

СОКРАТ И ОСНОВНАЯ ИДЕЯ МИРОВОЙ ФИЛОСОФИИ

Однажды древние Афины посетил восточный маг и мудрец Зопир. Как на своей собственной родине, так и за ее пределами он пользовался большой славой в качестве физиогномиста. Ему было достаточно беглого взгляда на внешность человека, чтобы проникнуть в его душу — в самую суть его характера и привычек, образа жизни и устремлений.

Увидев на афинской рыночной площади Сократа в окружении многочисленных слушателей, Зопир незамедлительно заявил: «Это человек умственно отсталый и похотливый». На лицах собравшихся изобразилась бурная гамма чувств. Изумление чередовалось со смятением, недоверием и возмущением. Одни не могли сдержать веселого смеха, а другие — раздраженной ухмылки.



Ученики Сократа принялись наперебой защищать его: «Видимо, Зопир, ты не так уж проницателен, как о тебе говорят, поскольку перед тобой стоит величайший мудрец Греции, признанный самим Дельфийским оракулом». «Наш дорогой гость, должно быть, очень уж утомился с дороги, и его ум досадно придулся. Давайте отведем его в тень», — вторили другие.

Сократ же, с другой стороны, спорить не стал. С невозмутимой улыбкой он произнес: «Друзья мои, Зопир все говорит верно. Таким я и был бы, если бы не занятия философией».

Сократ был убежден, что человеческий ум пластичен. Он полагал, что мы всегда сохраняем способность меняться к лучшему, несмотря на все ошибки нашего разума, несмотря на таящиеся внутри семена зла и пороки души. Мудрец никогда не отрицал ограниченности собственных познаний и того, что внутри него, как и во всех людях вообще, таятся дурные наклонности — извечный коктейль из невежества, агрессии, жажды, алчности, гордыни и страха.

Более того, в отличие от большинства учителей жизни, он не старался выставить себя в лучшем свете. Сократ не боялся признавать свои изъяны как наедине с собой, так и публично. Он прилежно выискивал их, изучал и давал им бой. Это и сделало его образцом мужества и честности, этическим идеалом и подлинным символом философии на Западе.

Вклад Сократа состоял не в тех или иных идеях, а, скорее, в том, кем он был как человек: какую жизнь он прожил, как держал себя в спорах, как вел себя на суде и перед казнью, скольких он вдохновил собственным примером и как менял жизнь вокруг.

После смерти философа френологи исследовали череп Сократа и подтвердили выводы Зопира. Согласно их заключению, пусть и совершенно ненаучному, то был череп человека чрезвычайно порочного. Это подтверждалось несимметричностью и даже некоторым уродством внешности Сократа. Тем не менее Сократ вопреки своим дурным задаткам смог стать образцом ума и добродетели.

История о посещении Афин Зофиром, рассказанная учеником Сократа Федоном и упомянутая Цицероном, стала для древнего мира ярчайшей иллюстрацией великой способности человека управлять своей судьбой. Впрочем, в своих взглядах на этот счет Сократ вовсе не был уникален. Можно даже утверждать, что его убеждение в пластичности ума является самой сущностью философии, общим определением ее смысла и метода.

Философия — это ни в коем случае не чистое познание и не некая оторванная от земли «любовь к мудрости» ради самой этой

мудрости. Для всех выдающихся мыслителей в человеческой истории философия всегда была приобретением и *применением* знания для вполне определенной цели. Она служила глубинной и положительной трансформации человека и общества. Знание есть инструмент, а не цель и не праздное развлечение для ума.

Даже те, кто подобно Аристотелю порой высказывались в пользу созерцательной жизни как высшей ценности, никогда не были верны этим заявлениям. Они писали труды по этике и политике и были заняты совершенствованием внутренней и внешней действительности.

Знание ради знания, знание, которое не используется в созидательной деятельности того или другого рода, есть не просто абсурд. Это нечто невозможное. Благодаря философии и эволюционной биологии мы знаем, что познавательная деятельность присуща всем организмам, начиная от бактерий и архей и заканчивая homo sapiens. Она не является замкнутым на себе процессом, а ложится в основу поведения в качестве универсального инструмента для выживания и развития.

