ванапрастхи — от 50 до 75, а саньяса — от 75 лет.

В большинстве индийских писаний утверждается необходимость пройти

все четыре состояния в естественном порядке и выполнить все соответствующие этому состоянию обязанности. Только тогда человек может достичь высшей своей цели.

Однако *ценность правил — в допустимости некоторых исключений*. И такие исключения для немногих в писаниях отмечены. Если у человека есть исключительное и неодолимое призвание к высшему знанию (*наиштика брахмачарин*), он может встать на путь отречения в самом начале своего жизненного пути, вести жизнь ради одного знания в доме учителя и служить ему, таким образом достигая Блага (Законы Ману, 2.243-244).

«Исполнив до конца долг ученика, пусть человек становится домохозяином; побывав домохозяином, пусть становится лесным отшельником; побывав лесным отшельником, пусть отправляется странствовать. В ином же случае пусть он отправляется в странствие сразу после ученичества, или из дома, или из леса. И не исполнил ли он обетов или исполнил обеты, совершил ли омовение или не совершил омовения, прервал ли огненную церемонию, — пусть он отправляется странствовать в тот самый день, в который он освободился от страстей» (Джабала упанишада, 4).

Но это всё-таки исключение. Аскетизм, который поносили мыслители — просветители «тёмных масс», в исконной Индии вырастал если не из пресыщения, то, по крайней мере, из ощущения, что наслаждение и польза всё, что было в них ценного, уже дали и необходимо понять и осуществить что-то более высокое. Показательны две разные судьбы основателей мировых религий — Будды и Христа. Будда, царевич по происхождению, знал все наслаждения, которые могла предоставить человеку жизнь, и отказался от них, потом десятки лет проповедовал своё учение и угасил свою жизнь нирваной. Христос, из семьи (хоть и не сын) плотника, не знал ни роскоши, ни женщин и окончил свою земную жизнь в мучениях на кресте с воплем «Боже Мой, Боже Мой! Для чего ты меня оставил?»

Варнашрамовые различия могут толковаться также как состояния жизненного развития. Перед зачатием Дух находится в непроявленном состоянии высшего сознания. Его первый крик — плач об отделении от Всеобщего источника и погружении в неведение. После рождения человек — шудра, ибо не имеет знания и зависим от взрослых. Вырастая, он входит в состояние вайшьи, связанное с общественной и семейной жизнью ради пользы. Он приобретает имущество, жену, детей, и по мере того как его приобретения увеличиваются, он вынужден заботиться о них и защищать их. Для этого ему нужны черты правителя-воина. В старости он всё более отходит от мирских дел, всё более понимает их преходящесть и побуждается испытать то же состояние, от которого он отделился. Это его брахманское состояние.

Варнашрама — эта великая идея целостной жизни. Она непосредственно связана с её целями.

СМЫСЛЫ ИЛИ ЦЕЛИ ЖИЗНИ

Такое употребление во множественном числе для нас непривычно и чуть ли не пренебрежительно. Мы признаем за «смысл жизни» только что-то достаточно великое и одно-единственное для человека и даже для всего мира. Целями жизни мы можем называть и что-то не очень большое, но чаще выражаем их в виде каких-то определённых достижений — сделать то-то и то-то, стать тем-то и тем-то. Индийское понятие целей жизни (*пурушартха*) выступает не как достижение или состояние, а как преимущественная направленность жизни, и этих направлений в один отрезок жизни может быть не один, а два, три или все четыре.

Для всех вроде бы ясно, что выполнение той или иной задачи или достижение поставленной цели требует какой-то траты сил (иначе — расхода энергии). Но не столь замечательно, что сама постановка задачи или цели (мотивация) является необходимым источником энергии для человека. Без направляющей, даже не сознаваемой и словесно не выражаемой цели, частично проявляющейся в наборе идей и убеждений человека, действие и сама жизнь невозможны.

Сознание и поведение человека во многом определяются той целью, которой он руководствуется в жизни, и те или иные поступки в зависимости от их направленности могут восприниматься как нравственные или безнравственные. Оценка поступков производится, во-первых, самой личностью, во-вторых, обществом. Правильное поведение, конечно, соответствует некоторым общественным потребностям, но в основе нравственности лежит прежде всего личная потребность человека.

Ныне господствующие в мире точки зрения на нравственность можно свести к трём:

- Биологическая, выводящая нравственность из потребностей самосохранения и наслаждения и основывающаяся на посылке выживания индивидуума и сохранения среды его обитания.
- Распространена также этика утилитарная или, по-другому, «социальная», представляющая нравственность как некий общественный договор и стремящаяся построить бесконфликтное общество на основе принципа «наибольшее благо для наибольшего числа людей»

- Ещё существует этика «идеальная», ставящая целью служение человека религиозным или философским идеалам и институтам.

Эти три основных подхода к нравственности соответствуют выделенным древнеиндийским мировоззрением трём целям человеческого существования (*trivarga*) от низшей к высшей: желание, или удовольствие (*кама*); польза, или выгода (*артха*); долг, или закон (*дхарма*). Считалось, что все три имеют право на существование, но «истина состоит в соединении этих трёх» (Законы Ману, 2.224). Это на порядок выше принимаемого многими ныне за гармонию принципа сочетания «приятного с полезным»!

Признание этих трёх законных целей жизни является одной из основ индийского мироустройства и проявляет себя в разных сторонах жизни Индии. Из них с точки зрения заботы о здоровье аюрведийский врач Чарака выводит весьма схожие три источника действий: стремление к самосохранению (*prānaisanā*), стремление к материальному благосостоянию (*dhanaisanā*) и стремление к счастливому существованию в последующей жизни (*paralokaisanā*).

Стремление к самосохранению состоит в проживании обычной здоровой жизни и удалении причин уже случившихся болезней. Стремление к благосостоянию — желание имущества, денег и других вещей для удобства жизни. Признаётся, что долгая жизнь без счастья есть величайшее несчастье (Чарака самхита, 1.11.5).

В трёх целях жизни с точки зрения самовоспитания и самоуправления можно видеть некоторую со-подчинённость. Кама — не только чувственность и чувственные желания, как её часто понимают, но и чувствительность — к красоте, доброте, искусству и т. д. Это позволяет человеку видеть красивые стороны естественного существования, расти и развиваться с радостью, которая необходима для телесного и умственного здоровья. Лишь излишество в чувственных удовольствиях считается вредным.

Направленность действий на достижение выгоды или благосостояния (*артха*) уже требует умения руководствоваться не только чувствами, но и расчётом. Постоянный мотив индийского мировоззрения — что «победа над чувствами» (*indriya jayah*) или обуздание их является необходимым условием для достижения какой-либо цели или выполнения какого-либо дела, ибо даёт возможность, не отвлекаясь и не рассеиваясь, сосредоточиться на одной поставленной цели. Это дисциплинирует человека и нравственно, и физически.

Первоначально требовалось, следуя каме и артхе, очищать себя служением людям, обществу и Богу, преодолеть зависть, жадность и т. д.

Дхарма (в смысле должного и справедливого) естественно служит препятствием воле людей достичь счастья через чувственные радости и неограниченной эксплуатации других.¹

Эти три цели жизни следовало гармонически сочетать друг с другом, правильно распределяя время между ними в жизни. При этом речь идёт не о том, чтобы тот или иной поступок относить к определённой цели, а о необходимости поступать так, чтобы поступок имел как бы три измерения или содержания: нравственное, полезное и наслажденческое.

Цели жизни вносили существенные различия и в то, что считать нравственным или нет. Например, аюрведа как наука о здоровье, в большей степени связанная с камой и артхой, относительно пищевых запретов весьма часто идёт наперекор правилам смрити.

Правила всегда подчинялись непосредственному знанию. Есть забавное предание об одном из основателей мимансы (философского ритуализма) Шабаре. К нему обратились с просьбой помочь брахману, у которого было что-то не в порядке с головой. Шабара сосредоточился и заявил, что тому надо выпить вина. Можно представить кошунственность такого предложения, если в «Законах Ману» питье вина приравнивалось к неискупимому греху, наравне с убийством брахмана. Даже с неба раздался предостерегающий глас: «Шабара, подожди!» Шабара посмотрел на небо, ещё раз подумал и приказал: «Пей!» Тогда с неба посыпались цветы. Брахман исцелился.

Но древние мудрецы, заложившие основы ладного существования общества и человека в нём, не могли обойти вопроса о неотвратимости старости и смерти.

«Положив на землю мёртвое тело, как полено или ком земли, родственники уходят, отвернувшись; его сопровождает только дхарма» (Законы Ману, 4.241).

Карма истощается дхармой и прекращается йогой.

ОСВОБОЖДЕНИЕ

Свобода достигается не исканием свободы, а исканием истины. Свобода не должна быть целью, а может быть только последствием.

¹ Каутилья, например, считал, что «главное польза, ибо закон и любовь основаны на пользе» (Артхашастра, 3.7).

Узаконенение Освобождения как главной цели существования является одним из признаков шести признанных мировоззрений Индии. И не только этих религиозно-философских учений, но и противостоящих, «ненастоящих», «неистинных» (*настика*). Вивекананда вообще считал Освобождение (мокшу) национальной целью Индии.

Принято считать, что Освобождение — четвёртая цель жизни. Но по сути Освобождение — не одна из четырёх целей, а цель всех других. И даже так: Освобождение — не цель жизни, а отсутствие всякой цели в ней. Если человек желает Освобождения, значит, он ещё не вполне готов к нему.

Поэтому в разных течениях и учениях индуизма соотношение Освобождения с другими смыслами жизни разнообразится от объявления её главной и руководящей до взгляда, что есть только три жизненных цели, а Освобождение — вне них.

Разве можно выразить невыразимое и ограничить целью Целостность?

«Здесь отец не отец, мать — не мать, миры — не миры, боги — не боги, веды — не веды; здесь вор — не вор, убийца — не убийца, чандала — не чандала, паулкаса — не паулкаса¹, нищенствующий монах — не нищенствующий монах, аскет — не аскет. За ним не следует добро, за ним не следует зло, ибо тогда он преодолевает все печали сердца» (Брихадараньяка упанишада, 4.3.22). Продолжим: это состояние, когда общепринятые истины — не истины, то, что считают счастьем, — не счастье, то, что принимают за свободу, — не свобода...

Всё же порассуждаем о свободе. Ни в коей мере не желая увлечь этой целью без целей или бесцельностью многих.

Проследим, как построена Йога сутра Патанджали. Первая глава объясняет состояние, ведущее к цели (самадхи), вторая повествует о средствах достижения (садхана), третья — о чудесных силах (вибхути), и лишь четвёртая вновь говорит о конечной цели — только уже не с положительной, а отрицательной точки зрения. Изложение и, следовательно, изучение идёт от Свершения (самадхи) к Обособлению (кайвалья), а не наоборот. Не имеющий опыта упражнений не может даже поставить перед собой цель Освобождения, ибо понимает его лишь как отказ от внешних вещей. Отсюда часто возникают нелепые для окружающих и болезненные для отказывающегося поступки (разрывы

¹ Чандала — неприкасаемый, сын брахманки и шудры; паулкаса — сын кшатрийки и шудры

семейных и дружеских связей, уход из творческих работников в дворники и т. п.). Это тот распространённый случай, когда стремление к Избавлению превращается в борьбу с миром. На это толкает прежде всего честолюбие и тщеславие. Такие порывы, вместо того чтобы привносить покой в душу и мир, вносят в них конфликты и страдания. Как указывает Бхагавадгита (5.6), «отречением без обобщенья (йоги) обретают страдание».

Освобождение — это прежде всего освобождение сознания. Ум связан цепью ассоциаций: впечатление сцеплено с воспоминанием и вызывает определённое чувство, воспринимаемое требует обычно ближайшего вывода, мысли втискиваются в словесные штампы и соединяются в цепочки. Порвите цепь — и станете свободны!

Но не силой разрываются эти путы, а правильным управлением умом и пониманием, или мудростью.

Это заключительное понимание (*праджня*) имеет семь признаков или черт (по Йога сутре, 4):

1. Узнан мир, предмет страданий и несчастья. Ничего не остаётся больше знать об этом.

2. Почва мирского круговорота (*сансары*) истощена, корни искоренены, нечего больше искоренять.

3. Это искоренение или удаление непосредственно воспринимается в совершенном состоянии (*са-мадхи*).

4. Познано средство знания в виде различения Духа и Природы.

5. Познана двойная цель разума (*буддхи*) — вкушение (*бхога*) и заключение, или заключительное избавление (*апаварга*).

6. Тяга гун к растворению ведёт их в Пракрити, подобно тяжёлому камню, столкнутому с вершины горы.

7. Разум, растворяясь в составляющих его сущностях (*гунах*), сливается с Природой и остаётся в там навсегда, не закрывая и не искажая Чистого Сознания (*пуруши*), что сияет во всей полноте и блеске.

«ИЗВИЛИСТ ПУТЬ ДХАРМЫ». КАК НЕ ЗАБЛУДИТЬСЯ?

Вред или польза действия обуславливается совокупностью обстоятельств.

Козьма Прутков

Поступать правильно в жизни очень нелегко. Ибо не всё зависит от отдельного, отделённого от мира человека. В мире правят надличные, отчуждённые от человека силы, и никто не может быть уверен, что самые лучшие побуждения приведут к лучшим результатам.

Да и если бы всё зависело от человека, заблуждений было бы не меньше. Потому что внутренний мир человека не меньше внешнего. У пытающихся совершенствоваться посредством йоги часты такие ошибки:

1. Несвойственная дхарма (когда берут на себя идеалы йогина, отрёкшегося от мирской жизни, хотя занимаются йогой для мирского)
2. Подражательство (когда пытаются перенести в наши условия индийские формы, а не содержание)
3. Непонимание места и сути нравственных правил в целостности всего мировоззрения и учения йоги
4. Заблуждения относительно достигнутого человеком уровня йоги и т. д.

Чтобы не заблуждаться, нужны знание цели и направления движения, наставник, который может наставить на путь истинный, средства обеспечения в пути и силы.

Если мокша — для Запредельного, то для мира здешнего — дхарма.

Не только добродетель (дхарма) — путь к освобождению, но и освобождение — ключ к пониманию дхармы. Исполнением дхармы человек постепенно и на время освобождается от связанных и навязанных кармой действий. Освобождением — навсегда.

Правила дхармы подготавливают к Освобождению. По Яджнавалкья смрити (94.96), если человек выполняет десять добродетелей, надлежаще слушает наставления (упанишады) и совершает отречение, он также достигает завершающего Освобождения. Такой путь выполнения дхармовых обязанностей оказывается более безболезненным, так как огромное число самскар уже выработано, и более безопасным от срывов.

Необходимо научиться сотрудничать с миром на каждой стадии его проявления — социальной, физической, рациональной, политической и духовной. Любовь, долг, закон и жертва должны быть в человеке согласованы и направлены к высшей цели.

Человек духовный — тот, кто признаёт и отдаёт долг существования. Долг по отношению к силам природы, предкам, своему высшему предназначению.

Насколько важно найти своё призвание и соответствовать ему, смутно

чувствуют очень многие. Если это не удаётся или человек выбирает вместо дела по призванию выгодное или престижное (будь это профессия или образ жизни), он не достигает счастья, страдает от бессмысленности жизни и от многих конфликтов, психосоматических расстройств и болезней.

Свой долг без достоинств лучше прекрасно исполненного чужого;
лучше в долге своём оплот, чужой долг опасен.

Бхагавадгита, 3.36

Стоит ли ждать, когда выйдет Указ о введении в России варнашрамовой системы и когда в паспорте в графу «варна» или «сословие» вам будут вписывать, скажем, «брахман», а в графу «состояние» — «ванапрастха»? Не начать ли пораньше и не со столь фантастичного? Не проще ли, чтобы каждый, прислушавшись к себе, наблюдая себя, постарался понять свой нрав и, как было принято раньше говорить, «осознать своё место в жизни» и занимался свойственной именно ему деятельностью? Ибо:

Свой долг без достоинств лучше прекрасно исполненного чужого;
правильно дело своё совершивший скверны не обретает.

Бхагавадгита, 18.47¹

Всё, что мы можем сделать здесь, — это дать вам основную руководящую линию, чтобы помочь понять и настроиться на вашу собственную дхарму.

УСТАНОВЛЕНИЯ ДХАРМЫ И НАСТАВНИК

В узоре индийского мироустройства часто не замечается важнейшая нить, связывающая многие её проявления, — нить учительской преемственности. Наличие наставника, гуру, и принадлежность к какой-то учительской преемственности (*парампара*) — важнейшая составляющая

¹ Эта дважды повторенная в Бхагавадгите мысль есть также в «Законах Ману» (10.97): «Лучше своя дхарма, плохо исполненная, чем хорошо исполненная чужая, так как живущий исполнением чужой дхармы немедленно делается изгоем»

индийского мировоззрения и мироустройства.

Знание по своей природе преемственно, и без постоянной передачи оно искажается, вырождается и теряется. Поэтому учительство как явление существует в любом естественном сообществе, а почитание учителя у человека в крови. Большинство людей могут всю жизнь помнить своего первого учителя.

Но когда словом *гуру* называют любого учителя — не только духовной жизни, но и истории, литературы, кулинарии, садоводства — это явное снижение высокого смысла понятия.

Гуру обычно переводят как «веский», «важный». Но Бихарский университет йоги (Сатьянанда и его преемник Ниранджанананда) толкует слово *гуру* как «свет», «просветитель», отталкиваясь от одного из значений глагола *gur* — «поднимать», «рассеивать (туман)». По толкованию Свами Сатьянанды, буквальное значение слова *гуру* — «тот, кто разгоняет мрак, преграждающий доступ к развитию высшего сознания». Он — разгонитель авидьи, неведения, дурных качеств, психического мрака. Слово *гуру* употребляется в Ригведе и Атхарваведе и, возможно, употреблялось ещё на арийской прародине, которую многие учёные располагают в местах позднейшего обитания славян. Производные слова *gariyas* (крайне тяжёлый, крайне важный), *giri* (гора, возвышение, высокорослый и др.) позволяют обнаружить родство со словом «горный», то есть «высокий», «небесный».

В русском языке есть два оттенка слова «учитель», особо заметные во множественном числе. Например, *учителя* — начальных классов, борьбы и т. д. — и *учители*. Не просто учитель, но просветитель, наставник. Он не обязательно должен быть широко образован, но обязательно должен отличать истинное от ложного.

Люди требуют от учителя знания фактов. Тогда лучший учитель — энциклопедия или компьютер. Тот, кто передаёт книжные знания, ещё не учитель. Например, востоковеды обладают уймой сведений по той или иной теме, они пишут книги, читают лекции, но не всегда в их работе присутствуют возвышающие человека качества. И тот, кто учит каким-то индийским теориям, приёмам йоги, ведёт занятия, — только обучающий чему-то, но не учитель. Он не открывает свет, а чиркает спичками в темноте. После чего ещё темнее кажется тьма. Лишь тот, кто поднимает завесу неведения, кто помогает ученику подняться в горние края, — истинный учитель. Он не столько даёт знания, сколько убирает помехи и преграды знанию. Отделяет и удаляет ненужные и ложные сведения, обобщает главные и учит решению главных вопросов бытия.

Учитель не только и не столько источник и передатчик каких-то сведений, но тот, кто научает определённым человеческим установкам. В

учительстве проявляется также осознание человеком ответственности за судьбу общества, в котором он пребывает.

Человек не может оценить себя сам — мешают предрасположенность, предубеждения, предрассудки относительно того, что он собой представляет и что является его благом. Ум имеет склонность идти по проторенным дорожкам ложных верований и условностей и поэтому заблуждается. Он также повязан и запутан привязанностями.

Самому удалить их почти безнадежно и невозможно. Ибо обычный человек не может видеть себя как целое и смотреть на себя со стороны, отстранение. Даже самопознание возможно только после того, как человек получил наставление от другого человека — мудреца, святого или человека с возвышенным духом.

Большая часть людей не способны заниматься каким-либо совершенствованием самостоятельно. У них нет, например, достаточной независимости от мира: они слишком заняты. Нет соответствующих книг, нет умения отличать действительное от ложного, главное от частного, важное от лишнего... Поэтому нужен как бы «открыватель пути», проводник, побудитель их воли и ума, тот, кто будет их оберегать от заблуждений.

Впрочем, большинство людей и не нуждаются в учителе, ибо они живут и поступают «как все». Но у искренне устремлённого должен был свой учитель — пусть не особо святой, не особо мудрый, но ясно видящий, чуткий, который может показать неочевидное, научить хотя бы небольшой свободе, тот, кто принимает участие в его жизни и воспитании.

Ныне, может быть, больше чем когда-либо желающему совершенствоваться нужно искать не учение, а учителя. Если у человека нет учителя, его знания ущербны. Учитель заменяется учителями, наставник — преподавателями. Мне часто приходит в голову чудесное выражение из письма участницы семинара по йоге: «Сейчас у нас нашествие учителей». Воистину, чуть ли не каждый, кто хоть немного узнал о йоге или других индийских мировоззрениях и пытается учить тому немногому, что знает, начинает играть роль учителя. Особенно часто это делают наглецы и глупцы, халтурщики и шарлатаны, которые зарабатывают на поклонении и наслаждаются властью над умами людей.

О них не будем. Пусть дураки дурачат дураков, обманщики обманывают простаков, если дураки и простаки этого хотят. Искажённое понимание роли учителя существует и среди искренних и действительно стремящихся понять истину. Несмотря на уродливые образы, которое часто принимает это стремление, в этом есть здоровое зерно. Первое: само желание обрести учителя в виде личности, личного учителя. Второе: стремление передать

знания, связать корявыми неискусными мыслями великую цепь преемственности знаний.

Простая истина: люди различаются по виду их взаимодействия с миром — есть люди действующие, люди чувствующие, люди мыслящие.

Поэтому различаются учителя и ученики. Учитель может выглядеть по-разному: здоровяком без образования, как Порфирий Иванов, толстяком, как множество типичных брахманов Индии, хрупким, как Рама-на Махарши, иметь образование или быть почти неграмотным.

«Кого выбрать из великого множества предлагающих себя в качестве учителя?» — такой вопрос в корне неверен. Как в действительной любви не выбирают, а захватываются ею, так и учителя не выбирают, а принимают. Как многообразны возможности любви — от любви с первого взгляда до непонятной тяги к раздражающему человеку, долгого приглядывания и привыкания, — так разнообразно принятие кого-то учителем. И так называемый выбор учителя происходит, по большому счёту, без выбора: появление учителя освобождает вас от выбора. Это не случайность, а необходимость. Когда ученик готов, учитель явится. Не в ожидаемом облике, так в неожиданном. Не в этой жизни, так в следующей.

Не надо ограничивать область поисков определённым вероисповеданием или одной областью знания. Вы должны искать не человека, а истину. А истина явится вместе с человеком.

Настоящий учитель не обязательно должен соответствовать некой лакированной картинке: без особых отличительных черт, без грехов, добродетельный, всепрощающий, мягким голосом вещающий древние цитаты типа «нужно любить всех». Ну, кому из тех, кто воспитан на житийных примерах христианских святых — «скорбных, отрешённых от мира, непрактических, созерцательных» (В.В. Розанов), — понравится такой учитель, о котором говорит одно тибетское стихотворение?

Что бы Учитель Драгоценный
ни совершил, неважно как, — всё благо!
Любое из его деяний совершенно:
и грязная мясницкая работа в его руках
есть благо для животных в час закланья,
ведь его труд исполнен состраданья.
Когда он с женщиной в соитии «греховном»,
то качества его растут, не угасают,
но только новые себя являют —
то знак, что Средство с Мудростью слиты неразделимо.

И ложь его, водящая нас за нос, —
всего одно из мудрых его средств,
которыми он нас ведёт к Освобожденью.
Когда гуру крадёт, то краденые вещи
преображаются во всё, что нужно
для облегченья муки нищеты у всех существ.
Когда такой гуру бранит со сквернословьем,
то матюки его суть мантр могучих череда,
сметающая прочь мученья и препоны.
Его побои суть благословенья,
которые приносят плод всех достижений
на радость всем, гуру кто почитает.¹

«Вообще никакую религию нельзя себе представить без святости, без своих „святых», но оттенки святости в разных религиях не совпадают, и где начинается новая категория святости — начинается там и новая религия» (В.В. Розанов). А не наоборот.

Есть некоторые признаки, которые могут помочь узнать учителя. У настоящего учителя должно быть много добрых качеств — спокойствие, отрешённость, бесстрашие, искренность. Он не должен иметь скрытых побуждений к богатству, славе, престижу и чему-либо подобному. Он должен знать скрытый смысл священных книг. Не все просто начитанные и обученные на это способны.

Принятие учителя должно быть результатом самостоятельного решения после непосредственного общения. Посредники, хваля или хуля кого-либо, могут высказывать лишь собственные предпочтения или неприятия, тогда как у вас свои потребности и трудности. И учитель, хороший для одного, может быть плох для другого.

Хороший признак — если во время общения с возможным учителем вы чувствуете доверие к нему, возвышенное и спокойное состояние ума. Но и отрицание, если оно вызывает высокие мысли, может говорить о том, что вы соприкасаетесь с необычным человеком, хотя он, возможно, не подходит вам как личный учитель. А может быть, таким образом он взаимодействует с вами и даёт возможность выйти наружу противоречиям вашего ума? Особенно если, несмотря на несогласия, вас необъяснимо тянет к нему. Нечто подобное было во время первых встреч Вивекананды и Рамакришны.

«Нет святого без прошлого, нет грешника без будущего», — гласит

¹ Мы позволили себе чуть подправить перевод, данный в книге: Карма Агван Йондан Джамцо. Светоч уверенности. — СПб, 1993 — С 166.

индийская поговорка.

Отношения учитель-ученик особые. Они не могут описываться привычными схемками: начальник-подчинённый, богатый-бедный, образованный-необразованный. Учитель должен перевести вас от личного к запредельному, убрав мешающие и путающие вас помехи и привычки ума. Пытаясь выбрать *своего наставника*, мы будем выбирать согласно нашим умственным обусловленностям и построениям. И если мы выбираем учителя, соответствующего нашим нынешним умственным прихотям и обучающего нас тому, чего мы *хотим*, мы никогда не сможем удалить и изменить те черты нашей личности, которые держат нас связанными.

Наставления настоящего учителя — это всегда открытие, иногда переворот, головоломка, а может быть, и головомойка. Своим поведением учитель открывает то, что вы хотели бы спрятать, не хотели бы выносить на обозрение. И поэтому часто обретению учителя мешает самолюбие и сомнение. Кажущиеся «слабости», «отступления» и нарушения учителем каких-то норм доступны почти всем, а вот его достоинства — только немногим.

Чем совершеннее вы — тем ближе учитель. И лучше не торопиться. Делать самостоятельные усилия на духовном пути, преодолевая преграды и помехи совершенству. Особо важны наблюдение мыслей, сосредоточение и размышление над отвлеченными вопросами, слушание духовных поучений мудрого человека при любом удобном и неудобном случае. Наблюдая и исследуя свой внутренний мир, нужно оставаться при этом открытым, восприимчивым, чувствительным к тому, что приходит извне.

Истинный Учитель (*сам гуру*) постоянно пребывает в запредельном состоянии сознания, в единстве с Безусловной действительностью. Даже когда он занят бытовыми вопросами, он един с бесконечным Бытием (*Сам*). Это его внутренняя природа и внутренняя свобода, а человеческая личность — всего лишь крошечная сторона его бытия, линза, с помощью которой просвещающая сила непрестанно излучается в мир.

Если у человека нет наставника, ему подставят начальника. Руко-ногоумоводителя. Если он не научится подчиняться лучшим и бескорыстным, то будет подчиняться худшим. Если нет настоящего учителя, то пустующее «свято место» занимают власто- и деньголюбивые проходимцы. Какие-нибудь политруки, идеологические работники, владельцы средств массовой информации, денежные мешки, властные злодеи или властные дураки...

Тот, кто притворяется учителем, заинтересован не в просвещении человека, а в его подчинении. Он навязывает, внушает свою точку зрения. Если настоящий желает вашего творчества и свободы, то лжеучитель требует подчинения и поклонения. Он ревнив, деспотичен, для него

слишком важно, что у него — «мои ученики», «моё учение», «моя обитель», «моя книга», «мой телевизионный канал». Он не может быть открытым истине, ибо занят тем, что играет роль. Он боится показаться несведущим, чего-то не знающим, он всегда выставляет перед людьми свои существующие или несуществующие достоинства. Притворяющийся больше получает выгод, чем даёт.

Иные ученики принимают действия учителя лишь до тех пор, пока это не требуют от них пересмотра привычных взглядов или какой-то жертвы своими телесно-чувственными удобствами. Когда же потребуются исполнение советов учителя о подчинении тела, следование твёрдому распорядку и т. п., они начинают разглагольствовать, что тело всё равно будет оставлено и, значит, выполнение упражнений не нужно.

Как наставник — Учитель наставляет вас на пути к Истине. Как учитель — учит, как её достигать. Он поддерживает на духовном уровне и даёт упражнение, которое для вас сейчас нужно. Настоящий Учитель учит не какой-то религии или учению, но самопознанию и самоуправлению. Он многое может сделать для вас, но ничего не сделает *за вас*.

ПРИБОЩЕНИЕ К ИСТИНЕ И СЛУЖЕНИЕ УЧИТЕЛЮ



Гуру Нанак, основатель сикхской религии

Среди настоящих учителей есть различия по их способу достижения Истины и передачи её. Например, *йоги гуру* — это тот, кто овладел наукой йоги и усовершенствовался в ней через долгую и суровую садхану. *Джняни {гьяни} гуру* достигает истины посредством тонкого размышления над смыслом писаний и обобщения знаний. Постоянно пребывающий в Благе (*брахмаништха гуру*) — высшее духовно развитое существо. Это человек, свободный при жизни, не интересующийся телом (*видехамукта*) и связанными с ним заботами. Из недавно живших в этом мире Свами Сатьянанда считал таковым Рамана Махарши. *Если ученик нуждается в учителе, то учитель нуждается в передаче знания* (если он вообще в чём-то нуждается).

Учители и святые передают свою духовную силу разными средствами. Основные — это их лицезрение (*даршан*), благословение (*прасад*) и сообщение истины (*сатсанг*).

Различные виды учителей могут передавать благодать соответственно их собственным силам (*сиддхам*). Кто-то — одним своим присутствием, подобно сандаловому дереву, распространяющему вокруг благоухание, кто-то — посредством касания, кто-то — взглядом. Он может произнести или прошептать мантру человеку, вдунуть её в предмет — цветок, камень,

пепел, или просто дунуть на человека, или дать воды со своих ног, или передать её через изображение божества или свою фотографию и т. д.

Например, Свами Вивекананда пережил сверхсознательный опыт после того, как его коснулся его гуру Рамакришна Парамахамса. Бильвамангал прошёл через подобное переживание и позже стал известен как святой Сурдас.

Но для того, чтобы эта энергия сосредоточилась и передавалась, нужен и второй полюс — вера, внимание и преданность приближающегося. «Вера есть ментальная ясность, ибо она защищает йогина как заботливая мать. У обладающего верой и ставящего своей целью различение возникает энергия» (Вьяса, на Йога сутру, 1.20).

Духовная жизнь или возрождение начинается с приобщения к истине. Для большинства людей приобщение к истине происходит через сообщение истины.

Соединение двух частей слова *сатсанг*: *sat* — «истина» и *sanga* — «общение», «общество» — даёт многозначные толкования этого слова — «сообщение истины», «приобщение к истине» или «общение с пребывающим в истине». В высшем смысле это означает непосредственное восприятие Истины и общность с нею в каждом действии и событии жизни. На более прикладном уровне сатсанг означает пребывание в обществе истинных мудрецов, йогинов, святых, вашего наставника и слушание того, что ими говорится, а также место, где искатели истины встречаются со своим наставником.

Приобщение и общение с истиной — сущность всякой духовной жизни. Оно существовало со времён появления сознания в человеке. У первобытного племени и деревенской общины всегда был свой мудрец, колдун, шаман, как бы его ни называли. Он был почитаем и уважаем людьми за свои знания и умения. С ним советовались в трудных случаях, он решал споры, делил добычу, лечил больных. Он давал знание другим и приобщал к ней своего преемника.

На сообщении истины мудрыми или святыми — Буддой, Сократом, Христом, Мухаммадом и др. — основываются все учения и вероисповедания мира. Они приобщили к воспринятой ими истине многих людей. И всякое писание основывается на сообщении и примере великих учителей, святых и праведников.

Способность различения и продвижения в йоге может быть отточена только приобщением к истине. «Без сатсанга нет различения», — говорится в Рамайане. Обычно мысли крутятся-вертятся в «колесе ума», не способные вырваться из выстроенных неверных понятий. Лишь приобщение к истине

очищает ум от ненужного и разбивает цепь привычек ума и тела.

Принятие от учителя знания — словно второе рождение. Даже самые испорченные люди преобразовываются силой Истины, как философский камень превращает железо в золото. Тот же Вальмики, которого мы упоминали, — прекрасный пример такого преобразования. Он был «воинствующим материалистом» и не чтит никаких святых и йогингов. Встретившись с гуру Нарада в виде странника, он за проявленное к нему сострадание был приобщён к истине и получил от него мантру. Разом вся его жизнь преобразилась. Он стал великим йогингом и был в конце концов вдохновлён на написание Рамайаны.

Если вам повезёт (точнее, будет вами заслужено) присутствовать на сообщении истины, такое же не обычное «преобразование» может произойти и с вами. Оно может осуществиться мгновенно или постепенно, сознательно или даже без вашей воли. Но вы увидите в жизни новый смысл, новые горизонты, лучшие возможности. Ваше восприятие, кругозор и понимание расширятся и улучшатся. У вас появятся силы, вдохновляющие на новые мысли и дела. Изменятся взаимоотношения с людьми. Преобразуется вся ваша жизнь.

Как это происходит, невозможно сказать без упрощений. Явно, «свет мудрости» излучает тонкую энергию, не уловимую, слава богу, физическими приборами, но явственно и мощно действующую на воспринимающего человека. Этот свет преобразует, перенаправляет, переорганизовывает мысленные и энергетические потоки в их особом ступке, который зовут человеком. Происходит преобразование и ума, и энергетического поля (ауры), и, в какой-то мере, физического тела. Как говорил Ницше, «когда человек долго и умно мыслит, то не только его лицо, но и его тело приобретает умное выражение».

Такое преобразование может произойти от, казалось бы, незначительного разговора или замечания мудрого, прямо или косвенно обращённого к вам. Но эти слова оказываются для вас исполненными величайшего объясняющего, просвещающего, просветляющего смысла и потрясают вас. Большинство значимых сообщений передаётся на глубочайших и тончайших уровнях. Дело за малым — только быть восприимчивым и настроенным на то, что объединяет всё. И спрашивать или молчать, когда это естественно и необходимо для вас.

И если вы действительно готовы и искренне ищите, истина войдёт в вас.

Но сегодня иметь личного наставника — величайшая редкость и роскошь. Учительство или наставничество в современном мире существует лишь в виде остатков внутри религиозных традиций. Духовные поиски не обязательно должны быть в пределах господствующей в стране религиозной

конфессии. Поэтому найти настоящего наставника и общаться с ним хотя бы достаточно часто очень и очень непросто. Даже к немногим широко известным весьма трудно приблизиться как к учителю из-за большого числа окружающих их учеников и приверженцев. В этом случае отношения складываются как с преподавателем, что, может быть, и неплохо, но... не то, не то. Другие достойные учителя не озабочены желанием известности и набором учеников. Вы можете никогда не найти гуру, поскольку не способны понять его.

Однако нет непрекаемой необходимости, чтобы учитель обязательно выступал для вас как личность. В наше время личное общение с учителем, хоть и настоятельно желательно, но не обязательно. Духовное единение может сохраняться даже при физическом разделении.

Уже упоминавшийся Раман Махарши относился к таким редким гуру, которые не имели гуру.

Без учителя упражняться в йоге трудно, но не безнадежно. Существуют священные писания, которые передают потомкам великие истины. За время, когда индийское знание привлекло интерес исследователей, издано много литературы, и среди них есть неплохая. Существуют общины, в которых поддерживается дух и сохраняются многие важные частности учений. Посредством этого немногого передаётся часть учительской сущности или учительства (*гуру таттва*).

Эта сущность кажется исходящей извне, но существует в каждом из нас и известна как внутренний гуру. Этот внутренний гуру — наблюдатель всего, что вы делаете в своей жизни, молча наставляющий вас на пути знания высшего Самого себя. Эта сущность — вне времени, она непреходяща и неразрушима смертью. Она переходит из жизни в жизнь.

Для многих людей, живущих в телесно-чувственном мире и занятых внешними предметами мира, само существование этой сущности — призрак. Разумный же понимает, что разум проявляет внешний мир.

Всякий ум подспудно сопротивляется внушениям и наставлениям извне. Однако для пробужденного и приобщенного к знанию человека наставления учителя не кажутся идущими извне, поскольку учитель — не просто личность, но область высшего сознания, запредельное его состояние.

Сама потребность в учителе есть проявление гуру таттвы. Появление учителя в теле — проявление учительской сущности в разуме. Это появление точки, вокруг которой сосредотачиваются все приобретенные знания и сведения. Но проявлением учительской сущности может быть также и особое состояние, когда самые разные сведения и свидетельства (людей, преданий, писаний) начинают приходить к человеку со всех сторон

и служить для обретения истинного знания. Восприятие становится особо избирательным и обострённым, умозаключение — точным и верным, а йоговский опыт — всё более частым и чистым.

Приближение к учителю происходит:

1. Отдачей себя учителю (*pranipatena*, букв. «припадание»)
2. Правильным вопрошанием (*paraipraśnena*, букв. «после спрашивания»)
3. Служением (*sevayā*) в виде выполнения его просьб, требований, оказания услуг и принесения даров

Служение учителю (*гуру сева*) — самый простой способ совершенствования. Это служение идеалу, явленному в человеческом облике.

Древние знатоки считали начальными успехами в йоге:

1. Умение подчиняться учителю и преданное служение ему
2. Внутреннюю способность оценивать собственное положение в жизни
3. Умение не переоценивать себя
4. Освобождающую от желаний ясность

Служение учителю поставлено на первое место не случайно. Если вы не научитесь верить и служить учителю, вы не достигнете остального. Если не научитесь слушать учителя, слушаться его и быть послушником истинного мировоззрения, вы не услышите своего внутреннего голоса. Вы будете одинокими судёнышками в мирском море.

Учитель же, как остров, всегда непоколебим в общем потоке. И даже изменяясь, он никогда не изменяет самой истине. Ибо Учитель и есть сама зримая Истина. Нужно смотреть на него как на явление высшей истины, видеть её проявления, а не пытаться искать соответствия с тем или иным образцом или схемой, которой тот должен, по нашему мнению, удовлетворять.

Многие хотят возвыситься величием гуру. Поэтому ищут не знания, а знаменитого и восхваляемого. При этом учителя чаще всего оказываются не учителями, а идолами, а ученики — всего-навсего почитателями. Они пользуются славой учителя для повышения самооценки. Всячески выпячивают свою приверженность и послушность ему, пока он знаменит. Начинают неумеренно и повсюду восхвалять «своего» учителя и ругать и хаять других, рассматриваемых как враждебных. Расстраиваются, если тому не оказывают почтения, и отходят, когда не находят у многих такого обожания.

Но любить учителя не обязательно. Помимо почтительного отношения к учителю редко, но бывает и противодействующее. Но всё равно все мысли такого сопротивляющегося направлены на этого учителя, которого он даже не признаёт.

Ученик — не тот, кто говорит «вот мой учитель!», а тот, кто живёт с постоянным желанием соотносить свои мысли и поступки с тем, как они будут восприняты учителем. Он вольно или невольно стремится подражать ему.

Вся суть служения учителю — это отождествление ученика с сутью сознания учителя. Сначала ученик своим почитанием, стремлением сделать учителю приятное и не огорчать его, услугами учителю укрепляет «сердечную» связь с ним. Потом он становится похож на учителя образом мыслей, общим словарём, привычками. Это не говорит о том, что ученик — только подражатель и не может превзойти учителя.

ВАЖНОСТЬ БЛАГОПРИЯТНОЙ СРЕДЫ, ОБЩЕНИЯ И ОБЩИНЫ

Индийская традиционная жизнь — это жизнь общинная. Именно в общинах складывалось многообразие дхармы.

Прежде и у нас регулятором и контролёром нравственности была община (деревня, приход и т. д.). Все друг друга знали и были на виду. С урбанизацией и развитием технологии люди становятся всё более «атомарны» и отчуждены друг от друга. С кажущейся независимостью они утрачивают многие достоинства общины — чувство сопричастности, взаимопомощь.

Множество людей ищут уединённых тихих мест, чтобы найти там покой. Одни бегут от мира, где им неудобно, другие убегают, потому что боятся его. И не понимают, что источник своих несчастий несут в себе. Поэтому некоторые, проведя в уединении целые годы, часто так и не могут обрести покой, которого так желали. Иногда, намучившись с нехваткой еды, отсутствием крыши над головой, неудовлетворёнными половыми желаниями, человек становится ещё большим наслажденцем, чем был. Более того, он может начать даже осмеивать или ненавидеть то учение, которое ему ничего желаемого не дало.

Если вы хотите совершенствоваться, нет нужды затворяться в каком-то скиту или удаляться в горную пещеру. На вершинах Алтая или Гималаев можно испытать кратковременный подъём духа. Но трудно жить среди

вечных снегов и сияющих льдов. Тишины и покоя места недостаточно, чтобы обрести их в уме. Созерцания красоты вокруг недостаточно, чтобы увидеть её в себе. Трудно разрешить и разрушить умственные затруднения, не взаимодействуя с другими людьми. Заблуждения и побуждения, распри и склоки остаются в уме, как помехи, и рвут на клочки Действительность. Уединение, благотворное для того, чтобы успокоить ум, обратиться в себя, отвлечься от внешних беспокойств, в больших дозах становится вредным и даже опасным, так как может усилить неверные мысли и обратить их на саморазрушение.

