

Л.Г. Кришталёва

кандидат философских наук,

младший научный сотрудник Института философии РАН

krishtaleva@me.com

СТРАДАНИЕ КАК ДУХОВНАЯ ПРАКТИКА В ПРАВОСЛАВНОЙ ТРАДИЦИИ

Религиозность как комплекс мыслительных привычек и внутренних дискурсов, как автоматизмы, как мало-осознаваемая практика помогает раскрывать существенные структуры устройства человека, целенаправленно искать пути к пониманию его целостности, а также осознавать свою повседневную внутреннюю деятельность, духовную практику, незаметно унаследованную в процессе культурной самоидентификации. В этой статье привлекаются тексты древних подвижников, включенные в антологию «Добротолюбие», и их наследников, сделавших данную аскетическую программу частью русской культуры. Образцовый опыт подвижников изучается с целью понимания внутренней жизни обычных людей, для тематизации и выявления исходных структур христианства и православной религиозности. Исследование ведется как феноменологическое наблюдение. В качестве его основных инструментов используются понятия амехания и автомат, введенные в язык русской философии В.В. Библихиным.

Ключевые слова: христианская культура, православная религиозность, антропология, психология аскетизма, повседневность, внутренний дискурс, амехания, автоматизм

Religiosity as a set of mental habits and internal discourses as automatism of low-perceived practice helps to disclose significant human functioning structures, specifically to seek ways of understanding its integrity, as well recognition their everyday internal activities, as spiritual practice quietly inherited in the processes of cultural identity. This article investigates the texts of the classical Christian ascetics, included in the anthology “Philokalia”, and the texts of their heirs, who have made this ascetic program part of Russian culture. Exemplary experience of devotees is studied in order to understand the inner lives of ordinary people, to mark and identify original structures of Christian Orthodox personal religion. The study is conducted as phenomenological observation. As main tools of research are the concepts automaton and amechania introduced into the Russian Philosophy by Vladimir Bibikhin.

Keywords: Christian culture, Christian Orthodox religion, anthropology, psychology of asceticism, daily, inner discourse, amechania, automaton.

Православная аскетика обладает глубокими системными знаниями о человеке, его устройстве и преобразовании. Они формировались на основе реального опыта, духовных и телесных практик, поэтому имеют очень важную особенность: метод и предмет, «что» и «как» в аскетике совпадают¹. Иными словами, познание и трансформация человека происходят внутри единого процесса. Другое название этой специфике – эзотерика. И тем не менее, любой человек, даже далекий от веры, монашества, имеет непосредственную причастность к этому глубокому опыту и знаниям в обыденной жизни. Феноменологическое исследование повседневности помогает прикоснуться к предельному иноческому подвигу и, наоборот, заново понять смысл и действие религиозных догм и предписаний, традиционных для нашей культуры².

© Кришталёва Л.Г., 2016

¹ Именно эту особенность исихазма имеет в виду С.С. Хоружий, когда говорит: «... В Православии, наряду с обычным “теоретическим” или “академическим” богословием <...>, от века существовал иной тип богословской мысли, стоящий на неразрывном союзе с духовной практикой...» [Хоружий, 1995, с. 44]

² Правомерность использования именно феноменологического метода в исследовании православной аскетике обосновывает С.С. Хоружий: «... Хотя исихастское сознание и феноменологическое сознание работают в разных опытных горизонтах, однако за счет общих принципов примата опыта и строгой проработки опыта, за счет общего внимания к технике контроля и технике фиксации содержания сознания, они приобретают и ряд общих трансцендентальных структур» [Хоружий, 1998, с. 5].

Введение: обыденный опыт и его автоматизмы

Каждый верующий хотя бы раз говорил эти слова: «мой путь к Богу» или «как я пришел/пришла к Богу». «Приход» обычно является выходом из ситуации жизненного кризиса, когда человек обнаруживает, что не может справиться с жизненными проблемами теми средствами и способами, какими привык пользоваться раньше. Либо же выход к Богу совершается из тупика, если человек понимает, что он сам, его мысленные привычки, реакции, наработанные модели поведения привели к такому закономерному результату. И если понимает, что, продолжая делать и думать, как привык, он лишь усугубит свое положение. В обоих случаях, какими бы разными они ни казались на первый взгляд, есть то, что их объединяет. И в сложных внешних обстоятельствах, и во внутреннем недовольстве собой есть нечто общее: нехватка ресурса для решения проблем и осознание этой нехватки. Определим ресурс как все то, что производится человеком в целом – в психике и в теле: не только мысли, эмоции и поступки, но и физические движения, физиологические процессы. Отсутствие ресурса может выражаться как в болезнях, упадке сил, истощении, так и в неспособности сделать то, что кажется необходимым, в эмоциональной подавленности, движении мыслей по кругу.

К этому состоянию человек нередко приводит себя сам. Психика и тело подают сигналы в виде ощущения напряжения и усталости, нежелания и недомогания, но человек не слышит их, иными словами, не слышит себя. Не замечая знаков, он движется по траектории, заданной его целями, обязательствами, понятиями, картиной мира. И даже если слышит – часто не знает, что делать с этими знаками: болями, недовольством, усталостью или отсутствием результатов, смысла... В ответ он может даже усиливать активность, настойчивость, последовательность, чтобы еще больше приблизиться к своей цели, еще крепче удерживать свою картину мира, еще точнее соответствовать своим понятиям. Или же наоборот, бросает все на самотек, разочарованно расслабляется и остывает – фактически перебрасывает себя на другой вид деятельности, главная задача которой – компенсировать травму от скопившегося напряжения. И все-таки часто человеку приходится, точнее говоря, удается услышать эти сигналы – недовольство, усталость, бессмысленность. Удивительным образом это происходит именно тогда, когда он оказывается в ситуации кризиса, тупика³.

