

Глава 4.

Нирвана

Первый вопрос, который могут задать буддистам те, кто ими не является (а могут и не задать), звучит так: «Что такое нирвана?» Конечно, когда я был буддийским монахом и путешествовал по Индии, я обнаружил, что, как только я сел в поезд и занимал свое место, кто-нибудь подходил ко мне (в Индии люди ничуть не проявляют скромности, когда дело доходит до разговора) и спрашивал: «Ты, кажется, буддийский монах. Пожалуйста, скажи мне – что такое нирвана?»

На самом деле, это очень подходящий вопрос. В конце концов, этот вопрос касается того, что значит вообще быть буддистом. Вы можете увидеть, как буддисты занимаются самыми различными видами деятельности, но у них всех одна конечная цель. Вы можете увидеть обритых наголо японских монахов в длинных черных одеяниях, сидящих ровными рядами, медитирующих час за часом в тишине и спокойствии дзенского монастыря. Вы можете увидеть обычных тибетцев, поднимающихся ранним утром по ступеням к храму, несущих цветы, свечи и связки палочек благовоний, читающих строфы восхвалений Будде, Дхарме и Сангхе, а затем возвращающихся к дневным делам. Вы можете увидеть монахов из Шри-Ланки, пристально вглядывающихся в рукописи на пальмовых листьях, в страницы, коричневые от времени. Вы можете увидеть мирян из стран Юго-Восточной Азии, где практикуют Тхераваду, подающих милостыню монахам, когда те обходят их с черными чашами для подаяний. Вы можете увидеть, как западные буддисты работают вместе в предприятиях «правильного образа жизни».

Когда вы видите, как перед вами разворачивается столь обширная панорама буддийских видов деятельности, возникают вопросы: почему? Какова причина всего этого? Какая движущая сила, какое побуждение стоит за всей этой деятельностью? Что эти люди пытаются сделать? Чего они пытаются достичь посредством медитации, поклонения святыням, обучения, даяния милостыни, работы и так далее?

Если вы спросите об этом любого из них, вероятнее всего, вы получите традиционный ответ: «Мы делаем это для достижения нирваны, Освобождения, Просветления». Но тогда что такое нирвана? Как ее объяснять и понимать? Как ее приспособить к особенностям внутреннего устройства данного ума? Каждый, естественно, ищет аналогии. Если у кого-то есть христианское прошлое, он попытается представить себе нирвану как своего рода вечную жизнь на небесах после смерти. Если вообще вынуть ее из обычного религиозного контекста, можно подумать о ней даже как о состоянии полного уничтожения или исчезновения.

Но на самом деле все эти воззрения глубоко ошибочны, и придерживаться их непростительно. На самом деле не так уж сложно дать четкое определение нирваны, потому что древние канонические тексты дают довольно ясное объяснение того, чем является и чем не является нирвана. Если кому-то действительно понадобится говорить на тему нирваны, ему, вероятно, придется начать обсуждение с этимологии слова «нирвана» – и оно означает «угасание» или «успокоение». И, несомненно, он продолжит объяснение тем, что, по крайней мере, согласно палийским текстам, нирвана заключается в искоренении всех страстных желаний, всей ненависти и всего неведения истинной природы вещей.

Рано или поздно он, скорее всего, скажет, что нирвана – это состояние непревзойденного блаженства, с которым нельзя сравнить все блаженство этого мира. И, если подходить к вопросу более технически, он, возможно, пожелает описать два вида нирваны:

нирвану клеш, заключающаяся в угасании всех страстей и омрачений, и нирвану скандх, заключающаяся в угасании всего разнообразия процессов психофизического существования, что имеет место по смерти – как мы ее называем – кого-то, кто уже обрел нирвану клеш во время жизни.

Затем можно перейти к различным интерпретациям нирваны в разных школах буддизма – в Тхераваде, Мадхьямаке, Йогачаре, тантре, Дзене и т.д. Наконец, всегда необходимо подчеркивать, что нирвана – это не вечная жизнь, как в христианстве, равно как и не исчезновение или угасание в материалистическом понимании – здесь, как и везде, нужно придерживаться срединного пути между двумя крайними воззрениями.