Все сколь-нибудь заметные школы мысли на Западе видели смыслом собственного существования трансформацию жизни, а не досужее накопление сведений. Философская теория была для них самым практическим из всех возможных занятий. Эти люди сознавали, что лишь фундаментальное знание дает творческим усилиям человека направление движения. Оно дает нам карту для успешной навигации по жизни.

Аналогичных взглядов придерживались и величайшие мыслители Востока со времен индийских йогов, Будды, Конфуция, Лао-Цзы и Заратустры. Они видели, что ум человека полон омрачений и внутренних конфликтов, которые делают нас несчастными и толкают на разрушение себя и мира. Они видели, что человеческое общество также полно омрачений и конфликтов. Их основополагающей причиной считалось невежество, а антидотом от невежества объявлялось знание, наполненное энергией — наполненное волей воплощать его в своих поступках.

Все люди, которые по кирпичику закладывали фундамент человеческой цивилизации, сходились и еще по одному вопросу. Первое, куда нам следует направить творческую энергию, есть наш собственный ум.

Мы никогда по-настоящему не контролируем мир и ситуацию, в которой находимся, поскольку они безмерно больше нас. Однако в нашей власти поменять то, как мы реагируем и как мы действуем в каждой ситуации. И эта власть существенна. В любых

обстоятельствах жизни имеется неисчерпаемый потенциал счастья и творческого свершения, потому что все они есть специфическое состояние нашего ума, а не тот или другой набор фактов внешней действительности.

Именно по этой причине так глубоко врезались в коллективное сознание нашей культуры великие слова, начертанные некогда на стене храма Аполлона в Дельфах: «Познай самого себя». Их сделали своим девизом и первые философы Греции от Фалеса до Солона, и Сократ, и позднейшая интеллектуальная традиция Запада.

На Востоке же заключенный в них призыв к самопознанию был настолько очевиден и всеобъемлющ, что писать его на стенах не было ни малейшей нужды. Вся духовная жизнь там столетиями совершала ежедневное обращение вокруг этой фундаментальной мысли. Подчеркивать ее столь широким жестом было бы настолько же чудно, как написать: «Все, что подбрасывают вверх, падает вниз», — а затем выдать эту и ребенку ясную аксиому за недавно обнаруженную жемчужину мудрости.

Пока ты жив, ты всегда способен к переменам. Познай свою природу и используй врожденные способности своего ума для его очищения, гармонизации и совершенствования.

Тогда твоя личная трансформация высвободит твои высшие творческие возможности, неизбежно покинет свои узкие пределы и приведет к трансформации мира вокруг. Все цели человеческой жизни достигаются лишь этим путем. Познай себя и обрети освобождение сам — и вокруг тебя спасутся тысячи.

Эти соображения можно назвать основной идеей мировой философии, поскольку они в равной мере признавались как лучшими умами Запада, так и Востока с самой глубокой древности.

В точке этого ключевого озарения человеческой истории сходятся все мировые религии от иудаизма, индуизма и буддизма до христианства и ислама, а также всевозможные философские традиции.

Естественно, различия между пророками, мыслителями, школами и культурами были многочисленны и существенны. Но вместе с тем они состояли в вопросах несколько «меньшего» калибра. Какова именно эта природа ума, которую необходимо познать? Что в нем подлежит очищению и вычищению, а что усилению и культивации? Как навести порядок в своей голове и какие действия и в какой последовательности должны быть для этого совершены? К каким переменам в обществе это должно привести?

Из древних времен основная идея мировой философии перекочевала в Новое и Новейшее время и легла в основу высших достижений научного мышления. Создатели математики от Пифагора,

Евклида и Архимеда в Древней Греции до Декарта, Ньютона, Лейбница, Паскаля и Рассела уделяли философским штудиям больше собственного времени, чем математическим. В отличие от умов третьего разряда, им и в голову не приходило отмахнуться от философии и ее великой задачи как от чего-то бесполезного.