Обратим внимание на парадоксальную ситуацию: когда есть силы, когда деятелен, человек не слышит себя; услышит только тогда, когда уже ничего не сможет поделать, потому что не будет сил, смысла что-либо делать. Это сопоставление помогает нам проявить особенность человеческого восприятия и нашей внутренней жизни в целом: для получения сигналов, идущих от собственной психики и тела, необходима остановка деятельности, не-делание, амехания.

Кризис, тупик, осознание бессмысленности, бессилие, усталость, болезнь – не единственные способы обнаружить себя в амехании. Автоматически в такое состояние вводит то, что происходит с нами повседневно, обычно, часто: восхищение, страдание, отчаяние, опьянение, смех. Иными словами, амехания внедрена в нашу природу. Мы так устроены – и поэтому не замечаем, что постоянно время от времени впадаем в амеханию. «Замереть от восхищения» – выражение, улавливающее именно то состояние остановки деятельности, которое является одним из предметов исследования.

³ Прислушаемся к подсказкам, которые делает наш язык: мы говорим «оказаться в кризисной ситуации». В этом словосочетании заложена противоречивость и парадоксальность: мы движемся к каким-то целям, но, когда обнаруживаем себя в кризисе, удивляемся неожиданному пункту прибытия. Действительно, никто не ставит перед собой такой задачи – «достичь кризиса». Он сам нас настигает. Если вспомнить, что на древне-греческом это слово значит «суд», то становится понятнее смысл и кризиса, и суда. Собственная психика и тело показывают человеку неправильность его действий, целей, установок. По сути, кризис – это суд над самим собой. Конечно, история слова «кризис» – предмет особого исследования. Однако, характерно, что в греческой античности человека настигала судьба, а не кризис. Даже предупрежденный оракулом Эдип не мог ее избежать. При этом действия героя античной трагедии на пути к развязке не оцениваются как плохие или хорошие, правильные или неправильные. В христианстве же человек осведомлен, что его ждет суд. Это знание способствует правильной (с точки зрения религиозного вероучения) жизни тем, что предостерегает наказанием за грехи.

Удивительно, что в одном ряду оказываются такие разные переживания: восхищение, страдание, отчаяние, опьянение, смех. Мы удивляемся, потому что страдание занимает особое, значимое место в нашем внутреннем пространстве. А если в этот момент еще удержимся от оценки, распределяя перечисленные состояния по шкале «важное-неважное», «хорошее-плохое», то как раз и заметим, что незаметно для себя выделяем страдание среди прочих. Без самопроизвольного удивления и без осознанного удержания себя от оценки, мы бы ничего не заметили, мысленные процессы произошли мгновенно, ум быстро выдал готовый результат, на автомате – и мы бы не узнали о себе ничего нового. Кстати, удивление, которое движет здесь нашей мыслью, – еще один вид амехании, плодотворного не-действия.

Душевные или даже духовные страдания, которые стоят нам столько сил, за которые мы себя уважаем и хотим, чтобы другие нас тоже уважали (мы бываем глубоко задеты, если другие не ценят этот наработанный, как мы считаем, золотой запас), страдания, которые нас возвышают, очищают, делают лучше (так учит наша культура)... И – бытовое опьянение или неудержимый хохот, который не требует внутренней работы, который нам ничего не стоит, но приносит облегчение, фактически тоже очищает... И там и там мы нашли общее, схожее – амеханию; в какой-то момент и в страдании, и в хохоте она возникает, проглядывает.

Не надо много думать, чтобы объяснить себе особую значимость страдания. Первое, что каждому придет на ум, – подвиг Христа ради спасения людей. Крестные муки – отправная точка, вокруг которой формируется пространство всей христианской культуры: смыслы, законы, исторические события, жизнь конкретных людей. Внимание всей культуры стянуто к страданиям Бога, через эти страдания, как сквозь линзу, культура видит мир. Когда мы концентрируемся на страдании, видим в свете страдания, мы перестаем замечать особенность этой оптики. При отсутствии страдания (с той или с другой стороны линзы) мы можем вообще ничего не увидеть – ничего важного, ничего интересного, задевающего, запоминающегося. Таким сосредоточенным, натренированным на страдании может быть взгляд. Достаточно понаблюдать за собой в самых обычных ситуациях. Например, что мы замечаем, стоя в очереди в магазине, на что откликается наш ум. Вполне может оказаться, что в тривиальном повседневном событии мы обнаружим прежде всего страдание: «Кто строил это унылое здание магазина, персоналу здесь явно мало платят, и эта немолодая кассирша плохо выглядит – нет даже тени улыбки ни в глазах, ни в душе, а продукты – ГМО с нитратами – купить нечего, цены опять повысились...» Внимание к собственному видению, феноменология своего восприятия выявит: страдание вошло в автоматизм нашего ума, зашило в речь, а значит и в ход мыслей. Иначе, прежде чем сказать расхожую фразу «страдания очищают», мы задали бы себе вопросы: какие страдания, кого очищают, от чего, когда, при каких условиях. Автоматическую понятность этой культурной аксиомы, общепринятость жизненного правила легко пошатнуть – достаточно представить ситуацию, когда взрослый говорит плачущему ребенку: «Малыш, страдание очищает». Абсурдность такой ситуации помогает двигаться дальше – искать, что именно очищается страданием. У нас есть подсказка – этого нет у ребенка.

