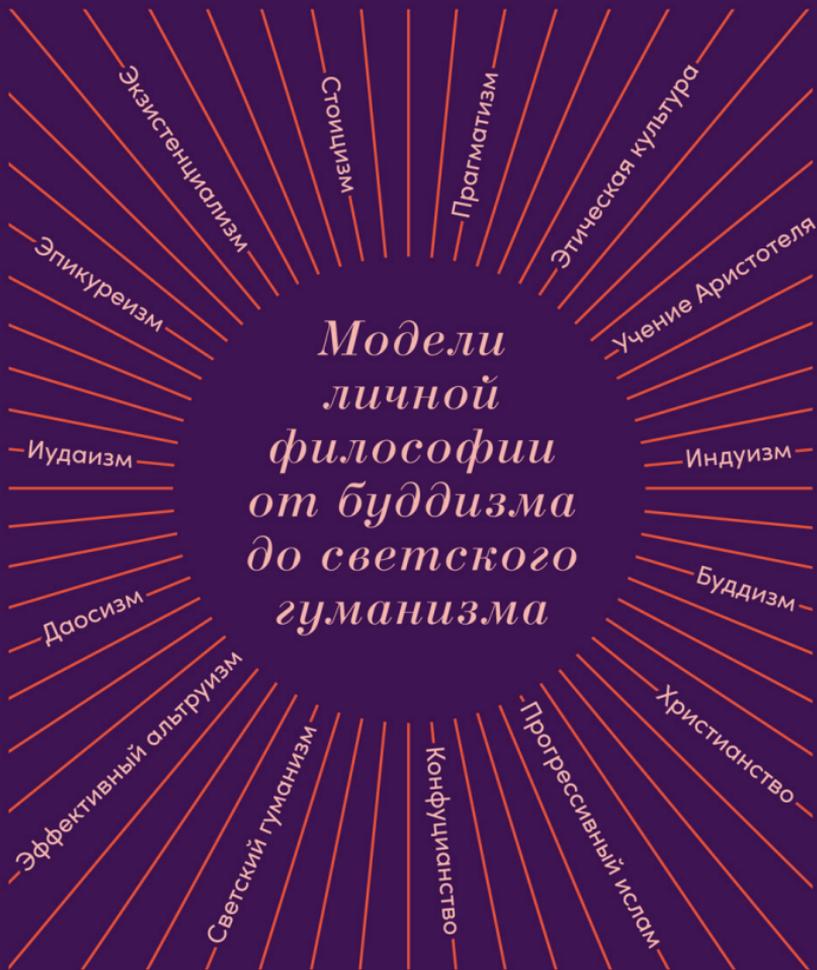


# ЖИТЬ ХОРОШО

## Модели личной философии от буддизма до светского гуманизма



Под редакцией Массимо Пильюччи,  
Скай Клири и Дэниела Кауфмана

**АНО**  
АЛЬПИНА НОН-ФИКШН

**Коллектив авторов**  
**Жить хорошо. Модели личной философии от буддизма до светского гуманизма**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=67165873](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67165873)*

*Жить хорошо. Модели личной философии от буддизма до светского гуманизма: Альпина нон-фикшн; Москва; 2022  
ISBN 978-5-0013-9644-4*

### **Аннотация**

У каждого человека есть жизненная философия. Чаще всего она закладывается в детстве как результат воспитания в семье. Редкие люди выбирают ее сознательно, как и случилось с некоторыми из авторов этого сборника, а все они признанные авторитеты и блестящие специалисты в своей области. На страницах книги разворачивается головокружительная панорама философских мировоззрений – от восточных (буддизм, конфуцианство, индуизм и даосизм) до западных (аристотелизм, эпикурейство и стоицизм); от освященных веками религиозных традиций (иудаизм, христианство и ислам) до современных концепций, таких как этическая культура, экзистенциализм, эффективный альтруизм, прагматизм и светский гуманизм. Если вы сомневаетесь в своих нынешних представлениях о жизни,

о Вселенной и о мире в целом, вы имеете шанс примерить к себе или даже принять другую философию. Если ваша система координат вас устраивает, знакомство с другими подходами укрепит вас в ваших убеждениях. Как сказал Эпикур, «мы рождаемся один раз, а дважды родиться нельзя», поэтому переоценить роль жизненной философии в том, как мы проживем нашу единственную жизнь, невозможно.

# Содержание

Введение	8
Группа I	15
Глава первая	21
Глава вторая	44
Конец ознакомительного фрагмента.	50

**Жить хорошо. Модели  
личной философии  
от буддизма до  
светского гуманизма**

***Под ред. и с предисл. Массимо  
Пильюччи, Скай Клири  
и Дэниела Кауфмана***

Переводчик *Мария Десятова*

Научные редакторы: *Кирилл Мартынов (главы 7–15)*  
*(внесен в реестр иностранных средств массовой информации, выполняющих функции иностранного агента),*  
*Софья Мельничук (главы 1–3), Станислав Наранович (введение, главы 4–6)*

Редактор *Роза Пискотина*

Издатель *П. Подкосов*

Руководитель проекта *И. Серёгина*

Арт-директор *Ю. Буга*

Ассистент редакции *М. Короченская*

Корректоры *О. Петрова, С. Чупахина*

Компьютерная верстка *А. Фоминов*

Дизайн обложки Д. Изотов

## How to Live a Good Life: A Guide to Choosing Your Personal Philosophy

© Massimo Pigliucci, Skye C. Cleary, and Daniel A. Kaufman, 2020

This edition published by arrangement with The Science Factory, Louisa Pritchard Associates and The Van Lear Agency LLC

© Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО «Альпина нон-фикшн», 2022

*Все права защищены. Данная электронная книга предназначена исключительно для частного использования в личных (некоммерческих) целях. Электронная книга, ее части, фрагменты и элементы, включая текст, изображения и иное, не подлежат копированию и любому другому использованию без разрешения правообладателя. В частности, запрещено такое использование, в результате которого электронная книга, ее часть, фрагмент или элемент станут доступными ограниченному или неопределенному кругу лиц, в том числе посредством сети интернет, независимо от того, будет предоставляться доступ за плату или безвозмездно.*

*Копирование, воспроизведение и иное использование электронной книги, ее частей, фрагментов и элементов, выходя-*

*щие за пределы частного использования в личных (некоммерческих) целях, без согласия правообладателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.*

**\* \* \***

# Введение

Кому вообще нужна жизненная философия?

У вас есть представление – ну пусть самое смутное – о том, как устроен мир? Вы примерно понимаете, как надлежит вести себя по отношению к окружающим? Если на оба вопроса вы ответили утвердительно, поздравляю – у вас есть жизненная философия! Жизненная философия – это система представлений, состоящая как минимум из метафизики (то есть понимания, как устроен и функционирует окружающий мир) и этики (то есть принципов и правил, которыми мы руководствуемся при взаимодействии с остальными людьми). Так что вопрос на самом деле не в том, есть ли у вас жизненная философия, а в том, выдерживает ли она критику, – иными словами, насколько эта философия хороша.

В большинстве своем мы живем не по Сократу, утверждавшему, как известно, что жизнь без самопознания не стоит того, чтобы быть прожитой. Он явно преувеличивал. Сколько неисследованных жизней оказываются более чем стоящими – и для тех, кто их прожил, и для тех, кто изучал их впоследствии (в процессе написания биографии, например). И все-таки в чем-то Сократ был, на наш взгляд, прав: осмысливая время от времени собственную жизнь, можно при необходимости слегка подправлять ее дальнейшее течение, а то и радикально менять курс. Так поступили двое из

нас, и мы считаем этот трансформирующий опыт положительным.