Только очень немногие способны совершенствоваться в уединении. Поэтому *совершенствующемуся поначалу необходима благоприятная среда*. Где лучше заниматься пранайамой — в загазованном и шумном городе или на чистой природе? Где удобнее заниматься йогой — в тюрьме или ашраме?

Несколько доводов из разных областей:

- *Электротехнический*. Исследование только внутреннего мира ведёт к замкнутости, а эта замкнутость часто приводит к короткому замыканию, и наш сложный ум искрит, дымит и перегорает. Если же напряжение мысли частично направляется на питание некоего слаженного целого, например сообщества единомышленников, на обучение или помощь другим, эта опасность меньше.
- *Физико-теоретический*. Община является центром сосредоточения духовной энергии. В ней создаётся атмосфера положительных эмоций и вдохновенных мыслей. Резонансные, в языке физики, отношения не только усиливаются, но приобретают иное качество.
- *Садово-огородный*. Когда выращивают плодое растение, делают это в саду, на огороде или хотя бы на подоконнике. Не бросают семена где попало — среди крапивы, лопухов и чертополоха, на асфальт и бетон. В неподходящем месте ростки совершенства не прорастут или захиреют. Рамакришна сравнивал совершенствующегося человека с баньяном — огромным, тысячи лет живущим деревом, разрастающимся воздушными корнями. Пока баньян не вырос, его ограждают даже от коз. Но потом можно к нему привязывать и слона.
- *Психологический*. Чтобы стать личностью, надо проявиться и дополнить себя в общении. При общении и общем деле человек в какой-то мере становится обществом, миром. Человеку нужны другие, чтобы видеть в них себя, и необходимо чувствовать свою нужность другим, жить в среде взаимодействия, взаимопонимания и взаимопомощи. Общество помогает выявить и обобщить многие личные интересы.

Пока человек слаб, он невольно подчиняется большинству. Есть такой

психологический тест. Испытуемому, который находится в группе подставных лиц, показывают две картинки или два предмета, один из которых, например, заметно больше другого или отличается по цвету. «Подсадные» утверждают, что меньший предмет больше или что цвет предмета серый, а не зелёный. И человек не доверяет своим глазам, если не уверен в себе.

Многие люди, видя несправедливость в мире, заранее смиряются: «Что я могу один?» Но если они находят соумышленников, сотрудников, соратников, тогда отчаяние: «А что я могу?!» — сменяется верой в лучшее. Они вместе способны приступить к делу, на которое бы не решились в одиночку, и выполнить его. «На миру и смерть красна».

Важная составляющая дхармы — паломничество по святым местам.



Паломники из Южной Индии в Варанаси

В Индии паломничество весьма распространённо и любимо. Любое паломничество — это и познавательное действие: новые места, новые святыни, новые люди. Это и коллективное деяние, в котором людей объединяет чувство общности, где облегчается общение без кастовых и социальных различий, где царит дух празднества, взаимопомощи, доброты и братства.

Странничество было важной составляющей русской жизни в прошлом. Сейчас широкое распространение туризма, особенно «дикого», в котором соединяется подвижничество (трудности восхождений или сплава и т. п.) и созерцание природы, можно считать неким видом паломничества, лишённого, правда, его священного настроения. Впрочем, без веры мало толку ездить по восстанавливаемым монастырям. Слава Богу, у нас ещё есть мало затронутые цивилизацией не только уголки, но и целые края природы. И человек, не принадлежащий к какому-либо вероисповеданию, но просто посещающий далёкие и красивые места в обществе близких по духу людей,

чтобы созерцать красоты природы и чтобы преодолеть трудности, может испытывать что-то похожее на то, что даёт паломничество.

Для существования общины главное — не скопление людей в одном месте, не общность людей с одинаковыми представлениями, а общность представлений людей, занятых общим делом.

ВЕЛИКИЕ ОБЕТЫ (ЙАМА)

ДОБРОТА

Ахимса — важнейшее из нравственных средств (см. напр. Йога таттва упанишада); считается, что все остальные добродетели основаны на ней.

В ведийских упанишадах слово *ахимса* встречается только раз, но в одной из древнейших — Чхандогья упанишаде (3.17), при описании смысла жертвенного обряда для познавшего Истину человека: «Подвижничество, подаяние, искренность, невреждение, правдивость — это его дары (жрецам)».

В Бхагавадгите, главном священном тексте индуизма, это слово встречается четыре раза — при описании людей божественной участи и черт истинного знания. А в Мокшадхарме Махабхараты говорится: «Закон невреждения есть не вводящее в заблуждение, непреложное поведение» (271.21), «в ней все добродетели исчезают, как на пути слонов другие тропы» (245.19).

Толкователь Йога сутры Вьяса в Йога бхашье истолковывает ахимсу в широком смысле слова — как воздержание от зла по отношению ко всем живым существам, достигаемое любым путём и во всякое время (*sarvathā sarvadā sarvabhūtānām anabhidrohah*).

Ж. Варенн утверждает, что переводы слова *ахимса* с отрицательными значениями: «ненасилие», «невреждение» — скрывают позитивный и действенный оттенок слова, а Свами Кришнананда — что отрицательное понимание его указывает нам, чего мы не должны делать. Тогда можно сказать, что положительное понимание термина («доброта», «дружелюбие») говорит, что мы делать *должны*.

НЕВРЕЖАЕНИЕ НА ВОСТОКЕ И ЗАПАДЕ

Сейчас политическими и религиозными противниками единства Индии и их неумными перепевалами распространяются и размножаются идеи о том, что так называемое ненасилие в Индии — всего лишь глупость вроде защиты коровы или сметания джайнами метелочкой насекомых перед собой, а, мол, по отношению к людям индуизм жесток, кровожаден и т. п.

Мол, там пришедшие арии якобы уничтожили великую тантрическую культуру дравидов,¹ там были и есть кровавые жертвоприношения, принуждение вдов к самосожжению, страшные самоистязания различных садху и факиров, «леденящие кровь» насилия над неприкасаемыми, а теперь вот создали атомную бомбу...

В религиозной и идеологической борьбе с «восточными культами» часто используют знаменитое изречение Бхагавадгиты:

Кто вне личности существует, чей не запятнан разум,
И этот мир погубив, не убивает, не связан.

Бхагавадгита, 18.17

Мол, вот к чему призывает так называемое священное писание Индии!
Постараемся разобраться.

Ещё Свами Вивекананда подметил знаменательное противоречие: хотя в священном писании Индии Господь обосновывает необходимость насилия и призывает вроде бы к насилию, в Индии ненасилие стало всепроникающим принципом жизни. В Евангелии Христос говорит о необходимости ненасилия и призывает любить даже врагов, а христианский мир оказался совсем не мирным и ближе к делу и телу принял выражение «Не мир я принёс, но меч». Европу многие столетия сотрясали и опустошали религиозные войны, чего не было в Индии до прихода ислама. «Индийский фанатик сжигает себя, а не зажигает костров инквизиции» (Вивекананда).

То, что правило невреждения было не просто пожеланием, а воплощалось в жизни, доказывает нынешнее состояние Индии. Там достаточно плотно живёт уже миллиард людей всех рас Земли, множество народов и племён разного развития и уклада, имеется более 1600 языков и наречий, не всегда мирно, но сосуществуют бесчисленное множество религий, культов и сект с 33 миллионами богов. Область, увы, существующего и поэтому признаваемого насилия была ограничена строгими рамками варнового долга, правил и на лестнице предпочтений и

¹ См. напр. Ван-Лизебет. Тантра. — Новочеркасск, 1999. Зная достаточно неплохие и рассудительные книги этого автора о начальной йоге и пранайаме, написанные в традиции Бихарской школы йоги, удивляешься столь резкому повороту к неумно-неумному гневу против ариев и брахманов, якобы уничтоживших великую тантрийскую цивилизацию дравидов. Тем более что дравидский характер харапской культуры, возможно, тупиковое предположение: слишком много фактов этому противоречит.

ценностей в народном сознании занимала более низкое место. Если бы в мировоззрении и мироустройстве главенствовало насилие, то, скорее всего, как в ближневосточной иудейской или исламской нетерпимой среде, господствовал бы один бог, одна религия, одно Писание, один народ и один язык.

Часто главным становится то, чего не хватает. Для «мирского» Истина всегда в какой-то мере опасна.

Даже если рассматривать Бхагавадгиту как описание исторических событий, что весьма сужает её смысл, борьба Пандавов в ней оказывается борьбой за справедливость. Кому, когда, где сказано призыв «Сражайся и не свершишь преступленья!»? Сказаны воину перед неизбежной битвой. «На поле племени Куру, на поле дхармы», после того как завистник и злодей Дурьодхана отнял обманным путём царство братьев-Пандавов, несколько раз пытался их убить, потом изгнал в лес на 13 лет, а после не выполнил своего обещания вернуть царство законным владельцам и стал собирать силы для защиты отнятого. Добавим к этому, что шестой книге Махабхараты, в которую входит Бхагавадгита, предшествует объёмная пятая — Удьогарва — «Книга о старании (сохранить мир)», рассказывающая о многих попытках послов Пандавов и самого Кришны уладить дело миром.

Этнографы и просто внимательные наблюдатели отмечают и сейчас огромную роль доброго отношения ко всему живому в семейной жизни индийцев. Среди первых слов, которые слышат дети, — «Не раздави муравья, не ударь собаку, козу, теленка, не наступи на ящерицу, не бросай камней в птиц, не разорь гнёзд, не приноси никому вреда». Вырастая, он усваивает и другие: «Не обижай младших и слабых, уважай старших, не подними нескромного взгляда на девушку, не оскорби нечистой мыслью женщину, будь верен семье, будь добр к детям».

Вероятно, по мере складывания многообразной мозаики индийского мировоззрения, при влиянии буддизма и джайнизма значение принципа ахимсы возрастало, но в той или иной мере оно всегда было присуще арийскому мышлению. Даже борьба за независимость Индии велась в ней на основе ненасилия. Её руководитель и ближайший к нам по времени великий осуществитель ахимсы Махатма Ганди утверждал: «Абсолютное видение истины может проистекать только из полного познания ахимсы».

СИЛА НАСИЛИЯ

Казалось бы, чего легче: есть авторитетнейшие наставления, и надо их выполнять, если веришь, тем более что часто ахимсу сопоставляют с ветхозаветной заповедью «Не убий». И кажется, что не все мы кровожадны и выполнить такое условие для достижения Истины не так уж трудно. Но если мы достаточно искренни перед другими и собой и обладаем некоторым жизненным опытом, наша самонадеянность съёживается.

Насилие свойственно природе. Физическое разрушение — часть жизни; это непрерывно происходит вокруг нас и с нами. Землетрясения, наводнения, засухи, извержения вулканов, лесные пожары, цунами, эпидемии уносят жизни великого множества живых существ.

Животный мир — сплошное пожирание одного существа другим.

Жук ел траву, жука клевала птица,
Хорек пил мозг из птичьей головы,
И страхом перекошенные лица
Ночных существ смотрели из травы.

И Заболоцкий

Снизим требования — ограничим рассмотрение ахимсы лишь человеческими отношениями. И здесь никакого просвета. Оглянемся на историю — волосы встают дыбом. Катится тяжёлое колесо истории — кровь брызжет, кости хрустят... бр-р-р! А ведь сколько было великих умов, не нам чета, приносивших в мир учения добра! Вспомним слова Христа: «А я говорю вам: не противься злему. Но кто ударит тебя в правую щеку, обрати к нему и другую». Слова Иисуса не могут быть ложными, но много ли было способных «возлюбить врага своего»? И смогли ли слова Христа предотвратить насилие, творимое во имя Его в так называемых «христианских» государствах? Или фанатиков других религий, желавших установить господство своей веры, истребив «неверных»? А могли ли они остановить американских прагматиков, почти уничтоживших коренное индейское население Северной Америки, или злодеев, ненавидящих как христианскую религию, так и любую другую и оправдывавших своё властолюбие лозунгом «Религия — это опиум для народа»?

Появился девиз: «Весь мир насилья мы разрушим до основанья...» — нашлись такие силы, которые на 1/7 суши стали воплощать эту разрушительную идею на практике. Заявили: «Насилие — локомотив истории», — и сделали из него безумный бронепоезд, не слушающийся тормозов. И замелькали революции, войны — мировые, гражданские,

национально-освободительные, торговые... концентрационные лагеря¹, упыри во френчах во главе государств, противостояние двух систем с ядерными бомбами на грани войны, уничтожение природы под видом прогресса...

И если все происходящие события не случайны и определяются сознанием, то причины их можно видеть в господствующих пока идеях борьбы — за существование, классовой, идеологической, за жизненное пространство, за рынки, за мир, за коммунизм, за демократию...

Многие слепо принимают положение о диком животном в человеке и на этой грубой основе строят человеческие отношения, используя все научные таланты для усовершенствования разрушительных орудий, чтобы держать это животное под угрозой применения насилия. Как мрачно сострил Курт Воннегут: «Что бы учёные ни делали — у них всё равно получается оружие». Огнестрельное, химическое, бактериологическое, атомное, климатическое, демографическое, психотропное... Что ещё? Похоже, это мировоззренческая болезнь нынешней цивилизации: насилие растёт от Каина до Сталина, от дубины до атомной субмарины... Несколько тысячелетий идей, слов и дел насилия сгустились в грозящий всеобщим взрывом сгусток противоречий.

И на что надеяться особенно нашему народу, похмельно-тупо глядящему на содеянное им пепелище и развалины? Вновь и вновь ссылаться на объективные условия и влияние среды и уповать на очередного вождя, громко обещающего эту среду изменить?

А если убийца, насильник, разбойник, враг, хищник будет покушаться на вашу жизнь, достоинство или имущество или на ваших глазах будет убивать другого? А если быть последовательным, то, даже моя руки с мылом, мы уничтожаем массу бактерий, не обязательно болезнетворных. Мы нарушаем идеал невреждения, даже питаюсь растительной пищей, ибо это часть живого, хотя и не животного мира. Как совместить требования непричинения вреда с известным законом «живое — жизнь живого» (*jiva jivasya jivanam*) (Бхагавата пурана, 1.13.46)?

НАМЕРЕННЫЙ ВРЕД И ВРЕД НАМЕРЕНИЯ

Уменьшилась ли в наше время сумма насилия, далеко не уверен. Но уж

¹ Впрочем, первыми здесь были англичане, которые создали их во время англо-бурской войны 1902 года

точно, что оно видоизменилось, переместилось в иные области жизни и приобрело более, что ли, потенциальный характер.

Вред подразделяется на три вида: телесный, умственный и духовный. С телесным достаточно просто. Умственный — это причинение вреда уму человека посредством каких-либо наркотических веществ, речью или мыслью. Не то чтобы какой-то телепатией, но любым воздействием на ум, причиняющим вред (запреты на выражение мысли, программирование и т. д.). Духовный вред — это взращивание в человеке желаний, привязанности, отвращения, страха.

Вьяса вслед за Патанджали делит насилие сначала на 27 видов: произведённое, заданное (или вызванное) и одобренное, каждое из них по трём причинам — из-за жадности, гнева и неведения, и каждое, в свою очередь, может являться слабым, средним и сильным. Затем, продолжая дробление уже по степени проявления, Вьяса выделяет 81 вид насилия, заключая классификацию выводом, что количество видов насилия «бесчисленно по причине различия обязательных, необязательных и общих (предписаний) и неисчислимости видов живых существ» и что эта классификация применима также к случаям лжи и прочего (на Йога сутру, 2.34).

От этой классификации не скроются, например, и подстрекающий на насилие другого, и использующий для подчинения человека моральное подавление — неуважение, грубость в обращении, наклеивание «ярлыков» и «клеймение» клеветой. Более того, по Яджнявалкья смрити (2.20.231), если человек причиняет вред другому, будучи подчинённым кому-то, то ответственность ложится, главным образом, на подстрекателя. Нет надежды остаться чистым и вегетарианцу, мягко нажимающему кнопку компьютера, включающего в действие целую систему средств массового поражения. Или политику, втравившему страну-конкурента в войну или в революционный хаос или действующему по принципу: «Если мы увидим, что выигрывает Россия, мы будем помогать Германии, а если увидим, что выигрывает Германия, мы будем помогать России, и пусть они убивают друг друга как можно больше!» (Трумэн).

Сейчас войны начинают не генералы, а политики в штатском, которые подготавливают и отдают роковые приказы. С глобализацией экономики и появлением средств массовой информации насилием может стать непредоставление продовольственной и финансовой помощи, валютные атаки, экономические санкции разного рода, информационное давление и подавление. А есть ещё более изощрённые тайные методы — сеяние раздора в обществе, содействие его моральному разложению (пропаганда пьянства, наркотиков, проституции, романтизация преступности и т. п.), целый набор средств, направленных на уменьшение численности населения...

В современном обществе перед каждой локальной или точечной войной теперь развязывается «информационная». Например, мировое сообщество, в которое почему-то не включают Россию и некоторые другие страны, использует моральное оружие (идеи ненасилия и т. п.) в защиту вооружённых чеченских или албанских отщепенцев (переводя на русский слово «сепаратисты») против России и Югославии. Цель моральной поддержки, героизации и обеления чеченских террористов и демонизации и очернения русских в средствах массовой информации — прежде всего нанести вред конкуренту.

Ганди применял слово «насилие» по отношению к надувательству, лжи, дезинформации противника, отказу от примирения, мстительности и особенно ненависти, которую он считал тончайшей формой насилия.

Сила намерения (*санкальпавирья*) включается в событие и изменяет его своей энергией. Очерняет, отравляет или улучшает, просветляет, облагораживает. А будущее так же влияет на настоящее и на прошлое, как прошлое на настоящее и на будущее.

Предварительная установка меняет восприятие и оценку другого человека. Это показано, например, опытами советского психолога А.А. Бодалева. Так, двум группам отдельно работавших студентов показали фотографию одного и того же человека: первой группе сообщили, что они увидят фотографию преступника, а второй — выдающегося учёного. Студентам была поставлена задача описать психологические черты этого человека. В первой группе нашли, что «глубоко посаженные глаза свидетельствуют о злобе», «острый выдающийся подбородок указывает на решимость идти до конца в преступлении» и т. д. Во второй группе глубоко посаженные глаза — «признак глубины мысли», а выдающийся подбородок — «проявление силы воли, необходимой для преодоления трудностей, встречающихся на пути познания».

Одни и те же действия в зависимости от начального намерения человека приобретают положительное или отрицательное качество. Сознательная мотивация насилия может поменять её знак, но лежащее глубоко под ним неосознанное намерение, в свою очередь, тоже его меняет! Отообразим это так: А ударил Б, считая, что защищает справедливость. Но если его внутренним побуждением была ненависть к Б, запрятанная под мантией справедливости, отрицательный заряд свершенного насилия обязательно ударит А.

Причиняющий любой из трёх видов вреда другим — косвенно причиняет вред самому себе. Желание навредить есть уже следствие нечистоты сознания и её усиление. Психическое и физическое напряжение (будь это страх перед возмездием или муки совести), рождаемое насилием, не

позволяет сосредоточить ум.

В «Законах Ману» говорится: «Причинением вреда (*химса*) человек приобретает болезненность, непричинением (*ахимса*) — здоровье» (11.52).

Почему это происходит, по мнению Вьясы? Когда прибегающий к насилию «лишает свою жертву силы, его собственный источник жизнедеятельности — сознание и организм — тоже теряет энергию» (Вьяса, на Йога сутру, 2.34).

Иные склонны думать, что, убивая ненавидимого противника, избавляются от предмета ненависти. Однако приобретают противника невидимого. Ненависть невидимо сцепляет с ненавидимым. Получают стресс во время насилия и, казалось бы, почувствовав ненадолго облегчение, не получают освобождения. Насилие делает человека зависимым. В-первых, вовлечённостью в кармовый поток, который, вызывая волнения в виде чувства вины, греховности, самообвинений, самоуничужения, самоунижения, несёт человека к крушению. Но даже если не применять восточной идеи кармы, а ограничиться психологией, то просто усилением напряжённости и тревожности в уме, которая отравляет всё существование человека, проявляется многими психосоматическими расстройствами.

Оказывается, угрызания совести есть даже у тех, у кого нет совести. Даже если насильника не настигает возмездие закона, его постигают пьянство, заболевания как самонаказание. Тогда вражда с совестью выходит на поверхность его сознания не в сознательном раскаянии, но в нервном или телесном расстройстве (необоснованные страхи, невротические боли вплоть до паралича и прочие неприятности). Описана (Артуром Йоресом) даже смерть от удушья женщины, переживавшей измену своему мужу. Потребность в самонаказании сплошь и рядом оказывается более сильной, чем желание благополучия. Уходят в болезнь, неосознанно ищут отрицательных эмоций, опасных положений и людей, катастроф, идут на преступление, чтобы пострадать.

С этой точки зрения весьма показателен известный факт, что склонность к убийству легко переходит в тягу к самоубийству. Внутренняя агрессия часто обращается против самого агрессора, и убийцы кончают с собой (а самоубийцы, напротив, могут заодно прикончить и другого). Или, пытаясь заглушить голос совести, они спиваются, «колются» и «отрываются» от своей лучшей природы до полного распада. И даже такое, казалось бы, невинное вредное занятие, как курение, К. Лоренц, например, считал замещением агрессивности.

Всякое эгоистическое нарушение принципа не-вреждения даже ради очевидной пользы вредит человеку. Убивая паразитов ядами, сами ими дышим. Уничтожая вредителей пестицидами, поглощаем их затем с пищей.

Вместе с болезнетворными микробами антибиотиками уничтожаем и свою микрофлору, и свой иммунитет. Экологические последствия локальных войн ощущаются за тысячи вёрст от места конфликта. СПИД распространяется с быстротой пожара...

ПРОТИВ НЕПРОТИВЛЕНИЯ

Не сеятель сберёт колючий колос сева.

Принявший меч погибнет от меча.

Кто раз испил хмельной отравы гнева,

Тот станет палачом иль жертвой палача.

М. Волошин

Но это не значит, что, узнав об этом, мы можем сразу же достичь такого покоя: сесть в «лотос» и бестрепетно из-под полуприкрытых век наблюдать, как вокруг унижают, бьют, грабят, убивают. Такое равнодушие — прямой путь к эмоциональной и умственной гибели.

Устранение от сопротивления, непротивление ещё не является ненасилием, если это делают, например, из страха перед возможным страданием, смертью, позором поражения, грехом, карой божьей или дурным воплощением. Если раба хлещет бич, а он не смеет даже прикрываться — это не ненасилие, а низ унижения. Злобен униженный, смотрит исподлбья и подбирает камень по руке, лишь только надсмотрщик отвернётся.

И недаром Махатма Ганди утверждал ценность ахимсы только в паре с бесстрашием (*абхайа*). Он отмечал, что «насилие означает не освобождение от страха, а изучение средств побеждать причину страха. Ненасилие, наоборот, не имеет причин для страха».

А великий ученик Шри Рамакришны Свами Вивекананда, говоря об опасности слабости, настаивал: «Прежде, чем он достигнет высшего идеала, человек должен сопротивляться злу. Пусть он трудится, пусть он сражается, пусть он бьёт противников сплеча. Только когда он разовьёт в себе силу, необходимую, чтобы сопротивляться злу, ненасилие станет для него добродетелью». И далее: «Бездеятельности следует избегать всеми средствами».

И современный представитель Миссии Рамакришны Свами

Джиготирупананда в лекциях по индийской философии говорит, что область непротivления весьма ограничена. Злу следует оказывать сопротивление, как умственное, так и физическое, — именно так может быть достигнуто спокойствие ума. Для умственно и физически слабого человека путь непротivления не подходит, ему нужно идти по пути сопротивления, совершенствуя себя. Лишь для познавшего нереальность мира возможно безусловное непротivление (впрочем, как и противоположное).

«Подобно тому как при обучении насилию необходимо учиться искусству убивать, так при обучении ненасилию необходимо учиться искусству умирать» (М. Ганди).

Так можно ли требовать от всех безоговорочного ненасилия? Разумно ли за него бороться? Можно ли сделать его общественным законом?

Были бы смешны или страшны попытки удалить насилие из жизни совсем. Ведь в замещённых обликах оно участвует в деятельности хирурга, солдата, милиционера. В мире вопрос стоит о мере и приёмах насилия. Ветхозаветный принцип «смерть за смерть, кровь за кровь, око за око, зуб за зуб» ведёт беззубый, слепой, обескровленный мир к смерти, а принятие евангельского выражения «поднявший меч — от меча и погибнет» как запрета всякого отпора злодеям отдаёт «грешный» мир в полную власть негодяев (и неизвестно, что для мира хуже).

Весьма примечательна и поучительна разница между использованием нравственных убеждений в общественной борьбе Толстым и Ганди, принявшим учение Толстого о ненасилии. Толстой требовал от государственной власти следования христианскому идеалу, негодовал, клеймил. И хотя он протестовал и против насилия террористов, на фоне террористической войны против государственных учреждений и чинов России это играло больше на руку врагам ослабшей государственности. В конце концов победили такие насильники, по сравнению с кровожадностью которых военно-полевые суды и сотня-другая «стольпинских галстуков», о которых вопила либеральная и революционная интеллигенция, оказались верхом справедливости и гуманности. В руководимой Ганди борьбе за независимость Индии ненасилием (сатьяграхе) требование ненасилия (ахимсы) не распространялось на армию и полицию. Более того, Ганди отчитывал тех полицейских и солдат, которые, приняв присягу, не выполняли приказов, и советовал даже поступать на военную службу тем людям, которые верили в войну, но отказывались от службы из трусости, низменных мотивов или обиды на английское правительство.¹

¹ Ганди М.К. Моя жизнь — М., 1969 — С 389 Насколько это естественнее и глубже, чем толстовские обвинения часового, застрелившего убежавшего преступника: «подлость и низость» и т. д.

Многие интеллигенты считают своим долгом выступать за отмену смертной казни. Мол, «жизнь священна», мол, «дана не человеком, а Богом» и человек не имеет права её отнимать. Верно вроде бы, но не учитывает местных особенностей, закона кармы или понимает его по-теософски упрощённо. Мол, в стране, где существует смертная казнь, число преступников не уменьшается, ибо они там перевоплощаются.

Но почему казнённый злодей обязательно должен воплотиться так быстро в той же стране? А тюрьмы и каторги пожизненным заключением в этом отношении не хуже ли?

Создания Всевышнего — и убийца, и жертва, и карающий убийцу палач. Раз убийца отнимает жизнь, пусть будет наказан. И пусть возмездие совершится как можно скорее, чтобы он быстрее понял, за что.



Победа богини Аурги над демоном Махисшей
(Махишисасурамардини). XVIII век

Сложность в другом — в том, кому поручают это возмездие. Насколько он становится хуже?

В Индии считалось, что царь, который не наказывает преступника, берёт на себя грех. Например, легендарные слова князя Владимира на вопрос, почему он не казнит преступника, — «греха боюсь!» — в санатана дхарме рассматривались бы как недостойные правителя и воина, лицемерные и греховные.

«Если бы царь не налагал неустанно Наказание на заслуживающих его, более сильные изжарили бы слабых, как рыбу на вертеле, ворона стала бы есть поминальное приношение и собака лизать жертвенную пищу, никто не имел бы собственности и произошло бы перемещение высших и низших» (Законы Ману, 7.20-21).

«Наказание правит всеми людьми, Наказание же охраняет, Наказание бодрствует, когда все спят; мудрые объявили наказание (воплощением) дхармы» (Законы Ману, 7.18).

На земле слишком много людей, понимающих лишь один язык — язык насилия: пьяная чернь, воры, насильники, убийцы. И, наверное, можно сказать, что для солдата или милиционера ненасилие — это не допустить насилия по отношению к честным обывателям — со своей ли стороны или со стороны преступников.

Не надо брать на себя непосильных задач и пытаться осуществить совершенную ахимсу. Люди разные, и различна их степень приближения к идеалу. Например, в дхармашастрах и пуранах говорится: «Кто покушающегося на жизнь убивает — даже учёного брахмана, женщину или ребёнка, — скверной тот не пачкается, ибо здесь ярость с яростью встречаются». Более того, по идущему ещё от Вед представлению, тот, кто своими действиями делает добродетельного своим врагом, принимает на себя его грехи.

НЕНАСИЛИЕ — ДОСТОИНСТВО СИЛЬНЫХ

Невреждение — для непогрешимых.

М. Ганди

Наверное, у многих сразу упало настроение, а иные приготовились стать

героической жертвой, ибо за идеей насилия стоят армии, полиции, преступники, производители и торговцы оружием, эгоизм большинства людей, кармическая инерция человечества, а противостоять ему приходится слабой пока мыслью.

И всё же есть надежда. Так ли уж беспросветно кровожаден животный мир? В катастрофических условиях начинают действовать другие механизмы. Помните у Киплинга в «Маугли» перемирие животных во время засухи? Да и самому мне приводилось видеть подобные примеры: в лютый мороз на трубе теплоцентрали бок о бок грелись голуби и кошка... Хотя, казалось бы, стоит кошке махнуть лапой — и удовлетворён инстинкт и аппетит.

И только ли во время катастроф перестаёт действовать инстинкт насилия? Большинство хищников, если не голодны, напрасно не убивают пасущихся рядом животных, коими питаются, — хотя могли бы. На людей нападают, как правило, только пострадавшие от них хищники. Австрийский учёный Конрад Лоренц, занимавшийся изучением поведения животных, установил, что при схватке двух животных одного вида победитель, вместо того чтобы нанести последний удар побеждённому, останавливается. Поэтому сильные хищники не убивают один другого, змеи при конфликтах с сородичами не пускают в ход яд, а птицы не выклевают глаза (прямо по поговорке «ворон ворону...»). И даже такие неприятные твари, как крысы, оказалось, имеют нечто вроде сострадания. В опытах, где навязанное крысе действие вызывало удар током другой крысы, первая пыталась избежать этого действия.

Правда, кажется более верным и глубоким предположение, что при таких опытах человеческое сознание, направленное на то, чтобы увидеть в животном мире ненасилие и взаимопомощь, частично привносит их в мир. «В присутствии утвердившегося в непричинении вреда прекращается всякая вражда (в других)» (Йога сутра, 2.35), а Вачаспати Мишра поясняет, что при нём даже свирепые животные делаются смирными (вспомним святых Иеронима со львом и Сергия Радонежского с медведем). И опять же не всё в прошлом. Живший в 40-50-х годах в Индии европеец замечал, что «если в Европе дикие животные при приближении человека обычно спасаются бегством или прячутся, то в Индии они не придают присутствию своего человеческого собрата особого значения» (Л. Кренек).

Тем более «ахимса — закон человеческого рода» (М. Ганди), раз мир ещё существует и большая часть людей, хотя и подчиняются, но внутренне осуждают насилие. И также видно, что до сих пор всякий тиран-насильник и его режим неизбежно терпел крах, ибо зло таит в самом себе механизм собственного разрушения. Как говорит русская загадка: «Зло ползло, зло схватилось, у зла жизнь прекратилась». И по древнеиндийским сказаниям,

отражающим Действительность, всякий демон, даже достигший господства над тремя мирами, неизбежно терпит поражение. И есть исторический пример — сатьяграха, движение за освобождение Индии от британского владычества ненасильственными средствами, одержавшее победу, несмотря на бурление революций, террора, войн первой половины XX века.

Это — относительно общества. Теперь — о личности. Известно, что человека, даже находящегося в глубоком гипнозе, нельзя заставить совершить то, что противоречит его глубинным нравственным убеждениям. Такой человек скорее умрёт, нежели убьёт другого. А может быть, насилие обойдёт его стороной.

На Западе психологи, изучающие проблемы преступности, обратили внимание, что одни и те же люди слишком часто становятся жертвой нападения хулиганов, воровства, грабежа и т. д. Это назвали «синдромом жертвы». Предположили, что такие люди как бы притягивают к себе преступников своим поведением, выражением страха или, напротив, агрессивности.

Поэтому чем меньше в нас будут появляться и изливаться вовне агрессивные чувства или чувство страха перед возможным нападением, тем меньше возможностей у насилия «зацепить» нас и сделать или насильником, или жертвой насилия.

Сила — в какой-то мере часть справедливости. Не в том смысле, что «кто силён — тот и прав» (английская пословица), а в том, что сила является некоторой заслугой, накопленной в этой или, если угодно, прошлых жизнях. Слабость не является добродетелью, даже если прикрыта хорошими словами.

Ненасилие — высшая сила и даётся лишь последовательным усилием.

Интересно, что единственной завершившейся победой сознательной борьбой целого народа средствами ненасилия была индийская сатьяграха. Другие такие кампании — например, против английского господства в Ирландии в начале XX века или движение Мартина Лютера Кинга в Америке — или потерпели поражение, или сошли на нет. Возможны несколько причин неповторимости до сих пор индийского опыта. В Индии было особое исконное мировоззрение и мироустройство, где ахимса была важнейшей составляющей. Сатьяграха также стала своеобразной религиозной верой.

Именно в установлениях дхармы, признававшей насилие как законную часть жизни, имелась также и величайшая возможность для ненасилия.

Видимо, варна-ашрамовая (сословно-возрастная) организация общества более точно позволяет совместить способности и интересы личности с

интересами общества в общем стремлении к Высшему. Поэтому, следуя ахимсе, нужно учитывать свой нрав и профессию. Могучий и бесстрашный воин Арджуна на поле Курукшетра, «сознанием должного не различая», видит лишь страшные последствия братоубийственной битвы, но Господь Кришна усматривает в отказе от сражения его слабость и скрытый эгоизм:

Если ты, самомнению предавшись, мыслишь: «не буду сражаться!» — твоё решение ложно — природа тебя заставит.

Своим характером, о сын Кунти, скованным своей кармой, что в заблуждении делать не хочешь — сделаешь против воли.

Бхагавадгита, 18 59-60

Ведь Арджуна — кшатрий, для которого выполнение своего варнового (сословного) долга — борьба против несправедливости за благополучие людей — является и лучшим способом достижения Истины.

Вьяса в своём объяснении упоминает такие виды невреждения: ограниченное наследственным занятием (*джати*), то есть насилие, «совершаемое рыбаком только по отношению к рыбам, но не к кому-либо другому; ограниченное местом: «Я не буду убивать в святых местах»; ограниченное временем: «Я не буду убивать ни в 14-й день (лунного месяца), ни в день благого предзнаменования»; ограниченное обстоятельствами — для того, кто воздерживается от трёх (упомянутых): «Я буду убивать в интересах богов и брахманов, но не в иных целях». Подобным же образом «насилие (совершается) кшатриями только в битве, но не в иных целях» (Вьяса, на Йога сутру, 2.31).

Если некто не противодействует злодею, мысленно желая «пусть его Господь покарает», это не ахимса, а химса (Сатьянанда). С этой точки зрения совет апостола Павла: «Если враг твой голоден, накорми его; если жаждет — напои его: ибо делая сие, ты соберёшь ему на голову горящие уголья» (Рим., 12.20) — не добродетелен. Быть же покорной и несопротивляющейся жертвой насилия — это вред по отношению к своей личности, а может быть, даже и к другим — будущим жертвам обнаглевшего насильника. Противодействие злодейству лучше успокаивает ум, чем чувство затаённой ненависти или обиды.

Несправедливое насилие порождает кару в виде неудачи, страдания, расстройства, болезни, распада личности. Справедливое, соответствующее высшей Правде, для блага людей вызывает у них уважение и благодарность и приносит меньше дурных последствий для личности.

Ненасилие можно разделить на два вида — неосознанное, осуществляемое неприязнью к представителям органов насилия, нежеланием участвовать в системе подавления и т.д., и осознанное. Современные социологи подсчитали, что есть почти две сотни способов ненасильственного сопротивления, которые могут парализовать и разрушить систему подавления и угнетения: символические протесты, бойкот, отказ от сотрудничества, от уплаты налогов, неучастие в выборах и органах власти и многое-многое другое.¹

Невреждение — не двойственное состояние ума. Это понимание единства жизни. Это уважение законов природы и космоса (Свами Кришнананда). Некоторые считают, что идея ненасилия — это противодействие человека на исторически возникающее насилие. На самом деле идея ненасилия присутствует в сознании человека помимо исторических оснований, но оно может проявляться в зависимости от того мировоззрения, которое человек принимает и которому следует.

В этом отношении две культуры — индийская и китайская, которые Сварнкар называет культурами Ом и Дао, — отличаются от ближневосточных и основанной на них современной тем, что в основе их лежит не борьба (точнее, война) противоположностей — Бога и дьявола, добра и зла, прогресса и дикости, — а взаимосогласованность и взаимодополняемость троичности: Дао-Инь-Ян у китайцев и трёх гун Природы, трёх главных богов индуизма у индийцев. Двойственность (*двандва*) понимается как один из важнейших признаков неведения и обманчивости мира. Но если смотреть на происходящее как на игру внешних форм Безусловного, Неколебимого, Чистого Сознания, становится ясным, что в начале начал и в конце концов лежит Безусловное невреждение.

Сравним два случая. Один из сподвижников Свами Вивекананды рассказывал, что как-то они были заняты созерцанием. Рассказчик совершенно не мог сосредоточиться: мешали москиты. Когда он взглянул на неподвижно сидевшего Вивекананду, он увидел, что его лицо было сплошь облеплено москитами, как маской. Когда потом он его спросил, как он мог вытерпеть это, Вивекананда ответил: «Я их не заметил».

Лев Толстой беседовал с одним из своих знакомых, в частности, и о непротивлении злу. В это время Толстого ужалил комар. Он его тут же и прихлопнул, а его гость занедоумевал: а как же, мол, ненасилие? Яснополянский мыслитель ответил: «Нельзя жить подробно». Над этим

¹ Кстати, не знаю, есть ли среди этих действий такое своеобразно российское, как саморазрушение своей личности пьянством? Однако пьянство по дхармаштрам считается неискупимым грехом.

случаем много потешались. А зря. Бывший воин поступил честно, а ответил мудрее, чем в своих многочисленных сентиментально-морализирующих работах о непротивлении.

Каждый человек должен стать другом всех, «всех существ благополучию радуясь» (Бхагавадгита, 12.4). Если же это не удаётся и человек сталкивается с кем-то покушающимся на его жизнь, имущество, достоинство и т. д., лучше ему принять этот факт как следствие неверных поступков в прошлых жизнях и отнестись к нему как к проявлению кармы, дающей возможность самоисправления и самосовершенствования.

«Как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними» (Мф., 7.12). Даже к противнику относитесь как к собственному зеркальному отражению и противодействуйте ему, избегая ненависти (*вайратьяга*), злобы и страха, последовательно: сначала мыслью, потом словом, пытаясь не спровоцировать, успокоить, переубедить, и только потом — действием. И даже защищаясь, старайтесь не примешивать сюда свой эгоизм и свою выгоду, делая противоудар сильнее удара.

Если человеку приходится применять насилие, то он должен отслеживать и всячески избегать личных эгоистических намерений при этом. Только при отсутствии гнева, мстительности, корысти и при желании помочь людям это насилие не принесёт вреда.

Шри Рамакришна как-то поведал притчу о ядовитой змее, которая, послушав святого, решила отныне никого не кусать. И переставшие её бояться мальчишки стали колотить её палками, таскать за хвост и бить о камни. И когда святой снова увидел эту змею, едва живую, израненную, тощую, он отчитал её: «Нужно быть идиотом, чтобы не знать, как помешать своим врагам так обращаться с собою. Я запретил тебе только кусать какую-либо тварь. Но почему же ты не зашипела на тех, кто хотел убить тебя, чтобы испугать их?» «...Итак, выпускайте жало... Но не кусайтесь! Человек, живущий в обществе, и в особенности гражданин, отец семейства, должен делать вид, что сопротивляется злу для своей защиты, но в то же время он должен быть осторожен, чтобы не платить злом за зло...»

Пока зло не созрело, его можно остановить словом. «Иногда достаточно обругать человека, чтобы не быть им обманутым!» (Козьма Прутков). Если же упустить эту возможность, потом придётся противодействовать ему физической силой. Но учтите, что слово, воистину, может быть великим оружием, и будьте с ним поосторожней.

Мы должны приближаться к идеалу ахимсы, как бы восходя по ступенькам сознания и осуществления заключённых в этом слове смыслов: от понимания его как «ненасилие» через понимание как «невреждение» к значению «доброта».

НЕВРЕЖДЕНИЕ ПРИ УПРАЖНЕНИЯХ ЙОГИ

При занятиях йогой соблюдение невреждения подразумевает недопущение самоистязания, стремления «переломить себя», заставлять свои органы и чувства работать с постоянной перегрузкой, претерпевая боль. Тем более надо стараться во время занятий не допускать мыслей, направленных кому-то во вред, и не использовать обретаемые силы во вред кому-то. Приобретая силы, мы должны уметь и иметь силу их сдерживать. Иначе мы уподобимся слабому Фаэтону на солнечной колеснице, поездка которого была губельна и для него и для многих людей на земле.

Также нельзя заниматься йогой там, где много злых людей (Курма пурана), или диких зверей, или беспокоящих насекомых — тогда вы не соблазните никого на насилие и не соблазнитесь им, например, ежесекундно хлопая комаров.

Многих волнует вопрос питания: можно ли занимающемуся йогой, стремящемуся к невреждению есть мясо, рыбу. В Йога сутре прямых указаний на этот счёт нет, да и упанишады йоги особо этот вопрос не оговаривают, хотя рекомендуют избегать тяжёлой (тамас) пищи, куда, по общепринятому мнению, входит и мясо. В «Законах Ману» есть несколько как бы противоречивых предписаний: от прямой угрозы кармической кары за поедание мяса до признания этого обычным образом жизни живых существ. Разрешает это противоречие варнашрамовый принцип: каждый примет то предписание, которое соответствует его характеру. Но, как минимум, советуется воздерживаться от мяса.

Вопрос об употреблении мяса может рассматриваться с точки зрения, например, правил невреждения и чистоты нийамы. И при этом можно:

- Есть мясо всех животных, кроме мяса коровы (широкий индуистский образец, который допустим даже для некоторых видов саньясинов)
- Есть мясо тех животных, которых вы можете убить собственноручно (для кого-то такой предел — баран, для кого-то — курица, для кого-то — рыба или даже яйцо)
- Есть любую животную пищу там, где нет вегетарианской (тундра, пустыня, океан)
- Съесть даже мясо собаки, как поступил легендарный мудрец Вишвамित्रа (верх осквернения для индуиста!), когда умираете с голоду, дабы не нарушить принцип невреждения относительно своей жизни
- Съесть иногда предложенную вам как гостю мясную пищу в доме, где

ничего больше нет, дабы не обидеть хозяев

• Для бхакта, который возлюбленному Богу может предлагать только чистую пищу, мясо недопустимо, но джняину, бросающему пищу в огонь вайшванара¹, можно...