Страдание очищает от грехов, скажем мы себе, каждый из нас это знает, даже те, кто ни разу не читал Библию. Ну вот, кажется, мы быстро нашли ответ: у детей нет грехов, дети безгрешны – об этом тоже все знают – именно поэтому абсурдно им очищаться страданием. Двигаясь внутри библейских смыслов, поставим вопрос иначе: потому ли ребенок безгрешен, что выполняет заповеди? Ребенок может украсть, например, то есть взять вещь – чью-то, чужую. Станем ли мы за это называть его грешником? Скорее всего нет – ведь до определенного возраста ребенка даже не исповедуют. А взрослый грешен всегда – по своей природе. Мы в этом убеждены, не раз читали в религиозных книгах, слышали от других и в церковной проповеди, если заходили в храм. Это еще один автоматизм ума, готовое убеждение, которое легко покачнуть вопросом. Человек грешен по своей природе. Ребенок – человек? Если он безгрешен. «Дети – ангелы», – выдаст кто-нибудь готовый штамп. И услышит в ответ: «Дети бывают очень жестоки».

Итак, нарушение заповедей взрослым человеком – грех. Но все-таки грех не равен нарушению

заповедей, если учесть, например, воровство, совершенное ребенком. Тогда сразу приходит на ум библейское: Адам совершил грехопадение, отведав от древа познания добра и зла. Дети, явно, не очень хорошо понимают: что добро, что зло. Мы их учим отличать хорошее от плохого, воспроизводя заповеди и добавляя что-то от себя. Если продолжить эту мысль, получается: мы сами их учим греху. Сохраняем инерцию греха первого человека – передаем его собственным детям. Вместо того, чтобы не мешать им оставаться безгрешными? Парадокс, противоречие, которые вводят в ступор! Мы останавливаемся. Вот этот опыт амехания – он всегда рядом и может явиться в самый неожиданный момент!

Прошло совсем немного времени и мысль снова заработала. Но прежде обратим внимание на то, из чего возникают парадоксы, каков характер сталкивающихся половинок противоречия, которыми завершаются два предыдущих абзаца. В обоих случаях это спор неких усвоенных идей и жизненного опыта, религиозных убеждений и реальных наблюдений. Парадокс прекращает работу ума, внутренний дискурс, спор противоположных аргументов. Однако остановка мысли противоречием как знак достижения границы, предела рассуждения, дает место созерцанию и оказывается очень плодотворной.

Продолжим. Адамов грех цепкий, непрерывно распространяющийся из века в век, – он повсюду. И мы понимаем: ребенок быстро повзрослеет и все равно узнает, что есть добро и зло, наверняка, болезненно столкнется с этим, потому что мы, взрослые, не подготовили его к этой встрече, не объяснили, как жить среди грешных людей, как соблюдать правила (законы, заповеди и т.п.). Впрочем, мы станем готовить, учить, объяснять, и все равно встреча будет болезненной. Да он сам уже не раз столкнулся и уже что-то узнал.

Оглядываясь на начало разговора, добавим: взрослые учат ребенка тому, что в какой-то момент ему, повзрослевшему, возможно, придется ломать, возможно, в страдании или болезни, счищать с себя – въевшиеся мысленные привычки и автоматизмы, а также искусственные понятия, иллюзии. Эти плоды ума и есть адамов грех, познание добра и зла? Оставим вопрос пока открытым, а вот со страданиями продолжим разбираться. Они бывают физические и душевные/духовные. С первыми все понятно – это болезни тела, раны. Не-физические бывают двух видов. Первый – когда уязвлены мы сами, второй – когда сострадаем от чужой боли. Последнее особо выделено в христианстве, оно является смыслом центрального религиозного события: Христос взшел на крест из сострадания к людям, и его физические мучения – это удвоение, подчеркивание значимости страдания.

Но для чего это символическое удвоение мук – страдание страдающего Бога? Действительно, насколько иначе звучало христианство, если бы сострадание Христа в той ситуации выразилось в спасении двух распинаемых рядом разбойников.

Еще одна остановка: безмыслие, амехания, созерцание.

Часть 1. Страдание как осознанный выбор

Из этой тишины рождаются новые вопросы. Интересно, многим ли такое приходило в голову? Это внезапное наблюдение – поражающее почти как откровение или парадоксальный взгляд на знакомое вероучение. Но тут же хочется спросить: что здесь парадоксального, если все на поверхности, перед глазами – на иконах посреди Христос, а по бокам два других человека. Удивляет собственное внимание, а вернее, невнимательность.

Два разбойника – заглядываем в Библию и перечитываем те места, где говорится о них. Одного называют Безумным, другого – Благоразумным. Первый просил спасти, второй признал справедливость наказания и обратился к Богу. Христос ответил Благоразумному, что тот будет с Ним в раю (Лк. 23:32-43). Иными словами, обратившийся разбойник спасен. Но почему не в этой жизни? Ведь в списке чудес Христа больше всего приходится на помощь конкретным людям – исцеления от болезней, воскресение из мертвых. Ответа на этот вопрос нет. Мы знаем в молитве о чаше, что Христос предвидел грядущие страдания и принял их. На Голгофе Он испивает эту чашу – так же, как и разбойники. Благоразумный не просит спасти – принимает справедливое наказание.

Мир, жизнь, другие люди и мы себя сами подвергаем мукам. Символическое удвоение (страдание сострадающего) и означает, что (со)страдание является главной духовной практикой христианина, причем практикой повседневности, потому что Христос = крест. В любую мысль о Боге уже включено памятование о распятии, сострадание Спасителю.

Страдание – пассивный процесс принятия, претерпевания, проживания боли. Каждый из нас имел этот опыт и знает, что в момент боли мы не думаем – чувствуем. Боль отключает работу мысли. Автоматически. Остановка деятельности ума, амехания происходит независимо от нас. Затем обычно действие этого автомата останавливается – активизируется ум. И это тоже происходит автоматически⁴. Мы начинаем искать способы себе помочь – устранить причину боли, избежать, излечиться и т.д.