Скай, как мы узнаем подробнее в главе 12, начинала свою взрослую жизнь как «рабочая пчела капитализма», поступив в магистратуру, вопреки возражениям своего тогдашнего парня. Тот считал, что она и без того уделяет ему слишком мало времени и раз в любом случае они скоро поженятся, к чему ей эта учеба? А затем она записалась на курс философии, и преподавательница порекомендовала ей книгу выдающейся представительницы экзистенциализма и идеолога феминистского движения Симоны де Бовуар. Эффект был ошеломляющий. Как вспоминает сама Скай: «Я словно увидела отблеск того мира, который находится за пределами платоновской пещеры. В мою жизнь вихрем ворвалась философия и закружила меня в своем стремительном вальсе, одним изящным касанием разбив вдребезги все мои прежние жизненные воззрения и ожидания».

Массимо же, в свою очередь, был абсолютно уверен, что его призвание – естественные науки, поэтому двадцать с лишним лет занимался только ими, в полном соответствии со своей личной философией (весьма здоровой версией светского гуманизма – см. главу 15). А потом на пике карьеры его накрыл кризис среднего возраста. Однако он не стал покупать красную феррари (тем более что денег на нее все равно не было), а вернулся в магистратуру, получил степень кандидата философских наук и сменил сферу деятельности.

Более того, он начинал рассматривать альтернативы своему довольно некритическому раннему приятию светского гуманизма еще в пятнадцатилетнем возрасте, после того как отрекся от католицизма (глава 9), и вот многие годы спустя, по счастливой случайности (в «Твиттере»!), Массимо наткнулся на греко-римскую философию стоицизма (глава 5). Это была любовь с первого клика, которая изменила всю его дальнейшую жизнь (к лучшему, если что).

Кто-то из авторов сборника тоже пережил нечто подобное, а кто-то – нет. Но все они с радостью приняли наше предложение рассказать широкому читателю о своем выборе жизненной философии, о его особенностях и о том, как он воплощается в жизнь. На страницах этой книги развернется головокружительная панорама философских мировоззрений, от восточных – таких как буддизм, конфуцианство, индуизм и даосизм, до западных – таких как аристотелизм, эпикурейство и стоицизм; от освященных веками религиозных традиций, таких как иудаизм, христианство и ислам, до современных – таких как этическая культура, экзистенциализм, эффективный альтруизм, прагматизм и светский гуманизм. Разумеется, их могло быть намного больше, если бы добавились такие регионы, как Африка, Северная Америка и Южная Америка; такие философские направления, как утилитаризм; такие философские традиции, как джайнизм, сикхизм и растафарианство; или политические движения – феминизм, анархизм, либерализм, консерватизм и

марксизм. Может быть, дойдет и до этого – в следующем издании. Мы все-таки составляли антологию, а не энциклопедию. Главная ее идея заключается в том, что философских принципов, в соответствии с которыми можно выстраивать свою жизнь, существует множество, и размышлять о различиях между ними не менее важно, чем о сходстве (см. Заключение).

Как вы убедитесь сами, мы не разграничиваем жизненную философию и религию, и на то у нас имеются веские, как нам кажется, причины. Да, некоторые из упоминаемых нами традиций явно философские (аристотелизм, эпикуреизм, экзистенциализм, эффективный альтруизм, прагматизм, светский гуманизм), а другие, несомненно, религиозные (индуизм, иудаизм, христианство, ислам). Какие-то сочетают элементы и того и другого (буддизм, конфуцианство, даосизм, стоицизм, этическая культура). Разделительную черту между ними провести можно, но она будет нечеткой, и границы в каждом конкретном случае окажутся размытыми и спорными. Да и смысла в этом особого нет. Если система взглядов включает упомянутые вначале два компонента (метафизику и этику), она отвечает требованиям нашей антологии. В той мере, в какой метафизическая составляющая предполагает обращение к трансцендентной действительности, в частности к Богу или богам, эта традиция принадлежит скорее религии, чем философии, но такое разграничение непринципиально.

Отсюда следует еще кое-что, о чем многие наши читатели, возможно, прежде не задумывались: у каждого есть жизненная философия, поскольку нас приобщали к ней с детских лет. В большинстве случаев такой философией оказывается религия, но ведь и у светских гуманистов, и у экзистенциалистов тоже есть дети! И хотя систематического социологического исследования на эту тему не проводилось, похоже, довольно редко люди выбирают жизненную философию сознательно, как это сделали Скай и Массимо, но даже в таком случае никто не начинает с нуля.

Почему стоит прочитать сборник эссе, который вы держите в руках? По меньшей мере по трем причинам: во-первых, чтобы увидеть огромное разнообразие философских взглядов на жизнь и лучше понимать других людей, которые предпочли руководствоваться философией, отличающейся от вашей. С понимания начинаются и сострадание, и мудрость. Во-вторых, потому, что, возможно, вам хочется узнать побольше о своей собственной – сознательно выбранной или усвоенной с детства – жизненной философии, а наши авторы – признанные авторитеты и блестящие специалисты в своей области и их статьи весьма познавательны. И наконец, вполне вероятно, что вы тоже сомневаетесь в своих нынешних представлениях о жизни, о Вселенной и мире в целом, и знакомство с другими подходами укрепит вас в ваших убеждениях, а может, наоборот, побудит испытать другую философию или даже приведет к новой эклектической комбинации

идей.

Главы этой книги расположены более или менее в хронологическом порядке появления философских течений, которым они посвящены. И хотя книга написана в расчете на чтение от корки до корки, никто не мешает знакомиться с разными философскими традициями вразбивку, в зависимости от того, какая из них привлечет внимание. Еще хотелось бы уточнить, что, хотя многие главы написаны учеными, наш сборник не академическая книга и в нем нет ни отвлеченного теоретизирования, ни объективного критического анализа. Наши авторы следуют избранной ими личной философией и размышляют, что она дает им в повседневной жизни, так что их эссе – возможность взглянуть на мир через призму соответствующего философского подхода. Эту книгу мы расцениваем как панораму возможностей.

Слово «философия», как вы, возможно, знаете, означает в переводе с греческого «любовь к мудрости». И хотя ее современная научная версия становится все более специализированной и далекой от повседневности (как практически любая научная дисциплина), философствование для множества людей самых разных культур на протяжении более чем двух с половиной тысяч лет было занятием, способным изменить жизнь. Так порауйте себя беседой по крайней мере с некоторыми из этих мыслителей, используя наш сборник как пропуск в мир идей, оказывающих самое что ни на есть практическое влияние на то, как мы живем.

*Массимо Пильюччи,  
Скай Клири и Дэниел Кауфман*

# Группа I

## Философские учения Древнего Востока

### *Буддизм, конфуцианство и даосизм*

На Западе привыкли считать, что восточная философия (особенно три самых известных ее течения: буддизм, конфуцианство и даосизм) – это в основном йога и медитация. Да, йога и медитация тоже к ним относятся, но из эссе Оуэна Фланагана, Брайана Ван Нордена и Робин Ван мы узнаем, насколько это представление примитивно, неполно и ошибочно. Выковыривая из философского учения изюм в виде йоги и медитации и не понимая толком саму концепцию, которая лежит в основе, мы рискуем получить коммерциализированный культ собственного «Я», побуждающий приносить кредитные карты и калории на алтарь идолам моды на йогу, что не имеет никакого отношения к тому, чему учат Будда, Конфуций и Лао-цзы. Буддизм, конфуцианство и даосизм – жизненные философии, представляющие собой в первую очередь практические руководства по этичному поведению.