Вот так традиционно описывается нирвана. Прежде всего, нирвана условно обозначается как цель буддизма. И именно в отношении этого самого определения данного понятия мой подход в этой главе, возможно, покажется некоторым – на мой взгляд, ошибочно – несколько неортодоксальным.

Психология целеполагания

В мире есть самые разнообразные группы людей – религиозные группы, политические группы, культурные группы, благотворительные группы и так далее, – и у каждой из этих групп есть своя цель, будь это власть, богатство или какой-либо другой род удовлетворения, и достигается ли она ради собственного блага или ради блага других. И могло бы показаться, что у буддистов также есть своя особая цель, которую они называют нирваной. Поэтому давайте посмотрим, что подразумевается под этой идеей цели, которую нужно достичь или реализовать, а затем установим, в какой мере она применима по отношению к нирване.

Нам сразу же должно быть ясно, к чему приведет нас этот процесс. Дело в том, что, как только слова начинают использоваться небрежно, без ясного понимания их смысла, начинаются серьезные заблуждения. Это особенно характерно для случаев, когда мы привносим слова и выражения из мирского опыта, такие, как «цель», в духовный или трансцендентный опыт, такой, как «нирвана». Если они не очень хорошо сочетаются, нам следует это осознать, а если они совсем не сочетаются, тогда нам нужно заново обдумать вопрос в целом.

Памятуя об этом, давайте исследуем идею «цели» более детально. Цель – это стремление, то, за что вы боретесь. Если хотите, можете найти различие между желанием быть и желанием иметь. Но на самом деле эти две категории сводятся к одной: «обладание» – это своего рода заменитель «бытия». Конечная цель – это то, кем вы хотите быть. Предположим, например, что ваша цель – богатство. Вы можете сказать, что ваша цель – обладать богатством, или сказать, что ваша цель – быть богатым, но очевидно, что владение, обладание можно свести к бытию, существованию.

Если и есть какое-то предварительное условие для целеполагания, что оно таково: цель должна представлять собой что-то, чем вы не являетесь. Вы не захотите иметь то, чем уже обладаете, или быть тем, кем уже являетесь. Вы можете хотеть быть только тем, кем не являетесь – что ясно подразумевает, что вы не удовлетворены тем, кем вы являетесь. Если вы не испытываете неудовлетворенности относительно того, кем вы являетесь, вы никогда не пожелаете быть каким-то другим.

Предположим, просто в качестве примера, что вашей целью оказались деньги и материальные ценности. Что же, скорее всего вы выберете их в качестве цели, потому что вы

не удовлетворены собственной бедностью. Или же, если ваша цель, скажем, знание, если вы хотите углубить свое понимание, исследовать основополагающие принципы, то вы хотите сделать это, потому что не удовлетворены своим теперешним невежеством.

Это не всегда настолько разительно очевидно, но это основная модель процесса, который имеет место в постановке целей, и на каком-то уровне это вполне подходящий способ действий. Путаница возникает, когда мы распространяем его на духовную жизнь – и под этим я подразумеваю не какую-то возвышенную область переживаний, весьма далекую от каждодневных забот. Под духовной жизнью я подразумеваю нечто очень близкое нам.

Какими бы сложными ни были проблемы, которые мы испытываем, все это можно свести к одной основной проблеме: это отсутствие счастья в той или иной форме. Плохой характер, например, является проблемой, потому что это делает нас несчастными. Точно так же можно утверждать и обратное, что отсутствие счастья делает нас злобными. Даже если мы обычно не думаем об имеющейся у нас проблеме как об отсутствии счастья как такового, именно этим в конечном итоге она и является.