Существенная особенность крестных мук в осознанном принятии чаши страданий, в осознанной пассивности. Соответственно, важный момент в духовной жизни верующего, для которого Христос – образец и пример для подражания, – удерживать себя в пассивном состоянии, принимать боль без размышлений, без оценки, не пытаться уйти от страдания, не оказывать сопротивления. Это и есть особый опыт осознанного внутреннего действия, собирающего внимание, который характерен для всех религий, – удержание определенного состояния, искусственное продление естественного автоматизма.

Пассивное проживание боли не дает включаться уму – по сути, та же амехания, остановка деятельности, с которой мы начали наше исследование. И когда говорят «страдание очищает» – речь идет именно о таком опыте, останавливающем рациональную работу ума, концентрирующем ум как чистое внимание внутри, внутри тела. Именно такая внутренняя деятельность является целесообразной духовной практикой. А какова цель? Она нам всем, причастным христианской культуре, хорошо известна – движение к Богу, соединение с Ним: «...Самое совершенное и великое дело, которого только может желать и достигнуть человек, есть сближение с Богом и пребывание в единении с Ним» [Никодим Святогорец, 2015, с. 24].

И здесь удается заметить еще один важный и тонкий момент: когда пассивное страдание лишено цели, например, в секуляризованном обществе (в частности, советском), то очевидно, насколько вредным оно становится для человека. То, что было духовной практикой, внезапно и незаметно превращается в опасный автоматизм ума, бессмысленное забвение себя и саморазрушение. Поэтому нам, наследникам христианской традиции и воинствовавшей секуляризации, первым делом нужно пронаблюдать: как мы страдаем и для чего это делаем.

Сейчас мы говорили о страдании как *практике очищения* от ума. Однако страдание как *средство очищения* самого ума, пожалуй, даже ближе верующему в его повседневной обыденности. Речь идет о том первом виде не-физических страданий, когда уязвлены оказываемся мы сами. Чаще всего это происходит по причине неоправданных ожиданий, несоответствию других людей или событий нашим представлениям и желаниям. Что бывает в нас болезненно задето в подобных случаях? Чувство справедливости и собственного достоинства, самолюбие. Иными словами, источник страданий заключен в нас самих – мы раним себя сами, глядя на мир через призму собственного Я: своих оценок, сравнений, желаний, представлений, сформированных умом. В христианской традиции такой комплекс внутренней деятельности тематизирован как гордыня.

Гордыня считается в аскетической системе самым страшным из грехов, потому что собственное Я мешает человеку двигаться к Богу и, более того, соперничает с Ним. Гордыня диктует даже в страдании наращивать ресурсы по поддержанию Я, усиливать и защищать самодостаточность. Обратим внимание, что мы здесь автоматически приравнили Я, гордыню и самодостаточность. Они являются синонимами именно в христианской мысли: «Чтобы избежать тебе <...> сердечного самомнения и действовать без всякой надежды на себя, а с одним упованием на Бога, всякий раз

⁴ Философское осмысление человеческой природы как встроенного автомата введено в русскую мысль В.В. Бибихиным [Бибихин, 2011, с. 29-30].

настраивайся так, чтобы сознание и чувство своей немощи предшествовало у тебя созерцанию всемогущества Божия, а то и другое предшествовало каждому деянию твоему» [Никодим Святогорец, 2015, с. 42].

Вместо пассивного, смиренного претерпевания скорбей рабом Божиим гордый (в христианском понимании – самодостаточный человек), активизируя ум, поставит цель прекратить мучения, избежать их в будущем, станет защищаться, искать причины, выражать недовольство и т.п. Вот на эту внутреннюю деятельность христианина налагается запрет. Впрочем, мы уже обращали внимание на то, что активизация ума в ситуации страдания является автоматизмом – таким же естественным как и остановка работы ума при возникновении боли. Иными словами, один автоматизм используется и продлевается искусственным образом, а другой наоборот отсекается – соответственно, тоже искусственным образом. Это и есть смысл культа, и культуры как таковой.

Избавление от Я является задачей различных верований и учений, важным пунктом понимания специфики которых служит состояние, достигаемое в результате освобождения. В христианстве гордыне противопоставляется смирение раба Божия, его не-самодостаточность, принятие всего происходящего с человеком как того, что от Бога: «Спасающий тебя никому не попускает даром, если не устроит чего-либо к пользе твоей» [Исаак Сирийский, 2012, с. 590].

В дзен-буддизме же, например, освобождение от Я равнозначно просветлению. И там, и там происходит трансформация волеизъявления и работы ума: в христианстве – отказ от воли, в дзен-буддизме – отстраненное наблюдение. В христианстве человек веряет свою волю Богу (монах – старцу, верующий – духовному отцу) и смиренно принимает все как благодать: «Все должен ты предать в жертву Богу и творить одну волю Его. Но ты в себе самом встретишь столько волений, сколько у тебя сил и потребностей, которые все требуют удовлетворения, не взирая на то, согласно ли то с волею Божиею. Потому для достижения возжеланной тобою цели тебе необходимо сначала подавлять свои собственные воления, а наконец и совсем их погасить и умертвить...» [Никодим Святогорец, 2015, с. 20]

В дзен-буддизме после осознания иллюзорности волеизъявления человек, находясь в позиции наблюдателя, спонтанно проявляет собственную природу. Различие в нюансах: в дзен-буддизме – принятие человеческой природы, которая постепенно проходит трансформацию; в христианстве – признание ее греховной и трансформация через соединение с Божественной. И там, и там человек вводится в состояние наблюдения. В христианстве это равнозначно смирению как отказу от анализа причин происходящего, от сравнения себя с другими людьми, наблюдение как бдительное принятие Божественной воли. В дзен-буддизме – это разотождествление с собственным телом и умом через понятие пустоты и слияние с миром. И там, и там Я расценивается как ничто. В одном случае – как ничтожество и прах («Почему, человек, ты много думаешь о себе? Спустись с тщетной твоей высоты, рассмотри ничтожность своей природы, ты – земля и пепел, прах и пыль, дым и тень, трава и цвет травный» [Иоанн Златоуст, 1898а, с. 287].

