

ПУТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАДАНИЙ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА НА ОСНОВЕ ПОНИМАНИЯ СПЕЦИФИКИ САМОСТИ В БУДДИЗМЕ И ДЖАЙНИЗМЕ

Буддийский подход предлагает внимательно исследовать, что именно мы считаем своим «Я», или «Эго», «самостью». Где располагается наше «Я»? В теле, совокупности переживаний, вокруг нас или в нашем сознании? Ни один из этих аспектов не является постоянным, ни один не может претендовать на статус истинного «Я». Так, буддизм предлагает последовательно рассмотреть каждую из пяти скандх (форму, ощущения, восприятие, ментальные формации и сознание) и задаться следующими вопросами: «Это мое?», «Это я?», «Это моя самость?» При внимательном рассмотрении оказывается, что не существует субстанциальной (неизменной, постоянной, вечной) самости. Буддизм сравнивает человеческую самость с рекой. Мы говорим, что «это та же самая река», но вода в ней каждую секунду новая. Так и наше «Я», наподобие течения реки, есть непрерывный поток опыта (восприятия, мышления, оценивания), но без личностного субстанциального центра.

Обратимся теперь к философии джайнизма. Джайнизм представляет собой мощную религиозно-философскую традицию Древней Индии, начинающуюся с VI в. до н. э, т. е. практически одновременно с буддизмом. Джайнизм известен своей активной проповедью ненасилия, не причинения вреда всему живому. В основе джайнизма находится тщательно разработанный путь, ведущий человека от внешне обусловленного существования и страдания к абсолютной свободе, радости и могуществу совершать благо. Предлагаемая стезя благодатной духовной жизни заключается в посвящении себя покаянию и жертвенной жизни. Джайнские философы считают, что даже для обывателя возможно обретение свободы, поскольку не причинение зла всему живому («ахимса») – первая и самая главная заповедь джайнов. Эта заповедь является одним из столпов буддийского Благородного Восьмеричного Пути.

В отличие от буддизма, джайнизм утверждает присутствие в человеке субстанциальной основы связи с божественным началом. Это начало именуется *Атманом*, сияние которого в человеке и в мире, как это подчеркивает комментатор фундаментального труда Усамвати «Таттвартхадхигама-сутры» по философии джайнизма Пуджьяпада, обуславливает как познание, так и всякое благое действие в качестве единого и универсального начала [1]. На первый взгляд, возникает глубокий разрыв между этими направлениями религиозно-философской мысли, особенно, если учесть, что именно джайны выступали резкими критиками учения Гаутамы Сиддхартхи Будды об иллюзии Атмана. Мы хотели бы обратить внимание на определенное сходство этих столь различных позиций, оно заключается в том, что касается идеи радикальной недостаточности, неполноценности той человеческой самости, которая в своем самоутверждении исходит лишь из себя самой и свои собственные установки и интересы провозглашает абсолютной мерой как истинности познания, так и нравственного совершенствования человечества.

Человеческая самость, или «Эго» – это концепция, прочно укоренившаяся не только в психологии и психиатрии, но и в различных духовных учениях, где она представляет собой ложное представление о себе. «Эго» формируется из нашего опыта, воспитания, образования, общения с окружающим миром, внутренних убеждений, представлений, верований, желаний и т. д. «Эго» – это некий образ (или система образов, представлений) себя; это то, кем и каким мы себя считаем и чувствуем в этом материальном мире – в отличие от того, чем мы являемся на самом деле. Этот образ себя обычно нестабилен и постоянно меняется, даже если это незаметно или не осознается в должной мере. Само «Эго» воспринимает жизнь через линзу двойственности, разделяющей жизнь на противоположные силы, такие как любовь, ненависть, добро, зло, правильное, неправильное, святое, греховное. Диалектическая двойственность бытия и мышления – это путь Запада. Путь Востока всегда стремился преодолеть двойственность, сделать это не умозрительно (только в абстрактном мышлении), но действительно, практически [2]. Результатом двойственности «Эго» является оценивание, ненависть, осуждение и отчуждение. Мы что-то принимаем, а что-то отвергаем. Одних людей мы любим, других ненавидим. Кроме того, существует иллюзия радикальной (если не сказать – субстанциальной) отделенности соб-

ственного «Я» от целостной действительности мира людей и природы: «Эго» убеждено в своей отдельности от других людей и мира, что часто приводит к ощущению одиночества и неполноценности, а, в конечном счете, тяжким страданиям.