Согласно некоторым оценкам, буддизм занимает четвертое место среди крупнейших мировых религий (после христианства, ислама и индуизма), насчитывая около 500 мил-

лионов приверженцев, что составляет почти 7 % населения планеты<sup>1</sup>. Число исповедующих конфуцианство и даосизм назвать трудно, поскольку, допустим, в Корее или в Китае в ходе опросов к конфуцианцам себя относят лишь немногие, хотя в действительности именно конфуцианскими принципами большинство представителей этих культур руководствуется в повседневной жизни. Принадлежность к конфуцианству – это скорее культурно-философская категория, чем религиозная, и конфуцианские идеи и тексты по-прежнему оказывают глубокое культурное влияние на миллиарды людей.

Популярные практики буддизма, конфуцианства и даосизма можно было бы включить в Группу III как религии, но нам кажется, они заслуживают собственного раздела – не только потому, что зародились в Азии, но и потому, что в них отсутствует поклонение богам в том виде, в котором оно наличествует в более ортодоксальных религиозных традициях (например, в индуизме). Да, в них часто встречаются упоминания о божествах и духах, они предполагают совершение обрядов и строительство храмов, однако мыслящие приверженцы каждой из этих традиций, как правило, расценивают все это как «искусные инструменты», то есть средства, позволяющие обосновать и донести философское учение до на-

---

<sup>1</sup> Pew-Templeton Global Religious Futures, "The Future of World Religions: Population Growth Projections 2010–2050," Pew Research Center (April 2, 2015): 102, [https://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/11/2015/03/PF\\_15.04.02\\_ProjectionsFullReport.pdf](https://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/11/2015/03/PF_15.04.02_ProjectionsFullReport.pdf).

рода. Более того, в центре внимания этих учений – личность, сама по себе или в обществе, но не Бог, и, как доказывает Фланаган, буддизм, в частности, отлично поддается секуляризации для тех, кто ищет духовной и этической, но не обязательно религиозной философии.

Сиддхартха Гаутама, более известный как Будда, был сыном индийского раджи и жил примерно в VI–V вв. до н. э. Ему было двадцать девять, когда, впервые покинув дворец и пустившись в странствия, чтобы посмотреть, как живет простому народу, он был до глубины души поражен увиденными вокруг страданиями и горем. Тогда он стал аскетом. В тридцать пять он провел сорок девять дней в медитации под деревом Бодхи – и, как гласит легенда, достиг просветления. После этого принялся нести мудрость, помогающую достичь просветления, другим. Как и даосизм, и стоицизм (до которого мы тоже скоро дойдем), буддизм направлен на облегчение боли и страданий. Главные источники наших экзистенциальных мук – эмоции. Гнев, обида, осуждение обрекают на страдания и нас самих, и окружающих. Буддисты же обуздывают или, по выражению Фланагана, «сдувают» свое эго, развивая такие добродетели, как сострадание, любящая доброта, сочувствующая радость и уравновешенность. «Этический императив, – пишет Фланаган, – состоит в том, чтобы всегда любить и замещать состраданием и любовью какое бы то ни было насилие, жестокость, ненависть, боль». Это часть пути к избавлению от привязанностей и освобождению.

дению из бесконечного цикла перерождений, чтобы достичь безмятежности и в конечном итоге – нирваны. Применять этот этический императив на практике отнюдь не так легко, как может показаться, и Фланаган демонстрирует это, ссылаясь на проделанный им мысленный эксперимент, призванный разрешить дилемму, способную поставить иных в тупик: станет ли буддист убивать Гитлера.

Примерно в то же время, на которое пришелся расцвет буддизма в Индии, собственный золотой век философии переживал Китай. Период с 770 до 221 г. до н. э. ознаменовался не только кровопролитными войнами между царствами, но и жаркой интеллектуальной полемикой, в ходе которой лучшие умы Китая искали пути спасения страны. Эта полемика пробудила широкомасштабный интерес к обучению и передаче знаний, что привело к возникновению «школ китайской мысли», фонтанировавших новыми идеями. Именно в эту эпоху и получили развитие конфуцианство и даосизм, а также моизм (разновидность неподвзятости конвенционализма), школа имен (занимавшаяся философией языка и диалектикой), легизм (философия государственного управления, основанная на четких законах, требующих неукоснительного исполнения) и школа инь-ян (стремившаяся постичь и в перспективе контролировать ход истории посредством сил инь-ян и взаимодействия пяти первоэлементов).

Кун-цзы, больше известный на Западе как Конфуций, был

поборником сострадания к другим и личностной цельности. Кун-цзы утверждал, что у нас имеются особые обязательства по отношению к тем, с кем мы связаны личными узами – родственными, например. Акцент на почитании родителей – одна из самых известных составляющих конфуцианства. Однако сами конфуцианцы подчеркивают, что сострадание нужно проявлять не только к близким, но и ко «всей Поднебесной», поскольку все мы взаимосвязаны. Конфуцианство предполагает относиться ко всем вокруг как к родным братьям и сестрам, родителям или детям, поскольку нас связывают отношения, а хорошие отношения – залог хорошей жизни.

Сострадание к окружающим – это проявление человечности, одной из четырех основополагающих добродетелей конфуцианства наряду со справедливостью (цельностью и умением устоять перед соблазнами), мудростью, благопристойностью (умением подчиняться правилам поведения в обществе – соблюдать этикет и ритуалы). В проповедовании сострадания конфуцианство схоже с буддизмом. Однако если буддизм расценивает привязанности как источник страданий, то, согласно конфуцианскому учению, обилие здоровых привязанностей – к друзьям, родным и людям в целом – неременная составляющая счастливой жизни. Помимо этого, конфуцианцы расходятся с буддистами в вопросе о нашем «Я». С точки зрения буддизма человек не имеет неизменной сущности. Тогда как в конфуцианстве отрицать факт индивидуального бытия – это, по словам Брайана Ван Нор-

дена, все равно что «закрывать глаза, чтобы не видеть собственного носа, только нос ведь от этого никуда не денется».

Еще одно влиятельное философское учение, возникшее в эпоху «ста школ китайской мысли», – даосизм, или «школа пути», основы которой заложили мудрецы Лао-цзы и Чжуан-цзы<sup>2</sup>. Если конфуцианство направлено на достижение социальной гармонии, то основной интерес даосизма – жизнь отдельного человека в гармонии с природой и естественным миропорядком. Как объясняет Робин Ван, чтобы встать на путь (дао), нужно заставить разум попоститься. Мы выпалываем сорняки тревог и страхов, которыми зарастает наш разум, и расчищаем тем самым пространство для просветления и остроты восприятия. Мы готовимся к неизведанному и принимаем его, мы следуем ходу миропорядка, но сосредоточенно контролируем свое тело и лелеем его, как заботливо взращиваемый сад. Источник счастья необязательно искать в нирване или взаимоотношениях, он, скорее, в доверии и умении плыть по течению и, как учит «мама Ван» своих дочерей, в том, чтобы «хорошо питаться, каждый день заниматься спортом, как следует высыпаться и хорошо учиться». Но главная идея даосизма – духовная трансформация, когда конечная человеческая жизнь сливается с бесконечным космосом.

---

<sup>2</sup> Лао-цзы (что означает «Старый учитель») известен также под именами Ли Эр, Ли Боянь, Лао Дань. Чжуан-цзы («Учитель Чжуан») упоминается также под именем Чжуан Чжоу.

# Глава первая

## Буддизм

### *Оуэн Фланаган*

Я расскажу вам об одном случае, когда, впервые столкнувшись с буддизмом, воспринял его как абсолютно чужеродный и при этом невероятно привлекательный способ жизни – невообразимый, учитывая, что к тому времени я уже немало поднаторел в выстраивании иной картины мира, – и в то же время достойный того, чтобы ему следовать, при условии что можно полностью измениться, то есть стать совершенно другим человеком, у которого принципиально иначе работают сердце и голова. Именно к этому я с тех пор и стремлюсь, пытаюсь усвоить буддийскую мудрость и буддийские «привычки сердца». Но пока еще во многом я лишь гибрид.