Часть 2. Страдание как напряженное усилие

Какие задачи выполняют культивируемые христианской традицией страдания? Выше мы говорили о страдании как средстве очищения. Очищение, в свою очередь, происходит через познание себя: «Всякая скорбь [В религиозных текстах «скорбь» используется как синоним словам «страдания», «болезнь» – Л.К.] обнаруживает сокровенные страсти в сердце, приводя их в движение. До скорби человек представляется сам себе спокойным и мирным, но, когда придет скорбь, тогда восстают и открываются невиданные им страсти, особенно гнев, печаль, уныние, гордость, неверие. Существенно нужно и полезно для подвижника обличение греха, гнездящегося в нем втайне» [Игнатий Брянчанинов 1991, с. 131]. Святитель говорит здесь о монахе, но подобные внутренние волнения переживает в ситуации страдания любой человек – даже нерелигиозный. Иными словами, человек не знает себя. Эта истина не нова: Сократ выявлял незнание афинских граждан с помощью

специального исследования, задавая своим собеседникам вопросы. В христианстве с помощью страданий человек познает себя в некоем особом смысле – узнает себя, впервые знакомится, потому что ранее, до страдания, он таким не был, поэтому и не знал.

Здесь возникает закономерный вопрос: зачем провоцировать. Ведь можно наоборот призывать не к претерпеванию страданий, а к созданию комфортных условий, благоприятных ситуаций, в которых человек естественным образом проявляет радость, благодарность, довольство, приятие, доверие – свои лучшие свойства и качества. Такой опыт познания себя у человечества тоже есть: описывался в утопиях, коммунистических теориях, практиковался в государственном строительстве (среди которых социалистическое – не самый удачный вариант), в отдельных небольших общинах. Впрочем, концептуальный подход не обязателен. Подобный опыт еще ближе нам и не так уж редок – он есть в самой обычной повседневности, например, в жизни благополучных семей, дружеском общении, в любовании смеющимся ребенком или горным пейзажем, наслаждении ароматным чаем и т.д.

И в страдании, и в радости человек познает, узнает себя, свою природу: «Если Бог, желая привести их к познанию себя самих и направить на истинный путь к совершенству, пошлет им скорби и болезни или попустит подвергнуться гонениям, которыми обычно Он испытывает, кто истинные и настоящие рабы Его, тогда обнаруживается, что сокрывалось в сердце их и как глубоко растленны они гордостью» [Никодим Святогорец]. И там, и там, и в горе, и в радости человеческие проявления естественные. Но одни из них отсекаются или игнорируются, а другие культивируются. Почему отдано предпочтение одному, а не другому? Мы знаем, что любование горой или цветком, так же как и внимание к телесным процессам, например, дыханию, ходьбе или поеданию пищи в дзен-буддизме является сугубой духовной практикой, различными формами медитации. Почему христианство делает выбор в пользу страдания, полагая именно его как духовную деятельность, а в радостях, довольстве, напротив, видит усыпление, расслабление, рассеяние, забвение Бога: «Спасительная Божественная благодать для пробуждения грешника от усыпления, направляя свою силу на разорение той опоры, на которой кто утверждает и поживает своею самостию, – вот что делает: Кто связан плотоугодием, того ввергает в болезни и, ослабляя плоть, дает духу свободу и силу прийти в себя и отрезвиться. Кто прельщен своею красотой и силою, того лишает красоты и держит в постоянном изнеможении. Кто упокоевается на своей власти и силе, того подвергает рабству и унижению. Кто много полагается на богатство, у того отнимается оно. Кто высокоумничает, тот посрамляется как малосведущий. Кто опирается на прочность связей, у того они разрываются. Кто положился на вечность установившегося вокруг него порядка, у того он разоряется смертью лиц или потерей вещей нужных» [Феофан Затворник, 2002, с. 72].

Здесь мы наблюдаем биполярную оппозицию радость–страдание, которая неизменно аккумулирует в себе напряжение смыслов. Энергия, рождающаяся в противопоставлении и противостоянии, сама выдает нам ответы на поставленный вопрос. Итак, что мы слышим? Страдание естественным образом концентрирует внимание (на боли), собирает его, обычно рассеянное на множестве различных предметов, направляя внутрь, поскольку именно там происходит общение с Богом. В восточной медитации концентрация происходит с помощью технического приема, без привлечения эмоций (любви). Один из распространенных способов отвлечь ум от беспорядочных мыслей – направить внимание на какой-нибудь физиологический процесс: дыхание или ходьбу.

О принципиальной важности описанного выше однонаправленного, одностороннего движения внутрь свидетельствует образцовый монашеский опыт. Исаак Сирийский описывает в качестве примера молчаливца, который для того, чтобы не нарушать своего уединения ради общения с Богом, так и не вышел из своей кельи к умирающему собрату несмотря на его просьбы [Исаак Сирийский, 2006, с. 97-99]. Иными словами, сострадание (к другим людям) как важнейшая христианская добродетель уступает непосредственному – происходящему внутри – общению с Богом. Страдание, так же как

уединение и молчание, практикуемые преимущественно монахами, – это лишь средства собирания внимания внутрь, с одной и той же целью – приближение к Богу.

Продолжаем исследовать нашу оппозицию страдание – радость. Страдание (опять-таки естественным образом) вызывает напряжение – оно антипод *расслаблению*. В связи с этим, обратим внимание, что концентрация и напряжение в христианской традиции тождественные понятия, синонимы. Тогда как, например, в буддизме они разнесены на противоположные концы.