Поэтому мы пытаемся избавиться от несчастья и обрести счастье. Мы пытаемся сделать это, так сказать, оттолкнувшись от этого переживания отсутствия счастья или неудовлетворенности и перескочив в противоположное состояние или переживание счастья, и это обычно подразумевает цепляние за какой-то объект или переживание, которые, как нам верится, принесут нам искомое счастье.

Когда мы чувствуем себя несчастными, именно этим мы и занимаемся: ставим перед собой цель – счастье, которого мы стремимся достичь. И, как нам всем известно, терпим неудачу. Вся нашу жизнь мы, так или иначе, проводим в поисках счастья. Никто не ищет страдания. Никто не ищет несчастья. Все ищут счастья. Нет ни одного человека, который мог бы сказать, что счастлив настолько, что не может вообразить себя хоть немного счастливее. Большинству людей, если они честны с собой, придется признаться, что их жизнь протекает в неустойчивом состоянии беспокойства и неудовлетворенности, прерываемом краткими моментами счастья и радости, которые позволяют им на время забыть об их тревоге и недовольстве.

Но эта возможность обрести счастье становится всеобщей целью – целью, которая никогда не может быть достигнута, потому что счастье мимолетно по своей природе. Однако мы все продолжаем ставить перед собой эту призрачную цель, потому что альтернатива нас слишком пугает. Альтернатива – просто пребывать в осознанности.

Постановка целей – и, значит, попытка избавиться от переживания настоящего – на самом деле является заменителем осознанности, знания себя. Даже если мы по-настоящему развиваем до некоторой степени знание себя, мы не склонны его поддерживать, потому что это занятие несет нам угрозу. В конце концов, мы все равно выбираем ставить цели, а не продолжать быть в осознанности.

Я приведу простой пример. Предположим, моя проблема – дурной характер: я легко раздражаюсь и даже злюсь, мне достаточно мелочи, чтобы вспыхнуть, и этот мой плохой характер осложняет мне жизнь и, возможно, приносит несчастья мне и другим. И предположим, что однажды я просыпаюсь и решаю, что все, достаточно, пришло время положить этому конец. Что я делаю? Я ставлю перед собой цель: выработать добрый нрав. Я думаю: «Что ж, вот такой я – нельзя отрицать, что у меня плохой характер, однако моя цель – добрый нрав и дружелюбие, я должен всегда отвечать мягко и быть готовым подставить

вторую щеку».

Но что происходит на самом деле? Я почти непременно потерплю неудачу. Намерение – и даже степень знания себя – достойны уважения. Но спустя какое-то время недостатки возвращаются. Перед лицом тех же самых провоцирующих факторов мы снова возвращаемся к прежней колее – и, скорее всего, начинаем винить в этом тех же самых людей и те же самые обстоятельства, что и раньше. Почему же так происходит? Любой, кто когда-либо хоть немного понимал, что его проблемы, по крайней мере, до некоторой степени, создал он сам, также признает, что именно это и происходит. Но почему так происходит?

Причина в том, что мы продолжаем биться над симптомами, а не над болезнью. Если мы пытаемся избавиться от собственного несчастья, просто стараясь развивать чувство юмора, значит, мы все еще не осознаем, в чем основная причина нашего дурного нрава. И если эта проблема не решена, если мы не знаем, почему у нас дурной нрав, если мы не знаем, что подталкивает нас ответить со злобой или отреагировать жестокостью, тогда нам нечего и надеяться стать добрее.

Какова бы ни была наша проблема, мы автоматически – почти инстинктивно – ставим цель стать счастливыми для того, чтобы избавиться от собственного несчастья. Даже если и появляется небольшая осознанность, небольшое понимание, мы их не поддерживаем. Мы автоматически возвращаемся к постановке той или иной цели, вместо того, чтобы продолжать осознавать и попытаться обрести глубокое понимание того, почему возникает проблема. Постановка цели – это автоматический рефлекс, позволяющий прервать развитие осознанности и знания себя, то есть, в двух словах, избавиться от себя.