Произошло это в 2000 году в Дхарамсале – индийском городке в предгорьях Гималаев, где в течение четырех дней Далай-лама XIV Тэнцзин Гьямцхо и другие буддисты обсуждали с группой западных ученых, главным образом психологов и нейробиологов, вопросы деструктивных эмоций и их преодоления (отчет об этих встречах см. в Goleman 2003).

Как выяснилось где-то на второй-третий день общения, тибетские буддисты считают гнев, обиду и весь комплекс сопутствующих им эмоций неуместными, категорически

неприемлемыми, неправильными и, как они выражаются, «нездоровыми». Это было само по себе неожиданностью. У нас – на обоих берегах Северной Атлантики – гнев не считается чем-то абсолютно недопустимым, но мы сдерживаем его проявления: «Ну что ты так злишься?», «Не кипятись!». Все-таки гнев входит у христиан в число смертных грехов. Большинство из нас не считает, что сердиться не следует в принципе (даже если бы мы демонстрировали самообладание) и гнев всегда неправомерен. Для нас праведный гнев означает, что человек реагирует на что-то действительно важное для него и волнующее. Обычные в повседневной жизни досада и раздражение всего лишь свидетельство того, что ничто человеческое нам не чуждо. В определенных рамках эти эмоции для нас ожидаемы, и мы относимся к ним с пониманием. И потом, большинство тех, кого я знаю, воспитывались в убеждении, что испытывать и выражать негодование – нормально, допустимо и даже иногда требуется. Праведный гнев – это нечто такое, что необходимо временами переживать и проявлять и чего некоторые люди или обстоятельства заслуживают.

Я знаю, что существуют правила приличия и способы совладать с собой (счет до десяти, сублимация, сглаживание конфликта), удерживающие нас от проявления гнева или помогающие его обуздать, однако способность в принципе не испытывать подобных чувств кажется мне неестественной, странной, нечеловеческой. Опять-таки, работать над собой с

тем, чтобы не раздражаться по пустякам, – вполне благоразумно и осуществимо. Однако не злиться ни на кого и никогда – ни на Вселенную, ни на богов, ни тем более на негодяев, совершающих ужасные поступки, – вряд ли сумеет кто-то, кроме уникамов с ангельским терпением. А тут еще более ошеломляющий повод для раздумий: эти буддисты считали к тому же, что простые смертные могут избавиться от гнева, что существуют практики, которые позволяют и в самом деле не злиться, практики, искореняющие ярость, очищающие душу от гневливости.

Неожиданно для себя я предложил далай-ламе мысленный эксперимент. Представьте, что вы находитесь в некоем общественном месте – в парке или в кинотеатре – и вдруг осознаете, что рядом с вами сидит Гитлер (или Сталин, или Пол Пот, или Мао), а дело происходит в самом начале геноцида, который впоследствии стал реальностью. Нам, нашим людям, во-первых, кажется, что праведный гнев и ярость по отношению к Гитлеру и иже с ним вполне нормальны, и, во-вторых, представляется, что неплохо бы и даже желательно убить его, если предоставится возможность. А вы, тибетские буддисты, что скажете?

Далай-лама обернулся к свите из авторитетных монахов, как всегда расположившейся у него за спиной, словно прайд за спиной льва, и принялся совещаться. Пошептавшись с ними несколько минут на тибетском, далай-лама объяснил нам, что убить Гитлера необходимо (и даже с триумфом, церемо-

ниально, подобно тому – если вспомнить разные культурные традиции, – как это могли бы делать самураи). Тем самым мы разорвем очень и очень дурную кармическую цепь. Вердикт: «Да, убейте его. Но не злитесь».

Что это означает? Как с точки зрения здравого смысла можно представлять убийство одного человеческого существа другим, мотивацию к убийству одного человека другим без какого бы то ни было чувства, без всплеска таких эмоций, как гнев, негодование, осуждение?

Дело в том, что Гитлер – это лишь неудачный поворот в мировом развитии. Он стал злодеем не по собственному выбору и поэтому заслуживает сострадания, а не гнева. И уничтожить его тоже нужно из сострадания – к нему самому и к тем, кого он может погубить своими злодеяниями.

В подобном ключе мыслили и стоики, знавшие толк в военном искусстве: когда требуются эффективные действия против врага, в том числе направленные на уничтожение, то такие эмоции, как страх и гнев, только мешают, повергают в ступор, побуждают к неадекватным мерам и мешают грамотно достигать поставленной цели. Сенека в своем трактате «О гневе», напрямую полемизируя с Аристотелем, пишет: «От всякой пагубной страсти легче всего совсем избавиться, чем научиться ею управлять»<sup>3</sup>. Зрелый, уравновешенный человек владеет собой и руководствуется разумом, тогда как

---

<sup>3</sup> Здесь и далее цит. по: Луций Анней Сенека. О гневе. Пер. с лат. Т. Ю. Бородай.

одержимый гневом распущен и не может держать себя в руках; «гнев возбуждается пустыми и не идущими к делу мелочами».

Сенека и другие стоики считали, что необходимость время от времени сурово наказывать и воевать мы путаем с необходимостью гнева. И если Аристотель, как напоминает нам Сенека, утверждал, что для простого воина, в отличие от полководца, гнев полезен, то сам римлянин был убежден: хорошие солдаты, хорошие воины-стоики никогда не впадают в гнев, иначе они провалили бы дело, которого от них требует печальная необходимость. Вот как рекомендует поступать с гневом Сенека: «Вырывать его с корнем <...> Не стоит пытаться удерживать гнев в пределах умеренности – лучше изгнать его совсем, ибо какая может быть умеренность у столь дурной вещи?»

Позже я осознал, что и у буддистов, и у стоиков требование искоренять гнев связано с приматом этики в их философии. Задача этики – способствовать правильным поступкам, уменьшать страдания и боль (в буддизме обозначаемые термином «дуккха») и по возможности вытеснять их счастьем. Гнев, по крайней мере в одном из стандартных проявлений, направлен на то, чтобы обидеть, причинить боль и страдание. А к этому человек стремиться не должен. Ярость – служанка алчного эго, требующего удовлетворения, и это алчное, опустошающее эго, стремящееся уничтожить все на своем пути, и есть проблема, главная причина страданий, а не

решение этой проблемы.

Что касается буддистов, у них есть еще одна причина противостоять гневу, связанная с сугубо буддийской метафизикой человеческого выбора. Гитлер и иже с ним – опасные узлы на развязках дорог мирового развития. Их нужно устранить. Это практическая необходимость. Но мы, оказавшись в условиях, позволяющих остановить Гитлера, обязаны выполнить свой долг и должны сделать это с любовью и состраданием. В конце концов, на месте Гитлера мог оказаться сам устраняющий, его ребенок или родитель. Этический императив состоит в том, чтобы всегда любить и замещать состраданием и любовью какое бы то ни было насилие, жестокость, ненависть, боль. Это побуждение жить, проявляя милосердие и стараясь облегчить страдания всех мыслящих и чувствующих существ, – ключевая идея буддизма. Ее предлагают как единственное разумное отношение к страданию, а оно неотъемлемое условие нашего существования. Везде, где вы сталкиваетесь со страданием, старайтесь облегчить его и взамен дать счастье.