Теперь мы осознаем причину такого отождествления: и напряжение, и концентрация присущи страданию как духовной практике христианина. Боль естественным образом вызывает напряжение и сосредоточение. Кстати, нейтральное слово «практика», последовательно используемое в этом тексте, должно резать слух верующему, потому что традиция, конечно, поставила бы в это словосочетание «труд». Действительно, в отличие от радостей мира (мирских радостей), любования или нейтрального наблюдения страдание – это трудно. Не случайно скорби, болезни, пост, бдения, молитвенные коленопреклонения и другие труды, совершаемые даже не пустынножителями – обычными верующими, называются подвигами.

Помимо трудности, в чем еще выражается напряженность христианской веры? Приведем один из феноменов монашеской практики – слезный дар, который расценивается среди аскетов как особая благодать [Исаак Сирин, 2006, с. 92-93]. Попросту говоря – взрослый мужчина постоянно плачет. Конечно, у человека, истощенного ограничениями в еде, сне, концентрирующего внимание внутри себя с помощью постоянного повторения молитв, молчания и одиночества, состояние сознания отличается от того, в каком пребывает, условно говоря, обычный человек. И все-таки в слезах и того, и другого есть общее, поэтому мы можем привлечь и свой собственный опыт. Посредством слез тело выплескивает боль или напряжение, скопившиеся внутри. Плач – это высшая точка напряжения, после прохождения которой наступает облегчение, расслабление. Различия заключаются опять-таки в продолжительности, повторяемости, как мы уже говорили выше – искусственном продлении естественного состояния. Иными словами, слезный дар у монашествующего – это пролонгированное пиковое напряжение с запретом расслабления, хотя последнее является естественным и должно наступать автоматически после плача.

Повторим, недовольство, ропот, печаль, недоверие, о которых говорит Игнатий, – спонтанные негативные реакции в ответ на боль; столь же естественные, что и радость, принятие, благодарность в ответ на то, что приятно и доставляет удовольствие. Снова и снова мы наблюдаем, что религиозная традиция целенаправленно работает с определенными автоматизмами: используя одни, отсекая другие. Эти действия характерны для культуры как таковой. Отдавая себе в этом отчет, мы начинаем яснее понимать особенности собственного внутреннего устройства и можем совершать уже осозанный выбор. Например, в дзен-буддизме культивирование человеческой природы происходит иными способами и средствами. Ничто не отсекается: ни страдания, ни напряжение, ни расслабление, ни радость. Но все переживания, телесные и психические процессы подвергаются наблюдению без оценки и анализа, в процессе чего и страдание, и напряжение, и радость ослабевают, человек постепенно разотождествляется с ними, размыкает связь и естественным образом освобождается от их воздействия, и в конечном счете – от Я. В этом выражается принятие и доверие к человеческой природе. Суть внутренней деятельности христианина – напряженная внутренняя связь с Богом, удержание связи, усиление напряжения путем осознания своей несамодостаточности (смертности, немощи, греховности, ничтожности). Буддизм культивирует непривязанность, невовлеченность, незаинтересованность ума; христианство же, наоборот, – связь, а именно – любовь. Действительно, напряжению страдания в христианской традиции противопоставляется не покой, а стремление к Богу, любовь как напряженное усилие.

Нет покоя и по линии человек–мир. Подвижники говорят, что в мире человек захвачен страстями – источниками страдания. Однако боль, которую человек переживает ради любви к Богу, как посланную Богом, и боль, которая случается в житейской неразберихе, – совершенно разные

вещи для верующего человека. В христианстве страдание-благодать существенно отличается от страдания-страсти. И тем не менее, и там и там есть напряжение, тяга, все натянуто как струна: и страдание, и стремление, и страсть. Все разнесено, растянуто между двумя краями – как и тело самого Христа на распятии. Напряжением заряжена вся культура: искусство, экономика, политика, повседневные отношения людей... В стороне, пожалуй, только наука с ее методом наблюдения, хотя и она зиждется на интересе. Христианство не приемлет нейтральности: «О, если бы ты был холоден или горяч!» Вступить в отношения с Богом, ощутить его присутствие можно только в горячем покаянии или выражении любви. Человека, который ни холоден, ни горяч, нельзя спасти так же, как замкнутую в себе гордыню, потому что они вне отношений любви, вне стремления.

Как все эти рассуждения соотносятся с жизнью, условно говоря, обычного современного человека? Самым непосредственным образом. Достаточно задать себе вопрос: что я испытываю, когда замечаю нейтральное отношение. Если ответ будет: мне не нравится, я не люблю нейтральное отношение – то это может стать началом узнавания себя, понимания своей ситуации. А вот фраза «мне нравится нейтральное отношение» даже не звучит в нашей речи. По-русски мы так не говорим. В этом предложении слышится парадокс. Интересно, что отрицательное высказывание не режет уха: действительно, можно не любить то, что идет в разрез. А вот любить то, в чем нет любви не в модусе отсутствия, а иначе, любить то, что останавливает любовь, отстраняет ее, отстраняет тем, что смотрит на нее из пустоты, гася ее энергию, гася ее саму, – возможно ли? Любовь как стремление, как напряжение такое не любит.

Возможно, кто-то захочет уточнить поставленный вопрос: «К чему конкретно я отношусь нейтрально?». От-ношение – это ведь всегда к чему-то, это всегда связь кого-то с кем-то или чем-то. Задав этот вопрос, скорее всего человек начнет вспоминать то, к чему он равнодушен. Равнодушие, безразличие – в нашей культуре расценивается как отсутствие любви, как нехватка чего-то очень важного, как гибель души. Однако нейтральное незаинтересованное отношение вовсе не тождественно равнодушию или безразличию. И разве можно это понять: если нет подобного опыта – а есть другой опыт. Вновь парадокс останавливает нас – амехания.