Огромное почтение к философии питали основоположники современной физической картины мира и, в частности, квантовой механики. Великие лауреаты Нобелевской премии по физике XX века — Альберт Эйнштейн, Нильс Бор, Макс Планк, Эрвин Шрёдингер, Вернер Гейзенберг — не только всю жизнь изучали ее, но и писали объемные философские труды.

Некоторые из них, подобно Нильсу Бору и Эрвину Шрёдингеру, считали себя в первую очередь именно философами, а уже потом физиками. Один только краткий список с перечислением фундаментальных открытий этих двух людей в квантовой теории занимает несколько страниц. И все же их философские, исторические и даже поэтические сочинения ничуть не менее многочисленны.

Это всего лишь несколько ярких иллюстраций, но их можно привести в не меньшем количестве для создателей остальных наук, почитаемых «точными». Популярное ныне заблуждение, будто философия есть прерогатива неких «гуманитариев» и не интересуется «настоящих ученых», основано на незнании и истории науки, и сущности науки, и сущности философии. Люди, на открытиях которых построен весь мир вокруг от общественных институтов и высотных домов до компьютеров, думали совсем иначе.

Причина их живого интереса была той же, что у Сократа и Будды два с половиной тысячелетия назад. Они понимали, что все сколь-нибудь важное в жизни человека в самую первую очередь зависит от порядка в его голове и от успешного применения нами врожденных способностей менять структуру собственного ума. Там, внутри нас, находится ключ к эмоциональному благополучию, созидательным возможностям и тому, как мы будем влиять на реальность вокруг.

ЭПОХА РАЗОЧАРОВАНИЯ

Понимание основного озарения человеческой истории и его первостепенной практической ценности объединяет всех выдающихся деятелей культуры вплоть до первых десятилетий XX века. Оно было присуще не только философам, математикам и физикам, но и творцам современной нейробиологии.

После Первой и особенно Второй мировой войны, однако, умонастроения сильно поменялись. Воцарилось вполне понятное уныние и горестное сомнение в человеческой природе. В медицине и науках о мозге укоренилось мнение, что жизненный опыт и индивидуальные решения не оказывают на структуру нервной системы практически никакого влияния.

Считалось, что человек всецело определяется, с одной стороны, своей унаследованной биологической начинкой, а с другой — окружающей его социокультурной средой. Зажатый меж этих двух тисков, он может идти только по узкой дорожке, создающей видимость свободы, но ей ни в коей мере не являющейся.

Даже философия (и прежде всего в лице постмодернизма) поддалась этому наваждению. В ней человек мыслился марионеткой, которая, не сознавая того, пляшет на ниточках окружающей действительности и насаждаемых миром ценностей, идей и привычек.

Те, кто осторожно утверждали, будто мозг может меняться на анатомическом уровне под воздействием опыта, а тем более в результате сознательных усилий человека, поднимались на смех. Ученые мужи человечества при одном только виде подобных эксцентриков крутили у виска пальцем. Мозг не меняется, а только достигает зрелости, после чего начинает неуклонно стареть. Человек также толком не меняется.

Мы способны лишь тренировать человека, как любое другое млекопитающее, кнутом и пряником. Если мы правильно подберем эти кнуты и пряники, то одни стороны человеческой природы слегка выйдут на передний план, а другие немного отойдут в тень, но глубокая личная трансформация невозможна. Человек всегда останется человеком, управляемым своими задатками, а волк всегда останется волком. Сколько его не корми, он все равно в лес смотрит.

Особенно показательным для царивших умонастроений является пример Зигмунда Фрейда. Большую часть своей научной карьеры Фрейд писал о *либидо*, о силе сексуального влечения как о главном мотивационном источнике человеческого поведения. Он верил в способность человека сублимировать эту древнюю природную силу, то есть преобразовать ее в акты творчества и познания, использовать для совершенствования нас самих и человеческой цивилизации.

В тех же случаях, где в нашем бессознательном рождаются опасные внутренние конфликты, они могут быть эффективно устранены. Фрейд полагал, что для этого требуется довести бессознательные неврозы пациента до осознания. Если вскрыть их

причины и приложить внутреннее усилие для гармонизации, человек выздоравливает.