На плодородной духовной почве северной Индии V в. до н. э. зародилось множество духовных практик, призванных справиться с проблемой сансары – круговорота рождения и смерти. В первом приближении сансара просто констатирует факт: все, что возникает или рождается, в конце концов умирает, истлевает, развеивается. Все и вся – будь то растение, животное или человек – рождается и умирает. Любой из

нас обречен терять любимых и близких и становится утратой для тех, кто любит нас. Знание уже в момент рождения ребенка, что этот драгоценный невинный младенец не избежит пращей и стрел судьбы, а в конечном итоге состарится и умрет, омрачает счастье от его появления на свет.

Понятие сансары в индийской философии ставит проблему глубже в сравнении с авраамическими традициями, в рамках которых считается, что человек проживает земную жизнь однократно – пепел к пеплу, прах к праху – и душа его обретает вечную жизнь (в раю или в аду) тоже лишь единожды. Индийская философская традиция, включая буддизм и джайнизм, предполагает (за исключением материалистического учения чарвака) реинкарнацию – вечный круговорот рождений, роста, дряхления и смерти, повторяющийся из жизни в жизнь.

Каждая из соперничающих философий толкует повторяющийся круговорот сансары по-своему и предлагает свой рецепт освобождения – способ вырваться из бесконечного цикла перерождений в человеческом и животном воплощении, а также, возможно, в виде ангелов и демонов в одном из внутренних или внешних миров.

Стоит отметить, что в мире насчитывается около 500 миллионов буддистов<sup>4</sup>. Половина из них проживает в Китае, где

---

<sup>4</sup> Pew Forum on Religion and Public Life, "The Global Religious Landscape," Pew Research Center (December 2012): 31–33, <https://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/11/2014/01/global-religion-full.pdf>.

они составляют меньшинство (немногим более 18 %) населения. Значительная доля оставшихся представлена в нескольких преимущественно буддийских странах, в число которых входит Таиланд, Мьянма, Бутан, Камбоджа, Шри-Ланка, Лаос, Вьетнам, Япония и Южная Корея. В Индии, где буддизм когда-то зародился, сейчас буддистов менее 2 %. В Северной Америке их почти четыре миллиона, или около 1,4 % населения. Большинство из них – выходцы из Восточной или Южной Азии (самая крупная ветвь в их составе – японская буддийская школа Чистой Земли), хотя к буддистам причисляют себя все больше зажиточных белых американцев, особенно в «духовном, но не в религиозном» смысле.

Согласно господствовавшей в Индии примерно в V в. до н. э. брахманской традиции, в ответ на которую появился буддизм, освобождение от сансары достигается совершенным исполнением обрядов, доступных только избранной касте священников-брахманов. Освобождение (мокша) предполагает расставание и с телом, и с сознанием, при котором атман – вечный и неизменный неограниченный алмаз, составляющий нашу сущность, – соединяется (точнее, воссоединяется) с основой и источником Вселенной – Брахманом. Освобождение (мокша), как правило, требует многочисленных реинкарнаций, в ходе которых принадлежность человека к высшей касте становится свидетельством, что он достоин дальнейшего и окончательного возвышения и причисления к сонму абсолютно просветленных созданий.

Будда выбрал своей мишенью два столпа брахманизма – Брахман и атман. Будда не отрицал вероятное существование такого трансцендентного источника всего сущего, как Брахман, скорее настаивал на том, что о сверхъестественных свойствах Брахмана человек не может знать (заметим, что к перерождению он с подобным скепсисом не относился). Это эзотерический вопрос, не имеющий отношения к практическим проблемам бытия и облегчения страданий. Что же касается вечного и неизменного атмана, Сиддхартха придерживался позиции, которую мы бы назвали радикальным эмпиризмом. Опыт учит, что все непостоянно, а значит, и я. У меня нет *атмана*. Да, я человек, психофизически единый и неделимый, который существует некоторое время. Я обладаю сознанием. Сознание создает и хранит историю моей личности. Но *атманом* я не обладаю.

Буддийская концепция «не-Я» (анната, анатман) довольно сложна и часто понимается превратно. Заметьте, я сказал, что люди есть. Я человек. Люди обладают сознанием. Я обладаю, вы обладаете. А еще у нас есть личность и темперамент. Нет только неизменной сущности – атмана.

Мы можем в той или иной степени избежать философской эквилибристики и анахронического поиска аналогий для буддийского понятия «не-Я» в учениях Аристотеля, Джона Локка, Дэвида Юма, Уильяма Джеймса или Дерекка Парфита. Достаточно принять во внимание следующее: утверждение Сиддхартхи о том, что каждый из нас анатман, а не атман, в

первую очередь утверждение от противного, сделанное в совершенно определенном историческом контексте. Таким образом он отреагировал на мистицизм и чванство браминов, которые кичились тем, что их сущность (атман) есть одно целое с сущностью космоса (Брахманом). Обе доктрины принадлежали к области эзотерики и шли вразрез с чувственным опытом Будды, говорившим ему, что все вокруг непостоянно. Все течет и движется. Никаких вечных сущностей нет – ни Брахмана, который стоит за Вселенной, ни атмана в нас. Последние слова Будды были: «Всему обусловленному неотъемлемо присуще разрушение. Усердно стремитесь к цели»<sup>5</sup>.

Можно попытаться вообразить, что сказал бы Будда об авраамической душе в связи с концепцией ее бессмертия. Однако не будем забывать, что Будда не обращался напрямую ни к представителям тех верований, ни к нашим светским современникам. Он находился в иной исторической ситуации и беседы вел совсем иные. Ричард Гомбрих в книге «Как начинался буддизм» (*How Buddhism Began*) пишет:

Будда опровергал теорию души, представленную в Упанишадах. Упанишады противопоставляют душу (атман) как телу, так и сознанию; в частности, она не обладает такими функциями сознания, как память или воля. Это сущность, а сущность по определению неизменна. Более того, сущность отдельного живого

---

<sup>5</sup> Пер. Е. Д. Сыромятниковой.

создания объявлялась тождественной сущности Вселенной...

Поняв, что именно опровергает Будда, мы осознаем: это нечто такое, во что на Западе очень мало кто когда-либо верил, а многие даже и не слышали<sup>6</sup>.

Как бы то ни было, если брахманское освобождение (мокша) достигается добросовестным отправлением обрядов, то буддийское освобождение (нирвана) зиждется главным образом на этическом совершенстве. Если что-то и вознаграждается или, возможно, как мы сказали бы, само по себе есть награда, то это добродетель, а не обряды. Этическое совершенство доступно представителю любой социальной прослойки. Оно не зависит от вероучения. Вселенная каким-то образом отслеживает меру нравственности наших действий (карма) и вознаграждает или наказывает сообразно этой степени. Как пишет Гомбрих, «важность этизации мира Буддой, которую я считаю поворотным моментом в истории цивилизации, невозможно преувеличить»<sup>7</sup>.

Возможно, именно в этой «этизации мира» нужно искать объяснение тому, как и почему начиная с 1950-х гг. буддизм так привлекает представителей Запада. Большинство интересующихся буддизмом и даже «практикующих» (о них мы скоро тоже поговорим) на Западе это учение привлека-

---

<sup>6</sup> Richard F. Gombrich, *How Buddhism Began: The Conditioned Genesis of the Early Teachings* (London: Athlone Press, 1996).

<sup>7</sup> Gombrich, *How Buddhism Began*.