Часть 3. Страдание как упражнение и познание себя

Вернемся к исследованию страдания. Мы говорили, что страдание, скорбь, иначе, искушение, испытание, принимаемое верующим как благодать, ведет к познанию себя и последующему очищению от грехов – проявленных в страдании, но скрытых в обычной жизни. Это познание происходит неким особым образом: боль обнаруживает и – очень важно обратить на это внимание – умножает количество грехов, пробуждает, вызывает их к жизни. Об этом пишут подвижники: «...Искушения эти бывают и внешние – скорби, унижения; и внутренние – страстные помышления, которые нарочно спускаются, как звери с цепей. Сколько поэтому нужно внимать себе, и строго разбирать бывающие с нами и в нас, чтобы видеть, почему оно так есть и к чему нас обязывает» [Феофан Затворник, 2013, с. 138]. Опыт христианской веры особый – рискованный: здесь не только человек рискует (оказаться в аду, утратить любовь Бога), но и человеком рискуют: как он пройдет через испытание – победит ли страсти, примет ли болезнь со смирением, не возгордится ли от своих побед. Вспомним Иова – что осталось бы от человека, который, потеряв все нажитое, в отчаянии остался бы еще и без Бога?

У разных христианских авторов – древних и более близких нашему времени – и в самой Библии находим одну и ту же мысль: «Господь кого любит, кого приемлет, того бьет и наказывает, а потом избавляет от скорби. Без искушения приблизиться к Богу невозможно. Неискушенная добродетель <...> не добродетель!» [Игнатий Брянчанинов, 2013, с. 312]. Страдание – искушение, посылаемое человеку Богом, упражнение (это слово тоже часто встречается в религиозных текстах). Иными словами, Игнатий полагает, что не выработанная, не тренированная добродетель – это вообще не добродетель. И главный способ тренировки – скорби, болезни, страдания.

Здесь и сейчас мы пытаемся осознать это решение – принимать только добытую трудами

добродетель и любовь, выработанную именно и только страданием. Мы пытаемся принять во внимание, осознать внутреннее устройство человека, тренирующего свою добродетель и любовь с помощью страданий. О том, что страдание – упражнение, рассуждает Иоанн Златоуст: «Через это [труды, скорби] Он упражняет душу в добродетели. Когда душа избирает добродетель, несмотря на трудности и еще не получая награды, то оказывает расположение и великое усердие к ней. <...> Скорбь особенно располагает нас к мудрости и делает крепкими...» Что мы здесь слышим: страдания закаляют верующего, делают его твердым в выборе добродетели независимо от обстоятельств, независимо от того, хорошо ему или плохо. Тренированный страданием человек узнал и преодолел с помощью упражнений свои грехи [Иоанн Златоуст 1898b, с. 16].

Можно ли тренироваться иначе? Мы знаем, что можно. Поэтому с вниманием рассмотрим особенность нашей, православной, традиции. Вот что мы читаем в письме старца, обращенном к мирянке: «...Будучи ты уверена, что Бог тебя любит и от любви попускает тебе истаявать болезнию плоти твоей, то и ты любовью к Нему укрепляйся в терпении с благодарением и не малодушествуй! Ты знаешь из отеческих писаний, что терпение невольных болезней *превышает* делание подвижническое...» [Макарий Оптинский, 2009, с. 29]. Здесь мы наблюдаем чрезвычайно важный момент, характеризующий православную духовную практику. Делание подвижническое – это все то, что предписывается исполнять верующему человеку, чтобы приблизиться к Богу и спасению: молитва, покаяние, исповедь, пост и т.д. Однако болезни, страдания, по словам Макария, и есть самая важная, самая эффективная, самая спасительная духовная практика, самое лучшее упражнение: «...Господь посещает болезнию ваших матерей и сестр, которую и примет *вместо* подвигов духовных, по недостатку оных или ради немощи или ради нерадения нашего» [там же]. В этом высказывании Игнатий, признавая слабость и лень человека, полагает, что страдания – наилучшая практика для существа греховного по природе своей. Ведь страдания от других видов делания отличаются тем, что сами включают внутреннюю работу в человеке. Автоматически. Действительно, есть вероятность (и она очень велика), что верующий пропустит ежедневную молитву или регулярную исповедь, нарушит пост и найдет всему этому отговорки: «Ничто так не отгоняет беспечность и рассеянность, как скорбь и печаль; они сосредоточивают душу и обращают ее к самой себе» [Иоанн Златоуст, 1898с, с. 117]. Боль же – внутренняя практика, которая всегда с человеком; ее грешник делает не зависимо от того, есть ли у него время, желание, силы сегодня, сейчас, здесь сделать то, что решил делать.

Святые учителя говорят, что верующий без тренировки скорбями ненадежен, нетверд, непригоден: «Как свежеизванный сосуд, еще не обожженный на огне, не готов для употребления, или как бессловесный младенец неспособен к мирским делам, <...> будучи неразумен, – так и неиспытанные души, не проверенные в различных скорбях от духов злобы, еще младенчают, не имеют достаточного *упражнения* и, так сказать, пока бесполезны для Царства <...>. Вот как полезны человеку *скорби* и испытания и *искушения*, делающие душу *пригодной* и *надежной*» [Макарий Египетский, 1991, с. 140]. Нетренированный хочет одно – а делает другое, его сердцу мило то, чему противится разум. В человеке нет цельности, а есть разделение: на тело, душу и дух или ум, сердце и тело или мысли, желание и волю. Христианские аскетические авторы усматривают разные части, но главное – то, что в грешном человеке нет единства. Впрочем, цельность есть – в монахе. В переводе с древнегреческого это слово означает «единый». Получается, что без упражнений-страданий, с одной стороны, разделенный человек не знает себя и его добродетели ненадежны; а с другой стороны, те знания о себе, которые имеет, – ошибочны и он не сознает своего ничтожества. Задача научения – понять собственное ничтожество и счистить с себя все неправильные мнения о себе, грехи и гордыню. Быть сокрушенным, чтобы стать единым.