Осторожные заявления некоторых учеников о наличии у людей бессознательной тяги к разрушению наталкивались на резкую критику отца-основателя психоанализа. Он не считал волю разрушать достаточно фундаментальным компонентом человеческой психики и не мог поставить ее в один ряд с либидо.

Умеренный оптимизм Фрейда продержался лишь до поры до времени. В 1930 году, под впечатлением от военных зверств в ходе Первой мировой, он опубликовал работу с говорящим названием: «Недовольство культурой». В ней Фрейд признал и описал жажду разрушения и причинения вреда в качестве второго присущего людям глубинного инстинкта. Он называл его *Танатос*, в честь древнегреческого бога смерти. Если бог любви *Эрос* был в терминологии Фрейда символическим обозначением воли к жизни и созиданию, то Танатос стал обозначать его демоническую противоположность.

Согласно позднему Фрейду, глубокие перемены в человеке невозможны. Общество с трудом держит в узде темные энергии нашего бессознательного, но не способно ни переломить, ни тем более устранить их окончательно. В глубинах человеческой психики плещутся океаны жажды, агрессии, злости и похоти, которые недовольны культурой. Они всегда сопротивляются культуре, потому что она надевает на индивида намордник.

Культура насильно ограничивает присущую нам дикость. Но вот только надетый на человека намордник дает слабину, как дремучее зло из недр бессознательного вырывается на свободу. Тогда мы и наблюдаем самоубийства, вспышки насилия и жестокости и ужасные социальные катастрофы. Так было раньше, так будет и впредь.

К концу жизни Фрейд стал намного пессимистичнее и не представлял, что можно с этим сделать. Отец психоанализа умер в первый же месяц после начала Второй мировой войны. Можно лишь догадываться, к каким дальнейшим мрачным думам она бы его подтолкнула, если бы ему довелось стать ее свидетелем. Однако ученик Фрейда и второй по величине глубинный психолог XX века Карл Густав Юнг ее пережил.

Каковы бы ни были его разногласия с Фрейдом, он испытал очень схожую перемену во взглядах. В письме Юнга к коллеге Фрицу Верзару от 31 октября 1946 года содержатся следующие горькие и проникновенные строки:

«Я убежден, что нужно что-то сделать, чтобы довести до сознания человечества чудовищную опасность пути, по которому оно идет.»

В некоторых отношениях люди уже осознают, что ситуация крайне опасна, и это доказывает всеобщий страх войны.

Само собой, очевидно, что крайне желательно очеловечить человечество, но, когда видишь, как ведут борьбу великие силы, чтобы достичь соглашения по самым разумным мерам для улучшения жизни мира в целом, и как им это не удается, поскольку одна или другая сторона отказывается вступать в диалог или не может уступить, это становится совершенно невозможно, когда затрагиваются некоторые моральные вопросы.

Конечно, можно достичь общего согласия, что людям не следует убивать друг друга, но это тут же обойдут отправкой их в трудовые лагеря в Сибири, например, где людей не совсем убивают, их содержат и кормят так, чтобы они могли работать, и там они умирают от разных болезней, тогда как государство отказывается признать, что само убило их. <...>

К сожалению, проповедовать людям нельзя, ведь если бы это работало, мир давно обратился бы в христианство, и тогда больше не было бы преступлений. Но в том трудность и состоит, что вы ничего не добьетесь, обучая и объясняя людям. Каковы результаты столетий христианского обучения в Германии? Варварство не было затронуту им ни в малейшей степени, а ведь, Бог свидетель, каждое воскресенье со всех кафедр Европы было сказано достаточно.