ет потому, что воспринимается как созвучное светским чувствам. Джек Керуак и Аллен Гинзберг не были религиозны, не были склонны к экзальтации, но буддизм их заворожил. Во время войны во Вьетнаме буддийские монахи проявили себя отважными самоотверженными мучениками, жертвующими собой ради мира, и хиппи заинтересовались буддизмом как источником мантры «мир, любовь и счастье». В 1980-х гг. буддийские медитации преподносились как форма психогигиены для подверженных стрессу «властелинов Вселенной»<sup>8</sup> и как безопасная альтернатива валиуму. На рубеже XX–XXI вв. харизматичный далай-лама заявлял, что буддизм выиграл по трем статьям: он дружит с наукой, выступает этикой нового тысячелетия и прокладывает путь к счастью. Все это оказалось как нельзя более кстати для искателей духовности, принадлежащих тем культурам, где общие религиозные убеждения уже не могли связать людей в нравственные сообщества и где науку воспринимали всерьез.

Буддизм выглядел единственно подходящим для этически ответственной жизни учением, не требующим веры в Бога. И сам Будда демонстрировал безразличие к сонму божеств, которые по прошествии времени были возвеличены в индуизме до полноценных богов. В большинстве многочисленных вариаций буддизма космологические доводы в поль-

---

<sup>8</sup> Отсылка к серии игрушек компании Mattel "Masters of the Universe" и мультипликационному сериалу 1980-х гг. «Хи-Мэн и властелины Вселенной». – *Прим. ред.*

зу существования Бога не действуют, поскольку там не видят смысла в поисках первопричины как противопоставления не имеющей начала и конца энтропии вещества и энергии.

Более того, хотя буддийская доктрина «не-Я» сама по себе не отвечает натуралистическому взгляду на себя (Будда не считает человека стопроцентным животным, с чем солидарны философы, психологи и нейробиологи), буддизм все же можно понимать таким образом, ведь он, как большинство биологических концепций, делает акцент на изменениях и непостоянстве.

Хотя классический буддизм предполагает изобилие духов и миграцию сознания от умерших к живущим, буддисты далеки от того, чтобы поклоняться всемиростивому любящему Богу-создателю. Они относятся скептически даже к необходимости искать в Боге объяснение тому, что мир в принципе существует. И наверное, неудивительно, учитывая отсутствие глубинной метафизической основы, глубинных причин для нашего существования, что буддизм представляется некоторым сродни экзистенциализму в идее настоящей необходимости жить достойно, при том что нет никакого руководства со стороны высшей силы, которая наполняет все смыслом или указывает единственно верный путь.

На Западе (это направление называют иногда буддийским модернизмом или необуддизмом) буддизм развивался довольно своеобразно. Хотя ни одна из школ буддизма в тех странах, где буддийская традиция существует давно и проч-

но, не рассматривает «Я» с натуралистических позиций (в большинстве своем эти ветви придерживаются дуализма и поэтому не усматривают у психических состояний физическую природу) и хотя перерождение почти никакие школы не отрицают, буддизм перенимается и затем трансформируется натуралистами, агностиками и атеистами. Прелесть буддизма для светских натуралистов «духовного, но не религиозного» толка состоит в том, что оригинальная версия легко поддается демифологизации или натурализации, но при этом с точки зрения этики остается предельно серьезной. Мир, как мы помним, этизирован.

Обычно я описываю необуддизм, который в лучших его проявлениях можно найти в Нью-Йорке и Сан-Франциско и их окрестностях, как шнур, свитый из трех прядей. Первая прядь – это буддийская мудрость с минимальной дозой метафизики и теорией природы человека, которая сводится к следующему.

● Всё преходяще, а значит, и вы тоже, и я, и все, кто нам дорог.

● Мир хрупок и полон страданий (дуккха).

● Главная и при этом единственная поддающаяся контролю со стороны человека причина страданий – это алчное эго.

● Склонному к стяжательству эго свойственно впадать в гнев и ярость, когда не удастся получить желаемое (что в действительности не тождественно необходимому).

● «Сдувая» эго, я становлюсь более внимательным к то-

му, что происходит вокруг, вне меня, а значит, к радостям и горестям остальных.

- Все происходящее – это часть великого раскрытия.

- Возможности для того, чтобы изменить мир или себя к лучшему в процессе раскрытия, довольно скудны.

- Мы должны быть внимательны и всегда начеку, чтобы не упустить возможность уменьшить как собственные, так и чужие страдания.

Вторая прядь в этом тройном шнуре – этика. Изначально для Будды этика (шила) означала четыре базовые добродетели:

- *правильные намерения* – стремление делать добро без похоти, алчности или злого умысла;

- *правильные средства к существованию* – работа, которая не вредит мыслящим и чувствующим созданиям ни прямо, ни косвенно;

- *правильная речь* – говорить правду и не распускать сплетни;

- *правильные поступки* – не убивать, не прелюбодействовать, не употреблять дурманящих и опьяняющих веществ.

К ним добавляются четыре исключительные добродетели:

- *сострадание* – расположенность к тому, чтобы облегчать страдание всех мыслящих и чувствующих существ;

- *любящая доброта* – расположенность к тому, чтобы нести счастье всем мыслящим и чувствующим существам;

- *сочувствующая радость* – расположенность к тому,

чтобы радоваться, а не завидовать успехам и достижениям других;

● *уравновешенность* – расположенность к тому, чтобы воспринимать благополучие всех прочих мыслящих и чувствующих существ как не менее важное, чем собственное, безмятежно принимать тот факт, что вы не центр Вселенной.

Третья и последняя прядь, придающая шнуру невероятную прочность, – осознанность, или медитация. Ранние буддисты отобрали из тысяч разных духовных, психических и физических практик индийской йоги несколько жемчужин и стали их применять.

Медитация, концентрация на дыхании, на положении тела, на потоке сознания способствует пониманию непостоянства всего сущего и переживанию состояния «не-Я», а также оттачиванию навыков сосредоточения и владения собой. Мое дыхание, моя боль, мои тревоги, желания, навязчивые идеи и страхи преходящи. Не ими определяется моя сущность. Ничто из того, что дано нам в ощущениях, не остается неизменным. Я не вижу никакой нетленной самости. Зато вижу, что я (с самой что ни на есть маленькой буквы) иду вперед без всех этих желаний, тревог и навязчивых состояний, ограничивающих меня. И это может помочь мне вырваться из тисков идеи, что я – центр Вселенной, а в случае странных или нездоровых представлений о себе – увидеть, что они не определяют мою сущность.

Кроме того, медитация может служить средством этиче-

ского саморазвития, подобно тому как спортсмены перед соревнованиями мысленно видят во всех подробностях предстоящие действия. Например, при медитации любящей доброты (метта) вы воображаете себя в ситуации, когда у вас припасена для себя еда, а рядом кто-то голодает. В идеале человек чувствует (или работает над тем, чтобы почувствовать), как лучшая часть его «Я» соглашается поделиться с голодным. Существуют также специальные техники развития конкретных навыков, чтобы уметь терпеть, лучше контролировать гнев, быть более храбрыми или проявлять сострадание. Задача в том, чтобы стать человеком, более чутким к страданиям других и настроенным откликаться на эти страдания так, чтобы суметь их уменьшить.

Вот некоторые соображения: чтобы действительно быть буддистом, то есть сделать буддизм своей жизненной философией, необходимо так или иначе овладеть всеми тремя прядями этого тройного шнура. Казалось бы, вполне оправданное требование, но о нем необходимо поговорить отдельно. Американцы, услышав, что я интересуюсь буддизмом, спрашивают, выполняю ли я практики. Почти всегда они при этом имеют в виду, медитирую ли я (или, точнее, медитирую ли я много и часто). Они не спрашивают, верю ли я в непостоянство всего сущего и в «не-Я» и претворяю ли в жизнь принципы этики сострадания и любящей доброты.

Представление, что буддизм – это главным образом медитации, характерно для стран Северной Атлантики. В 2011 г.