Тогда как нам это изменить? Для начала нам нужно изменить свое отношение. Вместо того, чтобы пытаться сбежать от самих себя, нам нужно начать признавать то, чем мы на самом деле являемся. Нам нужно понять – и не только интеллектуально – почему мы таковы, какими являемся. И если мы страдаем, что ж, не нужно просто тянуть руку к шоколадке. Нам нужно признать тот факт, что мы страдаем, и изучать его все глубже и глубже. Или – как это может случиться, – если мы счастливы, нам нужно полностью это признать, понимать это состояние все более и более глубоко. Вместо того, чтобы испытывать чувство вины или что-то вроде пьяной восторженности, нам нужно понять, почему мы счастливы, какова истинная природа этого счастья, откуда оно на самом деле берется. И снова это не просто интеллектуальное постижение, это нечто, что должно идти из самой глубины нашего существа.

К некоторым людям такое понимание, такое постижение или озарение приходит в процессе медитации. Медитация – это не просто сосредоточение ума на объекте или размышление над какой-то идеей. На самом деле медитация подразумевает – среди прочего, – что мы добираемся до сути ума, освещаем ум снизу доверху, так сказать. Она заключается в разоблачении собственных мотивов, глубоко укорененных причин состояний ума, собственных переживаний, собственной радости и страдания и так далее. Именно так на самом деле происходит развитие осознанности.

Но к чему все это приводит? Какое все это имеет отношение к нирване? Может показаться, что мы отклонились от нашего предмета, но на самом деле мы производили необходимую подготовку почвы. Так бывает с некоторыми вещами: пытаюсь подойти к ним в лоб, легко пропустить главное. Теперь же мы можем увидеть перед собой своего рода перспективу того, как традиционно описывается нирвана – или, скорее, перспективу того, какое влияние оказывают на нас эти традиционные описания.

Предположим, например, у меня в жизни трудный период, все мои планы рушатся, и я чувствую себя довольно несчастным. И вот однажды мне попадаетея книга, в которой утверждается, что нирвана – это высшее счастье, высшее блаженство. Какова будет моя реакция? Скорее всего, я подумаю: «Хорошо. Это как раз то, чего я хочу – счастья, блаженства». Я сделаю нирвану своей целью. И это значит, что на самом деле моей целью будет отсутствие осознанности. Я буду цепляться за нирвану – обозначенную как высшее блаженство, – потому что так случилось, что она соответствует моим субъективным потребностям и ощущениям в данный момент. Такая реакция, безусловно, не имеет ничего общего с сутью буддизма, но именно так многие из нас относятся к буддизму, а на самом деле и используют буддизм, не осознавая этого, почти автоматически. Бессознательно мы пытаемся использовать нирвану, чтобы решить проблемы, которые могут быть разрешены только с помощью осознанности.

Нам не удастся прогнать страдания, притворившись перед собой, что мы счастливы, убрав наше несчастье с глаз долой. Первый шаг – признать реальность нашего состояния: если страдание – основа нашей жизни, нам нужно встретить этот факт лицом к лицу. Несомненно, хорошо быть воодушевленным и оптимистичным, но не ценой самообмана. Стоит только посмотреть на лица людей на городских улицах, чтобы увидеть «знаки недугов, знаки напастей», которые Уильям Блейк видел в Лондоне два столетия назад, и все же немногие признаются в собственных невзгодах даже самим себе.

Мы никуда не продвинемся, пока не примиримся с нашим действительным опытом, пока не познакомимся с приливами и отливами нашего несчастья, пока не научимся жить с ним, не изучим его. Что делает нас несчастными по сути? Каков источник несчастья? Мы никуда не придем, если будем искать способ избавиться от своих невзгод, делая целью достижение счастья или даже нирваны. По крайней мере, ошибочно избирать в качестве цели нирвану слишком поспешно или неосознанно. Все, что мы можем, – пытаться как можно более ясно и четко видеть, что в нас самих делает нас несчастными. Только так можно достичь нирваны.