*Из своей практики я знаю, сколько требуется сил, чтобы донести до людей даже самую простую и очевидную истину. В некоторых случаях это просто невозможно, и речь идет не о сумасшедших, а о людях, которые в своей личной жизни считаются абсолютно *conscientis* [вменяемые — лат.].*

Конечно, правительства могут что-то сделать, но ныне, если вы хотите что-то от государства, вам укажут на мировое положение, которое и так доставляет правительствам достаточно головной боли, чтобы еще думать о том, как отменить смертный приговор или сделать человеческую жизнь священной. В сущности, никто не убежден полностью в абсолютной ценности и святости человека, чтобы гарантировать ему жизнь при любых обстоятельствах.

И, к сожалению, чем больше он ценит свою жизнь, тем меньше ценит жизнь ближнего. После того, что случилось в Германии, я утратил последние остатки иллюзии о способности человека становиться лучше.

Если невозможно произвести изменения в человеческом сознании, нам также не удастся реализовать идеал, признаваемый всеми разумными людьми, но снова и снова разбивающийся о дикую неразумность и бессознательность человечества в целом.

Конечно, я бы надеялся и сделал все, что в моих силах, чтобы поддержать ваши усилия, если бы только видел хоть малейшую возможность успеха. Но, к сожалению, я знаю, что никакой протест и никакая дискуссия ничего не изменят.

*С наилучшими пожеланиями,
искренне ваш, К. Г. Юнг».*

О ЧЕМ ЭТА КНИГА

По окончании Второй мировой войны один из величайших психологов в западной истории все равно что опустил руки и поставил на человеке крест. Ранее точно так же поступил и сам основатель психоанализа Зигмунд Фрейд.

Произошедшее с ними является сжатой иллюстрацией опыта миллионов людей, живших в ту эпоху. Слова, в которые они облекли свое разочарование, были сильны и убедительны. Но все же они оставили за скобками несколько принципиальных моментов.

Прежде всего, ученые и мыслители эпохи разочарования значительно недооценили потенциал человеческих изменений, и это вскоре стало понятно. Забрехали первые лучи новой веры и нового утра, однако уже не со стороны философии и психологии, как то всегда происходило в прошлом, а из нейробиологии. Под напором экспериментальных данных, которые мы скоро разберем, этот мрак все более отступал.

Имеется и нечто более важное, нежели внушаемый науками о мозге оптимизм. В конечном счете, у нас просто нет иного выхода, кроме как меняться самим и помогать в этом другим, причем делать это так хорошо, как мы только можем.

В некотором смысле все мы находимся в положении врачей. Хотя болезни еще существуют, хотя эпидемии еще возникают, медицина все равно продолжает помогать тем, кто в этом нуждается. Ее стараниями средняя продолжительность жизни увеличивается, а ее качество растет — по меньшей мере, с точки зрения медицинского ухода. Да, люди все еще болеют и страдают, стареют и умирают, как и раньше. Но стоит ли оттого считать врачебный труд бесполезным? Следует ли всплеснуть руками и оставить все на произвол судьбы?

Точно так же дело обстоит в философии, психологии и на личном пути каждого из нас. Жизнь есть непрестанное изменение и движение. Коль скоро мы продолжаем жить, мы делаем все, что можем, чтобы она стала лучше и могла раскрыть свою природу

вопреки возникающим сложностям. Более совершенного направления для наших творческих усилий просто не существует.

Да, люди все еще невежественны и поддаются разрушительным иллюзиям и безумствам. Они жаждут того, что их губит. Они бегут прочь от того, что способно исцелить. В них бурлит злоба, ими движет страх, тревога, агрессия, причем как на самом бытовом уровне, так и в масштабах целых государств.

Однако без той работы, что уже была проделана над человеческим умом, все обстояло бы намного хуже. Так и без врачебного искусства наши тела разрушались бы и увядали намного быстрее, а их распад причинял бы больше страданий.

Кроме того, медицина пережила за последнее столетие невероятный скачок, подлинную революцию, позволившую ей сотворить чудеса. В философии и психологии мы пока лишь в процессе совершеншения соизмеримого по величине скачка. Наступил момент, когда стало возможным объединить и взаимно обогатить философское понимание ума и его научное понимание, между которыми до того наблюдался некоторый разрыв. Как это случится и многие ли умы получатся очистить и исцелить, зависит от всех нас.