Велико разнообразие положений и критериев, и отбор их вы должны произвести сами. Только не старайтесь быть святее папы. Ваша главная работа — самопознание, и сравнивать себя на пути совершенствования лучше не с другими, а с собой, прежним.

Но как же изыть невольное или необходимое насилие, которого человеку так трудно избежать в жизни? Индийская культура, как и многие другие, отвечает: с помощью подвижничества, покаяния или раскаяния. Подвижничество и покаяние можно сопоставить с тапасом. «Аскет, который ненамеренно губит днём и ночью живые существа, для очищения (от греха умерщвления) их пусть, омывшись, совершит шесть удержаний дыхания» (Законы Ману, 11.69). «16 удержаний дыхания, сопровождаемых (произнесением) священных слов и слога ОМ, исполненных ежедневно, очищают в течение месяца даже убийцу учёного брахмана» (11.24).

И постепенно в вас будет сходить на нет потребность в насилии, будут устраниваться люди и ситуации, грозящие вам насилием.

Важная, хоть и не всегда явная часть правильного упражнения — правильное самопонимание и мировоззрение. Если человек, даже занимаясь, как он думает, йогой, представляет себя лишь биологическим существом, он лишается очень многих её возможностей. В частности, биологическое существо занято выживанием и поэтому или занимается насилием, или подвергается ему. Но если человек осознает себя Вселенским Духом, тогда

Никогда не рождаясь, Он не умирает, как не являлся — не явится снова, Нерождённый, всегда существующий, древний, не гибнет Он, когда тело гибнет.

Зная Его негибнущим, вечным, нерождённым, непреходящим,
Разве может тот муж, Землянин, убивать иль толкать на убийство?

Бхагавадгита, 2 20-21

Впрочем, из истины о негибнущей вечной Сущности за преходящими

¹ «Всечеловеческий», «присущий всем людям» — огонь, который поддерживает жизнь и проявляется, в частности, пищеварительным огнем

формами один может сделать вывод о бессмысленности насилия, а другой — найти оправдание своим насильническим побуждениям и действиям, тем более что их часто драпируют в слова о защите справедливости. Однако за такими словами всегда можно разглядеть эгоистические мотивы: стремление к власти, богатству, неудовлетворённое самолюбие, мстительность... Никто не вредит другому просто так, это всегда личное отношение, не всегда очевидное, но всегда обусловленное определёнными причинами (для принимающих эту идею — кармой). Поэтому для удаления стремления к насилию нужно удалить эгоизм.

И пусть те сражения на поле долга (*дхармакшетра*), которые вынуждена вести человеческая личность, будут не историческими битвами с горами трупов, обтекаемых кровавыми реками, а борьбой со своими жестокими, живыми, вероломными, похотливыми, алчными мыслями.

И отсюда вытекает важнейший вывод: ахимса подразумевает нежелательность какого-либо «подавления природы» или «победы над природой» разрушительными средствами. Это относится и к биологической, и к социальной природе человека, и к окружающей его среде. Конечно, речь идёт не о рабской подчинённости Природе, но о таком понимании и выполнении её всё более общих законов, которые дадут возможность уяснить некий Всеобщий Смысл.

И может быть, придёт такой миг, когда вы поймёте, что Жизнь священна, что и в вас, и во всех существах сияет Она чистым пламенем, что её невозможно погасить, погубить... Нет высшего счастья, чем достижение человеком непричинения вреда никакому творению (*Курма пурана*).

Ибо знай, неуничтожимо То, чем это всё простёрто;
Непреходящее уничтожить никому невозможно.

Бхагавадгита, 2.17

ПРАВДА И ПРАВДИВОСТЬ

ЕДИНСТВО МЫСЛИ — СЛОВА — ДЕЛА

«Так что желательно, чтобы все были хотя бы честные и чтоб не дрались. В крайнем случае, даже пусть себе немного дерутся, но только чтоб вранья не было. Это не значит, что не соври. Нет, врать можно. Но только самую малость. <...> И лучше совсем без вранья, тогда, может, и драки прекратятся».

Этот отрывок из рассказа М. Зощенко отражает естественно существующую связь между ахимсой и *сатья* (правда, правдивость, истинность), которые в авторитетнейших индийских текстах составляют неразрывную пару. Например, «Непричинение зла живому — высшая дхарма, смирение — высочайшая сила, знание Атмана — высшее знание, а обет истины — лучший из обетов» (Араньякапарва, 203.41). Это проявилось и в названии движения за независимость Индии средствами ахимсы — сатьяграха («упорство в истине»). Выражение из Мундака упанишады (3.16) «правда лишь побеждает» (*satyam eva jayate*) стало девизом независимой Индии.

Если упростить до одной формулы понимание идеи Бога в мировых религиях, то в Ветхом завете «Бог есть закон», в Новом «Бог есть Любовь», а в ведийской преемственности «Истина есть Бог». Всё творится и всё проникнуто Истиной. «Истиной веет ветер, истиной солнце на небе светит, истина — речи основа, на истине всё основано».

В последнее время, когда объясняют этику индуизма или йоги, всё чаще особое внимание уделяют принципу сатья. «В наше время правдивость — это самая высшая из всех добродетелей аскетизма. Тот, кто твёрд в правдивости, достигает Бога. Недостаток правдивости разрушает всякую добродетель» (Шри Рамакришна). Свами Джйотирипананда в своих лекциях по индийской философии также особо останавливается на принципе правдивости.

Но в мире невпроворот тех, кто врет. Английские психологи как-то подсчитали, что средний англичанин говорит неправду около 200 раз в день. Не думаю, что англичане, всегда славившиеся хитростью в политике и бизнесе, отличаются особой неискренностью в быту. Видимо, это свойственно в той или иной мере всякому «цивилизованному» человеку. Самое безобидное и простое — когда на вопрос «как дела?» бодренько

отвечают «прекрасно!», когда всё совершенно не так, а наперекосок. Улыбаются знакомому «рад вас видеть!», тогда как мысли — совершенно обратные. Теле- и радиовранье, газетные «утки» и подложенные «свиньи», обман конкурентов и налоговосборщиков... Наряду с узаконенной «коммерческой тайной» впору уже узаконить и «коммерческую ложь».

Напомним 81-частное подразделение, указанное Вьясой для насилия, применимое также и для лжи. Ложь бывает вызванная, совершённая и одобренная. По побуждениям — из жадности, из мести и из невежества, то есть, в сущности, из ложно понятого добра. У неё есть степени — от очень слабой до очень сильной.

Ложь не обязательно должна исходить от самого человека. Человек может побуждать другого ко лжи вольно или невольно. Благоприятная почва для лжи — насилие. Самые простые примеры: если родители за каждый детский проступок, отклоняющийся от их схемы воспитания, наказывают ребёнка, то, чтобы избежать наказания, ребёнок приучается лгать. То же в общественной жизни. Если на каждое мнение, выходящее за общепринятое, следует подавление — в обществе начинают царствовать лицемерие и ложь.

Видение лжи — и словесное или молчаливое одобрение её — также нарушает правило правдивости.

Слово *сатья* относится не только к отсутствию лжи в речи. Правдивость не всегда является Правдой. Человек не всегда говорит правду, даже если искренно думает, что делает это. Он может ошибаться и заблуждаться в силу ограниченности своего ума или того мировоззрения, которому следует. Или неправильно выразить верную мысль. Поэтому правдивость тесно связана с познанием. Так что сатья — не просто правдивость, а истинность. В русском слове «правда» также прослеживается эта связь: правда — это одновременно и честность, и истина.

«Правдивость есть соответствие речи и ума действительности. Каковы увиденное, логически выведенное или услышанное — таковы речь и ум» (Йога бхашья, 2.30).

Именно согласие между этими тремя составляющими лежит в основе правила правдивости.

Человек действует мыслью, речью, телом, и всякое расхождение между этими тремя дробит единую Истину и приносит человеку вред, хотя с точки зрения сиюминутной пользы может показаться выгодным, например, скрыть свои мысли, или сказать обратное тому, что думаешь, или же нарушить обещание и поступить не так, как говорил... и т. п. Но совершенствующийся должен стремиться согласовывать свои действия со своими словами и

мыслями. Следует избегать не только прямого обмана или клеветы, но и приукрашиваний, преувеличений, лести, двусмысленностей, отговорок...

Полное соответствие мысли, слова и дела для обычных людей в наше тяжёлое время, в чёрный век (Кали юга) труднодостижимо, но тот, кто поставил себе целью не только телесные наслаждения, но и пользу и тем более — служение Высшему, не может не стремиться к совершенной правдивости.

ХОРОШИЕ СЛОВА И ДУРНЫЕ ДЕЛА

В жизни много колючих изгородей и глубоких рвов между мыслью и словом. Мы не берёмся рассматривать искажение мысли словом как некое свойство общемирового Неведения (авидья) в духе тютчевского «мысль изреченная есть ложь», а будем говорить только о сознательной и намеренной неправде, которая выступает в разных, иногда безобидных, а иногда очень изощрённых обликах.

В зависимости от лежащего за словами намерения даже правдивые сведения могут стать ложью. Покажем это, например, на проблеме наркомании, с которой сейчас носятся средства массовой информации. Так носятся, что число наркоманов растёт с каждой передачей против наркомании.

Например, якобы возмущённый гражданин (куда-де власть смотрит!) взывает через них о том, что в таком-то месте открыто продают наркотики. На самом деле это оказывается рекламой места, где их можно купить.

Театрализованный «суд»-шоу над издателями, выпустившими американскую книжку «Героин» с красочными картинками, оказывается рекламой книжки и, соответственно, рекламой потребления.

Акции вроде «рок против наркотиков» строятся так, чтобы рассказы поп-звезд о том, как они употребляли наркотики, а потом бросили, сопровождаемые рок-музыкой в подогретой и взвинченной аудитории, побуждали попробовать запретного плода. Сколько в таких аудиториях обкурившихся или заглотивших «колёса»!

В передаче о доблестной операции милиции и таможни по задержке наркокурьеров и изъятию сырья сообщают, что столько-то его граммов стоят столько-то тысяч долларов, что пограничники и таможенники из-за недостатка средств и техники вылавливают только 10% перевозчиков, и подробно расскажут, какими способами безопаснее провозить наркотики.

На фоне духовного убожества, материальной нищеты и лжи средств массовой информации люди влекутся к запретному чувством протеста. Запрещение какого-либо действия повышает его значимость для личности. И неужто то, что понимаем мы, не понимают владельцы СМИ? Такой же механизм неявного воздействия используют и внушая нужные политические взгляды.

Из патентованных наркотиков —
Газета
Есть самый сильнодействующий яд,
Дающий наибольшие доходы.

М Волошин

Средства массовой информации стали средством массовой интоксикации. Хитрецы и управляемые ими глупцы выдают это за свободу. А массовое сознание легко поддаётся идеологическим передёргиваниям и подтасовкам.

Всего-навсего подмена одного слова в сообщённых сведениях из-за скрытого намерения становится «подрывной деятельностью». Во время реформ косяком шли сюжеты о бедствиях ветеранов, пенсионеров, детей, солдат первой чеченской войны с таким назойливым сопровождением: «Родине (вариант: «государству») её защитники (изобретатели, герои, учителя и т. п.) не нужны». Подмена простейшая, сколь и подлейшая. Людям простым такие речи простительны. А вот тем, кто планировал, отбирал и пускал эти сюжеты с подспудной разрушительной кодировкой в эфир, — нет. Ибо к Родине как надличностному, многовековому, меняющему идеологию и формы правления образованию такие мерки прилагать неверно. А вот определённую власть, которая управляет государством и которая в то время была в руках демократов первой, надутой ветром с Запада, волны, действительно винить во всём этом можно. Но пока они забирали себе «общенародную собственность», они отводили народный гнев от себя на разрушение государства. Они и любовь к Родине считали крамолой против демократии и предпочитали красить в красно-коричневый цвет. Поэтому-то и не дождалась от народа благодарности.

А Свами Вивекананда в конце XIX века нацеливал молодых индийцев: «Вашим Богом на 50 лет должна стать Родина». А ведь это он говорил в стране с древнейшим идеалом выхода за пределы общественных отношений.

Наше мировоззрение отдаёт предпочтение не внешнему, а внутреннему,

вере, а не закону, судит и ценит людей по намерению, а не действию. Оно часто ошибается, но и нередко угадывает.

Показная вежливость и любезность, высокие слова без истинного чувства или со скрытым намерением использовать в своих интересах вызывают у нас неизменное недоверие и осуждение.

В человеческом обществе существовали и до сих пор существуют различные религиозные, политические, разведывательные и подрывные организации, в которых ложь, клевета, провокация по отношению к врагам считается священным долгом или доблестью. В политике вообще мерки иные, чем нравственные. В древнеиндийском трактате о политике «Артхашастра» Каутильи¹ и в средневековых трудах Макиавелли описаны множество способов обмана, оговора, столкновения противников, провокаций... В «Артхашастре» одна из глав (163.2) посвящена «войне словесной», что сейчас бы назвали «войной информационной». То есть, кажется, это было всегда.

Но есть разница. Раньше политика была борьбой властных кланов, которые старались как можно меньше вмешивать массы в свои дела. Политической борьбе была выделена особая область с установленными правилами, и она не затрагивала основ жизни. Сейчас появилась массовая информация. И посредством её средств ложь теперь может быть многократно усилена, размножена, повторена и доведена до миллионов в самых далёких уголках мира. В силу усложнившейся жизни и усилившихся информационно-пропагандистской и военной техники ложь становится частью информационных войн и приобретает особую разрушительную силу.

Ложью становится сам отбор фактов, выделение частного факта до обобщения или сведение целого явления до частного факта. Каждый мелкий огрех или пророненное впопыхах слово может в руках прессы быть раздуто до размеров гигантских. Обман, очернение противников, клевета, провокации приобрели уже планетарное распространение. Убедительность политической пропаганды, религиозной проповеди, лицемерного или расхожего морализирования обеспечивается не их соответствием правде, а внушением — многократным повторением, риторическими приёмами, авторитетом пропагандиста или учреждения, которое он представляет. Человек перестаёт различать, где правда, где враньё. Последствия и число жертв таких приёмов становятся катастрофическими.

И вместо того чтобы ужаснуться — лгать становится всё выгодней, всё легче, всё более привычно.

¹ Кажется, это древнейшая книга по тому предмету, который нынче считается экономикой и политикой

И третье отличие, противоположное: в наше время скрывать что-то и лгать становится всё труднее. В руках у бесцеремонных журналистов, политиков и спецслужбителей кроме обычных «стукачей» — хитрейшие приборы подглядывания и подслушивания. Стены имеют уши, потолки — глаза. Придуманы способы определения личности — по отпечаткам пальцев, почерку, голосу, характеру букв пишущей машинки или принтера. В руках конкурентов или спецслужб находятся компроматы на всех более-менее значительных и влиятельных лиц...

А в наши дни, когда необходимо
Всеобщим, равным, тайным и прямым
Избрать достойного —
Единственный критерий
Для выборов:
Искусство кандидата
Оклеветать противника
И доказать
Свою способность к лжи и преступлению.
Поэтому парламентским вождём
Является всегда наинаглейший
И наиадвокатнейший из всех.

М Волошин

Значит, совершенствующемуся не надо заниматься политикой? Сидеть в своей хате с краю и отдать наглым лжецам руководство общественной жизнью?

Девять десятых людей, ленись или страшась что-то делать и проявить себя в общественной деятельности, оправдываются, что, мол, надо быть свободным от быта, независимым от мира, свободным от политики. В большинстве своём у провозглашающих это в основе лежит не равнодушие к политике, а страх перед её могуществом. На самом деле они зависят от неё — так как очень большая часть их сознания занята ею. Они смотрят телевизор, читают газеты, ругают власти по кухням, имеют политические взгляды и предпочтения той или иной партии или политическому вождёнку.

Если вы не занимаетесь политикой, политики занимаются вами. И, к сожалению, среди них положительные, честные, жертвенные личности единичны. Одним из таких политиков был Махатма Ганди. Он руководствовался в борьбе за независимость Индии нравственными принципами: извещал противников о своих намерениях, останавливал даже близкие к успеху компании непротивления, если при этом проявлялось

насилие, и т. д.

Ну а не святым, а просто честным людям как противостоять лжи, защищённой силой? Как им оправдать скрытность, известную долю умолчаний, тактические ухищрения? Верой в обязательную победу правды. Тем, что их слова когда-то станут правдой, верой в то, что мысль и слово — такая же действительность, как предмет или явление.

Участием в какой-то мере в политике для такого человека может быть умение противостоять промывке мозгов средствами массовой информации; различать тех, кто является лучшим или, по крайней мере, меньшим из зол среди политиков; действовать по личной совести (скажем, голосовать), независимо от того, есть ли шансы победить или нет, и т. д.

Групповая нравственность и личная — не одно и то же. У государства особая нравственность, и горе ему, если оно начинает руководствоваться нравственными ценностями личности. Пример, от которого до сих пор идут волны, сотрясающие Россию, — неспособность Российской империи противостоять террористам, которые убивали от городских до великих князей.

Но оставим скользкие тропки политики.

Всем индоевропейским народам особо свойственна вера в силу слова. В русской народной медицине заговоры или, как их называют в Поморье, «слова» были одним из главнейших средств лечения.

Исследования культурологов, этнографов, антропологов, историков доказывают, что то, что сейчас называется психотерапией, появилось раньше лекарственной терапии и хирургии. Первыми средствами лечения были слово, мантра, заговор, а целебная трава или амулет — подсобными. В восточных целительских системах (аюрведа, китайская и тибетская медицина и др.) и донныне главным содержанием лечения остаётся настройка энергетического обмена, и значение слова в этом деле огромно.

В отрывке из Шатапатха брахманы, сравнивающем жизненные дыхания (*праны*) с жертвенными огнями, говорится: «Поистине, служение этому огню — правда. Тот, кто говорит правду, подобен тому, кто изливает топленое масло на зажженный жертвенный огонь. Жар его всё усиливается. С каждым днём он становится более сильным. Далее, кто говорит неправду, подобен тому, кто изливает воду на жертвенный огонь. Так тушит он его. Жар его всё уменьшается. Он ослабевает изо дня в день. Поистине, должно говорить лишь правду».

Здесь можно усмотреть прямую связь нравственности и здоровья или, иначе, прямое следствие телесного здоровья из здоровья нравственного. Насколько правдивость связана с физиологией, доказывают

существовавшие в древности почти повсеместно «заклятия правдой» или употреблявшиеся «испытания правдой». В Чхандогья упанишаде (6.16) приводится пример такого испытания как доказательство существования неуничтожимого и вездесущего Атмана. «Стремящийся ко лжи, покрывший себя ложью», взявшись за раскалённый топор, обжигается, а стремящийся к правде, покрывший себя правдой, — не обжигается, и его освобождают. Это конкретное описание с символическим подтекстом — намеком на Освобождение от текучести, изменчивости и обусловленности проявленного существования.

Мы, конечно, не призываем ставить над собой такие эксперименты, интересуясь больше смыслом таких явлений. Объяснения, даваемые подобным фактам, не очень-то убедительны, что бы ни говорили об условных рефлексах, самовнушении, самоанестезии и т. д. Может быть, мы ближе подойдём к Истине, если примем, что разум, речь и тело — именно в таком порядке и соподчинённости — это проявления истинного человека?

Русские пословицы и поговорки понимают значение слова:

Язык мал, великим человеком ворочает.

Языком как рычагом.

Тёплое слово два лета греет.

Слово — не стрела, а пуще стрелы.

Слово — не обух, а от него люди гибнут.

Меньше врется — спокойнее живётся...

Многие знают, что лгать нехорошо, но кому нехорошо — тем, кому лгут, или лгушим?

Нынешнее «общепринятое мнение», поддерживаемое авторитетом механистичной науки, понимает мысль и слово как нечто вторичное и, значит, второстепенное по сравнению с телом. Но даже в пределах этого взгляда на мир пагубность лжи можно объяснить сравнениями. Если в сложно организованной системе, управляемой компьютерами, произойдёт искажение или сбой программы, то чем сложнее система, тем большую сумятицу и разрушения это вызовет.

Истинное Существо человека — Атман, Вездесущий, Всезнающий, поэтому лгать неразумно и даже невыгодно, ибо не других обманывает лжец, но самого себя.

И если вы видите румяного, преуспевающего лжеца — пожалейте его. Сколько «правдочек» кишит в его уме! Для себя — одна, для друга — другая, для женщины — третья, для начальника — седьмая, для врага — тридцать третья. Как не перепутать, кому что солгать?

Ложь — не хитрость, а зависимость, и она опаснее для лгущего, чем для обманутого. Даже собственным глазам и ушам не может поверить лгущий. И в самом добром совете ищет подвоха, пока не будет обманут ещё более прожженным лжецом. Ибо одна ложь опровергает другую.

Лжецу не верит даже собственное тело, и карма караулит его — болезнями, неудачами, крушениями его хитроумных планов... Например, согласно индийским правовым текстам, если со свидетелем происходит несчастье, то это может указывать на его лжесвидетельство. Увы, часто это происходит не столь быстро и очевидно, как хотелось бы. Поэтому большинству из нас, живущих (или, по-другому сказать, осознающих себя) большей частью в проявленном мире, надо уметь не обманывать других, не обманываться, принимая желаемое за действительное, и не быть обманутыми обманщиками.

Чем разумнее и чище человек, тем меньше он способен лгать. Кто не страдает, когда ему приходится врать, тот, значит, просто ещё не дорос до того состояния, когда его слова для него что-то значат.

Есть люди, которые физически не могут сказать ложь, какие бы ловушки им ни подстраивала жизнь. Легендарный царь Харишчандра, чтобы не нарушить своего слова и уплатить вознаграждение (*дакшину*) брахману, отдаёт ему царство, продаёт себя, жену и сына в рабство, выполняет работу неприкасаемого, собирая деньги за сожжение трупов... и после всех испытаний восходит на небо. Харишчандра с детства стал идеалом Мохандаса Карамчанда Ганди, сумевшего быть безусловно правдивым в такой полной лжи, провокаций и коварства области, как политика.

Но, как и в случае с ахимсой, лишь тот, кто познал зыбкость преходящего мира, имеет право и силы на совершенную правдивость. Именно для таких людей говорит Вивекананда: «Всем можно пожертвовать ради истины, но истиной нельзя пожертвовать для чего бы то ни было».

Однако нельзя быть и настолько одержимо-прямолинейным, чтобы требовать совершенной правдивости от всех. «Ибо отказ от лжи равносильен самоубийству» (Ф. Ницше). И тот же Вивекананда рассказывает, что к нему как-то обратился удивительно тупой человек, у которого не хватало воображения даже на обман, с просьбой научить его самопознанию. И Вивекананда посоветовал: «Научись сперва лгать». То есть данному человеку на данном отрезке его жизни умение выдумывать и помнить, что он придумал, умение отстраниться от своей привычки даже к невинной правдивости (что в голове — то на языке) было более важным для развития.

В жизни обычного человека бывают ситуации, когда ему трудно сказать то, что он думает. Скажем, существует угроза жизни, достоинству и достоянию, и правды требуют ведущие себя «не по правде» — обманщики,

грабители, воры, шпионы, провокаторы, экспроприаторы. Есть времена, когда власть захватывают худшие, и правда становится самоубийственной. Тогда первенство может быть дано правилу невреждения (ложь во имя сохранения своей жизни, и тем более, когда ваша правда может навредить многим другим).

«Если речь идёт о смерти или браке, ложь допустима: неправда может здесь обернуться правдой, а истина — ложью» (Араньяка парва). Когда существует угроза жизни, ложь (во спасение) не считается предосудительной. Что касается лжи ради брака, видимо, имеется в виду прежде всего превозношение избранника или избранницы, приписывание ему или ей несуществующих достоинств и совершенств. По русской поговорке: «не по хорошему мил, а по милу хорош». Надо уметь смотреть на человека с надеждой на его совершенствование, и если из брака вырастает настоящая любовь, то эти достоинства становятся истинными.

Оправдана ли ложь серьёзно больному человеку? В каких-то случаях надежда на выздоровление может принести выздоровление. Поэтому в данном случае врачебная этика вроде бы права. Но, с другой стороны, насколько нужно и нравственно притворное лечение безнадежно больного? И ещё: человеку надо подготовиться к такому великому событию в его жизни, как смерть, а родственникам — к расходам на похороны. И, например, в Америке врач, напротив, *обязан* сообщить близким смертельно больного правду.

К сожалению, мало людей, которые знают Истину и могут дать безнадежно больному такую надежду, которая простирается за смертную оболочку.

ПРАВДЕ НАДО УЧИТЬСЯ

Лучше хранить молчание, чем говорить бесцельно.

Лучше тихо правду сказать, чем смолчать.

Лучше говорить справедливую правду, чем только правду.

Лучше всего говорить правду мягко и приятно.

Правда подобна лестнице на небо, это жизнь, это лодка в океане жизни.

Нет религии выше правды.

Махабхарата

Говорить правду надо уметь.

«Надо говорить правду, говорить приятное, не следует говорить неприятную правду, не следует говорить неприятную ложь — такова вечная дхарма» (Законы Ману, 4.138).

Мохандас Карамчанд Ганди так объяснял это изречение, которое лежит в основе идеала правдивости: «По моему мнению, смысл санскритского текста заключается в том, что правду следует высказывать в мягких выражениях (вежливо). Кто не может высказываться таким образом, тому лучше совсем не говорить о ней; нет правды в человеке, который не в состоянии контролировать свой язык».

Правда может быть убийственна. Неумеренное высказывание правды может привести к фривольности, болтливости, бесстыдству и т. п. и не принесёт пользу ни говорящему правду, ни выслушивающему её. Любовь к человеку требует от высказывающего говорить только то, что принесёт благотворные результаты (*хита* или *патхья*). Ведь даже благоприятная правда, будучи высказана в грубой, резкой форме, больше наносит вреда, чем приносит добра, приводит к отвращению и сопротивлению, что несовместимо с любовью. Мало ли мы встречаем таких «правдолюбцев», которых лучше назвать «принципиальными» хамами! Поэтому истина должна быть высказана также в приятном (*прийам*) тоне. Высказывание истины, таким образом, является своеобразным искусством, которое должно постоянно и всесторонне совершенствоваться в устной и письменной речи.

«Если слова произносятся для того, чтобы передать своё знание другому, они не должны быть лживыми, ошибочными или лишёнными истинного содержания. Их использование имеет целью благо всех живых существ, но отнюдь не причинение им вреда. Если же слова произносятся (с благим намерением), но впоследствии могут причинить вред живым существам, то (они) будут не правдивыми, а лишь приносящими зло. Из-за ложной праведности, то есть внешнего подобия добродетели, они становятся худшим злом. Поэтому, имея в виду благо живых существ, надлежит говорить правду» (Йога бхашья, 2.30).

Прежде чем быть правдивым и искренним с другими, надо научиться быть правдивым и искренним с самим собой.

Начать лучше с более простого: чтобы слово не расходилось с делом. Легко сказать! Сплошь и рядом мы говорим одно, а делаем другое — из страха, слабости, хвастовства, боязни огорчить, лести, лицемерия и мало ли чего ещё.

Чтобы уметь говорить правду, надо сначала научиться молчать.

Не разбазаривайте слова! Одни любят «поболтать», другие — порассуждать о «высоких материях» только потому, что это модно. Но

любые декларации, не подтверждённые вашими поступками, подобны вылинявшим лозунгам, которым со временем не верят, потом не видят, а потом — срывают. С каждым необязательным, лишним, фальшивым словом сила его и вера в него убывают.

Попытайтесь перво-наперво не обещать того, что можете не выполнить.

Это непросто, тем паче что среди мотивов таких пустых обещаний есть даже желание сделать приятное человеку хотя бы словами (не задумываясь, насколько, надеясь и ожидая, он потом будет огорчён). Русская поговорка учит: «Не дал слова — крепись, а дал слово — держись», а китайская — «Лучше сто раз отказать, чем один раз не исполнить обещанного».

«Если я говорю даже нечаянно что-нибудь подобное тому, что „я пойду туда» или „я сделаю это», я должен пойти и сделать это, потому что я сказал. И я могу потерять мою твёрдость в правдивости, если я не буду держать своего слова до последней буквы. Откровенность, в противоположность скрытности, всегда бывает результатом строгого исполнения самых суровых правил религиозного аскетизма в прежних жизнях» (Шри Рамакришна).

Для приближения к совершенной правдивости иногда нужны часы или дни уединения и молчания (в этой связи см. также раздел о тапасе). Но молчание не должно переходить в скрытность.

Не слишком скрывайте свои чувства.

Чаще выражайте, что думаете — о человеке, чиновнике, учреждении, партии... Если, конечно, не грозит за это удар по голове (то есть не нарушается правило невредения).

Коль любить, так без рассудку,
Коль грозить, так не на шутку,
Коль ругнуть, так сгоряча,
Коль рубнуть, так уж сплеча.
Коли спорить, так уж смело,
Коль карать, так уж за дело,
Коль простить — так всей душой,
Коли пир — так пир горой!

А.К. Толстой

Если вы будете искренни и правдивы с другими, вам легче будет понять

свои недостатки и достоинства, ибо ваши слова и дела будут вызывать видимую реакцию в других.

Некоторые опасаются: во что тогда превратится мир? Можно подумать, что он сейчас настолько хорош, что искренность приведёт только к худшему. Лжецы, льстецы, наглецы, подлецы как раз не молчат. Они лгут, льстят, хамят... Даже самый нечувствительный человек может заметить, что вы что-то скрываете, ибо он, может быть, скрывает то же самое.

Скрытность, лицемерие, околичности, недоговорённости, невыраженность того или иного внутреннего чувства или убеждения делают человека более напряжённым и несчастным и, в конечном счёте, более злобным и склонным к насилию. Посмотрите, как часто, например, ругаются сельские жители — и насколько они отходчивы. Горожанин же, вынужденный всё время носить маску безразличия и притворяться, злопамятен и если срывается во враждебность, то становится часто безжалостным. Ведь скрытые лицемерием или из страха злобные, враждебные или корыстные чувства создают отравленное мысленное пространство, иногда гораздо более опасное для людей, чем открытое противоречие и противодействие.

Слова воплощаются делами. Посему — избегайте слов злобных, оскорбительных, несущих или оправдывающих убийство и прочие неблагоприятные поступки. Не обязательно они воплотятся вашими делами, но некоторых слабых умом или волей могут соблазнить.

Старайтесь не повторять и не применять бездумно чужие (общепринятые, официальные и т. д.) мнения. Это может быть ошибкой, неправдой или клеветой. Лучше говорить своими словами и от души. Это важная часть самопознания.

Обусловленность — обуза слов, некогда воспринятых или сказанных.

Не продавайте и не предавайте правду!

Лучше избегать мест, положений, должностей и т. д., где приходится лгать или кривить душой.

Не прячьте кукиш в кармане. Не машите кулаками после драки. Правду надо говорить — но не злобно, не злорадно, не со страхом. Резать же правду-матку не надо. Пусть живёт.

Совершенная правдивость, согласно многим источникам, авторитетам и опыту, должна вытекать из чувства доброты (ахимсы).

УПРАВЛЕНИЕ РЕЧЬЮ КАК СПОСОБ СОСРЕДОТОЧЕНИЯ

Есть известное положение любой незакозневшей религии: Истина, которую она провозглашает, лежит за словами, и словами её передать нельзя.

Но можно приблизиться. Опять же через слово. Оно несёт определённое ощущение, исходный слово-образ.

Надо сделать слова живыми и применимыми в жизни, столь же ощутимыми по воздействию, как асаны, которые мы не стесняемся повторять годы и годы, чувствуя их пользу. А повторять высокие, ценностно окрашенные слова мы стесняемся или боимся. Может быть, словесные упражнения не менее важны, чем телесные?

Часто применяют плоские штампы иной культуры, не умея творчески передать ту же мысль на родном языке или просто не имея мысли. Поэтому так часто незнайки щеголяют иноязычными терминами. Без жонглирования этими терминами они беспомощны. Многие не верят родной речи, если в ней нет обилия иноязычных многоученых терминов. Каждый же, кто действительно что-то понял в каком-то предмете, может использовать простые слова и образные сравнения.

Болезни словесные ведут к телесным. Возможно, одна из причин слишком частой болезненности «экстрасенсов» — несовместимая до ядовитости смесь и столкновение в их сознании понятий и слов из разнородных учений — науки, христианства, йоги, колдовства и много чего прочего.

Языковое тело и языковую среду надо беречь. Когда ранят и язвят словами ближнего и дальнего, получают сдачу — словесные уколы, удары, истекают словами. Чужеродные слова, как чужеродные ткани, вызывают отторжение, представляя иногда смертельную опасность для народа. Когда расплозятся иноязычные слова, скажем, *мафия*, *криминальные структуры*, *рэкетиры*, *киллер*, *аборт*, *геноцид* или *депопуляция*, их противочеловечное содержание перестает ощущаться. А скольких бы защитили несомым ими нравственным осуждением от преступления или равнодушия такие слова, как *шайка*, *преступные сообщества*, *вымогатель*, *убийца*, *выкидыши*, *народоистребление* или *обезлюдивание!* Было бы меньше простаков вроде одного мойщика машин или парнишки из Подмосковья, хваставших мне: «Я — мафия!»

Только очень немногие могут свободно пользоваться разными языками без ущерба для творческих способностей. Но и тогда они не думают на этом языке бессознательно, а переводят. «Разница между пониманием своего и

чужого языка только та, что слова чужого языка вызывают в понимающем не то же представление, а другое, ему соответствующее. Здесь один язык вызывает деятельность другого» (А.А. Потебня).

Чтобы верно упражняться в йоге, надо верно понимать, что стоит за используемыми в ней санскритскими определениями. У индийцев нерассудочное знание главных понятий входит в плоть и кровь. Большинство же наших лишь заучивают йоговские понятия и поэтому не в состоянии выразить ими свой личный психофизиологический опыт.

Общаясь с людьми из «околовосточной» среды, диву даёшься: чуть ли не у каждого «подъём кундалини» происходит чаще, чем эрекция, и она достигла, по крайней мере, анахата чакры. Да ещё при каждой асане или дыхательном упражнении они эту бедную кундалини гоняют от муладхары до сахасары, так как у них «все чакры раскрыты»! А чуть прикроют глаза — тут же и медитация.

Так как большая часть сведений по йоге заимствована из английских переводных работ, применение санскритизмов и англицизмов доходит до идиотизма. Что, например, значит и как вам понравится выражение «канализация энергии» (от англ. channelize)? Санскритские термины, которые употребляют некоторые «гуру», служат прикрытию их невежества и обману незнающих. Пересыпают речь словами «карма», «атман», «брахман», придумывают такие перлы, как «асанировать», «пранировать». И за эти стеклянные бусины падкие на экзотику дикари отдают настоящие ценности — свой здравый смысл, самостоятельность, возможность использовать само строение родного языка для познания Истины.

В ладонях долго воду не удержишь. С бенгальским огоньком не пройти все ночные бури. Так и чужую мудрость не пронесешь через всю жизнь. На чужом языке истины не познаешь.

Выразить истину можно на родном языке. Более того, если она на нём не выражена, то она и не понята. Учительская сущность (гуру таттва) есть в каждом человеке, независимо от его расы, народности, языка. Но надо быть подготовленным, чтобы понять этого внутреннего учителя. И проще и глубже его понять можно на родном языке, чем посредством переводчика.

Так, например, столь милый многим термин «медитация» не имеет для нас того смысла, который он имеет для западного человека, и не раскрывает смысл санскритского *дхьяна*. В западной, связанной с католичеством культуре медитация — это часть литургии: короткая безмолвная пауза по звону колокольчика, когда верующие должны вознести внутреннюю молитву Богу. В православном наследии этого обычая и, соответственно, этого слова нет. Более того, даже евангельское слово *metanoie* — «осмысляйте», «поймите» — постоянно переводится как «покайтесь»: при

этом пропадает значение хода размышления и понимания. А в английском медитация означает «размышление», «обдумывание чего-то», «планирование», что чуть ли не противоположно смыслу дхьяны или самадхи. Ибо дхьяна — не обдумывание чего-либо, не планирование, а поток мысли, свободно текущий и несущий личность к Высшему. Гораздо точнее и вернее в нашей языковой среде понятие *дхьяна* передаётся словом «созерцание» (тем более что *дхьяна* родственно *dhi* — «взгляд», «представление» — и имеет другое название *vidyā* от общеарийского корня *vid* — «видеть» с оттенком «прозревать»).

Самадхи с лёгкой руки Вивекананды с английского переводится как «сосредоточение» даже в последнем переводе его работ. Но если вдуматься в значения слов, то *сосредоточение* — точная калька санскритского *екаग्रата*. Самадхи же на русском языке лучше соответствуют слова «самость», «свершение», «совершенство» в зависимости от деления *sam-ā-dhi* или *sam-ādhi*.

Совершенная путаница с понятиями *манас*, *буддхи*. На санскрите имеется около 20 понятий, выражающих то или иное проявление единого сознания, которые на английском переводятся просто как *mind* и *consciousness*: *манас*, *саттва*, *читта*, *буддхи*, *махат*, *линга*, *асмитамапра* и др. Но и в русском есть множество исконных слов-понятий, отражающих то или иное состояние сознания. Ум, *умозрение*, *умонастроение*, *умение*, *разум*, *разумение*, *разумность*, *сознание*, *осознание*, *рассудок*, *наитие*, *дума*, *раздумье*, *мышление*...

Насколько больше возможностей представляет родной язык для понимания того, что упрощают переводом! Какое богатство смыслов и красок! И то, что выражают одним словом «медитация», может быть и сосредоточением, и раздумьем, и размышлением, и созерцанием.

Кришнамурти говорил, что медитация — это не повторение слов. Да, но повторение слов может привести к созерцанию. Это, например, делается посредством мантры. Многократное повторение мантры или имени Бога посредством джапы, аджапа джапы, киртана, бхаджана и т. д. в ведийско-индийской культуре, зикр в суфизме — это способ очищения или возвышения сознания через слово. В вырожденной форме мы видим ту же веру в волшебную силу слова в дианетике, где один из главных приёмов глубокого погружения — метод репитера, буквально «повтора», в политических лозунгах, рекламах, повторениях в песнях... и т. п.

Утверждают, что основа мантры — не смысл, а её «вибрация» и поэтому переводить мантру нельзя, так как теряется её ритм и звучание. Однако даже ОМ многозначно истолковывается внутри индийской культуры. И новые мантры рождаются по образцу древних. Например, мантры Рамакришне

появились в конце XIX века.

Ведь мантра — это свёрнутое до изречения или даже до слога мировоззрение. А не наоборот. С иной мировоззренческой и языковой средой оно взаимодействует по-иному.

Если хотите отойти от мира, можете повторять иноязычные мантры и применять иноязычные культурные понятия, но если хотите ещё осмыслить мир и передать этот смысл другим, вы должны это делать на родном языке. И не о переводе на русский язык санскритских изречений идёт речь. Можно пользоваться мантрами для сосредоточения из разных религий, но это только ясли веры. Если нет пока веры в силу родных слов, истолкование, обобщение должно быть на русском (что, в сущности, всегда и происходит). Лишь когда Истина будет говорить с вами на родном языке, тогда только будет возможно настоящее познание и освобождение.

Отказаться от ограниченности речи можно лишь дойдя и перейдя её границы.

Собирайте силу в слово.

Сколько получает монах подчинением старшим и уставу в течение 16 лет, столько получите вы, если запомните, будете повторять и поймёте одно изречение.

Сколько заслуживает не едящий мяса и не пьющий вина в течение 40 лет, столько получите вы, если свяжете одной строчкой порванную нить преемства.

Сутру 2.36: «При утверждении в правде действие и его плод подчинены (йогину)» — Вьяса объясняет в том смысле, что слова такого человека становятся делами и «имеют силу непогрешимости». Если он скажет «Будь праведен!» — человек становится праведным. Или (уже из другой религиозной культуры): «Возьми свой одр и ходи!» И то, что было возможным для великих в далёкие времена, в какой-то мере используется и ныне в оздоровлении и лечении — гипнозе, аутогенной тренировке. Обычное русское пожелание «Будь здоров!» — это и сотворение такого положения.

Правдивость — не самоцель, оторванная от других нравственных правил, тем более — не средство для самолюбования и хвастовства, но важнейшее средство самопознания. Ложь, невыполненные обещания, притворство, скрытность покрывают извечно-ясную Сущность человека мутью, уменьшают интуитивные способности и делают созерцание или искажённым, или невозможным. Даже в хатха йоге отсутствие правдивости представляет серьёзную помеху, ибо такой человек не способен правильно

оценить или открыто обсуждать свои недостатки, ум и тело его зажато в психических тисках, он чаще смотрит на других, стремясь быть «не хуже», нежели прислушивается к своим ощущениям.

Если занимаетесь йогой, верьте больше упражнению, чем воображению. Выдумки о якобы имеющихся видениях, сверхъестественных силах бесполезны, если не вредны.

Поистине, отсутствие правдивости губительно не только для личности, но и для коллективов и государств. Разительный распад новой общности — советского народа и развал Союза, обвальный экономический и идейный крах это доказывают. Но сейчас стало чуть больше возможностей высказывать то, что думаешь (хотя иллюзий о существовании у нас действительной свободы слова строить не стоит). Позиции партий, организаций, людей стали видней и отчётливей. У людей появились возможности не только думать дома на кухне, но и действовать согласно своим склонностям. Иной экономист, бичевавший несколько лет тому назад капитализм и частную собственность, глядь, не только превозносит их, но и стал преуспевающим дельцом. И это хорошо, ибо он, по крайней мере, перестал обманывать себя и окружающих, если уж не в процессе предпринимательства, то в своём отношении к нему.