В этом смысле нирвану вовсе нельзя рассматривать как избавление от несчастий. Именно потому, что мы так упорно пытаемся избавиться от несчастья, мы терпим неудачу. Настоящий ключ – осознанность, самопознание. Парадоксально, но один из способов это выразить – сказать, что цель буддизма заключается в полном и совершенном осознании на всех уровнях ваших потребностей в достижении цели. Зайдя немного дальше, мы можем также сказать, что нирвана заключается в полной и совершенной осознанности относительно того, почему вы вообще хотите обрести нирвану. Если вы до конца поймете, почему вы хотите обрести нирвану, тогда вы ее достигли. Но мы можем зайти еще дальше. Можно даже сказать, что человек, лишенный осознанности, нуждается в нирване, но не способен понять, в чем она на самом деле заключается. С другой стороны, человек, обладающий осознанностью, вполне понимает свою цель, но не нуждается в ней. Именно так все и обстоит.

Здесь мы имеем дело с основным недостатком условных подходов к нирване, которые определяют ее как то или иное. Мы просто принимаем или отвергаем тот или иной аспект нирваны в соответствии с собственными, большей частью бессознательными нуждами. Если глубинная и, следовательно, бессознательная движущая сила нашего существования – стремление к удовольствию, тогда мы обнаружим, что откликаемся на представление о нирване как о наивысшем блаженстве. Если, напротив, нас эмоционально привлекает главным образом потребность в знании, понимании, видении того, что происходит в

действительности, тогда почти автоматически мы изберем своей целью полное просветление. И, опять же, если мы чувствуем, что жизнь нас угнетает или возлагает какие-то обязательства, если наше детство было полно контроля и ограничений, или если у нас есть чувство, что наши возможности в жизни ограничены особыми обстоятельствами, в которых мы находимся, – бедностью, привязанностью к работе или семье, заботой о пожилых родственниках, – тогда нас привлечет представление о нирване как о свободе, раскрепощении.

Таким образом, здесь имеет место полубессознательная постановка цели, основанной на нашей собственной психологической или социальной обусловленности, вместо развития понимания того, почему мы чувствуем неудовлетворенность, почему мы так или иначе ощущаем, что пребываем «во тьме», почему мы чувствуем, что связаны. Нирвана становится всего-навсего проекцией наших собственных мирских нужд.

Следовательно, когда мы размышляем на тему нирваны, цели буддизма, мы должны задать себе не вопрос «Что такое нирвана?», а вопрос «Почему меня интересует нирвана? Почему я читаю эту книгу, а не другую, или, скажем, не смотрю телевизор?» Это любопытство, обязанность, тщеславие, или вы просто хотите посмотреть, как Сангхаракшита справится с этой щекотливой темой? Или это что-то более глубокое?

Даже эти вопросы не исчерпывающи. Если нами движет любопытство, тогда почему нам любопытна нирвана? Если это обязанность, то перед кем или чем мы чувствуем себя обязанными? Если это тщеславие, то почему нам хочется испытывать гордость по этому поводу? Что лежит в основе нашего интереса? Если в нашей мотивации есть что-то более глубокое, то что это?

Этот ряд вопросов может показаться необычным или нетрадиционным, и, следуя ему, мы немного узнаем о буддизме или нирване в чисто объективном, историческом смысле. Но мы узнаем многое о том, что на самом деле представляют собой идеи буддизма. Если мы зададимся этим рядом вопросов и будем постоянно пытаться проникнуть в глубины нашего собственного ума, мы даже сможем немного приблизиться к самой цели нирваны.

Иногда нам просто нужно полностью изменить свое отношение. В случае с этим главным вопросом о нирване абстрактный, онтологический подход сам по себе принесет мало пользы. Нам нужно начать исследовать наше собственное отношение к нирване, то есть то, как мы ее себе представляем. Это с большей вероятностью приблизит нас к углублению осознанности и, следовательно, к нирване, чем какое бы то ни было чисто метафизическое или психологическое исследование. Возможно, это также подготовит нас к чему-то еще более глубокому и важному, чем сама нирвана, – к тайне пустоты.