Эта книга посвящена переменам, которые человек способен произвести в себе самом и, как следствие, во всем окружающем мире.

Она оптимистична, поскольку отталкивается от достоверного знания, что возможно многое. Но она также реалистична, потому что не дает пустых обещаний и не предлагает волшебных таблеток. Чрезмерная поспешность была бы ошибкой, а слепой энтузиазм всегда вреден. Как восточная, так и западная культура всегда призывали человека познать самого себя, прежде чем браться за любые масштабные перемены. Нам требуется осмотреться, получить хотя бы предварительные ответы на некоторые ключевые вопросы — и лишь тогда всерьез пускаться в путь.

Как устроен наш мозг и что управляет человеческим поведением? Кто мы вообще такие и есть ли то, к чему мы все изначально и равным образом стремимся? От чего зависят счастье и несчастье, сила и слабость, действие и бездействие, знание и заблуждение? Каковы способности нашего ума по изменению самого себя? Как обнаружить их в себе и как научиться целенаправленно применять?

Только понимание этих фундаментальных вещей сделает наши усилия информированными, осознанными и действенными. В противном случае мы возьмемся не за то дело, заведем себя в тупик или же будем блуждать кругами.

В начале книги мы составим общую карту местности, благодаря которой и сможем удостовериться в своем направлении

и маршруте. Опорой для нас послужат как последние достижения наук о мозге, так и наследие философии и психологии за всю их историю.

Наука и философия дополняют друг друга и образуют друг для друга систему сдержек и противовесов. Наука не дает философии оторваться от земной тверди и улететь в пустое фантазерство — в не проверяемую на деле риторику.

Философия, в свою очередь, не дает науке чересчур углубиться в разбор незначительных деталей и напрочь забыть про главную цель познания. Философия привносит в картину мира необходимую систематичность и практическую ориентацию на изменение жизни личности и общества. Она собирает всю совокупность имеющих у нас знаний и дает им панорамное и цельное осмысление с точки зрения наших потребностей, ценностей и целей. За это ее так уважали величайшие ученые в человеческой истории.

Сегодня мы намного больше знаем об устройстве мозга и о царстве природы вообще, нежели было известно в древние времена. Однако наша главная тема есть собственный ум человека и его творческие возможности. У каждого из людей имеется прямой доступ к этому предмету без всякого скальпеля, электронного микроскопа или фМРТ.

А это значит, что в одном принципиальном отношении мы находимся в том же положении, что и наши предки века и тысячелетия назад. Они, как и мы, обладали тем же прямым доступом к природе собственного ума, здесь и сейчас, без всяких технических средств.

Разумеется, за долгое время существования цивилизации нашлось много тех, кто воспользовался этим доступом по назначению. Они сформулировали идеи и догадки, а затем проверили их достоверность своими собственными жизнями. В последних главах книги мы по необходимости сжато рассмотрим центральные озарения как западной, так и восточной философии. Мы посмотрим, что именно предлагали умнейшие люди минувших столетий и как это накладывается на известное нам о человеке сегодня. Это позволит взаимно скорректировать и обогатить оба источника знаний.

Так мы сможем полноценно проследить логику и историю предмета, понять, какие усовершенствования необходимо внести и, наконец, испытать все это на деле, чтобы составить свое собственное представление.

Ну что же, приступим.

СОДЕРЖАНИЕ

Сократ и основная идея мировой философии	3
Как и почему мы меняемся	14
Веления сердца	36
Шум в голове	63
Тихий голос разума	76
Установка на обладание и установка на бытие	103
Большой ум и малый ум	128
Неоднозначность жизни	147
Мозг в стандартном режиме	165
Новое понимание счастья в науках о мозге	182
Состояние потока и природа вдохновения	199
Проблемы неизбежны, но страдание — это наш выбор	220
Прекрасное рождение	245
Пещера Платона	257
Коперниканская революция 2.0	275
«Общественный строй многих душ»	287
Две опоры	304
Наедине с собой	316
Когда разум слепнет	333
Самое время	383
Обращение автора	399
Об авторе и особенностях подхода	405
Примечания	410