Раз уж мы коснулись темы приобретательства, у нас есть возможность перейти к рассмотрению принципов *астейя* и *апариграха*.

НЕСТЯЖАНИЕ И БЕСКОРЫСТИЕ

УПРАВЛЕНИЕ ПОТРЕБНОСТЯМИ

Астейя и апариграха обычно рассматриваются в качестве взаимодополняющей пары, относящейся к вопросу приобретения и использования собственности. Если этимология и значения понятия *астейя* не вызывает обычно расхождений и объясняется как «нестяжание», «неприсвоение», «non-stealing», близкое по смыслу к ветхозаветному принципу «не укради», то с понятием *апариграха* сложнее. Слово состоит из отрицательной части *a+pari* (или *apart*) и *graha* (от глагола *graft* — «брать», «хватать», «захватывать»). Или, по другому разделению, из отрицательного префикса *a* и *parigraha* («окружение», «имущество», «семья») с различными оттенками обладания, обретения, в том числе и жены. Иногда даже толкуется как «отсутствие украшений», хотя чаще объясняется как

«непринятие даров» («non-receiving», см. напр, у Вивекананды), противопоставляя это слово, по-видимому, слову *пратиграха*, «принятие даров», которое является одной из шести обязанностей брахмана (шаткарма). Более широкие толкования определения — «быть незаинтересованным» (Ж. Филлиоза) и «отсутствие скупости» (Р. Рай, М. Элиаде, С. Дасгупта).

Нам кажется, на русском языке эти два понятия ближе всего передаются словами «неприсвоение» и «бескорыстие».

Отметим, что слово *астейя* в Бхагавадгите не встречается вовсе, а *анаприграха* — лишь раз. Одно из возможных объяснений — что путь к Запредельному, открытый Бхагавадгитой, был открыт и для домохозяев, которым вменялось в обязанность достижение материального благополучия семьи честными средствами. Здесь мы просто хотим выделить мысль, что со-~держание рассматриваемых терминов, очевидно, не одно и то же для отшельника, поставившего себе целью Избавление от мира, и домохозяина, идущего к Всевышнему служением Ему и любовью к Нему, выполняя свои обязанности в мире.

Воровство появляется не от нищеты, а от стяжания, жадности и отчуждённости людей. Весьма показательно, что родоплеменные общины не знают воровства.

В наше время человеческие толпы превращены в потребителей вещей, услуг и зрелищ. Они не замечают, что уже не представляют жизни без зарабатывания денег, что остальная малюсенькая часть их жизни тратится на то, чтобы их потратить на удовлетворение очередного желания. И снова зарабатывать, и снова тратить.

Рынок возник когда-то, чтобы в одном месте купить еду или, изредка, вещи для лучшей жизни. Теперь рыночность стала целью жизни. Религией. Самой жизнью. Богом стал жёлтый дьявол, магазины превратились в храмы торговли, за идеал и счастье выдаётся блеск роскоши немногих богачей. Присваивают огромную долю денег и управляют этой рыночной жизнью те, кто стоит на вершине этой финансовой пирамиды. Ради прибыли устраивают конкурентов, сталкивая партии, религиозные общины, подкупая и свергая правительства, устраивая войны и перевороты. А в обычной жизни внушая обывателю, что он занимается самым важным делом. Чтобы он только им и занимался, задействованы мощные средства. Искусственное многообразие. Реклама на щитах, на стенах, в газетах, журналах, на экранах, по радио, на майках и машинах. Глянцевая яркая упаковка... А потребляющему некогда задуматься о том, что ему не дают задуматься. Уже не обижается, когда ему говорят: «Ты то, что ты носишь», «Вы не знаете, что купить? Мы за вас уже подумали!» Его величество человек опускается

до жалкого клиента.

Так же потребительски мы относимся и к совершенствованию. Даже нравственные основы стали рассматриваться как ценности. Мы всё больше предпочитаем искать в книжных магазинах, кино, театрах товарные заменители духа, вместо того чтобы творить самому. Мы предпочитаем глянцевые «ложные послышки в наукообразной словесной упаковке» самостоятельному мысленному труду. Мы хотим иметь по дешёвке, а лучше — ничего не отдав.

Всех, кто не состоятелен, считают неудачниками. Но состоятельность — это не большое состояние на счету, а состояние самооценности и самодостаточности. Если у вас нет страстной корысти и не получается зарабатывать деньги, может быть, это означает, что ваше призвание не в этом. Возможно, в вас есть стремление к отречению от обманчивого и не вечного.

Если вы не чувствуете творческой радости от совершенствования — возможно, надо что-то изменить в ваших целях или занятиях.

Всем нам Всевышний и Мать-Природа что-то дают — жизнь, землю, воздух, воду, еду, здоровье, имущество, знания, удачу и прочее. И если мы что-то получили в этом мире — то только как плату за служение этому миру. И тот, кто, получив что-то от Него — через богов ли (которые в Индии часто понимались как природные силы) или от людей, — «использует данное ими, не отдавая, — тот вор» (Бхагавадгита, 3.12).

Астейя — это не просто «не укради». Быть вором — это не всегда залезать в карман или проникать в дом, вынося оттуда вещи, но и незаконно присваивать принадлежащее другому за счёт его эксплуатации (даже под видом борьбы с эксплуатацией или борьбы за демократические свободы, что слишком нам хорошо известно по недавнему историческому прошлому). Отношения эксплуатации есть не что иное как проявление врождённого эгоизма в человеке.

И введущийся с 1917 года и до сих пор никак не заканчивающийся эксперимент с лишением человека собственности не сделал людей бесребрениками. Одним формула «всякая собственность — это кража» почему-то хорошо послужила для захвата чужой собственности, другим какая-то пара сапог или поношенное пальто были дороже человеческой жизни — чужой или своей, третьи были приучены считать свою нищету благополучием. На застойном социализме выросла пышная плесень спекулянтов, взяточников, мошенников, несунув, а ныне, когда обладание собственностью вновь возводится в добродетель, она в руках далеко не самых достойных, а *прихватизаторов*, коим важно урвать сейчас и любыми средствами

Мудрые люди во все времена говорили, что количество денег совсем не прямо соответствует количеству счастья. И много имущества — не всегда преимущество. Если вы испытываете стремление к большим деньгам, то испытываете и нужду в них и неприятности при их отсутствии или при их зарабатывании.

Деньги и имущество превращаются из слуг в ненасытных повелителей человека, мнящего себя хозяином: они требуют постоянной охраны, траты, восполнения, пользования, управления, обслуживания, ремонта, беспокойства об уплате налогов и т. д. И это нелёгкая работа, чреватая потерей нажитого с жесточайшим стрессом при этом. А накапливающийся вместе с богатством страх начинает свою подрывную работу в организме.

Тем более у нас! Как долго думают *новоришки* наслаждаться среди обворованных и обманутых нищих и таких же крутых дельцов, отгородившись стенами особняков, бронированными стёклами машин и телохранителями? И кто будет опять перераспределять «по справедливости»? И какому общественному классу это теперь поручить?

Чем меньше привязанности к собственности — тем меньше необходимости лгать ради её приобретения, умножения и сохранения и защищать эту собственность насилием и тем меньше возможности стать жертвой насилия.

Кто питает чувства жадности или скупости — тем они и питаются.

«Экономические кетины» носятся с идейками, что когда улучшится экономика и развернётся «настоящая конкуренция», тогда вот и поднимется нравственность. А сейчас, мол, рвачество да воровство — это закономерное первоначальное накопление капитала. Но рвачество или более мягкая конкуренция — не лучший и не самый действенный способ развития экономики, не говоря уже о том, что она оказывает калечащее влияние на психику человека, воспринимающего всех других как потенциальных конкурентов. И ослепительно улыбаясь всеми 32 зубами, они теми же 32 зубами всегда готовы вырвать у ближнего лучший кусок вместе с его мясом.

А вот одно из составляющих так называемого «японского чуда» — этика, стоящая на идее «отплаты за благодеяние», отношение к своей фирме как к общине и следование традиционным правилам — сказывается «в относительно малом загрязнении окружающей среды, в нераспространённости судебных тяжб, в необычайно малом числе юристов и низком уровне преступности по сравнению с другими странами сопоставимого достатка» (А. Сен) и в самой долгой продолжительности жизни.

«Рыночный человек», по выражению Э. Фромма, должен уметь

«подлаживаться», «подать себя», «принимать условия игры», «ломать собственную гордость» ради выгоды, идти на определённые условия и сделки (часто и с совестью), давить слабых, угождать сильным, утаивать доходы, уклоняться от налогов и т. д. Это характеризуется отчуждением от жизни, ощущением её бессмысленности, восприятием её как рынка, где всё продаётся, а себя как товара, отсутствием подлинности и самоуважения.

Частная собственность (особняки с собаками, особенные вещи, знакомства с важными и богатыми особами и пр.) способствует обособлению человека от Единого.

Жадность тянет к себе не только деньги и вещи, но и нарушения других нравственных правил.

Когда в колониальную эпоху население каких-нибудь восточных стран или тропических островов отказывалось торговать с европейцами (золото — за зеркальца, алмазы — за стеклянные бусы, опиум — за шёлк, чай и пряности и т. п.), те посылали военные фрегаты, которые устанавливали грабительскую «свободу торговли». Поселенцы Северной Америки «осваивали» территорию, истребляя индейцев огнестрельным оружием, подсовывая чумные одеяла и платя цивилизованным белым по несколько долларов за скальп индейца.

Частная собственность и деньгократия кажутся меньшим злом, чем насильническая диктатура и бюрократия. Однако и для частной собственности должны быть поставлены пределы, ибо «желания не имеют предела» (Йога сутра, 4.10).

Общества развитых стран, уровень которых является мечтой развивающихся, часто называют «обществом потребления». Но прошло то щедрое время, когда люди пользовались как бы процентами с Природы, как бы её «припеком», и то, что они брали, восполнялось. Теперь «человек потребляющий» тратит уже не проценты, а основной капитал, проедает хлеб из посевного зерна...

Конкуренция приводит к тому, что до половины расходов на производство товаров составляет реклама, упаковка, плата за патенты или лицензии. Производится огромное количество товаров, которые не будут затребованы, которые пойдут на выброс через пару лет, потому что «морально устарели» (кстати, что за глупая формулировка? Разве «морально» плоха вещь, а не человек, который её выкидывает, хотя она ещё годна для использования хотя бы другими?). Усовершенствования, например, компьютерных программ делаются так, чтобы нельзя было пользоваться ими, не купив новый компьютер или комплектующие именно той фирмы, которая создала эти усовершенствования. Товары и вещи предпочитают уничтожать, а не раздавать неимущим, дабы не снижать

уровень цен и производства. Погоня за всё более новым и модным развращает человека, увеличивает его самомнение и учит его не уважать опыт предков и не заботиться о потомках, которым достанется разве что громадная свалка.

Биосфера перешла в постоянно возмущённое состояние. Искалеченная природная среда становится всё более сильным явлением, портящим нравы и порождающим болезни.

Представим: на островке-пяточке жил-был Робинзон. Над родником сгибались под тяжестью плодов яблоневые ветви, и были у Робинзона коза и несушка. Не до жиру, но всё же хватало для жизни воды, молока, яиц и яблок. Но однажды, возжелав куриного бульона и жаркого с яблочным вином, он свернул шею несушке, зарезал козу, срубил яблоню, чтобы достать все яблоки...

Общество потребления становится обществом самоистребления.

Астейя состоит не только в отказе от присвоения принадлежащего другим, но и в отсутствии самого желания это сделать.

В Яджнявалкья смрити говорится: «Свобода от желаний в действии, мысли и речи, от обладания собственностью других — это астейя».

Смысл астейи и апариграхи не столько в отказе от приобретения собственности, сколько в отказе делать приобретение и сохранение её смыслом существования. Не надо тратить все силы на приобретение собственности, как и на то, чтобы её отпихивать.

Большинству людей, чтобы заниматься йогой, нужно иметь некоторую «базу» в жизни, обеспечивающую спокойствие ума. Если ум всё время отвлекается на решение житейских проблем и поиски «хлеба насущного», на беспокойство о том, что есть в старости, ценность таких занятий невелика.

А ведь весьма распространён у некоторых «энтузиастов с горящими очами» порыв достичь немедленной святости. Приводят слова Христа: «Удобнее канату пройти сквозь игольные уши, нежели богатому войти в Царство Божие» (Мф., 19.24, вариант прочтения), «Просящему у тебя — дай и от хотящего занять у тебя не отвращайся» (Мф., 5.42), а также «Продай имение своё и раздай нищим, и будешь иметь сокровище на небесах» (Мф., 19.21), — забывая, что тому евангельскому юноше и ученикам своим это говорил лично Иисус. А ведь бывает, что иным это внушает тщеславие. Уходят на неквалифицированную неоплачиваемую работу (и от ответственности за своё дело), теряют профессионализм, первому подвернувшемуся отдадут деньги или вещи, хотя им может оказаться

пьяный, грязный, наглый побирушка, который тотчас радостно побежит пропивать денежки «этого прикурка», оскорбляя людей своим видом, сквернословием и поведением. Это тот тёмный, *тамасный* «дар не ко времени и не к месту недостойному дара, без уважения, с презрением» (Бхагавадгита, 17.22).

Отречение должно идти от всё большей любви к Высшей Истине, а не от любования собой в виде нищенствующего странника или праведника.

Благополучие мирского человека, состояние его чувств и тела, конечно, зависит от его состояния (денег в кошельке, недвижимости, имущества). Если он состоятельный — ему хорошо, но, не создав или потеряв состояние, он становится несостоятельным. Однако состояние мудрого от этого не зависит.

Бескорыстие возникает, когда человек начинает видеть, что присвоение наносит вред другим, порождает привязанность, беспокойство о сохранении подверженного потере и порче имущества, а также перегружает органы чувств.

Откройте сердце — и не страшны вам будут воровы!

Раздайте всё — и станете богаче всех!

Обратитесь от собственности в себя — и обретёте мир!

Слишком много внимания к имеющейся собственности, желание приобрести больше и сохранить это связывают человека, а так как целью йоги является осуществление свободного от привязанностей чистого сознания, всякое эгоистичное стремление присваивать и обладать делают достижение этого невозможным.

Неразумно накапливать добра больше, чем необходимо для нашего чувственного существования. Иначе это неосознанная кража, ибо когда один хватается — другому не хватает. Удовлетворение потребностей должно происходить лишь в пределах выполнения нашего общественного долга и личного стремления к совершенству.

Поэтому разумно пользоваться только необходимым, точнее, естественно-необходимым. Ещё в ведийские времена большее уважение оказывалось не тому, кто больше имеет имущества и даже властного могущества, а тому, кто достиг большего отречения — в том числе и от собственности. Мудрецы и святые стремились не к вещам, а к Высшему и избегали даже даров, понимая, что они могут стать обузой.

«Даже будучи достойным получения даров, следует избегать пристрастия к этому, так как благодаря приёму даров божественный блеск быстро

угасает» (Законы Ману, 4.186).

Свами Вивекананда, ученик Шри Рамакришны, первый открывший йогу для Запада йогин и первый переведённый на русский язык толкователь Йога сутры, определяет апариграху как «непринятие никаких даров, даже если отказывающийся от этого ужасно страдает... Когда человек получает дар от другого, согласно этой теории, его сердце становится нечистым, он унижается, становится связанным и доступным чужому влиянию». Слишком буквальное понимание этого определения породило и порождает множество недоразумений среди занимающихся йогой, тем более что уже в первом русском переводе Йога сутры английское gift передавалось как «подарок».

И вот начинающий «йог», пригласив друзей и гостей, скажем, на свой день рождения, вдруг заявляет им, что брать подарки не будет. Гости воспринимают это как шутку, весело упрощают его принять, «йог» неумолим, уговаривание переходит в препирательство и чуть ли не в грубость. И тут возможны две концовки: сей «суровый подвижник» берёт подарки, но чувствует себя в какой-то мере отступником, а дарящих — соблазнительями и искусителями, тем самым беря на себя грех осуждения, или не берёт, оскорбляя и обижая ближних и делая йогу непривлекательной в глазах неприобщенных к ней.

Как же всё-таки понимать определение апаригра-ха и как его применять?

ДАЯНИЕ И «ЭКОНОМИКА» СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

Богатство расходуется по трём направлениям:
наслаждение, дарение и потеря.
Кто не тратит его на наслаждение,
не даёт добрым людям на доброе
дело — тому суждено неизбежно третье.

Бхартрихари

В индоарийском обществе понятие дара было очень важным. Как дар рассматривалось знание, после обучения ученик должен был дать учителю *дакшину* — дар, который он потребует. Дар мудрецу был для дарителя возможностью приобрести религиозную заслугу и искупить какое-либо прегрешение, а принявший дар как бы обязывался им выполнить какую-нибудь просьбу дарящего. Поэтому для отрёкшегося даже от личности йогина непринятие даров позволяло сохранить независимость. Зачем ему,

движущемуся подобно ветру, нужны были эти пути? Но кто из нас действительно приблизился к такой свободе?

Но, наверное, каждый когда-то ощущал верность этого нравственного правила. Вот кто-то преподнёс вам подарок, и вас начинает беспокоить мысль об ответном презенте. Вот вам, занимающему некую должность, подсовывают подарок, чтобы вы разрешили, ускорили, «замолвили словечко». Или совершивший по отношению к вам гадость или предательство лезет с даром, и вы не берёте, зная, что к вам примазываются и принятие подарка будет прощением и разрешением на общение и т. п. А ещё — «бойтесь данайцев, дары приносящих».

Есть дар и дар, и ваша совесть должна подсказать, когда этим словом называется взятка, а когда дар любящего вас человека; когда принимать преступно, а когда не принимать эгоистично; когда незаслуженное, незаработанное ведёт к разрушению независимости вашего ума, а когда дар, например от человека уважаемого и знающего, способствует вашему развитию; когда дать — благодеяние, а когда — дурнодеяние.

Вот две сцены, которые я наблюдал в электричках. Входит в вагон чернявая жирная крикливо и богато одетая цыганка и, поблескивая золотыми зубами, на ломаном русском заученно врет: мы-де приехали издалека, не хватает денег на лечение, подайте, кто сколько может. И идёт по вагону с чувством привычного превосходства над дураками, собирая деньги. Вот подал пьяный — из ухарства или боясь показаться бедным или скрягой. Вот дал юноша, зная, что ему врут, — от растерянности. Вот гордо дал глава татарской семьи, чтобы показать домочадцам, что он даватель. А у окна худенькая старушка в ситцевом платочке и выцветшем ситцевом платьице, которые не выпускают, верно, уже лет сорок, услышав, начинает копать в своём потёртом кошелечке, видимо, высчитывая, хватит ли ей на крупу и чай, и подаёт (помогает!) этой прожженной мошеннице. Я давно ожесточился, но тут слёзы навернулись от жалости, сострадания и негодования.

Ещё одна сцена. Идёт, воняя перегаром и мочой, грязный опивок и вывает: мол, люди русские, помогите. Кто даёт? Дали как швырнули два кавказца — с чувством злорадства и превосходства. Дал едущий на дачу в Кратово явно состоятельный молодой человек. Кто-то от смущения, а кто-то от извращённого понимания милостыни: мол, просящему у тебя — дай. Таких же пьяных или наглых попрошаек можно видеть у любой церкви. Ох, нет на них Христа — не того канонически-милостивого, а изгоняющего плеткой торгующих из храма!

Кого и что подпитывает такая «доброта»? Алкашей и мошенников, портящих среду? Тщеславие дающих? Слабость не умеющих отказывать?

Неумение различать последствий?

Дар той старушки — ей в заслугу, которая выше пользы. Но приобщённый и видящий общее (йогин) должен видеть дальше и больше.

В ведийском обществе раздача милостыни входила в перечень обязанностей только первых трёх варн (Законы Ману, 1.88-90), а приём милостыни и даров — только брахманов.

В паре астейя-апариграха (нестяжание-бескорыстие) апариграха как бескорыстие и непринятие даров, видимо, призвана не позволить соблюдению требования нестяжания превратиться в иждивенчество или торговлю своими разговорами о «божественном».

Это прежде всего отсутствие скупости, возникающее от видения беспокойства зарабатывания материальных средств и их сохранения, вреда другим, который при этом совершается, тягостности привязанности к разрушимым вещам.

Множество моралистов внушают по следам древних учений (в основном, буддизма и, видимо, испытавшего его влияние христианства), что желание — это грех, имущество — это зависимость. Это и так, и не совсем так, и совсем не так.

В Ригведе говорится, что желание было «первым семенем мысли», а упанишады уточняют, что желание было источником проявления мира. В Бхагавадгите воплощённый Господь Кришна не стесняется отождествить себя с ним, говоря: я «согласное с правдой желанье в существах». От желаний рождаются дети, желание движет нас стать лучше в меру нашего понимания, стать совершенней.

Да и деньги могут служить разному: одному — для ублажения своей плоти и чувств (вещи, вино, кино, женщины и т. п.), другому — для образования (книги, путешествия и т. д.). Важно также, какими средствами, для какой цели они добываются.

«То, что корыстно — безнравственно, а то, что бескорыстно — нравственно» (Вивекананда).

А если при этом вы будете хотя бы иногда вспоминать, что всё принадлежит не вам, а Владыке (или что вы лишь распорядитель принадлежащего Ему) — вы на верном пути.

Владыки покровом объято всё это происходящее в происходящем;

Так довольствуйся же отреченьем, не след домогаться какого-то

Ну а не столь сознательных дхармашастры предупреждают, что в этой или будущей жизни укравший золото приобретает болезнь ногтей, крадущий зерно — недостаток членов, подмешивающий — излишнее их число, похититель пищи — дурное пищеварение, крадущий одежду — белую проказу, похититель светильника — слепоту, крадущий лошадь — хромоту, крадущий слово — немоту (Законы Ману, 11.49-51).

Нестяжание и необладание чем бы то ни было (*акинчан рата*) — это обет, который берут на себя отшельники, питающиеся дикими плодами, колосками после жатвы и кореньями или живущие не выпрошенным у других подаением. Мирскому человеку следовать этому невозможно, и поэтому нестяжание сводится к необладанию ненужным. Так как что ненужно, что нужно — не определить для всех и каждого, здесь допустимы большие степени свободы.

Если не умеете без денег — имейте их. Стоит ли, отказываясь от вещей, приобретать завистливые мысли? Если они не дают вам покоя, будьте искренни, не стыдитесь — приобретайте собственность честными средствами, не нарушая ахимсы и сатьи (почему она должна служить лишь бессовестным?). По крайней мере, вы научитесь работать и зарабатывать, а не «урывать бабки» или «баксы» или получать развращающе-уравнивающую «зряплату». А уж поводов для воспитания в себе нестяжания и бескорыстия у вас будет предостаточно. Например, для предпринимателя — ради выгоды не иметь дела со спекулянтами и ворами, исправно платить налоги, не давать «на лапу» и не брать, не заниматься ростовщичеством, не жалеть на благотворительность и т. д. и т. п.

Если бы западные развитые общества и местные финансисты да олигархи поставили перед собой цель ограничения потребления — это было бы великим благом для них и природы. Если же они через купленных или неумных моралистов внушают его пагубность нищим — это обман для эксплуатации их.

Для человека, живущего в мире, разумнее не богатство и не нищета, а «золотая середина». Повторяем, что соблюдение нестяжания и бескорыстия — не столько очевидное для всех отсутствие собственности, сколько отсутствие привязанности ума к ней. Место достаточно общее и часто используемое как оправдание халтурщиками, которые «делают деньги», заявляя при этом, что они к ним не привязаны. Что же такое

непривязанность? Это умение не радоваться особенно, когда деньги или вещи приходят, и не печалиться при их утрате; это не иметь и тени зависти к обладателям вилл, яхт, лимузинов, моднейших туалетов и прочей роскоши богатеев.

Вы можете воздерживаться от излишних покупок и наслаждений, ибо излишнее наслаждение «невозможно без причинения вреда живым существам». Или сократить потребление товаров на основе, скажем, заботы о природной среде. Или стараться покупать только отечественные товары, если вы действительно, а не на словах заинтересованы в будущем России и хотите, чтобы у людей была работа и достойный заработок в уважаемой стране, а не гуманитарные подачки за высасываемое из России сырьё. Подобный отказ от покупки импортных товаров применялся в сатяграхе как одна из разновидностей *свадешти* (предпочтения свой страны).

Даже «мелочи», которым обычно не придаётся внимание или которые считаются второстепенными, не так просты для выполнения. Например, скромность, а лучше своеобразный аскетизм в одежде. Поэтому ведантистские саньясины носят оранжевые дхоти, буддисты — охряные, джайны — белые одежды (если не являются «одетыми в страны света»), некоторые садху одеваются только в мешковину или ходят нагими (авадхуты, удасины и пр.). И носить один и тот же вид одежды на протяжении десятков лет на фоне модного разнообразия современного мира не столь уж привлекательно и легко.

Человек волей-неволей, чаще не задумываясь, поддерживает налогами правительство, которое его, мягко скажем, не устраивает и грабит понемногу ежедневно и раз в несколько лет по-крупному, кормит паразитирующих чиновников, продажную и оглупляющую его прессу и масс-культуру, обогащает крупных финансовых воротил и маленьких делег, даёт попрошайкам под разными предлогами — от пожертвований на борьбу со СПИДом до покупки каких-нибудь значков, картинок или эмблем. А доброе дело и добрые люди, он полагает, должны существовать святым духом? Да, они им и существуют, существуют вопреки мирскому равнодушию и обойдутся без ваших даяний. Но вам-то это нужнее.

Если вы полагаете, что вы человек духовный, то вы должны отдавать как можно больше ради духа. Если говорите, что занимаетесь йогой, то вы должны подпитывать её. Не только словами, а делами, средствами.

Учитесь тратить! Прежде всего на приобретение знания и благотворительную поддержку носителей знания или высоких нравственных идеалов — и чувствовать при этом радость и облегчение от невладения. Наслаждайтесь ею, дарите её — это будет лучше и для вас, и

для мира, и для Истины.

Одна из величайших находок индийского мироустройства — то, что народ освободил носителей знания и стремящихся к свободе от забот о хлебе насущном. В Индии к садху и саньясинам, выбравшим путь отречения, проявляют уважение, окружают их почётом и поклонением, обеспечивают пищей, ночлегом, даже позволяют бесплатно ездить на транспорте... Дар святому в Индии рассматривается как средство получить его милость, благодать или заслугу. Это так и есть.

У нас подают милостыню пьяницам, побирушкам, цыганским и прочим мошенникам. Даже не из сострадания, а из отвращения, брезгливости, боязни показаться чёрствым или бедным, то есть из тщеславия, а кто-то — пытаюсь мелочью искупить наворованное. Или путают себя с познавшими, которые могут кого-то спасти. Такая милость возможна лишь для святых и познавших. Тогда это просветляет этих несчастных (заметьте — из-за собственных грехов). Но если даёт рядовой человек, то эти неверующие и нравственные калеки паразитируют на сострадании, внутренне смеются над дающими и становятся всё более наглými. Это подпитывает худших и ухудшает жизнь лучших. Это отнимает хлеб у тех, кто живёт ради истины. Они не просят. И, конечно, проживут, потому что Мать-природа их прокормит. Но поиски хлеба насущного отнимают у них время, которое они могли бы использовать на ваше просвещение и обучение.

Помогайте людям, но имейте в виду не пьянчужку какого-нибудь, а лучших. Не столько старушку, сколько молодёжь. Не столько прошлое, сколько будущее. Лучше дать не испитому калеке, а тому, кто играет на гармошке старинные напевы. Накормить одного мудрого лучше, чем раздать милостыню тысяче нищих. То, что вы даёте мудрому, — не ваша милостыня, а его милость вам.



Угощение освящённой пищей в ашраме

Увеличивайте свою независимость. Легче начать делать это не поодиночке и начинать с помощи своим соумышленникам и соучастникам. Желательно, чтобы община была самодостаточна и независима от властных денежных мешков и должностных лиц. Работать надо не на власть, не на стаж, а для своего совершенства.

Один из главных страхов, мешающий совершенству, — страх перед голодом.

Мать-Природа кормит своих детей. Животные кормят детенышей, мать кормит ребёнка, муж кормит жену (а ныне может быть и наоборот), друг помогает другу, богатый откупается от нищего милостыней и благотворительностью, вконец опустившегося кормит помойка и свалка...

В Индии еда — очень важная часть дхармы. Свами Джйотирупананда говорил: «Пока в Индии есть хоть один верующий, отрёкшийся не останется ненакормленным». И, в свою очередь, ашрамы кормят проходящих на их торжества. Через освящённую пищу передаётся благодать. Это общая вера индоевропейцев — прасад индийцев, просфора у греков, русское причащение.

Освящение еды молитвой усиливает её энергоёмкость.

Благочестивое дело — кормить членов общины. Это поддержка друг друга и общение. Это взаимопомощь, это возможность освободить от забот о хлебе насущном знающих, полезных обществу и освобождающихся. Нам должно быть это нетрудно и приятно: общие трапезы — древний славянский обычай.

СОЗЕРЦАНИЕ ПРОТИВ СТЯЖАНИЯ И ОБРЕТЕНИЯ НЕСТЯЖАТЕЛЯ

Если потребностей у человека немного, эмоции не мешают друг другу (захочет — ест, захочет — спит, захочет — хохочет, захочет — плачет). Когда же число потребностей разного рода возрастает, волнения, как волны, накладываются друг на друга, сталкиваются, образуют валы, провалы, воронки. Для того чтобы эти столкновения не вызвали вредные и опасные для организма биохимические последствия, выгоднее, чтобы они происходили в виде столкновений нервных процессов в коре головного мозга. То есть работа воображения, мышления оказывается менее разрушительной. Это может быть одним из оснований того, почему

успешно упражняться в созерцании способны достаточно развитые умственно, эмоционально восприимчивые люди.

Когда человек занят стяжанием, ему не до созерцания. Более того, внимание к приобретению и потреблению мешает или даже не позволяет начаться созерцанию. Ибо созерцание — над пользой. Ум созерцающего не занят подсчётом своих денег и имущества и беспокойством об их сохранении и приумножении.

Говоря о неприсвоении и бескорыстии, скажем немного о применении их в занятиях йогой. Не превращайте накопление книг и сведений о йоге в самоцель, ибо лишние факты мешают понять Высшее. Не выпрашивайте у Всеблагого: «Дай мне то, дай мне это», — и избегайте торговли с Ним: «Я — Тебе, Ты — мне». Не стремитесь к обладанию чудесными силами! Не будьте завистливы к другому, стремясь его превзойти, например, по количеству асан или по их сложности...

Если человек последовательно руководствуется в жизни требованиями астейи и апариграхи, он получает определённые плоды за своё отречение.

Всякое *добровольное ограничение потребностей и лишения ради Высшего дают и приобретения*. Уменьшается захламленность ума и с этим зависимость личности от лишнего, увеличивается свобода.

«Утвердившись в непринятии даров, йогин получает воспоминание о прежней жизни» (Йога сутра, 2.39), способности ясновидения, телепатии и т. д. (например, по свидетельству учеников, Свами Шивананда мог сказать, какое состояние ума имеет приближающийся к нему человек). Такое возможно при совершенной честности только тем, кто долгие годы довольствовался лишь самыми необходимыми предметами для жизни — какой-нибудь парой одежды, миской для еды, не имел домашнего очага, которому все прелести собственности заменяла радость самопознания и служения Истине. Только он может потом заниматься делами, в том числе приобретением, управлением и распределением денег и имущества, не боясь воспроизводства побуждений (самскар) корысти.

И тогда «при утверждении в нестяжании (к нему) приходят все сокровища» (Йога сутра, 2.37). Считается, что посредством интуиции такой человек способен видеть драгоценные металлы и камни под землей, он может претворить ком глины в золото, на его пути оказываются потерянные деньги и драгоценности, к нему приходят богатые люди с великими дарами и т. д. В наших условиях проще: настает время, когда ему не приходится заботиться о пропитании.

Это изречение Патанджали Вивекананда снабдил примечанием: «Чем больше вы убегаете от природы, тем больше она следует за вами, и если вы

совсем не заботитесь о ней, она становится вашим рабом». Но всё это уже йогину не нужно. И даже от последнего владения — тела — он готов отказаться ради Познания и служения Истине.

ЦЕЛОМУДРИЕ

ЦЕЛЬНОСТЬ МУДРОСТИ

Требования невреждения, правдивости, нестяжания и бескорыстия многим кажутся ограничением личной свободы (хотя больше свободы в умении управлять собой, нежели быть игрушкой своих желаний и обстоятельств), и возникает вопрос, какая же сила поддерживает человека в этом самообуздании? Возможно, некоторые убеждённо, хоть и весьма расплывчато, ответят: стремление к Истине! Сходный по внутреннему смыслу термин, последний в ряду йам в Йога сутре — *brahmacharya* (*brahma+carya*) — условно можно перевести как «благоустремлённость», «благое поведение», «благочестивая жизнь».

Слово достаточно древнее: дважды в значении «жизнь ученика» оно употребляется в Ригведе (10.109.5) и Атхарваведе (11.5), трижды в Бхагавадгите (6.14; 8.11; 17.14).

Слово *брахмачарья* обычно переводят как «воздержание» или безбрачие, и хотя эти переводы слишком сужают и упрощают содержание этого понятия, понимание брахмачарьи именно как полового воздержания господствует среди не-индийцев, упражняющихся в йоге. К тому же брахмачарью пытаются истолковывать с психоаналитической «кушетки» — как один из элементов сексуальной сублимации.

Только после завершения ученичества (а оно могло занимать «четверть жизни») индус мог жениться. В период ученичества же обязательным было воздержание. И именно оно стало как бы знаком, показателем брахмачарьи.

Согласно традиции, существует четыре вида брахмачаринов, из которых три первых — с последующей женитьбой:

1. *Савитри*, когда после посвящения и вручения ученику священного шнура он должен воздерживаться три дня
2. *Праджапатья* — год после посвящения
3. *Брахма* — от посвящения до завершения обучения Ведам

4. *Найитхика* — совершенное целомудрие

Как видим, индуизм предоставляет определённую свободу выбора степени обуздания полового чувства, которое, в отличие от христианства, считается в нём не греховным, а священным. Да и строгость воздержания становится относительной для первых двух видов брахмачаринов, если вспомнить, что брахман получал посвящение (*упанайана*) в восемь лет, кшатрии и вайши — чуть позже. Но в тех же грихьясутрах есть требование к ученику после посвящения в течение минимум трёх дней не есть солёного, не употреблять мяса и вина, не спать после восхода солнца, а ночью спать на земле и т. д. Все эти требования говорят о том, что брахмачарья — не только половое воздержание.

Тем более что в Махабхарате брахмачарья понимается так:

Целомудренным бывает дваждырожденный,
к жене входящий в урочное время.

Мокшадхарма, 221.11

Кто в (установленный) час совершает (жертву) *хома*,
к жене в должное время входит
И не касается жены другого, мудрый,
тот — брахмачарья.

Там же, 193.11

Индийские классические тексты часто повторяют мысль, что мужчина тяжко согрешит, не ответив взаимностью влюблённой в него женщине. Например, в «Науке выгоды» (Артхашастре) Каутилья напоминает народное изречение, что женщина, по собственной воле предложившая любовь, в случае отказа проклинает мужчину. В Махабхарате Арджуна был наказан проклятием за то, что отверг любовь апсары Урваши. Есть даже сказание о том, что самого Бога-творца (Брахму) постигло проклятие за отказ разделить страсть с божественной апсарой. Поэтому его почти не почитают в Индии. Обычен также сюжет, когда незамужняя девушка или по тем или иным причинам неоплодотворённая женщина приходит к мудрецу или царю с просьбой даровать ей потомство, дабы исполнить свой женский долг.

Махабхарата даже утверждает, что мужчина не загрязняется соитием и с чужой женой, если она просит такого удовольствия (*Шантипарва, 34.27*).

Дхармовая неверность такого действия заключалась не в том, что греховно совокупление, а в том, что супружеская неверность нарушает правило правдивости.

А в Кама сутре говорится: «Любовь к женщинам, принадлежащим к более низкой варне, но не изгнанным из неё, к гетерам и вдовам, вновь вышедшим замуж, ни рекомендована, ни запрещена, ибо служит лишь для удовольствия».

И даже положение для соития называется в индийских текстах асаной, как и сидение и особая поза для созерцания.

Множество людей, желающих стать лучше, из-за чрезмерной одержимости, догматизма и неверного руководства или психологического давления ханжей сознательно или бессознательно мучаются идеей приличествующего совершенствующемуся целомудрия. Однако старание быть целомудренным в недолжное время может принести больше психологического и физиологического вреда, чем добра, если это старание враждует с естественными склонностями и требованиями природы.

С другой стороны, в нынешнее время рядовой человек находится под гипнозом массовой культуры, эксплуатирующей половые чувства, возвеличивающей секс как высшую ценность, а секс-бомб и «гигантов секса» — как образцы счастья. Обнажённые тела и вызываемые ими чувства используются для привлечения внимания и продажи товаров. То есть любовь заменяется сексом, а секс становится продажным. В Америке идут процессы о «сексуальном домогательстве», используемые для очернения конкурентов или политических противников, — секс становится политическим. Также под давлением зависимой от психоанализа медицины, часто рассматривающей воздержание как некие «комплексы», вредные для здоровья, множество людей, которым легко было бы воздерживаться, выглядят белыми воронами, вызывают подозрения в половом бессилии (или даже в половом извращении) и часто страдают чувством неполноценности.

Во всяких околосточных и якобы йоговских течениях есть и противоположная струя. Так как в индийском многообразии очень большую роль играют эротические представления и обряды, кажущиеся со стороны граничащими со вседозволенностью, множество людей потянулись за такими «тайнами» Индии. Много непонимания и уйма безрассудных суждений относительно тантры. Выудив из популярных книжек несколько сведений о сексуально выраженных идеях и некоторых сексуальных приёмах, множество людей путают оргию и йогу, ошибочно полагая, что тантра позволяет делать всё, что вы желаете, мол, «лишь бы это делалось с правильным отношением». И вы, мол, будете продвигаться к духовному пробуждению и совершенству. При этом собранность сознания, которое

достигается в таких, сразу скажем, малораспространённых внутри индийского наследия приёмах, заменяют половой распущенностью.

Говоря об ахимсе, мы приводили распределение Вьясой видов насилия и невреждения. Нечто подобное проделаем и относительно воздержания. Но на этот раз сошлемся не на философа, а на сатирика — Марка Твена.

«„Не прелюбодействуй» — эта заповедь не делает никаких различий между лицами, список которых приводится ниже. Её обязаны соблюдать строгойшим образом соблюдать:

Новорождённые.
Младенцы.
Дети школьного возраста.
Юноши и девушки.
Молодые люди.
Люди постарше.
Мужчины и женщины сорока лет.
Пятидесяти.
Шестидесяти.
Семидесяти.
Восьмидесяти.
Девяноста.
Ста и больше.

Время этой заповеди распределяется далеко не справедливо, да иначе и быть не может.

Её нетрудно соблюдать трём первым — детским — категориям.

Но трудно — ещё и ещё труднее — следующим трём, мучительно трудно.

Для следующих трёх соблюдение её благотельно облегчается всё больше и больше.

Теперь она уже причинила всё зло, на которое была способна, и её вообще следовало бы отбросить. Но не тут-то было: с идиотским упрямством она налагает свой немилосердный запрет и на оставшиеся четыре категории. Эти дряхлые развалины при всём желании не могли бы её нарушить. И заметьте, их хвалят за то, что они праведно воздерживаются прелюбодеянием! И совершенно напрасно — ведь сама Библия свидетельствует, что стоило бы самому дряхлому из описанных ею старцев на часок обрести былые силы, как он послал бы эту заповедь куда-нибудь подальше и погубил бы первую встречную женщину, даже если бы не был ей представлен».

И нередко бывает, что декларирующий и даже долго соблюдавший целомудрие религиозный лидер после того, как его чувство самооценки выросло из-за поклонения последователей, пересматривает свои взгляды на секс и даёт полную волю себе если не в сексе, то в его пропаганде.¹

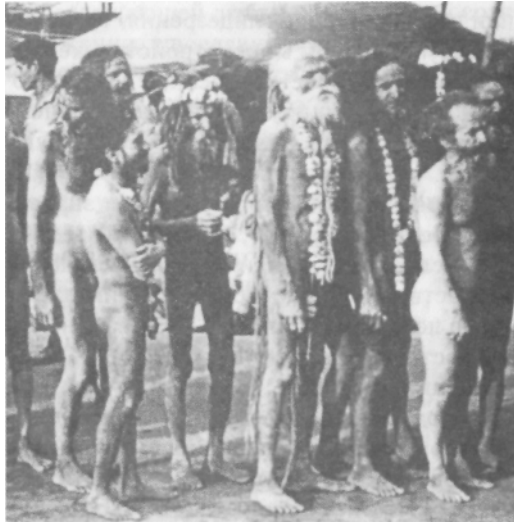
Борцы за воздержание часто пользуются в борьбе с похотью правилами, сложившимися в христианские времена, когда официальная мораль была безоговорочно антисексуальной. Вождение и похоть считались греховными и особо подробно не обсуждались. Грех он и есть грех. И, в общем-то, боролись только с животным влечением.

Но по своим намерениям и плодам соитие может быть средством:

1. Снятия возбуждения, разрядки
2. Чувственного наслаждения или услаждения чувств
3. Деторождения
4. Общения
5. Сексуального и иного самоутверждения
6. Восполнения бедности эмоциональной жизни и средством заглушения или, напротив, выплескивания агрессивных порывов
7. Достижения с помощью секса несексуальных целей (например, денег, положения, должности и т. д.)
8. Поддержания обряда или привычки
9. Познания нрава партнёра

То есть сексуальное поведение не сводится к сумме психофизических автоматизмов и навыков; оно неразрывно связано с воображением и целеполаганием. Дон Жуану достаточно было увидеть пятку, чтобы воображение дорисовало ему остальное; во времена буржуазно-лицемерной викторианской эпохи возбуждала нога до колена; в 60-е годы, по выражению Б. Рассела, мужчина стал равнодушным ко всему, что ниже бедра.