Человеку свойственно стремиться избавиться от страданий. Какими именно путями мы предпочитаем следовать? Западный путь предполагает навык психоментального подавления болезненной двойственности мира и наших собственных представлений. Любые мысли, чувства, ощущения, опыт или убеждения, которые мы считаем «плохими», «неприемлемыми» или «неправильными», мы подавляем, избегаем и отрицаем. В результате таких подавлений мы все больше изолируемся и усиливаем наши теневые Я, которые становятся все более изощренными, злобными и извращенными. Результат жизни с раздутым «Эго» можно наблюдать в нашем мире очень часто. Депрессия, тревога, психические заболевания, убийство, ненависть, жадность, нищета, войны и разрушение окружающей среды, которые мы переживаем, являются отражением наших внутренних страданий. Таким образом, вместо того, чтобы безоговорочно принимать жизнь в ее целостности, мы разделяем ее на «приемлемые» и «неприемлемые» переживания, людей, убеждения, мысли и эмоции. В итоге мы страдаем все сильнее и причиняем страдание людям и всему живому.

В чем, на наш взгляд, заключается эвристика философии Востока для западной мысли и практики? Восточная философия приходит к удивительному выводу: попытка потерять «Эго» – это тоже игра «Эго». В экзистенциальном плане, который в наибольшей степени способен отразить стремления к компенсации или устранению страданий самости, потеря человеком своего (только своего) кажущегося субстанциальным «Я» означает осуществление перехода от вопроса «Кто я есть?» к вопросу «Что есть реальность, когда я не вмешиваюсь в нее со своим “Я”?». Невмешательство в данном случае весьма напоминает базовые принципы буддизма и джайнизма (не причинение вреда всему живому); тот факт, что моя собственная самость подпадает под данный принцип, оказывается наиболее проблематичным для западного мышления, разделившего и противопоставившего самость всему остальному миру. Именно в подобном ключе определяет рождение подлинной человеческой самости, способной противостоять страданиям и самоотчуждению, великий философ, психолог и психиатр XX в. Карл Густав Юнг. Согласно юнгианской традиции, отказ от иллюзорного понимания внутренне разделенной и внешне отчужденной самости может осуществиться по образцу опыта восточных религиозно-философских систем, но при этом всегда связан с длительным и интенсивным страданием [3, с. 214].

Преодоление болезненных иллюзий самости предлагаем тезисно представить следующим образом: умение пережить «темную ночь души», когда мы чувствуем себя полностью потерянными, одинокими и изолированными от других; это накопление или кульминация наших страданий; поиск избавления от страданий, в котором мы одержимы собственным страданием и ищем путей их прекращения или ослабления; духовное пробуждение, в котором мы начинаем искать более глубокое понимание жизни, нежели это свойственно нашему опыту и культуре; духовное преображение, в котором теряется наше прежнее «Эго», поскольку величие и масштаб вновь осознаваемого представляется сознанию невероятно превосходящем внутренне разделенную самость; взросление души, в ходе которого мы опытно и интеллектуально обнаруживаем существующие идеи, приемы и практики, удерживающие нас в круге боли, страха и отдаления, изучаем те направления мысли и опыта, которые открывают нам единство мира, людей и жизни в целом; разрушение ложной самости и ложных аналогий, при котором мы стремимся отказаться от всего того, чем мы не являемся (этот этап заключается не только в выявлении наших разрушительных и ограничивающих убеждений и моделей поведения, но в позволении им уйти, утратить силу); завершение поиска, обретая которое, мы понимаем, что все, что мы есть и все, что нам нужно, существует прямо здесь и сейчас. Тем самым, преодолевая двойственную власть своего прежнего «Я», мы стремимся развивать безусловную любовь, полагание единства мира и своего истинного «Я».

Список использованной литературы

1. **Пуджьяпада.** Сарвартхасиддхи : [пер. с санскрита Н. А. Железновой] / Пуджьяпада. – М. : Наука ; Вост. лит., 2015. – 390 с. – (Памятники письменности Востока. CXLIH).
2. **Торчинов, Е. А.** Пути философии Востока и Запада: познание запредельного / Е. А. Торчинов. – СПб. : Азбука-классика, 2007. – 480 с.
3. **Франц, М.-Л. Фон.** Процесс индивидуации // Человек и его символы : [пер. с нем. И. Н. Сидоренко, С. Н. Сидоренко] / М.-Л. Фон Франц. – М. : Серебряные нити, 2006. – С. 162–237.