я написал в колонку на HuffPost о «буржуазных буддистах», как я их назвал, и отметил в ней, что средний светский буддист в Восточной или Юго-Восточной Азии медитирует очень мало, примерно столько же, сколько средний американец-христианин молится. В Северной Америке и в Европе медитация, которая преподносится как неотъемлемая от буддизма или вдохновленная им практика, применяется для того, чтобы успокоить нервы и добиться большей безмятежности. Но ведь так мы только лелеем это, а не избавляемся от эгоизма.

И вот мы подходим к вопросу о том, помогает ли буддизм достичь счастья. Ведь со всех сторон твердят, что да. Что я на это скажу? Слишком хорошо, чтобы быть правдой. Буддизм призывает остерегаться того, что привлекательно для эго, а что может быть лучшей рекламной приманкой для эго, чем обещание счастья? Как мы помним, исконный буддизм сосредоточен на дуккха – проблеме облегчения страданий для всех мыслящих и чувствующих существ, включая нас самих. Но облегчить страдания не значит достичь счастья. Позвольте мне рассказать, чем может обернуться горячее стремление объединить эти две идеи.

В мае 2003 г. я написал для *New Scientist* статью под заголовком «Цвет счастья», в которой рассказал о двух предварительных исследованиях «положительного воздействия» буддизма на одного конкретного медитирующего монаха (на основании нейровизуализации его мозга). К моей досаде, но-

востные агентства – «Рейтер», Би-би-си, а также канадские и австралийские радиостанции – тут же ознакомили с моим эссе широкую публику, преподнеся его идею в несколько сенсационном ключе: «Буддисты ведут ученых к центру счастья». Матьё Рикар, медитирующий монах французского происхождения, был объявлен счастливейшим человеком в мире. А меня причислили к ученым, обнаружившим «центр счастья» в мозге. (Я с этим исследованием даже рядом не стоял!)

Я дал множество интервью в СМИ в тщетной попытке пресечь или по крайней мере умерить преждевременные восторги по поводу того, что мозг буддистов здорово навострился вырабатывать счастье и поэтому они необычайно счастливы, пожалуй, даже счастливее всех на свете, а способствует формированию этого источника счастья в мозге самых счастливых людей медитация (что бы это ни означало). Меня спрашивали, когда же я установил, что самые счастливые люди из когда-либо живших на свете – буддисты, и где именно в мозге расположен центр счастья. Журнал *Dharma Life* выдал собственный прелестный заголовок, назвав ученых Ричарда Дэвидсона и Пола Экмана, которые и проводили исследование с участием медитирующего монаха, «сыщиками радости» (Joy Detectives).

Я годами подшучивал над тем, например, как в *The New York Times* освещаются открытия из области нейробиологии. Как и большинство моих знакомых, я считал основ-

ную массу притянутых за уши сенсаций дурацкими, но безобидными. Однако со всем этим ажиотажем вокруг буддизма стало уже не до смеха. Во-первых, теперь это затрагивало меня лично. Во-вторых, в этом чудилось что-то оруэлловское и потому вызывало смутную тревогу. Мне казалось, что многие буддисты, которых я знаю и уважаю, с готовностью проглотят эту наживку и начнут рекламировать новоявленную панацею под буддийским брендом как сертифицированный нейронаукой единственный путь к счастью. Поскольку на магические, однонаправленные духовные рецепты у меня аллергия, я не мог не впасть в скептицизм. Мы с моим другом буддистом из Голландии Робом Хогендорном придумали даже словечко для происходящего – «словобуддие». В любой духовной традиции хватает словоблудия, так что «словобуддие» – это буддийское словоблудие. Заявление, что буддизм – это путь к счастью, было «словобуддием».

То, что буддизм преподносился как лучший путь к счастью, озадачивало, но не было неожиданностью. Это не вызывало удивления, поскольку, ничего не попишешь, современный западный человек не скрывает, что больше всего на свете желает счастья. Даже далай-лама, руководитель школы Гелугпа и самый известный в мире буддист, не устоял перед искушением принять участие в этих рекламных маневрах и выступил соавтором книги «Искусство быть счастливым» (1998)<sup>9</sup>. Счастье – валюта буддизма. А стремление к

---

<sup>9</sup> Его Святейшество Далай-лама XIV, Катлер Г. Искусство быть счастливым.

счастью – это как-никак неотъемлемое право.

И все же как объяснить то, что привлекательность буддизма обернулась обещанием счастья? Ведь исконный буддизм его не обещал. Исконный буддизм, возникший 2500 лет назад, предлагал практики, способные смягчить страдания. А сам Будда был – по любым современным меркам – ничуть не счастливее Конфуция или Иисуса. Сиддхартха Гаутама, как я уже говорил, этизировал Вселенную, то есть ставил во главу угла этические принципы, а не персоналистические, гедонистические или эгоистические.

Тем не менее идея, что именно в буддийской философии может отыскаться нечто необходимое или полезное современным представителям Запада, не лишена здравого смысла. Буддизм предлагает метафизическую перспективу, этику и набор практик, которые в совокупности помогают «сдуть» эго, а также, если повезет, могут отчасти преодолеть магическое мышление и в какой-то мере обеспечить безмятежность и уравновешенность.

Буддизм претендует в первую очередь на то, что предлагает (насколько это возможно) решение главной экзистенциальной проблемы, стоящей перед человеком, – уменьшение страданий. А это требует самопреодоления, укрощения своего эго. Счастье, ввиду его недостижимости, в классическом буддизме не самый ходовой или как минимум не самый главный предмет, по крайней мере пока не проживешь бесчис-

ленное множество жизней, потому что если считать счастьем достижение нирваны, то человек обретает счастье тогда, когда превращается в ничто, совершенное ничто, и освобождается от всех желаний.

Что же тогда предлагает буддизм, если счастья в привычном понимании он нам дать не может? Относительно стабильное ощущение безмятежности и удовлетворенности, но совсем не то ощущение, которого так жаждут и которое рекламируют на Западе как лучшую разновидность счастья. Эта безмятежность и удовлетворенность приходят (если приходят) вместе с мудростью (пониманием непостоянства и «не-Я»), в результате осознанности и действенных добродетелей сострадания, любящей доброты, сочувствующей радости и уравновешенности. Заручившись этим тройным шнуром, человек приобщается к мудрости и добру, к тому, что способно придать всему смысл, если что-то вообще способно. Станет ли он от этого счастливым? Может быть. Но суть не в этом.

## **Рекомендуемая литература**

Конзе Э. Буддизм: сущность и развитие. – М.: Наука, 2003. Краткий вводный курс, посвященный основам буддизма.

Его Святейшество Далай-лама, Катлер Г. Искусство быть счастливым. Руководство для жизни. – М.: София, 2008. Ре-

клама буддизма как пути к счастью.

Flanagan, Owen. *The Bodhisattva's Brain: Buddhism Naturalized*. Cambridge, MA: MIT Press, 2011. Моя попытка отстоять честную – без волшебных пилюль – буддийскую метафизику и этику.

Гоулман Д. Деструктивные эмоции. Как с ними справиться? – М.: Попурри, 2005. Отчет о научно-философских встречах с далай-ламой, посвященных обсуждению гнева и других деструктивных эмоций в 2000 г.

Gombrich, Richard F. *How Buddhism Began: The Conditioned Genesis of the Early Teachings*. New Delhi: Munshiram Manoharlal, 1996 / 2002. Проверенная классика, посвященная буддийской философии.

Райт Р. Буддизм жжет! Ну вот же ясный путь к счастью! – М.: АСТ, 2018. В защиту буддизма как образа жизни для современного американца.