¹ Показательны примеры Раджниша и того же Ван-Лизебета.



Во время «императорского купания» одежда садху состоит только из гирлянд цветов

Ханжество и лицемерие в этих вопросах доходило почти до сумасшествия в пуританской буржуазной морали. Слово «ноги» или просьба передать куриную ножку за обеденным столом воспринимались как неприличный намек, женщина показывала врачу, где у неё что болит, на кукле, а в библиотеках книги авторов-женщин ставились отдельно от книг мужчин. И, конечно, считали, что порядочная женщина вообще не должна иметь никаких сексуальных желаний. Такие представления вели к распространению женской фригидности, мужской импотенции и проституции.

В Индии к наготы относились без ханжества. Всегда было довольно большое число «одетых в стороны света» нагих аскетов: джайнские дигимбары, индуистские авадхуты, удасины. В жаркой Индии возбуждали не столько обнажённая грудь и живот, сколько одежда и украшения. Вряд ли там приходят какие-нибудь эротические мысли во время ежедневного обрядового омовения или даршана (обряда лицезрения) нагого аскета.

В русском исконном мироустройстве женщина не могла показываться простоволосой, а в банях до середины XVIII века мужчины и женщины мылись вместе, но открытого проявления эротических чувств не допускалось.

В своё время В.В. Розанов толковал значение заповеди «не прелюбодействуй», считая, что предлог «пре» придаёт смысл «кроме», «опричь», «за исключением» — как «не действуй опричь любви».

«Заниматься любовью» — это не любить. Соития — важная, но не единственная составляющая любви.

Отношения мужчины и женщины несводимы к сексу. Не под силу человеку 24 часа в сутки заниматься сексом, каким бы суперменом он ни был или какой бы секс-бомбой она ни была. Даже профессиональным проституткам сие невмозготу. Помимо этого существует общение на разных уровнях — бытовом, чувственном, духовном... Если общность интересов сводится только к совокуплениям, такое общение не греховно, но убого. Не даром поэтому в Кама сутре Ватсьяяны частью науки наслаждения называются 64 искусства, среди которых сочинение музыки, стихов, составление венков и многое-многое другое.

Чем выше развитие человека — тем выше избирательность в выборе пары. Вот почему среди более образованных выше доля холостяков и незамужних, а также разводов. Некоторые остаются одинокими и, вместо того чтобы принять это как должное, печалются о том, что жизнь не удалась. На самом деле были даны возможности, которые можно использовать не для самоуничужения, а для развития.

Опять же не забудем о делении — на мирское и для отречения. «Мирская жизнь покоится на браке» (Артхашастра, 3.59), а отречение — на *целомудрии*, мудрости цельности.

Если человек со слабой волей воздерживается не из-за всепоглощающей любви к Истине, не осознанно, а от подражания, тщеславия и прочего, всегда может получиться так, о чём язвительно говорит одно стихотворение джайнского канона «Сутракританги», предостерегающее отпавшего аскета:

Давший обет монах не должен влюбляться,
И даже ища удовольствий, сдерживать должен себя;
Ибо есть такие радости,
До коих иные монахи падки.
Если свои обеты монах нарушает
И влюбляется в женщину,
Она бранит его, на него ногу поднимает
И в голову его пинает.
«Монах, если ты не будешь жить со мною,
Как муж с женою,
Я свои волосы вырву и стану монахиней,
Но без меня ты жить не будешь!»
Но когда она забрала его в свои руки —

Всё только работа и поручения!
«Принеси нож — разрезать тыкву!»
«Достань мне свежих плодов!»
«Нам нужны дрова — сварить овощи
И для очага на вечер!»
«Теперь покрась мне ноги!»
«Иди и натри мне спину!»
«Поддай мне мою помаду!»
«Найди мой зонтик и туфли!»
«Мне нужен нож — обрезать эту верёвку!»
«Возьми моё платье и покрась его в синий цвет!»
«Принеси мои щипцы и гребень!»
«Поддай мне ленту — завязать волосы!»
«Теперь поддай мне зеркало!»
«Положи мою щёточку рядом со мной!»
«Принеси горшок, барабан и мячик,
Чтобы ребёнок наш мог поиграть!»
«Монах, близится сезон дождей,
Почини крышу дома и позаботься о запасах!»
«Принеси мне скамью с двойным сиденьем
И мои сандалии для прогулки!»
Так беременные женщины помывают своими мужьями,
Словно они домашние рабы.
Когда родится дитя, за труды их награда,
Она отца заставляет нянчить младенца,
И иногда отцы своих сыновей
Спотыкаются под ношей,
Они встают по ночам, словно няньки,
Чтобы плачущее дитя убаюкать,
И, хотя стыдись этого,
Стирают грязную одежду совсем как прачки...
Поэтому, о монахи, не поддавайтесь женским козням,
Избегайте их дружбы и общения с ними.
Та малая радость, которую вы от них получаете,
Приведёт вас только к невзгодам!»¹

Ещё одна черта обоснованности целомудрия для йогов, связанная также с обетом правдивости: любовная игра всегда связана с некоторым, скажем так, лукавством и притворством: мужчина обещает (искренне или

¹ Из: Бэшем А. Чудо, которым была Индия — М., 1977 — С. 487-488, с незначительными стилистическими изменениями

неискренне) многое, чего он потом не выполнит, а женщина часто говорит «нет», даже если думает «да».

Вивекананда, следуя Курма пуране, формулирует брахмачарью как целомудрие в мысли, слове и деле, всегда и при всех условиях. Именно это является главным в брахмачарье — не сколько отсутствие совокуплений, сколько отсутствие «страсти» и телесных «соблазнов»; не столько борьба с половыми желаниями, сколько подчинение их высшей цели; не подавление половых инстинктов, а перенаправление их на служение высочайшей мысли, а если уж пользоваться психоаналитической терминологией — сублимация, переключение их на высшую деятельность. (Однако отметим и разницу: для фрейдовского психоанализа человеческое сознание определяется тёмной биологией — сексуальные влечения, комплексы и т. д., — тогда как индоарийское мировоззрение источником мира, человеческого сознания и в том числе половых чувств считает Высшую Сущность и целью человека объявляет достижение восприятия Бога, Брахмана, и слияние с Ним.)

«При помощи брахмачарьи и усердия царь охраняет царство; учитель при помощи брахмачарьи снискивает ученика-брахмачарина. При помощи брахмачарьи и усердия боги отвратили смерть; при помощи брахмачарьи Индра одарил их раем» (Атхарваведа, 11.5).

Прашна упанишада рассматривает брахмачарью вместе с тапасом и верой (*шраддха*) как условие для познания истины (1.2) и в паре с тапасом — как главные качества овладевших миром Брахмана (1.15).

Свами Кришнананда из Адвайта ашрама объясняет брахмачарью примерно так: вести себя так, как ведёт себя Бог, как Высшее Существо относится к вселенной и всем существам в ней. И хотя нам очень трудно понять, как ведёт себя Бог, нужно стремиться к этому.

Для Всевышнего нет внешнего по отношению к Самому Себе, и, следовательно, он не может отвлечься на что-то внешнее. У Него нет сознания привязанности к иному, чем Он, хотя он связан со всеми вещами во Вселенной. То, Самое Главное, Всесущее

...Свойства всех чувств проявляя, лишено всякого чувства,
несвязанно, всё Оно держит, без свойств, но вкушает свойства.

Бхагавадгита, 13.15

Итак, как ведёт себя Бог, так ведёт себя йог.

Но всякое сознание, чувствующее себя отдельным от «другого» и

имеющее интересы в этом «другом», движется в направлении этого объекта или объектов. Когда движется сознание, движется также и прана. Наше умственное влечение в каком-либо направлении отвлекает нашу энергию, и она как бы «разряжается», рассеивается. В Йога сутре это явление, если оно связано с каким-то личным интересом, называется *клишита вритти* (заинтересованный или, буквально, мучительный вихрь сознания), а если наша мысль не окрашена эмоционально — *аклишита вритти*, не мучительный. Но ни та, ни другая разновидность вритти не желательны с точки зрения сформулированной задачи: «йога — мыслеврты заключенье».

И с этой точки зрения любое эгоистическое чувство — гнев, страх, похоть и т. д. — есть нарушение брахмачарьи, рассеивающее внимание и делающее невозможным сосредоточение. Брахмачарья — это перенаправление первоначальной созидательной энергии для духовного развития. Она учит владеть собственными чувствами и мыслями, помогает человеку сложиться как личность и решить, что его цель — Освобождение.

Итак, воздержание — лишь подспорье для обучения, и не любого обучения, а обучения священному знанию под руководством наставника. Лишь с большой натяжкой мы можем толковать наше светское образование и самостоятельное обучение йоге как часть такого Знания.

И когда мы говорим о брахмачарье, в зависимости от рассматриваемого вопроса и точки зрения на него возможно смысл санскритского понятия передавать разными русскими словами — даже то же половое воздержание, например, как «безбрачие» или «целомудрие».

Вслушаемся в слова нашего великого языка: они ясно свидетельствуют о разных степенях воздержания. *Воздержание* — это иметь возможность, но удерживаться от её использования, от ненужного или неверного. Применительно к предмету нашего разговора — удерживаться от *излишних* соитий, в браке или нет. Слово *безбрачие* говорит лишь об отсутствии брачных уз, но не об отсутствии, например, любовника или любовницы или совокуплений время от времени. Если мы применяем слово *целомудрие*, то это не только девственность, но «цельность мудрости» или «мудрая цельность»¹, и половое воздержание должно служить этой цели.

Целомудрие как общее воздержание от половых отношений в писаниях было распределено на восемь ступеней от меньшего к большему до совершенного исключения следующих действий:

1. Супружеские отношения (*kriya nivritti*)
2. Желание (*ādhavasaya*)

¹ Так же понимал это слово и П.А. Флоренский: «Целомудрие — это простота, то есть органическое единство или целостность личности»

3. Мышление о единственно любимом (*sankalpa*)
4. Беседа в укромном месте (*guhya bhāsana*)
5. Восхваление его (её) качеств другому (*kirtana*)
6. Игра (*keli*)
7. Касание (*sparsana*)
8. Глядение на него (неё) (*darśana*)

НЕКОТОРЫЕ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ БЛАГА ЦЕЛОМУДРИЯ

По идущему ещё от Вед представлению, которое приняли и аюрведа и йога, семя является средоточием жизненной силы в человеке. Соблюдение воздержания рассматривалось как средство её сохранения и накопления. Поднявшими семя (*urdхва ретас*) называли людей или богов, перенаправивших сексуальную энергию к высшему. Так что Фрейд со своей сублимацией не сказал ничего особо нового.

О связи половой области и творческих способностей догадывались и некоторые учёные. В начале века И. Мечников предполагал, что вдохновение и озарение вызывается поступлением в кровь гормона предстательной железы. Сейчас с этой точки зрения внимание вызывают шишковидная железа и тимус (вилочковая железа). И хотя влиянием на одну железу или какой-либо орган влияние сексуальности не ограничивается, относительно нашей темы эти две железы интересны тем, что они начинают вырождаться с началом полового созревания. Шишковидная железа ведаёт интуитивными способностями и играет огромную роль в управлении всей телесной целостностью. Она содержит в себе слизистые или гипофизные гормоны, ответственные за сексуальную зрелость, за задержку и помехи преждевременного полового созревания. С возраста восьми лет шишковидная железа начинает кальцироваться и хиреть, особенно сильно с возраста от 12 до 14 лет, когда начинается половое созревание. По этой причине в этом возрасте у многих теряются творческие способности, часто эмоциональная неуравновешенность, порывистость, непредсказуемость, тревожность, неспособность сосредоточиться и т. д. К пожилому возрасту шишковидная железа и тимус вырождаются и уже не способны поддерживать даже телесное здоровье. Целомудрие в сочетании с упражнением поддерживает в здоровом и сильном состоянии шишковидную и вилочковую железу, замедляет нежелательные их изменения и сохраняет

творческие способности человека до глубокой старости.

Воздержание улучшает память, усиливает решимость, укрепляет волю. Совершенно целомудренные люди обладают совершенной памятью. Их называют «брахмачарином, удерживающим (в памяти) Откровение» (*шраута дхара брахмачари*), и идеальным считают риши Нараду, вестника богов.

Растрата же производительных сил, особенно в юном возрасте, ведёт к ослаблению физическому и умственному, а также воли, памяти и творческих способностей.

Соблюдение воздержания во время обучения позволяло также избежать многих связанных с половыми эмоциями конфликтов, как внешних, так и внутренних.

Известно, что время полового созревания весьма тревожно и беспокойно для подростка. Сколько в этом «трудном возрасте» столкновений с собой и окружающими, грубости, дерзости, упрямства, молчаливой скрытности и неожиданных поступков! Ученик же становился сыном учителя, членом его семьи, и, конечно, помочь в устранении этих сложностей было долгом ответственного за него духовного отца.

Жизнь молодого, полного сил человека в доме учителя, рядом с его женой и дочерьми, также была чревата проблемами. Но приравнивание «освернения ложа гуру» к великим грехам наряду с убийством брахмана, воровством, пьянством почти исключало возможность такого вероломства и даже мысли о нём.

Главное, что делает нежелательным совмещение обучения и половой жизни, — это то, что при этом ум отвлекается от главной цели — Истины, рассеивается. Вьяса замечает, что йогин, став совершенным в целомудрии, «может передавать своё знание ученикам».

Поэтому в Оксфорде чуть ли не доныне сохранялось правило, идущее от средневековья, когда наука и богословие были слиты, что человек может быть преподавателем лишь до тех пор, пока не обанкротится, не совершит аморальный поступок или не женится. В общем-то правило сейчас не выполняется, и не осуждается иметь любовницу, но оно показательно.

Нынешняя западная медицина считает физиологичным для зрелого человека от четырёх-пяти до одного соития в неделю. Свами Шивананда считал, например, достаточным и полезным для домохозяина одно соитие в месяц, что, по-видимому, имеет отношение к представлению аюрведы, что именно за этот срок в теле человека пища превращается в семя.

При соблюдении воздержания мы должны избежать ловушек ханжества и тупо-прямолинейного понимания его как запрета на плотские удовольствия, а с другой стороны, самомнения, что никакие половые эмоции и действия не могут отвлечь нашу мысль от Высшего. Воздержание должно быть естественно и гармонично уравновешено в теле, речи и мысли.

Следует заметить, что особо нетерпимыми и непримиримыми проповедниками воздержания становятся люди, которые стали испытывать трудности и разочарования или в семейной жизни, или в своих половых возможностях, например из-за возраста. Часто они становятся сыщиками, выискивателями грехов у других, обличителями и бичевателями пороков «грешников». Это как раз указывает на то, что область половых отношений их слишком интересует. Это далеко не целомудрие.

Прежде чем стать целомудренным монахом, следует научиться быть беззаветно любящим и неколебимо верным супругом. Свами Вивекананда утверждал, что истинным брахмачарьей человека делают три воплощения в идеальном браке, основанном на свободе выбора и любви, «граничащей со смертью».

Отказываться от плотской любви стоит, только имея божественную.

В индийских писаниях рассказывается, как некогда старый подвижник проходил мимо места, где купались женщины, и они завизжали и прикрылись одеждами. А когда там же проходил молодой святой Шука, он не вызвал у них никакого смущения.

Имевший жену и формально бывший домохозяином (грихастха) Шри Рамакришна был целомудрен настолько, что не сознавал своего пола и даже жил в обществе женщин, не стеснявшихся его.

Но таких, как Шука или Рамакришна, — единицы, и большинство могут смотреть на них как на далёкий идеал. Для мирских людей умеренность — более великая добродетель и труднее соблюдается, чем даже полное воздержание.

Мохандас Карамчанд Ганди был женат с 13-летнего возраста, но брахмачарью принял в возрасте 37 лет и в своей автобиографии признавался, что её соблюдение требовало от него волевых усилий и позднее.

Воздержание не должно нарушать других правил «великого обета». Представим себе человека, из честолюбия много лет мучительно боровшегося с похотью, растратившего на эту борьбу все свои волевые и умственные силы и только к старости понявшего, что он ничего не добился (а ещё хуже — не понявшего это). Даже если он не бил искустельниц, не держал над огнём руку, как протопоп Аввакум, не рубил палец, чтобы

избежать соблазна, как толстовский отец Сергей, он нарушал принцип невреждения самоистязанием. Он нарушал принцип правдивости, ибо его слова и дела не соответствовали помыслам, астейю и апариграху — если среди обоснований своего безбрачия выдвигал материальную выгоду холостяцкой жизни... и т. д.

И если все силы человека уходят на подавление половых желаний и все мысли заняты этой борьбой — ценность такого воздержания невелика. Более того, «кому тягостно целомудрие, тому надо его отсоветовать, чтобы оно не сделалось путём в преисподнюю, то есть грязью и похотью души» (Ф. Ницше, «Так говорил Заратустра»). Для спокойствия его и окружающих лучше ему жениться. Свами Джйотирупананда привёл забавную индийскую поговорку: «Если вы раздумываете, жениться вам или не жениться, — женитесь, а если думаете, принимать саньясу или не принимать, — не принимайте».

На Западе под влиянием аскетического христианства чувственность и добродетельность противопоставляются. В индийском мироустройстве оба начала вполне законны и взаимно дополняют друг друга. В индуистских и тантрийских текстах правильно понимаемая и применяемая чувственность рассматривается как одно из средств духовного пробуждения и развития и как помощь в подготовке к Освобождению. Недаром самый знаменитый трактат о плотской любви — Кама сутру — написал брахман Ватсьяяна.

Сейчас на Кама сутру смотрят как на некое пособие по технике экзотического секса. На самом деле это изложение одной из сторон дхармы. Поэтому в ней не стоит искать ни «клубнички», ни ханжеского умалчивания или избегания тех или иных тем. Труд вполне прикладной. В нём изложены нормы и правила ухаживания, поцелуев и объятий, самого соития, умения извлекать из половых отношений вполне материальную выгоду и т. д. Даже поведение женщин лёгкого поведения кодифицировано — как привлекать богатого, отделяться от обедневшего и т. д.

Наряду с психологическими рассматриваются и физиологические подробности половой жизни, такие, как размеры половых органов, темперамент, умение извлекать и продлевать наслаждение. Равность, равновесие и в этой области оказывается идеалом. При соединении людей с соразмерными друг другу органами бывает три равных наслаждения, которые считаются лучшими, и шесть неравных. По темпераменту люди делились на вялых, средних и страстных; из девяти возможных сочетаний любовников лучшими для наслаждения также являются равные, а из равных — страстные. По умению продлевать наслаждение делили на быстрых, средних и медлительных, среди которых опять же равные — лучшие. Долгое соитие полнее утоляет желание. Здесь многое зависит от мужчины, но и женщина, сведущая в Кама сутре, знающая природу желания, может

многое сделать для получения «сходного удовольствия». Она должна знать и разнообразить объятия, поцелуи, положения для соития, уметь оставлять следы ногтей и укусов на теле любимого, свидетельствующих о её любви, особенно перед долгой разлукой. В любовной игре Ватсьяна признаёт некоторую долю насилия — шлепки, щипки, укусы, удары, служащие для наслаждения. Это разумно и по представлениям современных сексологов, ибо боль нередко высвобождает скопившуюся половую энергию.

То есть и в сексуальной сфере умение управлять собой было добродетелью. И также Ватсьяна утверждает, что любовь сметает все правила.

«КОГДА УДОВЛЕТВОРЕНА ЖЕНЩИНА — УДОВЛЕТВОРЕН ВЕСЬ МИР»

Почти все йоговские тексты и авторитеты рекомендуют садхаке воздержаться от соитий, а Вачаспати Мишра утверждает, что даже желание видеть и говорить с женщиной и обнимать её — не целомудрие. Свами Шивананда советует занимающемуся йогой даже не разговаривать с женщинами. (Как говаривал Козьма Прутков: «Не шути с женщинами, эти шутки глупы и неприличны».)

Но давайте, наконец, вспомним о слабой половине человечества! Да, «душа не имеет пола», но ум и физиология мужчины и женщины весьма различны. У женщин половые функции гораздо сильнее зависят от уровня гормонов в крови, то есть, можно сказать, более связаны с природой, тогда как у мужчин больший вес имеют психические половые побуждения и их замены в виде власти, славы и т. п. И надо признать, что доныне все религии, учения, теории создавали мужчины, имея в виду мужскую психологию и физиологию, а женщины принимали их, хоть и не всегда понимали.

Когда утверждают, что «для мужчины нет ничего невозможного в том, чтобы поддерживать безбрачие» (Шивананда), тем самым как бы подразумевают, что женщине это труднее в силу физиологических, психологических, исторических и прочих причин. Когда-то в женщине ценились женственность, красота, верность, доброта, теперь — сексуальность. Поэтому воздержимся от советов, каким должно быть воздержание для женщин. Пусть они решат это сами.

В индийских Писаниях есть женские персонажи, достигшие мудрости или могущества. В эпосе царевна Амба, разгневанная отказом Бхишмы

жениться на ней, суровейшим тапасом добивается того, что в следующем рождении становится великим воином Шикхандином; брахманка Шандили силой своего долгого подвижничества лишает самого Гаруду перьев за презрительную мысль о ней. В упанишадах рассказано, как среди блестящего собрания брахманов женщина Гарги Вачакнави задаёт мудрецу Яджнявалкье столь каверзные вопросы, что тот вынужден — кажется, шутливо — пригрозить ей за излишнее женское любопытство: «Гарги, не спрашивай слишком много, чтобы у тебя не отвалилась голова. Ты слишком много спрашиваешь о божественном, о котором, поистине, нельзя спрашивать слишком много. Гарги, не спрашивай слишком много» (Брихадараньяка упанишада, 3.6.1).

Но традиционный индуизм всё же не приветствовал женскую аскезу.¹ Высшим долгом и счастьем женщины считалось служение мужу (*патисева*), как божественному владыке, материнство, забота о детях и доме и преданность его обету (*пативратья*). «Брачный обряд считается для женщин равным ведийскому ритуалу, служение мужу — жизни у гуру, домашнее хозяйство — поддержанию священного огня» (Законы Ману, 2.67).

И не только в индийской мифологии, но и в истории мы находим примеры поистине героического поведения женщин, безропотно деливших с мужем все испытания, всходивших на его погребальный костер.

В Индии развод почти не применялся, хотя не был запрещён в особых случаях. У раз овдовевшей женщины не было нравственного права выйти замуж вторично. Древний обычай требовал от неё вести строгую отшельническую жизнь, избегая общества вообще и мужского в частности и даже произношения имени другого мужчины. Это было чем-то вроде траура, но на всю жизнь. Впрочем, почему было? Хоть ныне юридический закон на стороне вдов, а обычай смягчился, и сегодня многие индийские вдовы снимают все украшения, бреют головы, носят только простые белые сари без драгоценностей или орнамента, поднимаются в четыре часа утра для пуджи или садханы, едят лишь раз в день, спят на тонкой подстилке на голом полу, избегают необязательного разговора в любом обществе и тратят свои дни на служение семейству и обществу, а также на молитвы и паломничество по святым местам.² Помимо этого, и общество толкает их к

¹ В современной Индии лишь десятая часть аскетов женщины, и из них подавляющее большинство — вдовы

² Подобные обычаи сохранялись в исконном славянском мироустройстве Жена должна была быть беззаветно предана мужу, смерть которого была в какой-то мере и ее смертью. Еще в XIX веке Даль отмечал, что на русском Севере вдова «никогда замуж не пойдет и навек от нарядов отказывается», а «в отсутствие мужа добрые жены сьмают с себя серьги, перстни и щегольскую одежду»

отшельничеству, подвергая своего рода изгнанию, ибо считается, что общение с такой несчастливой (и, значит, имеющей дурную карму) женщиной приносит несчастье. Такое «ограничение прав человека» вызывало негодование западных и прозападных гуманистов, не замечавших и положительные стороны таких обычаев — для крепости брака, нравственной чистоты общества, а также как опыта самообуздания.

Это также поучительный пример для тех, кто решился поддерживать безбрачие — по обстоятельствам ли или по сознательному выбору.

Какое влияние оказывают на идеал целомудрия мировоззренческие и природные условия? Одинаковы ли его проявления в щедро рождающей и кишасей жизнью Индии, где всегда было много народа (а сейчас население достигло уже миллиарда) и число мужчин превышает число женщин, и на наших огромных и обезлюдевших от внешних и внутренних врагов и пьянства просторах? (Поэтому, помимо всего прочего, воздержание там важно для равновесия между полами и сдерживания роста населения.) В России же, где, в целом, смертность превышает рождаемость, мужчины живут в среднем на 10—12 лет меньше женщин и по многим возрастам (кроме последних 20 лет) их гораздо меньше, чем женщин.

По некоторым подсчётам, на территории бывшего Союза было 40 млн. пьяниц и алкоголиков. Сейчас в России их насчитывают 25 млн., но лишь поскольку Россия меньше по площади и по численности населения, чем Советский Союз. Многие просто вымерли.¹ Процентное соотношение трезвых и пьяных, думаю, остаётся примерно прежним, ибо механизм алкогольного народоистребления продолжает действовать в полную силу. И если бы наши мужики вместо поклонения Бахусу столь же самозабвенно предали бы культу Венеры, это было бы для них и для общества великим оздоровляющим шагом. Скольким женщинам они могли бы скрасить одиночество и дать счастье материнства! Да и на всяких духовных мероприятиях не было бы столь удручающего преобладания женщин.

Среди занимающихся йогой женщины чаще идут в неё от неудовлетворённого полового чувства, находя, в частности, в её требовании воздержания некое оправдание своему одиночеству. Действительно, одиноким женщинам лучше больше заниматься. Но при этом надо избегать обмана и самообмана, утверждая, что цель занятий — «исключительно духовная», тогда как больше всего волнует «плоть».

Надеемся, у читательниц данных строк внутренний мир не описывается семью женскими поговорками (не откажем себе в удовольствии привести

¹ Академик Ф. Углов считал, что со времени отмены сухого закона в 1925 г. до наших дней народы СССР потеряли от пьянства 50 млн. чел.

некоторые):

Где мужчина к нам ползёт, мигом скука уползёт!

Седина, ах! и наука — добродетели порука!

Как бы умной мне прослыть? Молча чёрное носить.

На душе легко и тихо. Слава богу — и портнихе!

(Ф. Ницше, «По ту сторону добра и зла»).

Женщина может выбрать воздержание, чтобы обратить всё своё время и энергию на достижение какой-либо творческой цели. Или выбрать временные ограничения для того, чтобы упростить свою эмоциональную жизнь; лучше понять свой эмоциональный строй и потребности развития; использовать способности и возможности, которыми прежде пренебрегала ради сохранения сложившихся отношений; чтобы разработать их ресурсы для разделения любви и жизни с меньшей привязанностью, большим познанием и свободой.

Если у женщины нет мужа или любовника, то, по крайней мере, нет и многих сопутствующих забот и обязанностей и есть больше времени, чтобы посвятить себя самообразованию и самосовершенствованию. Правильные упражнения йоги могут избавить одинокую женщину от каких-то расстройств, напряжений, неврозов, дают успокоение и внутреннее равновесие, позволяющее ей быть выше мелкой раздражительности и ощущения себя неудачницей. Телесное здоровье, психологическая устойчивость, доброжелательность, мягкость начинают притягивать людей, и этим в конце концов можно «заслужить» даже любимого и супруга.

Ну а если не сложилось, то отношение к жизни как к упражнению и совершенствованию даёт понимание того, что работа — не просто средство заработать на жизнь и даже не увлечение. Это преображает труд женщины в средство раскрытия новых возможностей — образования, должностного роста, а может быть, и достижения более высокого сознания. Возможно, с усилением непривязанности она поднимется от желания быть любимой кем-то к величайшей радости любить всех возвышенной любовью.

СРЕДСТВА ВОЗДЕРЖАНИЯ

Из двух видов соблюдения целомудрия: на определённый срок (*naisthika*)

и на всю жизнь (*akhandā*) — первое может быть назначено или самим человеком, или (что лучше) наставником на один месяц, шесть месяцев, один год или несколько лет. Такое воздержание обычно предпринимается для двух целей — чтобы сохранить энергию и тем самым облегчить определённые упражнения или для понимания половой силы как выражения первоначальной энергии и перенаправления её в более тонкие виды. Во время такого воздержания становится возможным более тонко чувствовать и наблюдать проявления этой энергии — в телесном желании и управлении им, в эмоциональных всплесках и устойчивости, в остроте восприятия и творческой силы, а также в общественных взаимоотношениях.

Соблюдающий целомудрие для духовного познания должен воздерживаться также от самоэротизма и даже несознательных половых мечтаний. И тот, кто бегаёт похотливым взглядом и мыслью от одной женщины к другой, хоть и не касается их, позволяет себе матерщину, с увлечением читает или смотрит «порнуху», рассказывает скабрёзные анекдоты, — не воздержан. Не целомудрен и тот, кто по разным психологическим причинам (например, детство в неблагополучной семье, инфантилизм, психозы, половая слабость и т. п.) боится половых связей, хотя и хотел бы.



Подвижники, обуздывающие сексуальное влечение

Одним из признаков отсутствия целомудрия является непроизвольное семяизвержение (например, во сне). Отсюда в Индии противоположные

способы обуздания половых чувств и органов: от граничащих с самоистязанием — ношения разного рода «вериг», чтобы мышцы члена уже не вызывали эрекции, до обратных — полного управления ими посредством различных асан, бандх и мудр (например, посредством мула бандха и ваджроли мудра).

Индийская преемственность выработала определённые правила и советы для соблюдения целомудрия. Вот перечень советов Бихарской школы йоги:

1. Упорядочьте ваш день и придерживайтесь распорядка своих ежедневных занятий.
2. Следите за питанием. Диета с высоким содержанием белков стимулирует половые гормоны.
3. Избавляйтесь от сексуальных фантазий и желаний.
4. Устранитесь от сексуальных действий и любовных предложений.
5. Избегайте сексуально окрашенных прикосновений, разговоров, шуток, манер, романов, фильмов, музыки и т. п. Избегайте «заигрываний» своих с кем-либо и других с вами. Будьте естественны и тотчас забудьте об этом.
6. Создайте какие-то дисциплины себе и тщательно следуйте им.
7. Смените мягкую кровать на жёсткую.
8. Избегайте запора.
9. Практикуйте асаны, пранайаму, мудры и бандхи, чтобы перенаправить и перераспределить рассеивающуюся энергию.

Среди приёмов, способствующих брахмачарье, особенно важны мула бандха, ашвини мудра, ваджроли мудра (сахаджоли — для женщин), шактичалана мудра. Асаны: падмасана, бхадрасана (баддха конасана), ширшасана, сарвангасана, гомукхасана и др.

Самое важное — что воздержанный достигает понимания, сколько скрытых побуждений он имеет в этой области. Он обнаруживает, что значительная часть первоначальной энергии уже была отвлечена этими желаниями от творческих поисков.

Повторим уже не раз на разные лады повторяющуюся мысль: если слово *брахмачарья* понимать как «воздержание», надо воздержаться от его понимания как категорического запрета на любое проявление половых чувств. Это не просто воздержание, а удержание тела, речи и мысли устремлёнными к Благу, к Истине. Такое целеустремлённое сознание

приобретает огромную мощь (*brahmacarya pratistāyām virya-lābhah*) (Йога сутра, 2.38), которую может использовать как для дел мира, так и для достижения Запредельного. Как горячо влюблённого не привлекает никто, кроме любимой, так для устремлённого к Благу не существует соперниц или соперников этому Благу. Для него воздержание не мучительно и даже не радостно, мол, «вот какой я волевой!», но — естественно. Это соитие с Истиной — самое большое его наслаждение. Вот это уже целомудрие.

ОБЯЗАННОСТИ (НИЙАМА)

Обсуждая некоторые возможные проявления йамы, нам пришлось довольно часто касаться общественных явлений, ибо действие правил йамы наиболее очевидно в обществе, они являются наиболее общими правилами упорядочения человеческой жизни. Правила йамы устраняют внешнюю и внутреннюю вражду, столкновения и конфликты, служат сохранению и созданию благоприятной окружающей среды — природной, мысленной. Они также являются подготовкой окружающей человека среды к созерцанию.

Следующая часть или член (*anga*) йоги — *нийама* — это дальнейшее развитие способностей садхаки управлять своим сознанием, которые закладывают фундамент «йоговской жизни» (И.К. Таймни). Если йама — обеты, в основном, выступающие как общечеловеческие заповеди, то нийама — воспитывающие личные обязанности.

Нийама — это возвращение в себе некоторых навыков и привычек, соблюдение которых позволяет занимающемуся больше углубиться в себя и стать более независимым от происходящего во внешнем мире. Это дальнейшее изменение характера занимающегося посредством самодисциплины. Таким образом, нийама носит более личный характер, чем йама, и для окружающих менее очевидна. Если упражняющийся удалится в лес или укроется в горной пещере, он избежит многих ситуаций, которые могут соблазнить его на нарушение требований йамы, но требования нийамы он должен выполнять и в полном одиночестве.

Строго говоря, выполнение правил нийамы не относится к нравственным основам йоги, это, скорее, создание, или выявление, или укрепление необходимых для дальнейшего продвижения в йоге качеств характера — последовательности, терпения, упорства, образованности, целеустремлённости и др. Может даже показаться, что обязательства (нийама) несколько противоречат обязанностям (йама): если совершенное исполнение последних ведёт к совершенному самоотречению, то

выполняемые обязательства нийамы как бы возвращают упражняющегося к эгоизму. В этом подозрении есть некая доля истины, однако, здесь не противоречие, а отношение динамического равновесия. Ибо, поставив самоцелью исполнение требований йамы, человек может отдать жизнь за какое-нибудь насекомое, не выполнив более высоких задач познания Истины.

Памятование высшей цели не позволит нам остановиться на каких-либо первоначальных шагах практики, «заикнуться» на выполнении не решаемой в данный момент задачи, вместо того чтобы двигаться вперёд. И если мы не способны сейчас выполнить то или иное требование йамы, у нас есть возможность практикой нийамы приобрести силы и терпение для её решения и стойкость, чтобы не отчаиваться от неудач и срывов.

ОЧИЩЕНИЕ: СРЕДСТВА И ПЛОДЫ

Первое правило нийамы — *шауча* (от глагольного корня *шуч* — «быть чистым», «очищать») — это очищение, чистота.

Очищение — неотъемлемая часть всех развитых, а также многих архаических и сектантских верований. Пророк Мухаммад утверждал, что очищение есть одно из условий истинной веры, и предписывал правоверным помимо поста, молитвы и омовения промывать нос водой, ибо «во время сна в носу поселяются духи», и чистить зубы.



Омовение как священнодействие. Паломник в водах Ганги у Варанаси

Огромнейшее значение внешней и религиозной чистоте придаётся в индуизме; это даже выродилось в представление, что взгляд или тень неприкасаемого оскверняет дваждырожденного. Так, в процессе службы (*пуджа*) Богу бхактическое поклонение образу божества включало очищение тела, места поклонения, самого образа (*мурти*), ритуальных предметов, ума и приносимой жертвы.

Обычно чистоту или нечистоту понимают как свойства тел или предметов и мест. Грязь чаще замечают на улицах, в доме, на одежде и теле... Но, говоря «грязное дело», «грязная ложь», «грязные мысли» и т. п., мы имеем дело с устоявшимся в языке понятием, что существует нечистота и в речи, и в уме. Недаром древнерусское слово «грех» этимологически родственно понятию «грязь».

Согласно большинству толкователей Йога сутры, *шауча* означает очищение тела и ума. Поэтому очищение подразделяется на внешнее и внутреннее. При этом считается, что главное — чистота ума. В смрити и толкованиях на них говорится, что грешные действия, выполняемые сознательно, требуют вдвое больше очистительных обрядов, чем несознательные.

Внешнее очищение — это очищение тела и окружающего его пространства различными приёмами и веществами: поддержание тела в чистоте с помощью омовений, стирки одежды, уборки места обитания, принятия чистой пищи и т. д. «Неопрятный человек не может быть йогом»

(Вивекананда). Очищение внутренностей особыми приёмами хатха йоги — нети, басты, дхаути, шанкха пракшалана и другими¹ — включается во внешнее, или наружное, очищение.

Тот, кто серьёзно решил посвятить себя йоге, должен отказаться от спиртного, курения, сквернословия, разврата, общения с людьми, закореневшими в этом, и прочих загрязнителей, идя к чистоте телесной, словесной и умственной.

Ибо источник всех грехов — замутненное, затуманенное, осквернённое сознание. Корысть покрывает изначально чистое сознание коростой, ложь разъедает его, словно ржюю, вино замутняет виной. Поэтому в перечне великих скверн (*маха пана*) пьянство стоит наряду с убийством.

Есть такая притча. Однажды в келью подвижника проник злой дух в виде раненого ворона и, приняв свой истинный облик, под угрозой смерти предложил ему на выбор три греха: убийство, совокупление с женщиной или опьянение. Подвижник посчитал, что выпить — меньшее зло. Но, став пьяно-невменяемым, пошёл в деревню и там совершил прелюбодеяние, а потом и убийство, защищаясь от набросившегося на него мужа.

Чтобы достичь Освобождения, йогин должен сделать свой ум не подверженным влияниям извне или изнутри его самого и постоянно направленным к Освобождению. Для этого ум должен быть сначала очищен от свойственной ему нечистоты в виде порочных устремлений и склонностей.

Большинство из восьми ступеней Йога даршаны имеют первой целью очищение ума. Техники произнесения слога ОМ (*пранаваджана*), просветления сознания (*читтапрадана*), созерцательные процессы самьямы и даже асаны и пранайамы прямо или косвенно направлены на умственное очищение.

Чистота связана с довольством и подвижничеством (*тапасом*), о которых чуть ниже. Довольство ума понимается как одно из средств очищения его от разнообразных стремлений. Поддержание чистоты требует также определённого самообуздания (удерживаться от загрязнения, очищать тело и одежду, не есть что попало и т. п.).

«Только практика подвижничества способна устранить нечистоту, обусловленную загрязняющими препятствиями», с устранением которых «возникают телесные совершенства, а также совершенства органов чувств» (Вьяса, на Йога сутру, 2.43).

¹ См. Борислав. Вечная йога для современного человека. Очистительные приемы. — М., 1997

К очищающим ум действиям (*парикарма*) добавляются также возвращение в себе положительных мыслей и чувств — вытеснение пришедшей дурной мысли противоположной, — дружелюбие, сострадание, желание добра всем существам, уравновешенность и безразличие к порокам других. Это позволяет избежать недовольства другими.

От точки зрения во многом зависит и постановка, и достижение цели. В индоарийском наследии эта цель — Освобождение, которому и служит очищение. «Если есть *шуддхи* (Чистота), *мукти* (Освобождение) достижимо и невозможно до него» (Шри Ауробиндо).

Если человек понимает, что очищение — это лишь одно из средств самопознания и совершенствования, и правильно выполняет его, не впадая в одержимость, он получает и то, чего желает, а иногда и то, о чём не подозревает. Производящий очищение ради счастья в этом мире идёт к избавлению — от хворей и горестей, связанных с нездоровым телом, к свободе сознательного управления им и к более отвлеченной — ибо ум не отвлекается больше на телесные страдания — мысли.

Мысль уже меньше привязана к телу. Когда человек тщательно соблюдает чистоту тела, он начинает понимать, что оно нечисто — относительно чистого сознания. В йоге очищение должно было на первом этапе привести к видению пороков тела, его нечистоты даже в том случае, если оно постоянно обмывается водой, очищается посредством шаткарм и т. д.

«От чистоты (достигается) отвращение к собственному телу и нежелание соединения с другими (телами)» (Йога сутра, 2.40). Эту сутру Вьяса объясняет так: «Наблюдая истинную природу телесности и желая освободиться даже от собственного тела, ибо, видящий, что оно остаётся нечистым и после очищения землей, водой и прочими (средствами), — может ли йогин стремиться к соединению с другими телами, также в высшей степени нечистыми?»

Усердным очищением достигается сосредоточенность, обуздание чувств, возможность Самопознания (Йога сутра, 2.40-41). Человек понимает, что загрязнённое грехами сознание закрывает свою собственную сущность.

Абхйантара, внутреннее очищение, достигается развитием доброжелательности ко всем живым существам, наслаждающимся счастьем, состраданием к испытывающим страдание, радостью по отношению к добродетельным, беспристрастностью к обладающим пороками. Такой очищенный ум становится устремлённым к одной точке (*экаграта*) и достигает устойчивости (Йога бхашья, 1.33).

Очищение ума может происходить также в общении со знающим и

высоконравственным человеком, при чтении и слушании Писаний и другой возвышающей ум литературы, в красивых и почитаемых местах и храмах и, конечно, направленным на Высшее созерцанием.

Ибо равного знанию здесь очистителя не бывает;
его преуспевший в йоге в себе со временем открывает.

Бхагавадгита, 4.38

И, естественно, тогда у человека появляется нежелание общаться с людьми, нечистыми телесно и мысленно. Эти предупреждения — не для того, чтобы читатель, полный гадливости к собственному телу, за версту шарахаясь от других воплощённых и нечистых, бросился к Освобождению, но чтобы он ясно представлял, в границах каких целей он будет выполнять очищение и какое психологическое состояние может возникнуть при этом.

Когда человек начинает заниматься различными очистительными упражнениями, его подстерегает опасность впасть в боязнь оскверниться или в недовольство собой и миром: тело нечисто, среда загрязнена отходами, а мысль — желаниями, мир полон скверны и пороков, совершенная чистота недостижима... И его охватывают скорбь, уныние и угрюмость, у него пропадают аппетит, сон и жизнелюбие. Или, напротив, появляется излишне торопливое чувство — быстрее бы покинуть этот «грешный мир». Эти два проявления недовольства делают невозможным созерцание.

ДОВОЛЬСТВО

Довольство предохраняет даже от простуды.

Ф Ницше

Неудовлетворённость, которую на Западе часто превозносят как один из главных двигателей прогресса, на Востоке — черта, скорее, отрицательная. Среди трёх прекрасных дочерей Мары, пытавшихся отвлечь Будду, была наряду с Желанием и Наслаждением Неудовлетворённость.

Человеку недостаточно скромного благополучия — материального или психологического, — он не мирится с прозябанием, стремится к новому, не

хочет застаиваться, застывать на месте. Это, с одной стороны, прекрасно. Но плохо, когда человека начинает снедать непрекращающееся чувство недовольства и это восхваляется как главная его добродетель. Карл Маркс в юности писал стихи: «Не могу я жить в покое...» (что там дальше? что-нибудь об упоенье боя?). Кажется, с покоем в своей личной жизни он не слишком боролся, но учение его уж точно лишило покоя и жизни миллионы людей.

Тут он не нов. Вообще, господствующие ныне идеи отсутствия вечной души, теория прогресса, погоня за прибылью и безудержное потребление привели к смене жизненных предпочтений. Человека призывают не к спокойной безмятежной жизни, а к действию, нацеленному на успех, и тем лучший, чем он быстрее. Идеалом становится человек, «пробившийся в жизни», «пользующийся успехом», — удачливый бизнесмен и политик, кино-, поп- или спорт-звезда.

Люди живут неестественной жизнью в неестественном обществе и неестественных условиях. Человек подражает каким-то слепленным массовой информацией кумирам и примерам поведения, гонится за модой, стремится к престижной и высокооплачиваемой профессии, которая делает его несчастным или потому, что он не обладает необходимыми для неё качествами, или потому, что она ему не нравится. Ради выгоды, а не высшей цели, человек вынужден быть в постоянном напряжении, притворяться, унижаться, общаться с дурными людьми...

Наверное, каждый в своей жизни встречал человека, всем и всегда недовольного. Недовольного тем, что живёт в такой «дерьмовой стране», где такой ужасный народ, временем, когда он родился (вот если бы в античности или в XVIII веке!), властью, которая правит, транспортом, который плохо возит, погодой... да и вообще всем, на что обращает внимание. Тяжело жить не только ему, и другим тягостно с ним. Такое состояние — проявление тёмной сущности (тамас).

Полагают, что неудовлетворённость — одна из самых сильных пособниц авидьи, ибо она является причиной прошлых и будущих желаний и побуждений (самскар, васан), а также различных нежелательных комплексов, которые, разрастаясь, приводят к психическим заболеваниям. Как правило, вечно недовольный человек не способен на высокие творческие и общественные достижения. Современные люди постоянно гонятся за новым, большим и лучшим в виде денег, вещей, должностей, книг, известности и т. д., отвлекаясь тем самым от главного — самопознания. Они пребывают в состоянии вечного недовольства, а их мятущийся ум — в постоянном волнении.

А некоторых чувство неудовлетворённости побуждает «переделывать»

мир, и для мира это может быть очень плачевным, впрочем, как и для этого «созидателя».

Поэтому состояние довольства, удовлетворённости (*самтоша*) является одним из важнейших правил нийамы. Корень этого правила, опять же, надо искать в общеиндийских основаниях. В уже приведённой выше цитате из дхармашастр одним из источников дхармы считается самоудовлетворённость (*ātmattusti*).

Довольство предполагает удовлетворённость своим местом в жизни, своими занятиями — профессиональными и иными, средствами, которые даёт ваше дело, причём идеал — когда знающий «нежданно данным доволен, независтлив и не раздвоен» (*yad rccha lābha santusto dvandvāfito vimatsarah*) (Бхагавадгита, 4.22), то есть доволен тем, что приходит без особых усилий с его стороны (или, иначе, что даётся Богом), и не чувствует зависти к более удачливым, красивым, богатым, умным и т. д. Оно необходимо, чтобы противостоять натиску бытовых трудностей, не быть глубоко задетым и увлечённым ими. По современным наблюдениям, люди, удовлетворённые своим делом, даже болеют гораздо реже.

Довольство выступает в виде удовлетворённости своим вероисповеданием, учителем и тем упражнением, которое им дано. Оно оберегает от метаний от одной веры к другой, от одного к другому, «лучшему», учителю и от частых перемен упражнений на новые.

Довольство ничего общего не имеет с тупым самодовольством, самолюбованием, тщеславием, самомнением и неприятием других мнений, гордыней или требованием «плодов» за своё «подвижничество». Довольство — это умеренность и удовлетворённость своими природными качествами и своим путём к Истине, каким бы скромным он ни был.

«Своим делом довольный вскоре человек успех обретает» (Бхагавадгита, 18.45).

Поэтому *не берите на себя несвойственного или непосильного для вас дела*.

Шри Рамакришна рассказал как-то такую притчу. Однажды великий мудрец и вестник богов Нарада шёл в небесный мир Вайкунтху, дабы лицезреть Вишну. По пути ему встретился ухаживающий за плодовыми деревьями садовник. Узнав, куда идёт Нарада, он попросил узнать у Всевышнего, когда он достигнет Избавления. Нарада обещал. Потом на его пути оказался крестьянин, который обратился к нему с той же просьбой. На обратном пути Нараду уже ждал крестьянин, который нетерпеливо спросил: «Ну, что тебе сказал Бог»? Нарада передал, что ему предстоит освободиться через 50 лет. Крестьянин загоревал, заплакал: «Как! Я повторял имена Бога,

я молился, я размышлял, я день и ночь упражнялся в йоге! И мне ещё ждать 50 лет!» Нарادا пошёл дальше и, встретив садовника, передал ему, указывая на ближайшее раскидистое дерево: «Тебе предстоит ещё родиться столько раз, сколько листьев на этом дереве». Садовник был вне себя от радости. Он был счастлив. Он прыгал в восторге: «Итак, я достоин!» И его радостный восторг сжег все его грехи в одно мгновение, и он тотчас получил божественное видение, тогда как бедный земледелец, скорбевший о 50 годах, не сподобился этому.

Поэтому при упражнениях йоги нужно больше быть довольным тем, что получается, чем недовольным тем, что не выходит, не торопиться с увеличением количества и сложности асан или иных приёмов, стараясь прежде всего хорошо выполнять те, что получаются. Среди начальных приёмов созерцания есть наблюдение за своими мыслями, которые могут быть и не очень приятными для нашего самолюбия. Тем не менее, узнавая в себе и не очень хорошее, надо избегать желания уничтожить, подавить эти мысли, а быть как бы незаинтересованным их свидетелем.

У обычных людей довольство порождается достижением счастья. Когда же желания не удовлетворены и «нет в жизни счастья», человек недоволен. У йогина, напротив, «наивысшее счастье достигается довольством» (*samtosād anuttamah sukha lābhah*) (Йога сутра, 2.42) и отсутствием желаний.

Но если бы всё ограничивалось довольством, то на этом счастье и пришлось бы остановиться. Не было бы побуждения к деятельности и изменению себя к лучшему самоограничением, самообузданием и т. д. Для дальнейшего движения по пути йоги необходим уравновешивающий довольство противовес. По-видимому, таковым является *manac*.

ПОДВИЖНИЧЕСТВО

Tanac — это одна из древнейших духовных практик, упоминаемая ещё в Ригведе. Само слово *manac* означает «пыл», «жар», «горение» и родственно русскому «тепло». В 10-й книге Ригvedы есть небольшой гимн, в котором вселенная предстаёт родившейся из *manasa*.

Родились порядок и правда
из вспыхнувшего жара (*manac*),
от того — и ночь родилась,
от того — океан волнистый.

Из волнистого океана
год родился, распределитель
дней и ночей, Владыка
всего, что моргает.
Основал (он) луну и солнце,
как и прежде¹, создатель
(сотворил) и небо и землю,
среду воздушную, свет после.

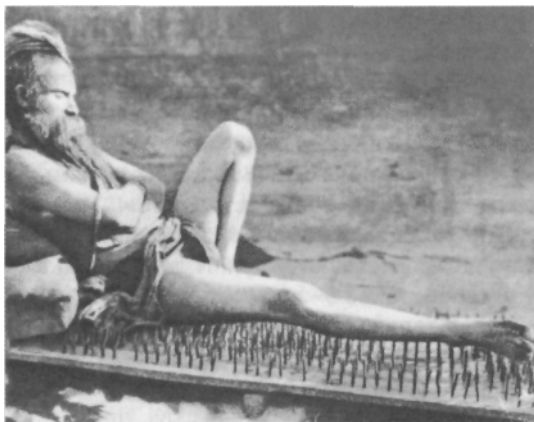
Ригведа, 10.190

Чаще всего понятие *tapas* передаётся в литературе как «подвижничество», «самообуздание», «строгость», «аскеза», причём со смыслом, близким к христианским понятиям «самоистязание», «покаяние». Здесь надо уяснить отличие: в христианстве подвижничество и самоистязание служит для *угашения* страстей, тогда как тапас — это *возжигание* внутреннего огня, и цель тапаса — получить определённые «плоды» от высших сил. В эпосе и пуранах тапас — это некая жертва своим телом, которой божество «обязывается» выполнить желание существа, предпринявшего тапас (*тапасвин*).

Значение ведийского *tapas* — «жар», «пыл», «горение» — имеет не только символический, но и прямо физиологический смысл, ибо упорное выполнение какого-либо подвижничества даёт ощущение тепла или жара в теле. Этот жар является той живительной силой, которая подпитывает человека. Продолжая развитие образа, можно сказать, что огнём тапаса все нечистоты и недостатки сжигаются, уничтожаются (*aśudhi ksaya tapasah*). Поэтому большинство комментаторов Йога сутры толкуют тапас как очистительное действие, входящее, наряду со *свадхьей* и *шивара*, в крийя йогу (Йога сутра, 2.1).

В индийских преданиях приводятся поражающие воображение примеры тапаса: тысячедневное (и даже тысячелетнее!) стояние на одной ноге между кострами, глядя на солнце; длительное голодание, после которого подвижник позволял себе подкрепиться каким-нибудь упавшим листом; или свойственный «демоническим» персонажам «шантаж» Бога, когда, чтобы получить от Него дар непобедимости, отрубают свои члены и даже головы (как Равана, у которого их было десять).

¹ Позднейшие комментаторы понимают это место исходя из представления о цикличности мира: после конца цикла создается по прежнему образцу



«Классический» пример тапаса

Но тапас — это не только мифология и литература. Моньер-Вильямс приводит рассказ исламского путешественника, увидевшего однажды человека, неподвижно стоящего лицом к солнцу 16 лет спустя, проходя там же, он обнаружил того же человека в том же самом положении.

И, опять же, не всё в прошлом. И сейчас в Индии есть садху с пронзенными трезубцем языком и губами, есть так называемые *кхарешвари*, своеобразные столпники, не лежащие, даже для сна, по несколько лет, есть, наоборот, передвигающиеся только ползком, есть никогда не опускающие руки, поднятой во славу Бога (*екабаху*), есть питающиеся лишь молоком и т. п.

Тапас тесно связан с идеей жертвы. Лишения, которые претерпевает человек при подвижничестве, — это своего рода жертва для достижения каких-то результатов. Тапасом достигаются многие необычные способности — ясновидение, яснослышание, чтение мыслей и внушение их и т. п., но, как и при достижении этих сил другими способами, необходима большая осторожность, ибо легко впасть в зависимость от них. Ведь тапас — вспомогательное и дополнительное средство осуществления йоги (Вачаспати Миш-ра), в отрыве от её цели кажущееся даже некой противоположностью йоге. Тапас, скорее, героический подвиг, а йога, особенно в понимании Бхагавадгиты, — равновесие, уравновешенность.

Ведь йога не для того, кто ест много или не ест совсем,
Не для слишком сонливого или бессонного, Ярый.
Кто сдержан в еде и развлечениях,
сдержан движениями в действиях,

Сдержан во сне и бдении — обузданьем страдание удаляет.

Бхагавадгита, 6.16-17

Если же

...Люди совершают тапас жестокий, не по Писаниям (*aśāstra*),
в самообмане обуреваемы желаньем, страстью, насильем,
без толку мучающие совокупность элементов телесных
и Меня внутри тела, знай, это упорство буйных.

Бхагавадгита, 17.5-6

Тапас ни в коем случае не должен быть только практикой подавления естественных стремлений ради тщеславных желаний. Тапас может быть безнравственным: «тамасным», «яростным», «демоническим», предпринятым «во вред себе» или «чтоб устранить другого» (Бхагавадгита, 17.19).

Согласно объяснению Вьясы и других толкователей Йога сутры, тапас — это способность претерпевать пары противоположностей (*dvandva*): голод и жажду, жару и холод, стояние и сидение (в неподвижности), отсутствие речи (*каштра мауна*, букв. «молчание чурбана») и отсутствие выражения на лице (*ака-ра мауна*). В него также включаются такие действия, как умерщвление плоти, уменьшение количества пищи по мере убывания месяца (*чандрайана*), суровое покаяние, питание одними молочными продуктами и однодневный пост, пост через день или на седьмой день (*сантапана*), выполняемые так долго, как необходимо, и др.

Один из весьма древних видов тапаса — пятеричный тапас (*панчатapas*), например, состоит в том, что в течение трёх самых жарких месяцев в Индии (апрель, май, июнь) человек пребывает в квадрате между четырьмя кострами с пылающим солнцем над головой как пятым огнём. При этом тапасае тело становится худым и коричневым, а умение претерпевать жару возрастает многократно. По Свами Сатьянанде, этим и такими распространёнными видами тапаса, как пранайама, голодание, сосредоточение на одной точке, из тела удаляются вредные вещества, тело становится крепким и выносливым, успокаивается и становится пригодным для созерцания.

Тапас чаще всего выступает в виде пребывания в одном положении. Неподвижное пребывание в одном положении во время подвижничества

обучает тело для следующего этапа йоги умению удобно и устойчиво пребывать в асане.

В результате тапаса приходит совершенство тела и органов чувств (*kāyendriyak siddhi*) (Йога сутра, 2.43).

Подвижничество обычные люди воспринимают как самоистязание, но это самовоспитание. Сущность подвижничества также в том, чтобы узнать пределы своей зависимости от тела и расширить эти пределы. Также, правда не всегда, вместе с терпением вырабатывается и терпимость, потому что, испытав боль, узнав пределы своей воли, перестав считать себя всемогущим, человек становится мягче. Подвижничество особенно подходит для обращённых на внешний мир (экстравертов).

Подвижничество, или тапас, — не разовое действие. Его ценность — в непрерывности на установленный человеком срок. Это может быть трёхдневный пост, двухнедельное молчание или двенадцатилетнее стояние. Среди современных садху обычно даже самое строгое подвижничество принимается на какой-то срок или выполняется до тех пор, пока оно не принесёт плод — постижение Истины, святость или хотя бы просветление. Направленное на подчинение тела подвижничество обычно сочетается с более лёгкими для тела или требующими не только воли, но и развития ума и чувств, упражнениями. Сильная воля совершенно необходима в йоге, чтобы обуздать волнующийся и капризный ум, мешающий постижению Истины созерцанием.

В условиях современной западной жизни подвижничеством могут стать простые действия: подъём, например, на час раньше, чем вошло в привычку, ежедневное и определённое временем упражнение в асанах хатха йоги в современном толковании или простая зарядка.

В йоге и буддизме тапас в высших своих проявлениях преобразовывается в психологические упражнения. Свами Шивананда понимает тапас обобщённо — как сдерживание чувств.

Очень важная психологическая особенность тапаса как очистительного средства указана Ману (11.234): если в душе человека при совершении какого-либо деяния остаётся тяжесть, тогда надо исполнять подвижничество, покуда эта тяжесть не будет «удовлетворена».

В зависимости от нрава или призвания человека подвижничество для мыслителя — приобретение знания, для воина или правителя — оберегание людей, для предпринимателя — хозяйственная деятельность, а для наёмного работника — услужение.

Чтобы подвижничество было направлено к Благу и приносило благие плоды, оно должно основываться на указаниях и примерах великих

учителей — мудрецов и святых. Предпринимающий тапас даже ради преходящих целей должен помнить о Запредельной, Высшей цели (*парайана*) и, чтобы не забывать её, постоянно сверяться с признанными источниками. Такими источниками в Индии являются священные Писания (*шрути* и *шастра*) и указания почитаемых учителей.

САМООБУЧЕНИЕ

В согласованной целостности составляющих нийамы подвижничество (*тапас*) направляется самообучением (*свадхьяя*) и преданностью высшей идее (*шивара пранидхана*), и недаром все три они составляют деятельную (*крийя*) йогу (Йога сутра, 2.1).

Свадхьяя (*sva+adhyāya*, буквально «своё изучение») в ведийском мироустройстве понималась как изучение своего ведийского текста. Это слово, ещё не встречающееся в самхитах, впервые начинает широко употребляться в поздневедийское время в прозаических брахманах. Определение означает повторение распевцем ведийского текста для заучивания, запоминания и передачи по непрерывной цепи от учителя к ученику. Согласно Тайттирийа араньяке, ведийские тексты следует воспроизводить по мере сил постоянно: днём и ночью, в лесу и в деревне, стоя, на ходу, сидя и т. д. Тогда человек обретает желанные миры и становится свободным от долга по отношению к ним.

В перечне пяти «великих жертвоприношений» (*маха яджня*), приведённом Шатапатха брахманой в порядке возрастания их значения — живым существам, людям, предкам, богам и Брахману, — «жертва Брахману» сопоставляется со свадхьей. Рамануджа называет «жертвой знания» «знание смысла свадхьяи» (знание смысла повторения или повторяемого текста).

Свадхьяя прежде означала и в основном означает изучение, чтение, повторение именно священных текстов. Мирское же образование, чтение научных статей или словарей таковой не является. И Вивекананда настаивал: «Читайте только те книги, которые написаны людьми прозревшими».

В силу многозначности санскрита и гибкости традиции йоги свадхьяя ныне толкуется гораздо шире — как «изучение себя», куда входят и самообучение, самообразование.

Но и при таком расширенном толковании понятия свадхьяи заучивание и воспроизведение (*джана*) мантр вместо ведийских гимнов остаются

основой упражнения. Свадхьей считается произнесение пранава (слога ОМ) или своей избранной мантры (*ista mantra*), в которую занимающегося посвятил гуру, наряду с изучением Писаний или священных текстов, говорящих о совершенной духовной свободе.

Повторение мантры, как одно из средств свадхьи йоги Патанджали, делится на три вида:

- Слышимая
- Шепотная
- Умственная

Из этих трёх высшей, но и самой трудной считается умственная.

Многими толкователями свадхья приравнивается к суровейшему тапасу, даже если при этом человек, усаженный благовониями, украшенный драгоценностями, покоится на мягком ложе. Несколько иная точка зрения на свадхью у Свами Кришнананды, который считает её поддерживающей и облегчающей выполнение трёх главных членов нийамы — шаучи, самтоши и тапаса. Если у нас нет возможности заниматься физическими очищениями и предаваться тапа-су, мы можем, по крайней мере, читать священные Писания и, читая вдохновенное, почувствовать вдохновение, вдохновляться, читая о людях великой веры и верных поступков, укрепить ослабевшие убеждения. Разница, видимо, в том, что традиционный подход — это устное воспроизведение (даже если произносится «про себя») иногда очень больших по объёму текстов, а Свами Кришнананда имеет в виду чтение написанного текста (хотя и последний при многократном повторении заучивается). В качестве таких текстов он указывает некоторые главы Бхагавадгиты или Дхаммапады, Нагорную проповедь в Евангелии или «Подражание Христу», гимны и песни мудрецов и бхактов, отрывки из эпоса и пуран. А заканчивает обычно: «Это само станет тапасом. Свадхья сама — великая аскеза, великое благоговение, поклонение, медитация».

Свами Шивананда считает, что «ежедневного чтения Бхагавадгиты достаточно для ежедневной свадхьи».

Вне зависимости от того, верим или не верим мы в боговдохновенность и святость Писаний, пренебрегать отражённым в них опытом человечества в познании Истины не стоит (может быть, в древние времена она была менее отдалена от человека, менее раздроблена словами и искажена ошибками?).

К тому же как в какой-либо научной деятельности, чтобы понять вопрос, мы изучаем имеющуюся литературу, так и в не менее трудной науке йоги полезно знать, что о ней сказано осуществившими её людьми. Так мы избежим многих ошибок и опасностей на этом пути, не будем биться лбом в открытые двери, сохраним силы и время, не навредим другим.

О психофизическом воздействии самообучения. Поскольку слова с высоким смысловым содержанием имеют высокий энергетический «заряд», то повторение священных Писаний и слушание бесед мудрецов об истине (*самсанг*) оказывают благотворное влияние на человека. «Мудрость — это преобразователь энергетических потоков» (Свами Сатьянанда). Энергетические излучения мудрости действуют на самом тонком уровне. Они могут изменить и зарядить ваш ум и энергетическое поле, что усилит вашу жизнестойкость. Осознаёт ли человек эти изменения или нет, тем не менее, они будут происходить. Но он должен быть восприимчивым.

И, помня, что книги — эта не сама Истина, а её выражение, надо избежать опасности подмены осуществления Истины чтением или разглагольствованиями о ней. Поэтому чем менее механичен процесс чтения и повторения и чем больше он осмыслен, тем больше возможностей у нас увидеть содержащуюся в писаниях Истину.

«От свадхьяи — связь с желанным божеством» (*svāhyāyad ista devatā samprayogah*) (Йога сутра, 2.44). Но желанное божество — не обязательно божество (в индуизме это часто природные стихии, силы, качества, абстрактные понятия) и не обязательно Высшее Божество. Высшее Божество, или, точнее, Высшее Существо в йоге — это Ишвара, Владыка, «учитель всех учителей» (Патанджали), тот, кто «не имеет совершенства, равного ему и превосходящего его» (Вьяса, на Йога сутру, на 1.24).

ВЕРНОСТЬ ВЫСШЕЙ ИДЕЕ

Преданность или подчинение Владыке (*iśvara pranidhana*) — пятая часть нийамы.

Раньше было распространено мнение (Р. Гарбе, С. Радхакришнан), что сутры, касающиеся Ишвары (Владыки), введены в йога даршану Патанджали достаточно механистично, как уступка теизму, чтобы сделать учение более привлекательным и доступным для верующих, и что они слабо связаны с главной целью и приёмами йоги. Это расценивалось как порча изначально сугубо практической системы.

Думается, такая точка зрения не обязательна, особенно если смотреть на учение йоги как на целостное образование, в котором были вместе соединены способы достижения Истины ведийского и местного наследий, а также учесть его прикладную направленность. В ряду описанных в Йога сутре упражнений для сосредоточения образ или идея Владыки (Ишвары) — всего лишь одно из средств для собранности и сосредоточения Обычный

человек не способен думать без объекта мысли (образа, слова), поэтому поклонение Ишваре — необходимое средство сосредоточения мысли сначала на одном образе.

Связи ишвара пранидханы со многими частями йога даршаны очевидны и естественны. Например, если брахмачарья — это благоустремлённость без определённого (идейного, олицетворённого) высшего объекта, то ишвара пранидхана как бы уточняет эту цель, указывая её в виде Владыки в образе. Виджняна-бхикшу считает, что из всех видов сознательного созерцания созерцание высшего божества считается важнейшим. Вместе с тапасом ишвара пранидхана способствует развитию вайрагьи (бесстрастия) и учит отречению от эгоистических стремлений.

В сущности, упражняющийся может устанавливать ум на любом образе, предмете или идее, которые ему нравятся. Но предпочтительность установки ума на Владыке объясняется толкователями тем, что в этом случае удовлетворённый Владыка удалит многие помехи на пути йогина, и ему будет легче достичь успехов. В крийя йоге, о которой упоминает Патанджали (2.1), ишвара пранидхана рекомендуется как отправная точка практической садханы.

Так кого или что назвать Владыкой? Кому быть преданным? В текстах, изучение и чтение которых рекомендуется для свадхьяи, То Высшее Существо может иметь разные имена: Вишну, Шива, Кришна, Христос — или вообще отсутствовать как Творец и Правитель мира (например, в буддизме).

Возможно, понять это поможет осмысление сутры 1.27: «Его выражение — *пранава* (ОМ)».

Смысл ишвара пранидханы нелёгок для понимания, тем более что в нашей стране это осложнено останками воинственно-материалистическо-атеистического воспитания.

Индийские авторитеты и толкователи йоги объясняют ишвара пранидхану как преданность Богу, покорность Богу, посвящение себя Богу, поклонение Богу, а также как несколько выделяющиеся из этого ряда «установление Бога мотивом всех действий» (Р. Рай) и «ощущение всеприсутствия Бога» (Свами Шивананда). Раджа Бходжа, комментатор Йога сутры, понимает пранидхану как «разновидность бхакти, когда все деяния совершаются не ради их плодов, земных радостей, но только во имя учителя учителей».

Авторитеты йоги считают, что ишвара пранидхана осуществляется молитвой (в этом случае она проявляется как свадхьяя), поклонением в виде *пуджи* (храмового или домашнего богослужения) или *хаваны*

(жертвоприношения огню). Однако это местные и частные проявления, формы, средства поклонения, а не сама ишвара пранидхана. Узаконенные и официозные религии могут стать и препятствием для непосредственного переживания Бога. Некоторые много говорят о Боге, ходят в церковь, как на службу, или совершают постоянные богослужения, но при этом их ум не направлен к Всевышнему, а занят какими-нибудь мирскими заботами или тщеславным желанием выглядеть набожным и благочестивым. Поэтому особенно важна искренность отношений со Всевышним, памятование о Нём и действия ради Него не только в отведённое для обряда время, но и в каждый миг жизни.

Однако начинающим непросто достигнуть чувства полной самоотдачи Владыке, и, как и в случае с телесным или умственным совершенствованием, ишвара пранидхана требует постоянной «тренировки». Если занимающийся будет сознательно и последовательно развивать в себе чувство преданности Самому Высшему, поначалу более или менее механистическое совершение обрядовых действий превратится в действительное почитание Его и в полную самоотдачу, уничтожающую закрывающий Истину эгоизм.

Помните, у Достоевского: «Если Бога нет — то всё позволено» (подразумевается — самое злое, самое дурное, самое гадкое). Но значит ли это, что если Бог есть — то ничего не позволено? Шри Рамакришна парадоксально советовал: «Установите свой ум на Боге и тогда делайте, что хотите».

Суть ишвара пранидханы в том, что в сознании упражняющегося появляется центр, вокруг которого начинают собираться, сосредотачиваться (и одновременно объясняться) как внешние, так и внутренние впечатления. Поэтому в Йога сутре ишвара пранидхана указывается как особое средство достижения самадхи (1.23 и 2.45). Так мгновенно происходит кристаллизация в насыщенном растворе при добавлении одной-единственной капли. То есть путь преданности Владыке выступает как независимый путь достижения цели йоги, заменяющий следование по восьми ступеням её! Таким образом, в йога даршане мы видим следы и бхакти йоги, ведущей к конечному соединению с Возлюбленным в самадхи.

ВНУТРЕННЕЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ВО ВНЕШНЕМ МИРЕ

Обеты и обязательства (йама и нийама) — это такие упражнения йоги, при которых не обязательно умение сидеть в лотосном сидении, стоять на голове, лежать в позе покойника, дышать, затыкая поочерёдно ноздри, и повторять мантру.

Заучить правила йамы и нийамы просто. Как их применять?

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ОТРЕЧЕНИЕ И БЕССТРАСТИЕ

Не поступай в монахи, если не надеешься
выполнить свои обязанности добросовестно.

Козьма Прутков

Правила йамы и нийамы как средства самоуправления требуют упражнения и отречения. Они же являются средством достижения самадхи.

Но для достижения высшего состояния (самадхи) одного желания мало, и упражнение (абхьяса) имеет также смысл повторения и приучения к нему. Также отрешённость (*vairāgya*, буквально «неокрашенность», близкое по смыслу и звучанию русскому слову «от-вергание»), включает в себя положительное чувство — бесстрастие (от *raga* — «страсть»).

Множество людей рассматривают духовную жизнь, включая йогу, как отделяющую или удаляющую от ежедневных действий и жизни вообще. Однозначно заявляют, что йога — это прекращение действий.

Читая захватывающие истории о чудесных силах йогов, способных не есть, не спать, не дышать и при этом левитировать, ясновидеть, яснослышать и передавать мысли, новички впадают в соблазн лёгкого достижения этого. Такие люди по-детски верят своим выдумкам, представляя, что, став йогом, будут сидеть в «лотосе» где-нибудь на снежной вершине красиво нагим на снегу, подтаявшем под ним от его великого внутреннего тепла... Но после первых поощряющих достижений наступает пора труда. И конечно, увлечённости ради такой плакатной цели, тем более без знания средств и заметных достижений, надолго не хватает. Поэтому рано или поздно такую йогу бросают.

Удивительные переживания и, возможно, значительный духовный опыт приобретёт в уединении лишь человек с уже успокоенным умом, тот, кто прежде разрешил в обществе большинство его задач, выработал и истощил большинство своих затруднений. Подлинно отрешённый — не тот, кто убежал от мира из страха перед ним, кто потерпел провал своих жизненных замыслов и отказался от работы, дома, семьи и общества из-за неумения существовать в них или лени. Такой человек, живущий в тепличном окружении, не познав трудностей мирской жизни, вероятно, не познает и свои трудности, ибо не столкнётся с условиями, в которых могут проявиться его скрытые побуждения. Только прячась от соблазнов и подавляя свои стремления, не научишься управлять ими.

Отказ от предмета желаний с сохранением самих желаний — бессмыслен и бесполезен, каких бы усилий ни стоил.¹

Отказ от желанного без отвращения — непрочен, недолог, чреват сожалением и возвращением к предмету желаний.

Сущность отрешённости (которая лишь проявляется в отшельничестве, странничестве и т. п., но не равна им) — не отречение от внешних вещей и явлений, а отречение от внешности вещей и явлений и возвышение над низшими явлениями познанием их смысла. Йога — не оставление вещей, но оставление неверных представлений о вещах и мире в целом. Это отказ от идеи, что вещи и явления существуют вне нас. Это отказ от кажущегося ради Истинного.

Во времена утверждения индийских даршан считалось, что для освобождения достаточно отречься от обманчивых миражей «золота и женщин». Но изменчивое время изменило и главные предметы отречения. Ныне надо отказаться прежде всего от ложных идей, навязанных средствами массовой информации, заставляющих человека поступать вопреки своей природе и свободе.

Большинство людей боятся освободиться от привязанности к мыслям и понятиям, остаться наедине с собой, дабы не обнаружить свою пустоту и бессмысленность жизни. Однако верно как раз противоположное. Чем меньше привязанность к мыслям и идеям, тем больше обнаруживается счастья и смысла.

По санкхье, бесстрашие — ещё не конечное освобождение. Оно приводит лишь к растворению в Природе (*vayrāgyāt ptakṛtilayah*), ибо нет ещё самого главного — освобождающего познания различия Духа и Природы.

¹ Примерно такими же словами говорил средневековый индийский поэт Нишкуланд.

Бесстрашие делится на два вида: низшее (*анара*) — безразличие ума ко всем видам чувственных радостей и высшее (*нара*) — безмятежная ясность. Оно включает в себя равнодушие к обманчивости мира, мирским наслаждениям и удобствам, отсутствие привязанности к обществу мирских людей и даже к удовольствию от мыслей, что просветление достигнуто.

Когда ум отвращается от всех мирских удовольствий и надежд на хорошее рождение, рай, небеса и т. п. различными обрядами, ум становится пригодным к созерцанию. Тогда упражнением (*абхьяса*), выполняемым с верой, усердием и мудростью, уничтожаются все мучения сознания (*клеша*), что ведёт к полному Освобождению

Высшее бесстрашие приходит после познания, различающего действительное и кажущееся, истинное и ложное. Оно является следствием *отвлеченного знания* — знания, *свободного от влечения к вещам и явлениям*, в том числе и психическим.

ОСНОВЫ, СУТЬ И ЦЕЛЬ КАРМА ЙОГИ

Не начинают дел слабодушные из-за страха перед препятствиями, люди же посредственные, начав, останавливаются, но те, кто истинно добродетелен, не прекращают начатого, хотя бы приходилось ежеминутно сталкиваться с препятствиями.

Бкартрихари

Кажется, что ничего не делать — просто. На самом деле вообще ничего не делать — не двигаться, не говорить, не читать, не думать, не желать — очень и очень трудно, если не невозможно. Попробуйте «ничего не делать», скажем, в течение дня. Какой-то вид действия, будь то сон, воспоминания, замыслы или старание ничего не делать, всегда присутствует. Гораздо проще оказывается что-то делать.¹ И именно посредством карма йоги можно начать упражняться в йоге 24 часа в сутки, используя наши действия как средство обрести высшее сознание. Однако для большинства людей более, что ли, «йогичными» кажутся действия относительно необычные.

Для многих новоприступивших к йоге оказывается весьма трудным

¹ Из понимания этой трудности или даже невозможности возникли, по-видимому, иудейская суббота и русские народные представления, что работать в праздники грех. Ничего неделанье становилось подвижничеством!

заниматься созерцательными упражнениями. Потому что эти попытки ведут, как ни странно, к противоположному: вместо взыскуемого утишения начинается бурление мыслей, вместо умиротворения возникает раздражительность, тем более сильная, чем сильнее попытки подавить её. Таким людям нужны сначала действия более, что ли явные, осязательные, телесные, чтобы постепенно утончать их.

Действительный мир — это мир действия, кармы. Человек может себя познать, только найдя дело, которое его захватит целиком. Необходимо стать устойчивым в жизни и в обществе, очищая ум и упражняясь в том или ином виде сосредоточения.

Йога Патанджали (раджа йога) доступна лишь немногим великанам духа. Требуется особых умственных способностей, трудна и немногим по силам и джняна йога, так как она не просто светское познание и её нельзя сопоставлять с наукой. Бхакти йога, которую считают наиболее лёгкой и доступной даже не очень развитым людям, также вряд ли у нас легко выполнима, ибо в силу исторических причин у нас нет необходимого для этого многообразия, многоцветное™ и терпимости религиозной жизни, а наши так называемые традиционные религии (тоже, впрочем, пришлые) далеко не всем близки и подходят. К тому же наша неустроенная и издёрганная общественная жизнь требует столько внимания и сил, что выделить хотя бы часть времени и ума на религиозные или философские занятия многим кажется почти невозможным.

«Как может быть связано с йогой такое сознание, которое пребывает в возбуждённом состоянии?» (Вьяса, на Йога сутру, 2.1).

Если вы не готовы посвятить всю свою жизнь отречению и освобождению (а готовых к тому, чтобы осуществлять их, — единицы), вы должны начать вносить в свою жизнь элементы деятельной йоги (карма йоги), чтобы превратить проявления жизни в упражнения йоги и в заключение сделать всю жизнь средством Высшего Единения.

Если понимать йогу не как отрицание явленной действительности, а как последовательное преодоление, преображение её посредством управления сознанием, то любые наши действия могут дать поводы к такому управлению. Если ум направлен на простое избегание или прекращение неверных действий — это тупик, а не путь.

Человек, избегающий дел, недеяния не достигнет, ибо одним отречением ещё не стать совершенным.

Бхагавадгита, 3.6

Человек всегда выполняет различные действия, физические или умственные. Даже во сне работает ум, в лежачем положении — мышцы. Но нужно стремиться делать добрые и нужные дела, не завися от оценок этих дел другими как доброго или недоброго, похвального или хулимого.

Рассуждения о труде особого интереса теперь не вызывают. Раньше говорили: «труд — дело чести, доблести и геройства», — и все старались где бы ни работать, лишь бы не работать. Найти непыльную работу, устроиться. Тем более, попробуй не выполняй «дело чести» — будут судить как бесчестного тунеядца, особенно если противостоишь установленному порядку. Ныне труд — дело выживания или обогащения. Без труда сдохнешь с голода или опустишься до состояния попрошайки на вокзале.

Для многих людей заявляемая ими цель — трудиться ради людей, или помогать людям, или даже спасти их! — на самом деле является самообманом или прикрытием. За этими заявлениями лежат часто очень личные побуждения — от стремления властвовать или прославиться до стремления убежать от себя или своей внутренней пустоты в деятельность, направленную на других.

В современном обществе имеется множество трудяг или трудоголиков, для которых труд служит убежищем от неразрешённых умственных и телесных трудностей. При этом радость и осмысленность труда уходит, у человека появляется глубокая неудовлетворённость жизнью, которая проявляется в повышенном проценте болезней, преждевременных смертей и самоубийств. Особенно опасен трудоголизм в так называемых гуманистических профессиях — учителя, врача, литератора, — ибо они оправдывают поглощающе занятых этим людей долгом и высокой моральной ценностью этих профессий (помощь людям, воспитание и т. д.). Однако так как внутренняя жизнь таких людей несвободна, съедена и искалечена, они приносят в мир больше разлада, чем лада.

Всё это труд, но не труд карма йоги. Для таких людей лучше была бы такая естественность, которая выражена в русской поговорке «хочу — работаю, не хочу — смотрю пупом в небо»

Часто мы не начинаем или бросаем труд по многим причинам:

- Мы не верим в свои силы, заранее ограничивая себя оценкой других, своим образованием, должностью, профессией.
- Вроде бы необходимый предстоящий труд нам кажется слишком трудоёмким, а его заключение — слишком отдалённым или сомнительным.
- Труд не сулит выгод, не оплачиваем, не престижен, не моден, не поддерживаем или опасен идеологически.
- Мы боимся согрешить деятельностью и неизбежными ошибками в ней,

совершить нравственную ошибку, потерпеть неудачу, быть осмеянным.
«Чтобы чувствовать себя гениальным, достаточно не брать в руки скрипку»
(Ф.М.Достоевский).

И прочая и прочая...

Любое ли действие, работа или труд могут стать поводом для совершенствования? Да, любое. Но не для всякого и не сразу. И конечно, не всякая деятельность является карма йогой — но всякая деятельность может быть средством для карма йоги.

Во-первых, карма йога — это йога и, как все йоги, включает в себя ряд мировоззренческих обоснований и технических упражнений для определённого продвижения и достижений. Цель её — осуществить Целостность человеческого Существа в его Единстве с Сущим посредством действия. Такой вид йоги доступен каждому и особенно подходит для современного человека, нацеленного на деятельность в мире.

Совместимо ли желание неограниченной свободы (мокша) с деятельностью ради мира? С одной стороны, в мировоззрении и санскрите противопоставляются истинное существование (сущность) и действие. Настоящим считается постоянное и неизменное.¹ С другой, большинство индийских учений отвечают на этот вопрос положительно — даже адвайта веданта Шанкары, которая считает всякую деятельность, в которую человек вовлечён, рождающей чувство двойственности и дробящей единую истину. Деятельность без плодов и заблуждения возможна лишь для свободного при жизни (*дживанмукти*), не подчинённого закону кармы. Но та же адвайта выделяет два уровня познания — обыденный, или полезный (*вьявахарика*), и направленный к высшей цели (*парамартха*). Для того чтобы подойти к осуществлению запредельной цели, предварительно необходима познавательная работа на уровне вьявахарика, то есть выполнение личных и общественных дел и накопление так называемых светских знаний и мирского опыта. Это делается постепенно в делах и взаимоотношениях с людьми в повседневной жизни, но с наивозможнейшей сознательностью, добросовестностью и наилучшим качеством.

«Подвижничество, самообучение, упование на Ишвару есть йога действия» (Йога сутра, 2.1).

Патанджали использует выражение *крийя йога*, что переводится или как «подготовительная», или как «деятельная йога». Такой же смысл у карма йоги: это йога действия, или деятельная йога.

Но и для тех, кто уже годы занимается другими видами йоги, например хатха, раджа или мантра йогой, карма йога является могучим подспорьем.

¹ Примечательное языковое отличие: у нас действительное — настоящее.

Ежедневные йоговские упражнения в установленное время приносят много благ. Но ещё больше, если сопровождаются упражнениями карма йоги в течение всего дня. Тогда действие асан, пранайам, созерцательных упражнений и т.п. многократно усиливается и приносит удивительные результаты, переживания и знания.

Карма йога — неотъемлемая часть жизни любого ашрама. В том или ином виде каждый обитатель ашрама выполняет карма йогу. Например, в ашраме Бихарской школы обитатели работают на уборке помещений, на кухне, в типографии, офисе, библиотеке.

Обычный труд делается с намерением и надеждой на результат, или вознаграждение, или под принуждением. Ожидания вознаграждения, выгоды, похвалы или боязнь не справиться и т. д. причиняют умственное напряжение и волнения, которые чаще мешают работе, чем побуждают к ней. Труд карма йоги выполняется без этих ограничений.

Ключевое слово карма йоги — *непривязанность*. Привязанность к неприятному приносит боль и страдание, как и разрыв привязанности к приятному. Привязанность порождает вредную зависимость человека от своего труда. Например, если, сделав огромный труд, затратив на него уйму времени и сил, отрываясь для него от сна, отдыха или удовольствий, вы становитесь настолько чувствительны к любому покушению на его ценность и правильность, что неудача или осуждение его может стать для вас ударом, после которого вы перестанете верить себе и утратите всякое побуждение к подобному труду.

Если привязанность сознательно распутана или оборвана — приходят умиротворение и покой. У человека, не привязанного к плодам действий, даже труд перестаёт быть тягостной обязанностью и становится как бы игрой, совершаемой ради её самой. Поэтому надо учиться отделять труд от надежд на вознаграждение, его следствий (плодов) и от человека-деятеля.

Не человек для работы, а работа для человека. Труд карма йоги — это труд ради совершенствования. Чтобы вы стали больше, чем вы себе кажетесь. Или, наоборот, меньше. И в том и в другом случае вы обретёте многое.

При карма йоге меняется отношение к миру. Мир рассматривается не как марево, мешающее видеть Истину, но как место или даже мастерская, где инструмент тела-сознания может быть закалён и отточен, чтобы пронзить завесу неведения. И место, которое предоставляет уйму возможностей для познания и испытания своих духовных и волевых сил. При этом препятствия становятся чуть ли не необходимыми и желательными.

Вся суть и цель карма йога — уменьшить и в конце концов избыть

обусловленные ячеством и собственничеством побуждения и действия и в заключение удалить их, чтобы узреть Истину.

Карма йога, как и все йоги, ведёт к Запредельному. А так как цель высока и огромна, путь к ней непрост и небыстр. У него есть начало, есть подготовительные ступени. Начинать карма йогу лучше исполняя свою дхарму. Свою, а не чужую. Если вы используете в своей жизни, скажем, только оздоровительную сторону йоги (хатха йогу) и не собираетесь менять свою жизнь для Единой цели всех трёх йог, найдите и примите вашу дхарму и исполняйте её.