# Глава вторая

## Конфуцианство

### *Брайан Ван Норден*

Почему мы так любим Эйнштейна? Любим ведь. Вспомните все эти постеры в университетских общежитиях и интернет-мемы с его портретом и изречениями, которые ему (как правило, ошибочно) приписывают. Эйнштейн – герой бесчисленных фильмов и телепередач, и всегда положительный. Почему сам его облик с первого взгляда вызывает у нас инстинктивную приязнь?

Своей популярностью Эйнштейн – хотите верьте, хотите нет – обязан древнегреческому философу Платону (умер в IV в. до н. э.). Платон доказывал, что лучше всего для человека посвятить жизнь умственному созерцанию. Занимаясь такими предметами, как чистая математика, теоретическая физика и философия, человек преодолевает зависимость от мирских повседневных забот. Эти люди лучше остальных: они чище и почти богоподобны.

Курт Воннегут в своем романе «Колыбель для кошки» (1963) ставит под сомнение этот идеал отстраненного суперчеловека-ученого. Его Феликс Хониккер – карикатура на ученых, которые разрабатывали ядерное оружие, не задумываясь об этической стороне своих разработок. (Хониккер-

ра называют в книге «отцом ядерной бомбы» – в реальной жизни этот титул принадлежит физику Роберту Оппенгеймеру, возглавлявшему «Манхэттенский проект»). Хониккер изображен обладателем блестящего и пытливого ума. Но при этом у него нет ни друзей, ни любимых, он равнодушен ко всем, вплоть до собственных детей. Хониккер изобретает вещество под названием «лед-девять», одной капли которого достаточно, чтобы уничтожить всю жизнь на Земле. Ученого ничуть не заботит, кто завладеет этой смертоносной субстанцией и к чему это может привести.

Обращаю ваше внимание, что у меня нет ни малейших оснований считать, будто Эйнштейн или Оппенгеймер действительно были такими, как Хониккер. Но некоторые из великих ученых определенно напоминали его. Вернер фон Браун конструировал ракеты для нацистов во время Второй мировой не менее усердно и увлеченно, чем впоследствии, во время холодной войны, для NASA. (В пародии на фон Брауна его высмеивал сатирик Том Лерер: «Раз ракеты взлетают, какая разница, где они приземляются? Этим занимается не мой отдел».) Нет, я не веду крестового похода против науки. В конце концов, философия – мать естественных наук и своим детям желает только лучшего! У меня довольно скромная цель: пробудить у вас сомнение в платоновской идее, что возможности предаваться отвлеченному умствования уже достаточно, чтобы считать жизнь достойной восхищения или просто достойной того, чтобы жить.

Но что же делает жизнь достойной того, чтобы прожить ее? Для последователей Конфуция (551–479 до н. э.) непреходящий атрибут хорошей жизни – наполненные любовью отношения с другими людьми. Парадигма любящих взаимоотношений берет начало из идеальной семьи, где родители воспитывают и наставляют детей, а братья и сестры заботятся друг о друге. Аналогично политические лидеры и руководители любого ранга должны относиться к подчиненным, а мы должны сострадать своим друзьям, членам нашего сообщества и всем остальным людям так, как если бы они были нашими братьями или сестрами. Как писал один последователь Конфуция:

Эти люди – мои братья, и все живущие на свете – мои товарищи. <...> Все в Поднебесной, кто устал, лишился сил, изнурен, болен, не имеет братьев и детей, все вдовцы и вдовы – все они мои беспомощные братья и сестры, которым не к кому больше обратиться. Заботиться о них в пору невзгод – дело хорошего сына<sup>10</sup>.

В результате мы привыкаем воспринимать человека в контексте взаимоотношений, в которых он состоит. Вот я, например, кто? Я Брайан Ван Норден, и, уже говоря это, я идентифицирую себя через *отношения* со всеми прочими Ван Норденами – и не только с моими родителями, братья-

---

<sup>10</sup> Zhang Zai, "The Western Inscription," in *Readings in Later Chinese Philosophy*, trans. and ed. Bryan W. Van Norden and Justin Tiwald, (Indianapolis: Hackett Publishing, 2014), 135. Перевод [английский] немного изменен.

ми и сестрами, но и с теми Ван Норденами, которые во времена Войны Севера и Юга служили в войсках юнионистов или конфедератов, и с теми, которые в годы Войны за независимость сражались на стороне лоялистов или революционеров. (Подозреваю, что атмосфера на семейных встречах у моих предков была несколько натянутой.) Я профессор, но и эта характеристика подразумевает отношения: я профессор определенного колледжа, в котором преподаю у определенных студентов. Я писатель, и это свойство тоже предполагает сложные, многосоставные отношения, в которых участвую я, издательства, выпускающие мои книги и статьи, мои редакторы и мои читатели. Даже мои самые объективные с научной точки зрения характеристики все равно оказываются реляционными: я представитель вида *Homo sapiens*, но любой биологический вид существует лишь постольку, поскольку существуют его представители. Если бы в свое время первобытные люди в Африке не выжили, меня сейчас не было бы на свете. И наконец, будучи не чем иным, как сгустком материи, я связан со всей остальной Вселенной и косвенно – через Большой взрыв, и непосредственно – за счет силы притяжения (которая ослабевает обратно пропорционально квадрату расстояния, но все-таки не исчезает до конца).

Реляционность наших характеристик имеет этическое значение. Поскольку в отрыве от взаимоотношений «меня» не существует, мое благополучие зависит от моего вклада в эти отношения. Коль скоро мое самосознание определяется

моей преподавательской работой, я живу хорошо, если хорошо преподаю, а если преподаю плохо, то и живу плохо. Но ведь жизнь это не только работа? Разумеется! А поскольку мое самосознание определяется моей отцовской ролью, я хорош, если хорош как отец, и плох, если я отец никудышный. Как показывают эти примеры, собственные интересы ни в чем фундаментально не противоречат заботе о других, поскольку основная составляющая хорошей жизни – преуспевать в тех отношениях, которые так или иначе нас определяют. У Конфуция есть на этот счет очень емкое изречение. Когда его спросили, каким ему видится процветающее общество, он ответил: «Государь должен быть государем, сановник – сановником, отец – отцом, сын – сыном»<sup>11</sup>.

Один философ-конфуцианец, Ван Янмин (1472–1529), доказывал, что люди подспудно осознают свое единство со всем прочим:

Вот почему при виде ребенка, падающего в колодец, они испытывают невольный страх и сострадание. Это потому, что их человечность делает их единым целым с ребенком. Кто-то может возразить, что, не будь ребенок тоже человеком, такого отклика бы не возникло. Но точно так же сжимается их сердце,

---

<sup>11</sup> "Kongzi (Confucius), 'The Analects,'" 12:11, trans. Edward Gilman Slingerland, in *Readings in Classical Chinese Philosophy*, 2nd ed., ed. Philip J. Ivanhoe and Bryan W. Van Norden (Indianapolis: Hackett Publishing, 2005), 36. Перевод [английский] немного изменен. [Конфуций. Лунь юй (Беседы и суждения). Пер. Л. С. Переломова.]

когда они слышат истошный птичий крик или видят перепуганного до полусмерти зверя. Это потому, что их человечность единит их с птицами и зверями. Кто-то может возразить, что не будь птицы и звери чувствующими созданиями, наше сердце не болело бы за них. Но невольным сочувствием и беспокойством люди проникаются и при виде вырванной с корнем травы или поваленных деревьев<sup>12</sup>

---

<sup>12</sup> Wang Yangming, "Questions of the *Great Learning*," trans. Philip J. Ivanhoe, in *Readings in Later Chinese Philosophy*, 241–42. Перевод [английский] немного изменен.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.