Карма йога принимает и материальный мир вокруг нас, в котором мы должны исполнить своё предназначение. Исполнение своей дхармы является подготовкой к йоге освобождения или в какой-то мере может быть даже сопоставимо с карма йогой. Но только в какой-то мере. Есть тонкие отличия.

Некоторая разность целей и способов.

- Дхарма имеет главной целью поддержание мирового порядка и более, что ли, мирска, общественна.
- Дхарма выполняется внутри варнашрамового устройства.
- Дхарма — это исполнение должных действий ради удовольствия, пользы и добродетели. Она выполняется ради лучших плодов.
- Исполнение дхармы больше требует исполнительности, подчинения общественным нормам.
- Цель карма йоги такая же, как у всех других видов йоги, — достичь совершенной чистоты сознания и тем самым Освобождения.
- Как всякая йога, она выходит за пределы сословно-возрастного устройства, хотя может быть и выполнением варнашрамовых обязанностей.
- Карма йога — выполнение тех же действий ради Освобождения, а главные её способы — труд без привязанности, незаинтересованность в плодах и последствиях своих действий и направленность их идеей Освобождения.
- Карма йога требует большей полноты кругозора, обзора последствий своих действий, большей самостоятельности и творчества. Труд карма йоги — это труд добровольный или труд по указанию учителя, но всё равно добровольный. Главная ответственность при этом — не перед обществом, а перед своей совестью, своим предназначением. Она имеет в качестве примеров и образцов легендарных

персонажей (таких, как Джанака, Аштавакра и др.) и биографии исторических личностей.

Карма йога — такое многомерное состояние, при котором человек, действуя, одновременно

- ощущает не себя деятелем
- не ощущает себя деятелем
- ощущает себя недеятелем

Рамакришна сравнивал карма йоги с нянькой, которая говорит «мой ребёнок», «мой дом», но когда ребёнок подрастает, уходит из дома, потому что на самом деле ребёнок и дом не её.

Если вы хотите превратить действие в йогу действия, нужно:

- *Убрать личную выгоду* или придать действию смысл над личной пользой (например, самоотверженно и бескорыстно трудиться ради высших целей: на благо Родины, народа или ради учителя).

- *Дело рассматривать и делать так, чтобы от него отделаться.* Но отделаться — это не сделать что-то тяп-ляп и заняться другим, а сделать дело для других так, чтобы вам не было за него стыдно, чтобы вам не было нужды к нему возвращаться для переделки, чтобы этим работой вы «отработали» часть своей кармы.

- *Выполнять одну задачу зараз.* Всецелая включённость в любой труд и поглощённость им постепенно обучает, тренирует ум пребывать сосредоточенным. Присущее ему непостоянство и неустойчивость на это время исчезают. Если вы сумели погрузиться в труд сознательно с нерассеянным вниманием, вы извлечёте большую помощь в созерцании.

- Казалось бы, противоположное предыдущему: *стремиться к тому, чтобы труд не увлекал вас.* Увлечённость делом, скорее, только хороший признак, указание на способность к созерцательному состоянию. Она может развиваться или нет.

- *Сочетать труд с сосредоточением и молитвой* (мантрой и т. д.).

Карма йога — это нечто большее и более глубокое, чем просто труд для

людей и даже труд ради будущего человечества. Бескорыстный труд вам нужен не для выгод, успехов, победы или счастья потомков, а для свободы.

Чтобы это был труд для свободы, поначалу нужны:

- Правильный выбор. Много может найтись предлагающих вам трудиться под видом карма йоги для их выгоды.
- Вера в учителя и в нужность труда.
- Осмысленность труда (быть Миларепой, который строил дома и разрушал их по приказу учителя, не каждый способен. Кстати, этот пример прекрасно показывает, *что* мы становимся несчастными и недовольными не в ходе самого труда, которым увлекаемся, а из-за привязанности: от несбывшихся ожиданий благодарности, вознаграждения, от горести наблюдения разрушения своих трудов и т. д.).
- Удовлетворение от труда.
- Усилия и возвращение привычки к несобственническому действию. Потом обузы выбора, расчёта выгод и опасностей уже не требуется.

Старайтесь хотя бы понемногу возвращать, воспитывать и подпитывать чувство непривязанности в каждом проявлении вашей жизни. Трудное поначалу, это упражнение в конце концов даст вам ощущение парящей независимости от любого дела. У вас не будет боязни (а вдруг не смогу? вдруг провалюсь?) перед началом. Вас не будет выводить из себя ни доброжелательная критика ваших действий, ни хула недоброжелателей во время его и в итоге. Тогда незаинтересованность и непривязанность к плодам откроют вам глубочайшую связь между всеми людьми, делами и предметами. Когда себялюбие исчезает, открывается возможность всеохватной любви ко всему сущему.

Как к этому двигаться? Например, если у вас совсем нет желания заниматься нужной или важной работой, назначьте себе короткое время (скажем, 10 минут) заниматься ею, несмотря на нежелание. Может быть, тогда, поразмыслив о ней, вы осознаете её значение и всё-таки сделаете хотя бы её крохотную часть, а возможно, втянетесь в работу. А если, наоборот, вас слишком увлекает работа, пересильте себя и бросьте её до своего переутомления.

Не бойтесь новых для вас видов деятельности. Карма йога не даёт человеку быть «профессиональным кретином», знающим и умеющим исполнять только работу, которой его научили и за которую ему платят. Если человек не руководствуется имеющими мало отношения к работе соображениями — престижности, оплаты, самолюбия, — он может открыть в себе самые разнообразные способности и научиться самым разнообразным профессиям и навыкам. Например, М.К. Ганди в обители им. Льва Толстого

в Южной Африке работал учителем, бухгалтером, издателем, садовником, портным, сапожником, парикмахером, нянкой, повитухой, целителем и т. п. А позже простое дело — работу на ручной прялке — сделал для себя и для всей Индии знаком опоры на собственные силы (*свадеша*) и мощным орудием борьбы за освобождение Индии, возрождение её ремесел, поддержки местного производителя.

Раз нельзя избежать работы, лучше постараться выполнить её лучше — не рабски, а творчески, не просто трудясь, а трудясь осмысленно, сознательно. Бхагавадгита определяет карма йогу как «в делах уменье (искусность, букв, «ухватка»)» (2.50).



Ганди за ручной прялкой

Упражняющийся в карма йоге стремится выполнить свой труд и обязанности с наиболее возможным вниманием, не отвлекаясь, с полной отдачей. Эта полная и сознательная погруженность в работу воспитывает величайшую силу воли и непривязанность ума к тому, что не касается выполняемого дела. Все умения и способности сосредотачиваются лишь на самом деле, ум и тело очищаются от ненужных метаний, порывов и срывов, начинают действовать слаженно, и действие достигает наибольшей действенности.

Поначалу у большинства не получится быть сознательным в действии каждый миг. Вы будете ловить себя на том, что на какое-то время утратили сознательность в работе и действовали механически, что теряетесь в посторонних, не имеющих отношения к труду мыслях или вообще впали в некий род забывтья. Не расстраивайтесь. Одно то, что вы замечаете, временами пробуждаясь от мысленного забывтья, что впадали в бессознательное состояние, уже указывает на вашу способность отделять себя от своих проявлений или орудий, коими является и мысль. В остальном необходимы упражнение и время.

Свами Сатьянанда сравнивал ум большинства людей с рекой с бесчисленностью струй, течений, волн и водоворотов, с подъёмом и опусканием уровня воды. Эти беспорядочные потоки и завихрения, постоянно сливаясь, взаимодействуя и сталкиваясь, порождают непрекращающееся волнение и мешают главному потоку, отбирая у него энергию. Для того чтобы использовать силу реки для производства электротока, нужно направить водяной поток в одно русло и соединить множество вихревых потоков в единый мощный поток. Затем нужно построить и установить турбогенератор, который преобразует энергию текущей реки в электрическую. Нечто похожее и с умом. В нём движется бесконечное число мысленных вихрей и потоков (*читта вритти*), постоянно взаимодействующих один с другим. У такого волнуемого ума не хватает объединяющей, обобщающей силы. Но если направить мысленные потоки в единое русло, ум станет совершенным, мощным и точным инструментом. Все его способности и жизненный опыт преобразуются в энергию, которую можно упорно и плодотворно использовать на самые разнообразные дела. Так, одна энергия текущей реки может освещать и обогревать ваш дом, замораживать еду в холодильнике, питать стиральную машину, телевизор, приёмник или компьютер.

Так и карма йога направляет поток наших мыслей, побуждений, желаний, умений в единое русло, сосредотачивая ум, который становится источником силы и опыта высшего сознания.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ПОДВИЖНИЧЕСТВО И СИЛА ВОЛИ

Одна из составляющих карма йоги — тапас, одна из задач которого — развитие силы воли. Воля — необходимое средство для высшего познания.

Немногие действительно знают, что такое воля. Воля может быть определена как способность к побуждению, собранности и слаженности всех наших сил и действий для достижения определённого намерения.

Её значение в религиозной и духовной жизни часто недооценивается. Распространены идеи, что личную волю надо убрать, подчинившись воле Бога или наставника. По большому счёту, это верно, но многие ли способны воспринимать Бога и общаться с ним так же явственно, как, скажем, с человеком, или видеть его в человеке? У каждого ли такой наставник, который стоит и который устоит в Истине под такой отдачей? Всегда ли можно чётко различить, где отдача своей воли Богу, а где проявление слабости под давлением авторитета, общины или ради извращённого самолюбия?

Есть плакатное выражение: «Знание — сила». Нам надо развивать свои силы, а не быть игрушкой чужих. Важнее получить умение, а не готовое изделие, не учение, а понимание.

Одно из проявлений силы воли — способность сосредотачиваться. В западной потребительской культуре всё, казалось бы, направлено против этой способности, всё препятствует тому, чтобы человек оставался наедине с самим собой — и самим собой. Поэтому первым шагом обучения сосредоточенности будет умение хотя бы иногда оставаться без глядения телевизора, слушания радио, чтения газет или детективов, пустого общения, курения, выпивки и т. д. Свами Сатьянанда рассказывал, что когда он пришёл в 1943 году в ашрам Свами Шивананды, у него были и довольно впечатляющие опыты в созерцании, и некоторые непреодолимые трудности: сосредотачиваясь, он впадал в бессознательное состояние (*лайю*). Но, вместо того чтобы учить преодолению этого недостатка, Свами Шивананда сказал: «Ты должен работать и выработать все свои самсары». И пришлось молодому человеку в ашраме годы трудиться и уборщиком, и поваром на кухне, и администратором, и преподавателем... И тогда пришла и полная сознательность в созерцании.

Чтобы когда-то достичь недеяния, надо предаться подвижничеству.

В первой сутре второй главы восьмичленной йоги Патанджали говорится: «Подвижничество, самообучение, упование на Ишвару есть йога действия (*крия йога*)».

И далее толкование Вьясы: «Не может осуществить йогу тот, кто не предается подвижничеству. Нечистота [сознания], окрашенного не имеющей начала бессознательной предрасположенностью к деятельности и мучениями (*клеша*), на которую наброшена сеть [образов] чувственных объектов, не может быть устранена помимо подвижничества. И в этом [устранении] состоит польза подвижничества. Такое подвижничество, не препятствующее чистоте сознания, полагается тем [средством], к которому и должен прибегнуть йогин.

Самообучение — это повторение очистительных [мантр] — первослога [ОМ] и других, а также изучение шастр, [говорящих] об освобождении.

Упование на Ишвару есть [жертвенное] посвящение всех действий Высшему учителю или же полный отказ от плодов подобных [действий].

Это и есть йога действия¹».

В отличие от психоанализа йога утверждает, что подсознанием можно управлять и повелевать подвижничеством.

¹ Здесь словами «йога действия» переведено другое понятие *крия йога*.

ДЕЯТЕЛЬНАЯ ЙОГА КАК СРЕДСТВО СОЗЕРЦАНИЯ

Достижение созерцательного состояния очень важно для человека, желающего достичь нравственного совершенства. Созерцание не имеет собственнических намерений. В Йога сутре (4.6) говорится, что созерцание (*дхьяна*) не производит никаких самскар.

Свами Сатьянанда, как и его гуру Свами Шивананда, утверждал и подчёркивал значение карма йоги для накопления опыта созерцания и приучения к созерцательному состоянию.

Мира не избегнёшь. Многие стараются удалить волнуемое море побуждений и впечатлений малопонятной и не получающейся медитацией. Пытаются удалить волнения ума, опустошая ум. Но чем стараться высушить море, лучше построить корабль.

По мере того как всё больше действий начинают выполняться как карма йога, человеку приходится всё большее время быть сознательным. Он становится более восприимчив к состояниям и изменениям своего ума. Сила личности начинает постепенно и без особых мучений и усилий исчезать. И самоотверженные действия начинают восприниматься и выполняться человеком как единственно возможные, нужные и желанные ему самому и приносящие знание, радость и покой ему и другим людям. Отсюда можно начать созерцательные опыты, приносящие понимание величайших и глубочайших истин бытия.

Карма йога может привести к таким же духовным переживаниям и способностям и непосредственным знаниям, как другие виды йоги. Сами по себе эти переживания имеют мало отношения к выполняемой в данное время работе. Важно переживание внутреннее, которое трудно или невозможно выразить словами, но в котором ощущается радость вдохновения, самоотверженность, душевное спокойствие, сверхсознательная сосредоточенность на действии при ощущении себя *над* действием. Это умиротворение и спокойствие распространяется на всю жизнь...

Многие люди выполняют различные виды благотворительной работы: жертвуют громадные суммы денег на благотворительные цели, дают деньги нищим, инвалидам, детдомам, на постройку больниц, церквей или школ, участвуют в общественных работах и т. п. Конечно, эти действия приносят много материальных благ другим; в этом смысле они положительны и полезны. Но вместе с тем благотворители не всегда становятся благими и не

достигают созерцательного опыта. Зачастую потому, что они выполняют «самоотверженную работу» для скрытой собственной цели — возможно, для похвал или имиджа, возможно, для того чтобы отдать деньги, которые и так пришлось бы отдать в виде налога, и т. д.

В мире большинство руководствуются житейским правилом выгоды — загребать к себе как можно больше. Это касается не только денег или вещей, но и чувственных ощущений и знаний, которые понимаются как приобретение самых разнообразных сведений. А эта загруженность или захламленность сознания мешает продвижению в духовной жизни и обретению способности к созерцанию. Поэтому все великие духовные Учителя призывали уменьшать, избывать и в конце концов удалить все действия и мысли, обусловленные личной корыстью. Действие это, конечно, не разовое и непростое, но совершенно необходимое, поскольку ведёт к удалению силы собственничества, завеса которого мешает притоку высшего сознания.

В созерцательном состоянии человек забывает о себе, не занят борьбой за существование, не желает иметь то, что созерцает. К этому ведёт и карма йога. Человек упражняется в умении и радости давать и дарить, ничего не требуя взамен.

Труд с полным отречением называется *нишкама карма* — «труд без желания». Человек предлагает Единому свой постоянный труд, а не разовое даяние или работу. И чем больше и совершеннее самоотверженность ради блага Целого, тем ближе человек подходит к созерцательному состоянию. Оно начинает случаться непроизвольно — сначала на краткие миги между делами, как неизвестно откуда взявшееся озарение и понимание, потом — столь же мгновенно во время дела, а потом — и на более долгое время. Хотя никаких плодов от труда не ждут, его плоды велики: покой ума. А спокойный ум становится восприимчивым к притоку высшего знания и сознания.

Путь действия (*карма марга*) — это путь духовного опыта. Когда вы сделаете всё должное для вашего совершенствования, вы почувствуете внутреннюю тишину и покой среди даже самой напряжённой деятельности, беспокоящих положений и шумнейших окружающих условий.

Сейчас, чтобы быть понятным и убедительным для большинства людей, нужно обращаться к самому дорогому для них — здоровью. Вот пара «медицинских» сравнений для убеждения таких «практиков» в оправданности и полезности несебялюбивого и бескорыстного поведения и действия.

Все живые организмы проявляют в поведении как бы разумные черты, ставя интересы целого выше интересов отдельной части. В отдельном организме клетки работают не только на самих себя, а для составленной из них ткани. Ткани подобным же образом согласованно работают для поддержания целостности органов, а органы поддерживают целостность всего организма. При этом «любая часть живого существа готова умереть ради того, чтобы защитить генетическую целостность организма» (Д. Чопра).

Любой человеческий орган состоит из великого множества различных клеток, каждая из которых исполняет определённую и установленную функцию. В каком-то смысле каждая клетка, например, сердца имеет независимое существование и свои «права». Положим, это её особость, «я». Но если каждая клетка откажется исполнять своё должное дело по отношению к общему — следствие будет губительным. Сердце потеряет способность действовать как целое и согласованное единство. Оно станет работать хуже или даже перестанет совсем. Так и случается в случае рака: отдельные клетки начинают жить только ради себя и своего сообщества. И сердце, состоящее из множества клеток, перестаёт действовать как единое целое. Да и для самих паразитирующих раковых клеток это губительно. Не действуя ради пользы сердца или какого-либо другого органа, раковые клетки готовят гибель сами себе. Их направленное только на своё существование действие становится причиной сбоя в работе органа и в конце концов его разрушения (Сатьянанда).

Кроме того, что эгоцентричные, практичные до циничности личности нравственно оцениваются отрицательно, клиническими исследованиями подтверждено, что некоторые виды неврозов связаны с неспособностью любить или бескорыстно увлекаться чем- или кем-либо, нерассудочно отдаваться другим людям, делу или идее.

Карма йога — своеобразная трудотерапия. Это средство очистить ум от предубеждений, страхов, тревог, неразрешённых проблем и любых других беспокойств. Выполняя карма йогу, человек может столкнуться с разными испытаниями и переживаниями — хорошими или плохими. Испытания, возможно, проявят вашу нерешительность, слабости, помогут узнать нынешние пределы вашей силы воли и терпения, то есть будут служить самопознанию. А чувство удовлетворения, облегчения и освобождения от хорошо исполненной работы придаст чувство уверенности в себе. Вы перестанете бояться нового дела и новых положений. Это будет учить вас Освобождению.

Именно посредством карма йоги, бескорыстного действия, ваши умственные и эмоциональные затруднения выявляются, понимаются и избываются. Карма йога создаёт условия, в которых можно начать работу по

их удалению. Даже от умеренной карма йоги появляется уравновешенность, вырастает собранность и способность к сосредоточению и созерцательным упражнениям и приближается возможность созерцательного опыта.

Работа становится способом очищения ума и преддверием высшего сознания. Именно об этом говорил Свами Сатьянанда: «Работа может становиться источником счастья, если узнают её как переправу к духовному просветлению — самадхи. Карма йога — это выходное отверстие для своих разнородных самскар».

Вы можете строить дом, церковь, приют, создать детский или просветительский кружок, выступать с лекциями, писать в уединении какую-то историческую, литературную или публицистическую работу, письмо или заметку в газету, принять на себя обет поддерживать отечественного производителя, воздерживаясь от покупки импортных товаров, очищать природу от хлама... Но довольно разговоров!

Человек должен грудиться, но в то же время стараться преобразовывать свой труд в карма йогу. Тогда он будет очищаться, упражняться и совершенствоваться в йоге осмысленно и почти непрерывно.

Наше поведение — следствие нашего умонастроения. Как переустроить ум, чтобы в нём было поменьше дурных побуждений, напряжений, столкновений?

Корни нарушений нравственных правил лежат глубоко в подсознании и, согласно йоге, обусловлены пятью его недугами (клеша). Задача стремящегося к совершенству — не столько избегать внешних запретных действий, сколько выкорчевывать корни, пускающие ростки враждебности, лжи, стяжания и т. д.

Сейчас уже никто не отрицает, что хотя бы в пределах одной личности подавленные эмоции не исчезают, но становятся напряжениями в подсознании человека. И тогда на внешние события или явления человек отзывается болезненно, невротически. Эмоциональные же нарушения почти всегда сопровождаются психосоматическими.

Враждебность и агрессивность (*химса*) ведёт к резкому впрыскиванию адреналина в кровь. Это вызывает целую бурю в организме: усиление сердцебиения, повышение кровяного давления, уровня сахара в крови, подавление желудочной секреции, увеличение напряжённости мышц и др. Поэтому люди, склонные к насилию в открытой или скрытой форме, чаще страдают сердечными болезнями, язвой желудка, гастритами, раком, алкоголизмом и наркоманией. Обратная сторона насилия — страх — изменяет флору и состав ферментов кишечника, ведёт к нарушениям половой сферы, запорам и т. д. Незрелость эмоциональной сферы (то есть

эгоизм) связан с недостатком в организме соматотропного гормона, а задержки речи, которые часто имеют причиной несоответствие мысли и речи (то есть неправду), — тиреоидных.

Сказанная неправда изменяет биоэлектрические потенциалы мозга и кожи. На этом основано действие так называемых «детекторов лжи». Но, несомненно, это проявляется и в других нарушениях сложного и целостного единства, называемого «человек». Как говорит русская поговорка, «грешное тело и душу съело».

За основу этого раздела взяты некоторые материалы Бихарской школы йоги. Однако многие части в них написаны западными учениками для западного читателя на упрощённом языке с сильным душком современной религии Запада — психоанализа. К тому же понимание йоги только как «техники» ведёт к пониманию и человека как механизма или прибора, а управления человеком — как технологии или программирования. Такое сравнение человека даже с самым совершенным прибором или компьютером не есть ли показатель подчинённости нынешнего «цивилизованного» человека технике? Сейчас воспринимаются как «нормальные» такие формулы на псевдонаучном языке, как «нейролингвистическое программирование», «коды ментального программирования»...

Разумно, что у большинства наших людей (исключая, может быть, узкий слой программистов и технарей) слово «программирование» вызывает неосознанные отрицательные чувства и опасения. Ещё бы: программирование сознания у нас всегда было практикой власть предержащих. Вспоминаются программы партии, программы построения коммунистического общества, продовольственная программа, программа «500 дней» или «программа реформ». Коды у некоторых тоже связываются с некой шпионской деятельностью или гипнотическим внушением, кодированием от пьянства или курения. Да и в слове «ментальное» есть что-то от «мента», милиционера. В любом случае сознание предупреждает: это что-то, чего бы лучше избежать.

Если человек не будет творцом — будет функцией.

Поэтому мы предпочитаем говорить о некоторых правилах обустройства ума.

В Йога сутре к ним относятся противоположное представление (*pratipakṣa bhāvanā*), дружественность (*tnaitri*), сострадательность (*karunā*), радость (*muditā*), безразличие к чужим порокам (*upekṣā*).

Противоположное представление означает, что любой приходящей

дурной мысли следует противопоставлять добрую противоположную, вытесняя таким образом дурные мысли. Поймав себя на такой мысли, «*пусть он думает: „Оставив ложные помыслы, я, подобно собаке, вновь предаюсь им. Как собака к собственной блевотине, так и я вновь возвращаюсь к тому, от чего я избавился»*» (Вьяса, на Йога сутру, 2.33). Но так как причина пороков человека и его страданий — ложные помыслы, то и самый короткий и верный путь к их устранению — противоположные добродетельные мысли. Вьяса так выражает их: «*Поджариваемый на раскалённых углях сансары, я прибегаю к защите практики йоги, даруя безопасность всем живым существам*».

Дружественность или доброжелательность состоит в приучении ума думать обо всех существах как о друзьях и сохранять не просто добрые, но дружественные отношения с окружающими. Нужно также сострадать им в их страданиях и желать им радости и счастья. На людские же недостатки и пороки не обращать внимания и относиться к ним с безразличием или равнодушием. Этим правилом избегается столь распространённая опасность превратиться в борца с чужими пороками, забывая о своих.

Постарайтесь не делить действия на возвышенные и мешающие «духовному просветлению», относя к последним обычные ежедневные и всякие неприятные вам действия и избегая их. Относитесь к действиям, которые вы обязаны или вынуждены выполнять в этом мире, как к прекрасному средству отвлечь бурный ум от существующих в нём волнений, тревог, очагов страха и прочих напряжений, которые могут его «закоротить». Именно действиями мы можем медленно укротить необузданный ум.

Выполняя свой труд и обязанности, также старайтесь быть сознательным. Ваш план ежедневной жизни должен быть таким: действовать и мыслить, но по возможности всегда следить за своими действиями, чувствами и мыслями и не связываться ими. Будьте беспристрастным и даже в какой-то мере бесстрастным наблюдателем ежедневных мыслей, эмоций и действий. Пусть мысли и эмоции возникают без предубеждений, предрассудков, осуждений, порицаний и т. п. Пусть все эмоциональные всплески, встряски, воспоминания выходят на поверхность из подсознания. Не пугайтесь их и не отзывайтесь на них. Подавляя или осуждая их, вы только усилите их заряд и подпитаете их устойчивость своими эмоциями.

Непривязанность — это важное качество, которое вы должны воспитывать в себе постепенно.

Следует придерживаться своего долга (свадхарма) и выполнять его

согласно вашим способностям как можно лучше. Вмешиваться в чужие дела и выполнять дело другого человека, даже если вы могли бы сделать его лучше или более легко, в большинстве случаев не стоит. Вы можете обольщаться, что помогаете кому-то, делая за него его работу. Но вашим побуждением может быть желание похвалиться своими способностями и умением, а работа за другого — привести, например, к тому, что тот потеряет самоуважение, уверенность в своих силах или приобретёт лень и хитрость пользоваться чужим трудом.

Карма йогу не следует, да и невозможно отделять от других видов йоги. Карма йога может быть ядром совершенствования, к которой мы можем присоединять упражнения или средства других видов йоги. Такие разновидности йоги, как хатха, бхакти, мантра йога и другие естественно дополняются карма йогой, как и она — ими. Тогда они начинают взаимно усиливать друг друга.

Наблюдайте своё отношение к людям вокруг и к окружающей обстановке. Это будет увеличивать вашу способность удерживать сознательность в ежедневной жизни. Последите, как ваша привязанность к внешним вещам, внешнему виду и обликам в ущерб внутренней сути может привести ко многим неприятностям. Поэтому *постарайтесь уменьшить свою потребность видеть счастье во внешних вещах*. Это не значит, что вы должны отбросить внешние вещи. Несвоевременное отречение от внешних вещей может привести к подавленности, что вреднее и часто сильнее привязывает ум к предмету или личности, чем счастливое обладание. Поэтому вы не должны взваливать ношу отречения на свою неокрепшую волю, пока не научились выносить без особого волнения повседневную жизнь с её обретениями и потерями.

Отказ благотворен, но, прежде всего, не от вещей, а от ненужных вещей; не от действий, чувств и мыслей, а от лишних, вредных, ослабляющих, унижающих действий, чувств и мыслей; не от личности, а от безразличия к её месту в духовной жизни.

Отрешённость приходит не от вашего решения, а от познания Того, что управляет вашими решениями.

Найдите свои наибольшие потребности, желания и привязанности. Будьте беспристрастны к себе, насколько можете. Поймав себя, например, на взволновавшем вас чувстве страха, гнева или жадности, постарайтесь проследить, какое событие его запустило и из какого источника оно пришло.

Пусть приятное обретя — не ликует, не потрясается неприятным.
Стойкий разумом не блуждает, зная Благо, во Благое стоек.

Бхагавадгита, 5.20

Ещё не свободный от тела, кто уже здесь способен
желание, гнев пересилить — тот собран, тот счастлив.

Бхагавадгита, 5.24

Одно из правил совершенствования — избегать привязанностей. Этот закон в какой-то мере проявляется в обыденной жизни. Мы устраиваем нашу жизнь так, чтобы поменьше связываться с неприятными нам людьми и поменьше ввязываться в неприятные дела. Предпочитаем же общаться с соответствующими нашим убеждениям, удобствам и жизненным склонностям людьми и искать не раздражающие нас положения. Это, может, и хорошо для безраздельно увлечённых действием в этом мире, но для начавших исследовать мир внутренний — не очень. Ибо они продолжают жить в мирке, устроенном их предубеждениями и предрассудками, и ещё больше усиливают их. Особенно следите за тем, как на вас воздействуют люди, почему-то неприятные вам или с которыми вы не ладите.

Не избегайте затруднительных положений, хотя и не лезьте в них намеренно. Рассматривайте такие положения и врагов как величайших учителей. Они ясно выносят на поверхность вашего ума скрытые побуждения, предубеждения, предрассудки и слабости. Очень немногие люди могут осознать в полной мере своё мировоззрение и свою обусловленность. Поняв это, мы получаем возможность их изменить.

«Как хотите, чтобы с вами поступали люди, так и вы поступайте с ними» (Лк., 6.31). На основе этого изречения Кант, а за ним многие философы составили нравственный императив, или «золотое правило нравственности». А. Гусейнов выразил его так: «(Не) поступай по отношению к другим так, как ты (не) хотел бы, чтобы они поступали по отношению к тебе».

Старайтесь не смотреть на людей только как на орудия ваших интересов или средства извлечения вашей выгоды. Поймите: другие люди действуют соответственно своему умственному устройству, а не вашему. «Во всякой избушке свои поскрипушки». У них есть свои интересы, а не ваши. «Кому нравится поп, кому попадья, а кому попова дочка». В их поведении вы наблюдаете внешнее проявление их умонастроения. В этом они не отличаются от вас, разве что устройство их ума несколько отличается от вашего и, может быть, более жёстко. Если вы сейчас понимаете, что

можете быть независимы в какой-то мере от своей умственной обусловленности, то они, возможно, просто ещё не поняли этого и не могут поступать иначе. Не приклеивайте людям ярлыки: тот глупец, тот подлец, тот эгоист, тот пессимист, тот вампир... Это частные и временные проявления их истинного существа. Мудрый же

.. К приятелю, другу, посреднику, врагу, союзнику, непричастному, праведнику и грешнику равномыслием отличается.

Бхагавадгита, 6,9

Если вы сумеете лучше понимать и принимать людей, они, в свой черёд, станут относиться к вам так же. И даже если вы ничего не будете говорить или как-то внешне проявлять свою благожелательность, люди почувствуют это.

Большинство людей отождествляют себя полностью со своим умом и телом. Они не замечают или не обращают внимания на разум, лежащий в основе всего, что они делают. *Не отождествляйте себя полностью со своими действиями, телом, умом.* Тело, которое диктует вам свои условия, — это только ваша доля. Дела, которые вы обязаны выполнять, — это шлейф ваших мыслей, тянущийся из прошлого. Ум, который вы стараетесь изменить, — ещё более тонкая часть вашего существа. Но если вы можете его наблюдать и как-то на него воздействовать — значит, он нечто меньшее и подчинённое по сравнению с вашим разумом, зрящим происходящее в вашей жизни. Когда тело и ум будут очищены от загрязнений, налипших в блужданиях и заблуждениях, вы сможете отождествиться со своим ясным разумом.

Среди мыслей, которые рассеивают ум, огромное место занимают 1) мысли о прошлом и 2) замыслы на будущее. Человек корит себя за прошлые ошибки и неудачи, казнит за прошлые слабости, плачет об упущенных возможностях и утраченных радостях, вновь и вновь переживает прошлые обиды, возвращается памятью к приятным событиям.

В другие мгновения человек мечтает о несбыточном, строит воздушные замки, уповая на невесть откуда могущую прийти удачу или помощь, — только для того, чтобы не думать о действительно нужном и важном.

Не таскайте за собой тоску, как сундук со старыми клопами. Не проливайте слёз о прошлом. Прошлое — прошло.

Не предвкушайте будущее, не забегайте вперёд, не делите шкуру неубитого медведя. Предугадывание и перебор возможностей полезны, но

они должны служить достижению, а не игре воображения.

Старайтесь жить настоящим. Не воспоминаниями, не мечтами, не сиюмоментным, не выдуманым, а настоящим.

Не рассуждай, не хлопочи!...
Безумство ищет, глупость судит;
Дневные раны сном лечи,
А завтра быть чему, то будет.
Живя, умей всё пережить:
Печаль, и радость, и тревогу.
Чего желать? О чём тужить?
День пережит — и слава Богу!

Ф.И. Тютчев

Постарайтесь прожить каждый миг своей жизни как можно полнее, с нерассеянным вниманием. Избегайте делать несколько дел вместе — например, есть и читать. Что бы вы ни делали — мытьё рук, посуды или пола или упражнения хатха йоги, — старайтесь не думать «когда же это всё кончится?» и уже обдумывать новое, например, что приготовить на завтрак. Радуйтесь каждому действию (или, по крайней мере, проявляйте интерес к нему) в тот миг, когда вы делаете его. Научитесь радоваться даже тому, что вы существуете, и каждое действие — проявление вашего существования.

Я действую, я наслаждаюсь
образом, коим в мире являюсь:
счастливый, несчастный, здоровый, больной,
умный и глупый, добрый и злой —
верой такой независимый существует, —

сказано в Дхьянабинду упанишаде.

Исходя из правила самоудовлетворения, радость — гораздо лучший способ самовоспитания, чем самонаказание.

Вы можете попробовать несколько странноватый и будто бы не очень серьёзный созерцательный приём, который очень действенен для того, чтобы отделить или отдалить вас от затянутости или захваченности явлениями и потребностями вашей жизни. Некоторые страдают, что они не могут найти время для личного совершенствования: «быт заедает», «текучка затягивает». Делая какое-то дело — неважно какое, будь то готовка, еда,

стирка, прогулка или работа, — вы можете постоянно припоминать и повторять про себя выражение: «Я делаю то-то и то-то и чувствую радость!» Например, «я варю обед и чувствую радость», «я мою пол и чувствую радость!»

Но при этом надо иметь в виду, что когда человек пытается самосовершенствоваться, поначалу он почти непременно проходит стадию повышенной чувствительности и раздражительности. Вместо того чтобы стать спокойнее и добрее, кажется, увеличивается нетерпимость, появляется всё больше поводов для столкновений с окружающими. Это то, что в христианстве называлось искушением, а в медицинских терминах можно сравнить с кризисом. Когда начинают преобразовывать ум, скрытые побуждения, которые раньше были хроническими, переходят в воспалительную стадию. Совет знающего, сознательность, умеренность, терпение помогут преодолеть этот перевал.

Не бойтесь совершать ошибки. Когда люди перестают действовать из-за боязни ошибок и грехов — это болезненное явление.

Если есть высшая и верная цель, ошибки тоже могут послужить познанию.

Чтобы в раковине выросла жемчужина, нужно, чтобы туда попала соринка.

Прежде чем бабочка полетит, она должна поползть гусеницей.

Малышу надо не раз упасть, чтобы научиться ходить.

Америку открыли, когда искали Индию. Ньютон полагал посредником в действии между телами Бога, что не помешало ему создать механистическую теорию тяготения. Карно на основе веры в теплород создал вполне применимую термодинамику, а Максвелл, веря в светоносный эфир, создал электромагнитную теорию. Увлечение индийской культурой в Европе началось с издания во Франции в 1778 году подделки — якобы перевода Яджурведы, имевшей весьма малое отношение к оригиналу.

Заблуждение лучше, чем предубеждение. Ибо, заблудившись, можно спросить кого-то и выйти на верный путь. Предубеждение же всегда говорит: верной дорогой идёте, товарищи!

«Ложные установки и являются причиной существования» (Вьяса, на Йога сутру, 4.30).

«Не следует презирать себя за прежние неудачи; надо до смертного конца стремиться к счастью и не считать его труднодостижимым» (Законы Ману, 4.137).

Вероятно, не все эти советы и не всех вдохновят на следование им. Но если вы всё же попытаетесь согласно им внести изменения в свою жизнь, вне зависимости от успеха, вы получите, по крайней мере, две пользы: 1) не будете смешивать свою жизнь и свои действия со своим действительно существующим существом; 2) получите хотя бы небольшой опыт управления своим чувствами и поступками.

А может быть, вам придёт в голову странная мысль, что мир, который нам кажется таким независимым от нас, полным неприятностей, опасностей и страданий, косным, неизменным из-за бесчисленности происходящих в нём изменений, может измениться из-за изменения всего-навсего точки зрения и умонастроения.

Не принимайте мир слишком серьёзно! Но и не отвергайте слишком сурово! Незачем с ним бороться, неумудро его бояться, глупо за него цепляться, незачем его спасать. Не вы должны нуждаться в мире, а он в вас.

Стара, как мир, мечта о рае на земле! Прекрасно заблуждение о всеобщем счастье!

Был райский уголок: зелёный лужок с весёлым ручьем в окружении тёплых от солнца сосен. Но вот пришла сюда толпа — и коричневой жижей стал ручей, золотистые стволы — кургузыми пнями, лужок — вытопанным и захламленным плацем с чёрными плешинами кострищ.

К счастью нет мощеных дорог. К Истине не ходят толпой. Разве увидишь её, пихаясь локтями?

НРАВСТВЕННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ — ДВИЖЕНИЕ К СВОБОДЕ

Добродетель может прийти только из Свободы.

Кришнамурти

Меньше всего нам хотелось бы, чтобы наши рассуждения о моральных основах йоги стали нудным морализированием: вот это надо делать, а то — ни-ни! И всё-таки — надо же в конце вывести хоть какую-то мораль!

Посему — несколько заключительных напоминаний. Нравственные основы йоги представляют глубоко продуманную и проверенную опытом совершенных систему необходимых для дальнейшего продвижения в йоге представлений и упражнений. *Они взаимно и гармонично связаны и*

согласованы между собой, взаимно подчинены и дополняют одна другую. Неправильно и несправедливо выделение и возвеличивание одного принципа при пренебрежении остальными и в ущерб им.

Нравственность — необходимое следствие развития духовного понимания, она неразрывна связана с самопознанием. Каждое правило — это материал для сознания, сосредоточения и соотнесения своих поступков с идеалом. Обретающий всё более глубокое самопознание часто сталкивается с такими нравственными трудностями, которые не разрешаются запретами десяти библейских заповедей или другой этической системы. Поэтому неведение становится грехом (К. Юнг). И даже ошибка, но осознанная и послужившая познанию, более ценна, чем следование плакатным или иконным образцам добродетельного поведения. Более того, именно такие безжизненные приказные образцы, внутренне не поняты и не принятые, рожают соблазн искать свободы в безнравственном поведении. Тяга к «запретному плоду» объясняется современной психологией как противодействие личности внешнему ограничению её свободы выбора.

Цель «впрягшегося в упряжку» йоги — достичь цельности, единства Бытия-Смысла-Блаженства (*сам-чид-ананда*), а не по отдельности — совершенного невреждения, совершенного целомудрия, бескорыстия и т. д. Стать не праведником, а самим собой, выполнить свой долг, а не чужой.

По многим причинам — психологическим, историческим и другим — осознанное следование этой цели для большинства занимающихся йогой в нашей стране ещё только возможность.

Мы постоянно должны иметь в виду цель жизни и йоги, иначе смысл наших занятий извращается. Нам кажется, что мы тренируем волю, а мы усиливаем черствость или жестокость. Кажется, что становимся сильнее, а на самом деле — грубее. Ненасилие обращается в самоунижение, самоуничтожение или потворство насильнику, правдивость — в бестактность и хамство, нестяжание — в иждивенчество, воздержание — в самоистязание или самолюбование.

Некоторые, узнав, что наиглавнейшая заповедь йамы — невреждение, делают вывод, что и начинать надо с доведения её до совершенства, доводя часто своё старание до мании. Однако в разных мироустройствах, в разных условиях, в разное время и другие принципы могут стать главенствующими. У нас и для нас, думается, наиболее важен принцип правдивости.

Одно из главных заблуждений относительно нравственных идеалов и правил — их абсолютизация вне зависимости от условий, времени, своих способностей, сил и общественных обязанностей. Всякая абсолютизация более вредна, чем верна. Именно здесь корень фанатизма и догматизма, превозносящего букву над духом и приносящего не знание, а заблуждение,

не свободу, а рабство. Если одни думают: «Сила есть — мораль излишня», — то жертвы оправдывают себя: «Силы нет, зато я высокоморален».

У людей разные нравы, разная глубина понимания нравственных правил, и разные нравственные требования предъявляются к воину и к мыслителю, к мирянину и к отшельнику.

Но многие не могут даже приступить к йоге из-за боязни своего несоответствия каким-то нравственным идеалам. Они решают «нравственные вопросы», сидя на диване и представляя ситуации, в которых должно поступить так-то и так-то, соответственно древним образцам. Они так мучаются этими вопросами, словно им каждый день приходится какого-то убивать, воровать или развратничать. Так долго мучаются, что, когда действительно настает время действовать, они с облегчением отбрасывают столь долго мучавшие их вопросы морали.

То, что вы не соответствуете идеалу, не значит, что вы законченный негодяй. Совершенство йамы и нийамы может быть осуществлено только совершенным йогиним, поэтому не надо брать на себя непосильных задач и не стоит отчаиваться от возможных срывов и неудач. Если уж последнее произошло (а проявления кармы, часто называемые случайностью, могут быть весьма неожиданны), разумнее воспринимать такие падения не как наказания, а как указания на наши скрытые слабости, которые мы получаем возможность осознать и преодолеть. Небесполезно при этом иметь в виду, что, согласно индийскому мировоззрению, в жизни человека есть времена, когда он вкушает плоды, то есть следствия кармы, и считается, что тогда новая карма не рождается. Если вы не в силах удержаться от неблагоприятных поступков — творите ли вы новое или расплачиваетесь за старое?

«Если бы двери рая были открыты только для святых, думаю, это было бы величайшим огорчением для Бога. Он мог бы ждать и ждать. Было бы очень немного вошедших в рай, поскольку развитие человека не завершено и он страдает от нетвердости воли. Он несовершенен. Если бы двери ада были открыты для каждого грешника, здесь, конечно, были бы трудности с народонаселением» (Свами Сатьянанда).

Истинная нравственность — не та, которую долго обсуждают и выпячивают на людях, а та, которой следуют в одиночестве.

Нравственные вопросы надо решать по мере их возникновения в жизни, а не пустым умствованием. Разумнее начинать с того, что понятнее и лучше получается. Одному лучше будет уделить основное внимание воспитанию в себе правдивости, другому — щедрости, третьему — смелости, успехи в которых будут даваться им с меньшими усилиями и быстрее и осязательнее «поощрять» их. И, опять же, руководствоваться надо мыслью, что сохранение ясного сознания и познание Истины важнее телесной чистоты и

догматических правил.

Надо уметь видеть за очевидным движение к истинному. Людоед, перешедший на питание говядиной, сделал великий шаг к ахимсе; пустившийся в коммерцию или мотовство Плюшкин — к астейе и апариграхе; «великий мастурбатор», заведший даже несколько любовниц, — к брахмачарье.

Для жизни очень важная стратегия — «правило шипа». Мы можем взять колбочку, чтобы вынуть другую. Потом обе отбрасываются. Чтобы стать независимым от мира, нужно научиться принимать и понимать его.

Иама и нийама — своеобразный фильтр, поставленный для того, чтобы не допустить людей с низкими нравственными качествами к даваемым йогой силам. Это своего рода самозащита учения от дискредитации и деградации и тем самым — и от мира. Препятствия на пути к йоге — «убийство и прочие (действия), совершённые, вызванные и одобренные вследствие алчности, гнева или неведения» (Йога сутра, 2.34). Пренебрежение же ими может быть попросту опасным и тем более опасным, чем выше человек поднялся по другим ступеням йоги.

Нравственные упражнения йамы и нийамы — это не только подготовка к следующим ступеням йоги, но и проверка правильности продвижения. Если у занимающегося возникают соблазны нарушить эти принципы ради каких-то эгоистических целей и, вместо того чтобы становиться сильнее, добрее, щедрее, правдивее, человек грубеет, впадает в злобу, скупость, скрытность и порождает всё больше конфликтов и врагов — своих личных и йоги, — это знак, что он заблуждается и что ему нужно развивать противоположные качества, начиная даже не с поступков, а с воспитания в своём уме противоположных мыслей.

«Способ устранить их (препятствия) — думать о противоположном (*pratipaksa bhāvanam*)» (Йога сутра, 2.34). То есть не о том, что, мол, «я плох», «я грешник», «я слаб волей» и не хочу больше таким быть. Увы, при такой постановке задачи её выполнение оказывается весьма трудным. Попробуйте «не думать о кошке в тёмной комнате». Отрицание «не» не спасает от её образа. Индийские писания и учителя не раз повторяют: кто говорит о себе как о связанном — тот связывается, когда вы говорите о себе как о грешнике — вы грешите. В этом правиле скрыто мудрое понимание *действительности и действенности мысли*.

Изменив отношение, мы можем избавиться от многих горестей. И это будет не просто самовнушение. В начале этой работы говорилось о том, что сознание представляет собой неотъемлемую составную часть Вселенной.

Каждая наша мысль вплетается в узор мира. Познавая мир, мы его изменяем. Он изменчив по природе, так пусть уж лучше изменяется к лучшему нашими мыслями!

Но при этом нужен правильный и постепенный подход, иначе вместо добра вы принесёте вред себе и миру. Не позволяйте пользоваться вашей добродетелью ради корыстных целей! Не корите себя за негодование на злодея, подлеца, лжеца. Не начинайте с того, чтобы «по-доброму» относиться к ворам, сквернословам и пьяницам. Начните с не столь трудной задачи. Сначала лучше мысленно желать блага лучшим или тем, с кем вы чаще общаетесь, улучшать отношения с ними. Задача не такая уж малая и простая, ибо проявить добрые чувства часто мешает застенчивость. Рамакришна считал такой ложный стыд большим препятствием на пути к йоге.

Всякое навязанное — религиозным обычаем ли, церковью, авторитетом, страхом ли перед общественным осуждением или карой в этом или том мирах — исполнение нравственных правил — не так уж плохо, но это всего лишь подчинение. Пока нравственные правила воспринимаются таким подчинённым как идущие извне и ограничивающие его свободу обязанности, они непрочны или лицемерны. Когда навязанное слишком давит, происходит бунт! И в хаосе бунта разрушаются даже немногие собственные добродетели.

И хотя нравственное послушание, казалось бы, лучше для общества, чем разнузданное поведение, если нравственные правила не ощущаются человеком как внутренняя потребность и свобода, они сплошь и рядом обращаются в средство подчинения человека.

Пока человек рассматривает нравственные требования и правила только как *обязанности*, как своего рода «долговые» *обязательства*, необходимые для исполнения, но являющиеся обузой для благополучия, он *обязательно* проигрывает тем, кто не отягощён обузой нравственных обязательств в достижении эгоистичных целей. Такие люди всегда используют религиозные и этические правила, чтобы держать в подчинении тех, кто чувствует необходимость им следовать, а в обществе, где они властвуют, господствует лицемерие или угнетение.

Мы чувствуем великую тягу воли, но не научились свободе.

Свобода в санскрите, славянских и некоторых других индоевропейских языках — это «своё бытие» и (или) «бытие среди своих».

Нам надо научиться сословному порядку. Конечно, не так, чтобы сословность назначалась (партийную номенклатуру как высшую касту мы уже проходили) или наследовалась, а как свободной творческой

деятельности людей различных призваний ради общего блага. Действуя в соответствии со своим призванием, познавший расширяет свободу для добрых и добродетельных.

Это не «поступать как желаю», а уметь поступаться своими желаниями ради понимания и свободы. Нам надо научиться приводить своё поведение к слаженности долга, пользы и удовольствия, а не «всё или ничего» — как мы привыкли. Это хорошо для немногих.

Нравственные правила йоги нами рассматривались всё же с большим упором на их общественные проявления. Однако эти правила немного бы значили, если бы не коренились в самом существе человека.

Долгое время в науке господствовал взгляд на сознание новорождённого как на чистый лист бумаги, а на смерть — как на прекращение всех сознательных процессов и обращение человека в ничто. Что бы ни говорили, это нанесло огромный урон нравственности.

Злодеи, подлецы, разрушители мира надеются, что можно скрыть свои злодеяния за смертью. Невежественных и слабых эта идея лишает надежды на возможность преодолеть свои заблуждения и слабости.

Пребывать умом в тесной клетке телесного существования так же вредно для здоровья человека, как малоподвижная жизнь. Думающий только о себе заключён в себе как в тюрьме. Утратив ощущение единства со всем сущим, перестав стремиться к познанию, творчеству и добродетели, человек отделяется от живительного источника вселенской силы, откуда он черпает и своё здоровье.

Сейчас всё больше учёных склоняются к мысли, что на устойчивость генов оказывает влияние состояние окружающей человека природы и его личное поведение: употребление алкоголя, наркотиков, курение, болезни, стрессы разрушают не только его *тело, но и* его потомство. В Индии это назвали бы «семенами кармы». Но раз генную структуру можно поранить, то, наверное, можно и поправить добрыми мыслями и поведением. Грязь и болезни удаляются чистотой, необходимость химикатов и пестицидов отпадает с ограничением потребностей, нервные срывы исключаются, если человек поступает в согласии с природой и своей совестью. Правила йамы и нийамы йоги как раз и позволяют достичь такого согласия с природой.

Так как, согласно аюрведе и йоге, тело, которое, по современным научным представлениям, обновляется примерно каждые пять-семь лет, есть как бы сгущение сознания, то можно предположить, что пять-семь лет изменения мыслей к лучшему должны как-то изменить и качество тела. Обычный срок подвижничества в индийских учениях и религиях — 12 лет,

видимо, делает эти изменения к лучшему устойчивыми и необратимыми.

Не говоря уже об изменениях умственных. Нравственные правила йоги есть способ управления сознанием. Следование им — в действии, речи и мысли — уменьшает психические помехи познанию и усиливает волю и интуицию. Избавление от вражды и столкновений (прежде всего в собственном сознании) делает возможным воспринимать мир без искажений, правильно вести себя в нём, сохраняет здоровье, даёт мудрость, ощущение покоя и счастья.

Дело следует делать так, чтобы от него отделаться.

Отделаться — не от дел удалиться, а от их последствий.

От речи отречься — это хранить мысленное молчание.

От решений отрешиться — значит поступать без пристрастия.

Обеты и обязательства йамы и нийамы — не сковывающие человека запреты, а ступени к Освобождению. Нравственному человеку открывается истина большая, чем наслаждение, польза и даже порядок.

Разумное выполнение правил йамы и нийамы вместо трудной обязанности становится радостью самопознания, самоуправления и свободы.

Нравственность зависит от нрава. Но освобождение — не нравственно, не безнравственно, но вненравственно.

Свободный становится самодержцем (*сварадж*), то есть управляющим самим собой. Он не подчинён нравственности, а творит её часто вопреки застывшим канонам, но в соответствии со вселенским законом. Эту мысль подтверждает и русская поговорка «праведнику закон не лежит». Его природа ясна, беспорочна и направлена на благо всех существ. Самодержец поступает — умом, словом, телом и делом — одновременно как желает, как полезно, как должно и для Освобождения.

Эта цель, кажущаяся почти недостижимой, в меньшей степени, но проявляется во всех, кто искренне и верным путём стремится к Истине.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ПРАВИЛА ПРАВСТВЕННОСТИ

Йама

Брихадараньяка упанишада (5.2.3): самообладание (*datna*), даяние, щедрость (*dāna*), сострадание (*dayā*).

Чхандогья упанишада (3.17.4): невреждение (*ahimsa*), правдивость (*satya*), даяние, щедрость (*dāna*), подвижничество (*tapas*), прямота (*ārjava*).

Ману смрити (10.63): невреждение (*ahimsa*), правдивость (*satya*), нестяжание (*asteya*), сдерживание чувств (*indriyagraha*), чистота (*śauca*).

Ману смрити (4): невреждение (*ahimsa*), правдивость (*satya*), прямота (*ārjava*), вежливость, приятность (*madhurya*), незахватывание (*asprhā*), самообладание (*dama*), терпение (*ksamā*), сострадание (*ānrsansya*), созерцание (*dhyāna*), ясность (*prasāda*).

Нийама

Ману смрити: чистота (*śauca*), жертва (*ijyā*), подвижничество (*tapas*), щедрость (*dāna*), самообучение (*svādhyāya*), сдерживание чувств (*upasthanigraha*), выполнение обетов (*vrata*), пост (*upavāsa*), молчание (*mauna*), омовение (*snana*), негневливость (*akrodhd*), послушание учителю (*guruśuśrusa*), чистота (*śauca*), умеренность в еде (*ahāralāghava*), внимательность (*apramāda*).

БХАГАВАДГИТА О КАРМА ЙОГЕ

1. Арджуна сказал:

Если ты, о Людей Побудитель, выше дел разум¹
ставишь, зачем на ужасное дело меня,
Кудрявый, склоняешь?

2. Речи странным противоречьем мой разум ты

как бы смущаешь; одно поведай определённо:
как поступить мне лучше?

3. Свет-Благодатный сказал:

В этом мире два вида веры возведены Мной,
Безупречный: целость знания² — для
рассудочных, целость действия³ — для цельных.

4. Избегающий дел человек не осуществит

бездействия, ибо одним отречением
ещё не стать совершенным.

5. Ибо никто даже мига не может пробить

бездеятельным, невольно делает дело —
всё из-за свойств, рождённых природой.

6. Кто проявления чувств подавил, но сидит, умом

вспоминая цели чувств, — тот запутавшийся,
поступающим ложно зовётся.

7. Того, кто, чувства умом подчинив, удерживает,

о Ярый, действия чувств обобщением действий,
считают несвязанным.

8. Необходимое делай дело — дело ведь выше

бездействия: даже и отпавлений тела
не исполнишь, бездействуя.

9. Кроме действий, что ради жертвы, мир действием

связан; поэтому дело производи,
от связанности свободный.

10. Вместе с жертвой твари создав, молвил некогда

Тварей Владыка⁴: «Множитесь ею, пусть она

¹ Буддхи

² Джняна йога

³ Карма йога

⁴ Праджapati.

- будет искомым желаньем дойти¹«.
11. Ею богов удовлетворяйте, те боги пусть вас
удовлетворяют, удовлетворя друг друга,
достигнете высшего счастья.
 12. Услады желанные боги дадут вам,
удовлетворённые жертвой, кто же использует
данное ими, не отдавая, — вор тот.
 13. Жертв остатки съедая, святые² избавляются
от недостатков, но грязь едят нечестивцы,
для себя лишь готовя (пищу).
 14. Существа существуют пищей, пища от дождя
бывает, дождь бывает от жертвы,
жертвы источник — деянье³.
 15. Знай, деянье идёт от Благого⁴, сам Благой
рождён Нерушимым⁵, посему вездесущее Благо⁶
вечно стоит на жертве.
 16. Кто этого круговращения здесь вращенью
не помогает, дурноживущий, тешащий чувства,
тщетно, Землянин, живёт тот.
 17. Кто же Самим наслаждается и Самим
насыщается, только Самим умиротворился —
действующим не является.
 18. У него здесь цели ни в деле, ни в безделии
не бывает, ни в каком существе он
не ищет опоры или богатства.
 19. Так, несвязанный, постоянно делай должное
дело, ведь муж⁷ несвязанный, дело верша,
Высшее обретает.
 20. Ведь делом лишь Джанака⁸ с прочими
совершенства достигли, также в виду
сохранности мира ты действовать должен.
 21. Что совершает лучший — то и всякий
рождённый, какой он пример подаёт —
такому мир следует.

¹ Камадхук, корова желаний.

² Санга.

³ Карма

⁴ Брахман (м. р.), Бог-творец

⁵ Акшара, также слог ОМ

⁶ Брахман (ср. р.), Безусловное Бытие.

⁷ Пуруша, другое значение — Дух.

⁸ Царь Видехи, прославившийся своей праведностью.

22. Нет ничего в трёх мирах, чего бы свершить
Я должен и чего бы не мог совершить,
но Я в делах пребываю.
23. Ибо если не буду следовать Я делам
непрестанным, последует вслед за Мною
человечество, Партха, всецело.
24. Эти миры бы распались, если б Я дела не делал,
(Я) стал бы творцом (варн) смешенья
и созданий уничтоженья.
25. Как неразумный, связанный делом, действует,
Бхаратич, так разумный, несвязанный,
действует ради сохранности мира.
26. Да не смущает (он) разум¹ незнающих,
привязанных к делу, свершая дела все, сведущий,
к довольству ими пусть побуждает.
27. Природы свойствами-гунами всецело
производятся действия, обманутый своим «я»
отдельным, «Я — деятель!» — мыслит.
28. Но кто ведаёт суть, долгорукий, свойств и дел
разделенья, «Обращаются свойства в
свойства», — не запутывается, поняв так.
29. Обманутые природы свойствами запутываются
в действиях свойств, их, слабых, совсем
не ведающих, всеведающий да не волнуется.
30. Мыслью² о Самом главном³ Мне все дела
оставляя, неувлечённым став, беспечальным,
сразись, горячности избегаю.
31. Те люди, кто Моему ученью следуют неуклонно,
с верой, неропщущие, они избавляются
даже от действий⁴.
32. Но те, кто, ропща, не следует Моему ученью,
любым знаньем обмануты, знай,
бессмысленно погибают.
33. Даже знающий поступает согласно своей
природе, природе подвержены все существа —
к чему приведёт подавленье?
34. Чувству чувственной цели страсть-отвращенье
присущи, пусть их власти не поддаётся,

¹ Буддхи.

² Четаса.

³ Адхьятма.

⁴ Возможен вариант: «делами».

- ибо его противники.
35. Свой долг¹ недостаточный — лучше прекрасно
исполненного чужого. Лучше кончина
в долге своём, чужой долг опасен.
36. Арджуна сказал:
Кем тогда побуждаемый муж² этот грех
производит против воли даже, Вришниец,
словно навязанный силой?
37. Свет-Благодатный сказал:
Желание это, гнев это — порождённые
свойством страсти³, многогрешной, прожорливой,
знай, таков здесь противник.
38. Как покрывается дымом пламя и зеркало —
пылью, как зародыш покрыт последом —
так им это покрыто.
39. И знание знающего покрыто этим вечным
противником в виде желанья, сын Кунти,
как огнём ненасытным.
40. Чувства, ум, разум⁴ его вместилищами называют,
ими обманывает оно, сокрыв
Воплощённое знание.
41. Итак, свои чувства сначала подчинив, о бык
из Бхаратов, удали грязнителя этого Знания
и всезнания губителя.
42. Говорят: «высокие чувства», над чувствами
высший — ум, выше ума же — разум,
но разума выше — оно⁵.
43. Познав то, что выше разума, в Самом
самоутвердившись, сокруши врага, долгорукый,
чудовище в виде желанья.

Такова в достославных упанишадах святой Бхагавадгиты, учении о Благе, писании йоги, беседе Шри Кришны с Арджуной, третья глава по названию **ЙОГА ДЕЙСТВИЯ**, или **КАРМА ЙОГА**.

¹ Дхарма.

² Пуруша.

³ Раджас.

⁴ Буддхи

⁵ Здесь возможны два понимания: или желание, или Высшее.

1. Арджуна сказал:
Отрешенье¹ от действий, Кришна, и вновь
обуздание² ты восхваляешь, какое из этих
лучше одно — скажи мне определённо.
2. Свет-Благодатный сказал:
Отрешенье и дельное обуздание³ наилучшее
оба даруют, дельное обуздание из них
превосходит от дел отрешенье.
3. Знай того всегда отрешённым, кто не стремится,
не ненавидит, ведь недвойственный, долгорукий,
избавляется от пут счастья.
4. «Расчёт и обобщенье⁴ различны» — юнцы,
не учёные, уверяют, утвердившийся хоть бы в одном
получает плоды обоих.
5. Состоянья, что обретают расчётом, достигают
и обобщеньем, расчёт и обобщенье единым
кто видит — тот видит.
6. Отрешенье же без обобщенья приносит
страдание, долгорукий, в обобщенье усердный
молчальник вскоре достигнет Блага.
7. В обобщенье усердный, очистясь, победивший
себя⁵ (и) чувства, с существом всех существ
сливаясь, даже действуя, не запятнан.
8. Ведь приобщённый, видящий сущность,
«Я не действую» — мыслит, нюхая, глядя,
слыша, касаясь, идя, едя, засыпая,
9. говоря, испражняясь, хватая, даже глазами
моргая, «Чувства к целям чувств
обращаются» — установивший.
10. Кто, на Благо дела возлагая, действует,
пути отбросив, тот не пятнается злом,
словно лотоса лист водою.
11. Только плотью, чувствами, умом,
даже наитием-буддхи обузданные дело делают,
пути отринув самоочищеньем.
12. Плоды дел оставив, обузданный обретает мир
наипрочный, необузданный из-за желаний

¹ Саньяса

² Йога.

³ Карма йога

⁴ Санкхья и йога.

⁵ Согласно Шанкаре

- запутывается в итоге.
13. От всех дел отстранясь умом, счастливо обитает
Воплощённый¹ в граде девятивратном,
не действуя, не воздействуя.
14. Ни действий, ни действующих не создаёт
Предсущий², ни причастности к плодам
действий — развивается лишь Своенравная³.
15. На себя не берёт никакого зла или благодеянья
Всесущий⁴; знанье закрыто незнанием —
оно морочит рождённых.
16. Но тот, кто знанием уничтожает своё
собственное незнание, его знанием, словно солнце,
То Высшее освещается.
17. То познавая Тем Самым, Тому верны,
Тому преданы, снова в мир не приходят
знанием стяхнувшие скверну.
18. В одарённом, вежливом, знающем брахмане,
слоне, корове, собаке, даже в варящем собаку
понимающий равное видит.
19. Здесь победили уже претворенье, чей ум
в равновесье, ведь беспорочно и ровно Благо,
поэтому в Благе те стойки.
20. Пусть, приятное обрета, не ликует,
не потрясается неприятным; стойкий разумом⁵
не блуждает, зная Благо, во Благе стоек.
21. Не запутан влечением к внешнему,
в Самом находит он счастье, на Благе едином⁶
сосредоточен, счастья нетленного достигает.
22. Ибо услады соприкосновенья — поистине,
матка страданий, начальны-конечны, сын Кунти,
им не рад пробужденный.
23. Ещё не свободный от тела, кто уже здесь
способен желание, гнев пересилить —
тот собран, тот счастлив.
24. Благой покой обретают провидцы, скверну

¹ Дехи.

² Прабху.

³ Свабхава.

⁴ Вибху.

⁵ Буддхи

⁶ Брахма йога

- рассеяв, рассекши двойственность,
самообузданны, добру всех существ рады.
25. У свободных от страсти и гнева, смиренных
смирением мыслей, перед Благим покоем
следует самопознание.
26. Отвратившись от внешних касаний, взор
в межбровье направив, движение вдоха-выдоха
уровняв внутри носа,
27. Чувства, ум, разум смирив, молчальник,
чья высшая цель — Избавление, изгнавший
страх, гнев, стремление, избавлен навеки.
28. Вкусителем жертв и трудов, миров всех
Великим Владыкой, другом существ всех
познав Меня, достигают покоя.

Такова в достославных упанишадах святой Бхагавадгиты, учении о Благе, писании йоги, беседе Шри Кришны с Арджуной, пятая глава по названию **ЙОГА ОТРЕЧЕНИЯ ОТ ДЕЙСТВИЙ**.

ДОБРОДЕТЕЛЬ В АЮРВЕДЕ

(из «Аштанга хридайа самхиты» Вагбхаты, раздел «Сутрастхана»)

20. Вся (мирская) деятельность предназначена для благополучия всех живых существ. Благополучие основано на добродетели (дхарме), поэтому каждый всегда должен следовать стезей добродетели.

21. Следует служить ближним, праведным и невинным с любовью и благодеянием, и следует удаляться от злодеев.

22. Следует избегать десяти грехов, относящихся к телу, речи и уму: насилия (*химса*), воровства (*стейя*), прелюбодеяния (*аньятхакама*), осуждения (*паишунья*), сквернословия, неправильной речи (*анрита вачана*), сплетен (*самбхинна алапа*), разрушения (*вьяпада*), зависти (*абхидья*), взгляда (на других) как противников (*дригвипарья*).

23. Следует оказывать всевозможную помощь неимущим, страдающим от болезней или сломленным горем.

Даже к насекомым и муравьям следует относиться с состраданием и милосердием.

24. Следует оказывать почитание Богу, корове, брахману, старшим, врачу, властителю и гостям.

Недопустимо проявление равнодушия, враждебности или презрения к нищим подвижникам (*садху*).

25. Следует быть милосердным даже к пусть и немилосердным врагам. Сохранять равновесие ума как во времена благополучия, так и во время несчастий.

Желать благоденствия и успеха другим, но не завидовать (их) богатству и способностям.

26. Речь должна быть уместной, благой, краткой, правдивой и приятной.

27-28. Человек должен обращаться (к другим) с благожелательной речью, быть добродетельным, милосердным и приветливым. Не следует замыкаться в своём благополучии и радости (но нести благополучие и радость другим); не надо быть ни излишне доверчивым, ни подозрительным; не следует говорить о том, что кто-то является тебе врагом и что ты сам враг кого-

либо; рассказывать о полученных оскорблениях от власть имущих и о своей ненависти к ним.

29. Нужно всегда помнить, что все люди разные, и соответственно этому общаться, достигая совершенства в добром отношении к другим.

Не следует ни слишком перегружать органы чувств, ни слишком им потворствовать.

30. Не следует заниматься чем-либо, не ведущим к трём целям — добродетели (*дхарма*), пользе (*артха*) и любви (*кама*); действовать нужно, преодолевая все препятствия на пути достижения этих трёх целей. Во всех действиях должно следовать срединному пути.

31. Следует подстригать свои волосы, ногти и усы, поддерживать чистоту своих стоп и отверстий для удаления нечистот¹, ежедневно совершать омовения, умащать тело благовониями и облачаться в хорошую одежду, избегая излишеств, но делая свой внешний вид достойным.

32. Надлежит всегда носить на себе драгоценные камни, священные гимны и травы², идти, держа над собой зонтик, в обуви и глядя вперёд на расстояние четырёх вытянутых рук перед собой. В случае срочных дел ночью следует идти в головном уборе, будучи вооружённым палкой и в сопровождении помощника.

33. Не следует вторгаться в тень священного дерева, на котором пребывают божества, наступать на предметы поклонения или молящихся, знамена или нечистоты, а также на песчаные увалы, валуны, места жертвоприношений и омовений.

34. Не следует переплывать реку с оружием, идти навстречу большому пламени, путешествовать по воде в утлой лодке, будучи неуверенным в своей силе, ехать на непрочной или неисправной колеснице.

35. Не следует чихать, смеяться или зевать, не прикрывая рот рукой, дуть через нос, скрести (руками) землю без необходимости. Не следует делать безобразных телодвижений и долго сидеть на пятках.

36. Следует прекращать действия тела, речи и ума прежде, чем появятся бессилие и истощенность. Не следует держать колени согнутыми долгое время.

37. Не следует ночевать на деревьях, на перекрёстке трёх или четырёх дорог, вблизи священного дерева или вблизи храма. Даже днём не следует останавливаться в местах убийства животных, в местах, населённых призраками, и на месте трупосожжений.

¹ Ушей, носа, глаз, мочеиспускательного канала и заднего прохода.

² Хранимые внутри ладанок и амулетов.

38. Не следует смотреть на солнце длительное время, носить большой вес на голове, непрерывно наблюдать за предметами, крошечными, сверкающими, грязными или неприятными на вид.

39-44. Следует избегать противного¹ ветра, прямых солнечных лучей, пыли, снега, сильного ветра. Не следует (без нужды) чихать, рыгать, кашлять, спать, есть и совокупляться в неподобающих позах.

Следует избегать мест казни, мест, которые ненавидит правитель, общения с дикими зверями, кусающихся или рогатых животных, а также общества злонравных, неблагородных, а также тех, кто склонен извлекать выгоду из духовного знания. Избегать ссор с добрыми людьми; принятия пищи, совокуплений, сна, обучения и повторения выученного во время двух сумерек (*сандхья*). Избегать пищи, даваемой врагами, даруемой во время жертвенной церемонии, предлагаемой проститутками или торговцами.

Не следует издавать никаких звуков с помощью частей тела, рта и ногтей, не следует трясти рукой и волосами; не следует проходить между двумя кувшинами с водой, между двумя источниками огня и среди поклоняющихся; следует избегать дыма от сжигания трупов; не следует предаваться пьянству, слишком доверять женщинам, а также предоставлять им полную независимость.

45. Для мудрого весь мир является учителем, и следует подражать тому, кому удалось научиться, обдумывая смысл и результаты каждого действия.

46. Сострадание ко всем живым существам, даяние, власть над телом, речью и мыслями; забота о других, как о самом себе, — таковы правила добродетели.

47. Тот, кто постоянно следит за тем, как проходят его дни и ночи (и избирает лишь правильный путь), никогда не станет жертвой несчастья.

48. Таковы вкратце правила добродетели; каждый, кто следует им, достигнет долгой жизни, здоровья, благополучия, счастья и вечного мира.

¹ В обоих смыслах: встречного и неприятного.

СЛОВАРЬ НЕКОТОРЫХ САНСКРИТСКИХ ПОНЯТИЙ И ИМЕН¹

АДВАЙТА АШРАМА: центр веданты и йоги, основанный Свами Шиванандой.

АДВАЙТА ВЕДАНТА: «недвойственная веданта», одно из главных направлений веданты, утверждающее, что существует лишь Брахман, и рассматривающее мир явлений как скрывающую Его иллюзию (*майю*). Её оформителем был философ Шанкара.

АВИДЬЯ: «неведение», в веданте безначальная космическая сила, скрывающая Брахмана.

АРАНЬЯКА ПАРВА: «Лесная книга» Махабхараты, повествующая о скитании добродетельных героев Пандавов в лесах.

АТМАН: «Сам», душа или внутренний дух. Вселенский дух (параматма) проявляется отдельной, живой душой (дживатма).

БРАХМАН: член высшей варны индийского общества, долгом которого являлось сохранение и передача священных знаний.

БРАХМАНА: принадлежащие к Ведам прозаические тексты, описывающие и толкующие жертвенные обряды.

БХАГАВАДГИТА: «Божественная песнь», один из священнейших и древних текстов индийской и мировой культуры, «новый завет» индуизма.

БХАГАВАТА ПУРАНА: чтимый текст, рассказывающий о жизни Кришны и излагающий вишнуистское учение.

БХАКТИ ЙОГА: «йога любви».

ВАГБХАТА: Вагбхата-младший (VII в.), составитель «Аштанга хридайа самхиты» — аюрведийского текста, основанного на «Чарака самхите».

ВАЙШВАНАРА: «присущий всем людям» огонь в теле, чаще сопоставляемый с пищеварительным огнём.

ВАЙШЬЯ: представитель одной из трёх высших варн ведийского общества; её занятия — земледелие, ремесло, торговля.

ВАРНА: букв. «окраска», «цвет». Одно из трёх (позже — четырёх)

¹ В словарь не включены те понятия, имена или названия, которые в той или иной мере объяснены в тексте.

сословий ведийского общества.

ВАРНАШРАМА: принцип сочетания нрава и жизненных состояний.

ВАСАНА: побуждение, устремление, желание, скрывающееся за каждой мыслью.

ВЕДА: древнейшие из записанных текстов, явленные мудрецам и святым и излагающие знание о всей Вселенной. Существуют четыре веды, подразделяющиеся на самхиты, брахманы, араньяки и упанишады.

ВЕДАНТА: «конец Вед», одно из шести главных индийских мировоззрений (даршан), направленное, по собственному определению, на познание Брахмана. Основывается на «тройном знании»: упанишадах, Бхагавадгите и Брахма сутрах. Адвайта веданта (недвойственная веданта) Шанкары лишь Брахмана признаёт единственно Сущим, а весь мир явлений — порождением неведения и майи.

ВИДЖНЯНАБХИКСУ: один из средневековых толкователей Йога сутры Патанджали.

ВИШНУ: один из трёх главных богов в индуизме, бог-хранитель всего сущего, встречающийся ещё в Ригведе, значение которого выросло в эпическое время.

ВРИТТИ: превращение, видоизменение.

ГАНДИ, Мохандас Карамчанд, более известный как **МАХАТМА ГАНДИ:** индийский общественный и религиозный деятель, руководитель ненасильственной борьбы против английского колониализма.

ГРИХЬЯСУТРЫ: индуистские тексты предписанных правил для домохозяев.

ДЖАПА: «шептание», «бормотание». Религиозный приём, состоящий в длительном непрерывном повторении мантры или божественного имени, ведущем к обретению чудесных сил, накоплению религиозной заслуги и Освобождению.

ДЖНЯНИН: идущий по пути джняна-йоги, йоги знания.

ДХАРМА: «устав», «закон», «порядок», важный принцип индийской культуры.

ДХАРМАШАСТРЫ: сборники религиозно-правовых предписаний; наиболее известная — «Законы Ману» (Манавадхармашастра).

ИШАВАСЬЯ УПАНИШАДА: ведийская упанишада из 18 стихов, называемая иногда «первой упанишадой» по её месту в собрании 108 упанишад.

ИШТА ДЭВАТА: личный символ совершенства; форма или образ божества.

ЙОГА БХАШЬЯ: «Объяснение йоги» Вьясы, самый известный комментарий на Йога сутру Патанджали.

ЙОГА ДАРШАНА: «мировоззрение йоги», одно из названий восьмичленной йоги Патанджали.

КАЙВАЛЬЯ: Обособленность, конечная цель восьмичленной йоги.

КАРМА: действие, дело; приобрело смысл судьбы, удела, кары за неправильные поступки.

КАРМА ЙОГА: «деятельная йога».

КРИШНА: одно из нисхождений (аватар) Вишну в мир, проведший детство и юность пастухом, ставший царём и, будучи возничим воина Арджуны, давший ему наставление, известное как Бхагавадгита.

КШАТРИЙ: представитель воинского сословия, часто правитель страны или области.

ЛАЙА ЙОГА СУТРА: текст, излагающий «йогу растворения» ума в Высшем Брахмане.

МАЙА: присущая энергии (шакти) обманывающая сила, причина явленного мира.

МАРА: царь демонов, искушавший Будду во время его созерцания под деревом боддхи.

МАНТРА: «молитвенное изречение», «стих». Слог, божественное имя или короткая фраза, используемые во всех религиях Индии и в йоге. Наиболее известны слог Ом и ведийская мантра гаятри.

МАХАБХАРАТА: «Великое (сказание) о бхаратах», огромный древнеиндийский эпос, соединяющий сказания и философские рассуждения.

НИРИШВАРА САНКХЬЯ: Философская система анализа, в которой нет места Богу-Творцу.

ПРАНАВА: священный слог **ОМ**, обозначающий в йоге Владыку (Ишвару).

ПУДЖА: храмовое или домашнее богослужение в индуизме.

ПУРАНЫ: «былины», излагающие в виде мифов идеи индуизма.

РАДЖА: индийский князь.

РАВАНА: персонаж эпической поэмы Рамайана, десятиголовый демон, царь Ланки, побеждённый Рамой.

РАМАКРИШНА или **ШРИ РАМАКРИШНА**: один из величайших йогоинов и религиозных подвижников Индии XIX века, всей своей жизнью доказывавший единство Высшего при многообразии путей его достижения.

РИГВЕДА: Веда гимнов — собрание, состоящее из 1028 гимнов, один из древнейших религиозных памятников человечества и самый почитаемый текст ведийской культуры.

САДХАКА: «достигающий», но ещё не достигший (имеется в виду — истины) человек, который занимается каким-либо видом религиозного совершенствования.

САДХУ: религиозный подвижник.

САМАДХИ: «свершение», «самость», завершающее сверхсознательное состояние достижения и постижения самого себя; обобщающее сосредоточение, единство объекта и созерцающего; восьмая, заключительная ступень йоги Патанджали.

САМСКАРА: «впечатление», «отпечаток» прошлых мыслей, слов и действий в подсознательном уме; Свами Сатьянанда сравнивает его с архетипом по К. Юнгу.

САНКХЬЯ: «расчёт», одно из древнейших философских учений Индии, рассматривающая бытие как отношения между безначальными Духом (Пуруша) и Природой (Пракрити) и использующая как главный способ познания расчёт, анализ.

САНЬЯСА: странничество — завершающая часть жизни правоверного индуса.

САТЬЯГРАХА: «упорство в истине» на языке гуджарати, название движения ненасильственной борьбы индийцев, возглавляемых Махатмой Ганди, против английского колониального господства.

ТАЙТТИРИЯ АРАНЬЯКА: один из текстов для отшельников, удалившихся в лес (аранья), описывающий и символически истолковывающий ведийские обряды.

ТАНТРА: совокупность множества древних культур, учений, культов, объединённых идеями почитания Силы (Энергии) и возвышения с её помощью человеческой природы от обыденного к божественному состоянию.

ХАТХА ЙОГА ПРАДИПИКА: поздний индийский текст по хатха-йоге.

ЧХАНДОГЬЯ УПАНИШАДА: одна из древнейших ведийских упанишад.

ШАНКАРА или **АДИ ШАНКАРАЧАРЬЯ**: великий индийский

философ и религиозный деятель VIII века, основатель адвайта веданты и десяти следующих ей монашеских орденов.

ШАСТРА: «поучение», «священное писание», авторитетная книга по той или иной области знания.

ШАТАПАТХА БРАХМАНА: «брахмана ста путей» — один из наиболее известных и почитаемых ведийских текстов, описывающий и истолковывающий значение обрядов.

ШРАДДХА: 1) вера; 2) поминальный обряд в честь предков.

ШРУТИ: «услышанное» (подразумевается — от Бога), одно из названий Вед.

ШУКА: легендарный мудрец и подвижник, упоминаемый в Махабхарате и сказаниях.

ЯДЖНЯ: обряд жертвоприношения; может быть как внешним, так и внутренним.

ЯДЖНЯВАЛКЬЯ: один из учителей-брахманов, один из авторитетов веданты, упоминаемый ещё в ранних упанишадах; ему приписывается также сборник установлений.

ЯДЖУРВЕДА: «Веда жертвенных изречений», одна из составных частей Веды.

Приложение 5

НЕКОТОРЫЕ ПРАВИЛА ЧТЕНИЯ ТРАНСКРИПЦИИ

Санскритские буквы в транскрипции имеют примерно такие соответствия русским буквам и звукам.

Гласные делятся на краткие (как в словах «сам», «кит») и долгие, отмечаемые чертой над ними (\bar{a} , \bar{u} , \bar{i}). Как правило, они произносятся открыто, например, *e* в словах *veda* или *deva* произносится ближе к «э», нежели к «е». Надстрочная запятая перед буквой ставится на месте *a* или \bar{a} , выпавшего по правилам санд-хи (сочетания).

Согласные *b*, *v*, *g*, *d*, *s* и др. произносятся, как в русском языке. Исключения: *j* — дж, \tilde{n} — нь, *c* — ч, \tilde{s} — щ, $\tilde{ṣ}$ — ш. В других случаях соединение согласной со строчной *h* означает придыхательную согласную, а не соединение двух согласных (например, *cha*, *ḍha* и т. п.). Точкой над буквами \tilde{n} или \tilde{m} передаются различные степени мягкости или назализации звуков — носовой резонанс (*anusvāra*) или гуттуральный носовой (как английское *ng*), точкой же под и (\tilde{n}) — церебральный носовой, как бы с призвуком русского *л*. Точка под согласными (*ḍ*, *ṭ*, *ḍh*, *ṭh*) отмечает церебральные звуки, *ṛ* или $\tilde{ṛ}$ — сонанты, т. е. слогообразующие согласные (как, например, в русском «бодрствование» или чешском *vlk*), а под \tilde{h} — глухое придыхание (*visarga*).

ИСТОЧНИКИ И ЛИТЕРАТУРА

- Артхашастра. — М., 1993.
- Борислав. Вечная йога для современного человека. Очистительные приёмы. — М., 1997.
- Бородай Ю.М. От фантазии к реальности (происхождение нравственности). — М., 1995.
- Ван-Лизебет. Тантра. — Новочеркасск, 1999.
- Ватсьяяна Малланага. Камасутра. — М., 1993.
- Вивекананда Свами. Практическая веданта. — М., 1993.
- Вигасин А.А., Самозванцев А.М. Артхашастра: проблемы социальной структуры и права. — М., 1984.
- Ганди М. Насилие и неотмщение // **Насилие: философия, этика, политика.** — М., 1993.
- Ганди М.К. Моя жизнь. — М., 1969.
- Гроф С. За пределами мозга. — М., 1993.
- Гуманистические проблемы психологической теории. — М., 1995.
- Гусева Н.Р. Индуизм. — М., 1977.
- Гусейнов А.А. Этика // Вопросы философии. — 1999. — №8.
- Дюмезиль Ж. Верховные боги индоевропейцев. — М., 1986.
- Законы Ману. — М., 1992.
- Ильин И. О сопротивлении злу силой // Путь к очевидности. — М., 1998.
- Индийская жена. — М., 1996.
- Кессиди Ф.Х. Философские и этические проблемы генетики человека. — М., 1994.
- Классическая йога. — М., 1992.
- Колесов В.В. Древняя Русь: наследие в слове. — СПб., 2000.
- Колесов В. Отражение русского менталитета в слове // Человек в зеркале наук. — СПб., 1991.
- Кон И.С. Сексуальность и нравственность // Этическая мысль. — М., 1990.
- Короленко Ц.П., Фролова Г.В. Вселенная внутри тебя. — Новосибирск, 1979.
- Кренек Л. В Индии. — М., 1956.

- Кузнецова Г.В., Максимов Л.В. Природа моральных абсолютов. — М., 1996.
- Лем С. Этика технологии и технология этики. — Пермь, 1993.
- Мартынов Б.В. Аюрведа: мировоззрение и применение. — М., 2000.
- Миролюбов Ю. Риг-веда и язычество. — Мюнхен, 1981.
- Ольденбург С.Ф. Культура Индии. — М., 1991.
- Пандей Р.Б. Древнеиндийские домашние обряды. — М., 1990.
- Раджа-йога. — СПб., 1911.
- Радхакришнан С. Индийская философия. Т. 1-2. — М., 1956.
- Розанов В.В. Во дворе язычников. — М., 1999.
- Самозванцев А.М. Книга мудреца Яджнявалкьи. — М., 1994.
- Сафронов В.А. Индоевропейские прародины. — Горький, 1989.
- Сварнкар М.С. Философские истоки концепции ненасилия в древних культурах Индии и Китая. — М., 1994.
- Солсо Р.Л. Когнитивная психология. — М., 1996.
- Фотиева И.В. Современная концепция морали: проблемы антологии. — Барнаул, 1998.
- Фромм Э. Иметь или быть. — М., 1990.
- Фромм Э. Человек для себя. — М., 1992.
- Чопра Д. Сотвори своё здоровье. — М., 1996.
- Чудо, которым была Индия. — М., 1977.
- Шохин В.К. Лунный свет санкхьи. — М., 1995.
- Этика и ритуал в традиционном Китае. — М., 1988.
- Alexander, R. The biology of moral systems. — New York, 1987.
- Chunder, P.C. Kautilya on love and morals. — Delhi, 1987.
- Creel, A.B. Dharma in hindu ethics. — Calcutta, 1977.
- Danto, A.C. Mysticism and morality. — New York, 1987.
- Dasgupta, S.N. A History of Indian philosophy... V. 1 — 2. — Cambridge, 1968, 1969.
- Dasgupta, S.N. Development of moral philosophy. — New York, 1965.
- Dasgupta, S.N. Yoga as philosophy and religion. — Delhi, 1978.
- Dasgupta, S.N. Yoga philosophy in relation to other systems of Indian thought. — Calcutta, 1930.
- Douglas, M. Purity and danger. — London, 1976.
- Eliade, M. Patanjali et yoga. — Paris, 1968.

- Kumari, Prem. Comparative ethics of Gandhi and Kant — New Delhi, 1996.
- Lacombe, O. Indianite. — Paris, **1979**.
- Man, meaning and morality. — New Delhi, 1995.
- Monier-Willyams, M.A. Indian wisdom or examples of the religions philosophy and ethical doctrines of the Hindu. — Delhi, **1974**.
- Sharma, T.R. Studies in the sectarian upanisads (Metaphysics, ethics and rituals). — Varanasi, 1972.
- Varma, M.N. Principles of Hinduism. — Catre Bornes, **1981**.