Человек – ничтожное существо, говорит нам традиция: «*Скорбью*, как бы в каком священном месте, душа *научается ничтожеству* человеческой природы, кратковременности настоящей жизни, тленности и непостоянству житейского» [Иоанн Златоуст, 1898d, с. 7]. Ничтожество, ничто, пустота, незнание – точка сборки для многих учений и верований. Какие-то из них ведут к ней путем

философских парадоксов, иные – путем медитации и отсутствия мыслей, а христианство – путем страданий. Мы можем сравнивать эти системы и формирующие структуры, но, пожалуй, не можем оценивать. Тем не менее, когда мы понимаем взаимосвязи понятий внутри систем, создающих определенное представление о человеке и мире, понимаем смысл практик, которыми конкретный представитель культуры формируется и формирует себя в соответствии с образцом, предлагаемым системой, наше освоение или отказ от таких практик, понятий, образцов становится более эффективным и безопасным. В данном исследовании мы пытаемся проследить специфику той традиции, которую наследуем по рождению.

Продолжим. Страдания, скорби, болезни – это упражнения. Духовные учителя указывают, что их нужно правильно выполнять и разъясняют, как именно – чтобы от этого была польза, а не вред для верующего. Самое главное в претерпевании скорбей – благодарное и радостное их принятие. Из жизненного опыта все мы знаем, человек принимает боль без ропота и недовольства, когда за ней стоит смысл. Читаем: «И ни одна из них [малых птиц] не упадет на землю без воли Отца вашего; у вас же и волосы на голове все сочтены (Мф. 10: 29-30). Иными словами, все страдания, которые выпадают на долю верующего, – от Бога. Господь посылает их либо для воспитания (познания себя, упрочения добродетелей), либо в качестве наказания за ранее содеянные грехи («Когда бьёт Господь, не праведно ли подумать, что верно есть за что» [Феофан Говоров, 1901, с. 73]), либо для испытания веры и любви, для Своей славы (подвиг Иова – победа Бога в споре с Сатаной).

А вот еще одно тонкое толкование, почему Бог может попускать страдания на человека: для предотвращения испытаний, с которыми бы не справился верующий, но вот болезнь их предотвратила: «Бог премилосердый посылает тебе болезнь телесную, более промышляя о спасении твоём душевном; и, может быть, ты могла подпасть тяжким и сильным искушениям, тяжелее и самой болезни. Бог, предвидя немощь твою душевную, сохранил тебя чрез болезнь от многих бед, искушений и скорбей» [Макарий Оптинский, 2009, с. 29]. Вновь страдание является неким регулятором, средством установления правильных отношений между человеком с его слабостью и ленью, и Богом. В первом случае описывалось страдание как естественный тренажер. А в данном – как тренажер с ограничителем нагрузки, чтобы главная деятельность – смиренная любовь человека к Богу сохранялась, поскольку именно в этом цель всей духовной практики христианина.

Еще одно правило: человеку нельзя избегать страданий – ведь они посланы Богом. Но и самому навлекать их на себя нельзя по той же причине: скорби посылает Бог, поэтому самодеятельность верующего в этом вопросе приравнивается гордыне. Ободряя страдающего, учитель говорит, что Бог всегда посылает бремя, которое по силам. С другой стороны, чем больше человек шаг за шагом приближается к Богу, тем больше страданий ему выпадает. Очень емко все эти основные моменты собраны в одном поучении: «У святого Исаака Сирианина подробно изображается, с какою постепенностью Господь вводит очищаемого все более и более в *скорби* очистительные и как разогревает в нем дух *сокрушения*. С нашей стороны требуется только вера в благое промышление и готовое, радостное, благодарное *приятие* от Него всего посылаемого. Недосток сего *отнимает очистительную силу* у скорбных случаев, не пропускает ее до сердца и глубин наших. Это – в отношении к скорбям. В отношении же к сокрушению – внимательное познание своих грехов, своего расстройств, чрез наблюдение за собою и за тем, что бывает в нас, и потом частое исповедание, с искренним раскаянием и болезнованием. Без внешних скорбей трудно устоять человеку против гордости и самомнения, а без слез сокрушения как избавиться от внутреннего эгоизма фарисейской самоправедности...» [Феофан Затворник, 2002, с. 188].

Часть 4. Работа боли

Как протекает процесс страдания? Воздействие боли и связанные с этим ощущения зависят от очень многих вещей. Всматриваясь в этот опыт, мы удивимся, как сложно устроена наша боль, как

все гибко взаимосвязано. И так, сила боли зависит от степени воздействия и нашего состояния. Например, при большом напряжении или эмоциональной вовлеченности мы можем вообще не почувствовать, что какая-то часть тела повреждена. Сигналы тела не доходят до сознания, не входят в поле внимания. Страх за свое здоровье может усугубить болезнь или замедлить выздоровление. Известны факты, что расслабленное тело и психика удивительным образом компенсируют удары и вредные воздействия. Время от времени мы читаем в прессе: пьяный или ребенок выпал из окна многоэтажки, встал и пошел как ни в чем не бывало. Но вот представим самую обычную, нейтральную, бытовую ситуацию: скажем, случайно порезанный палец во время приготовления обеда. Сначала мы чувствуем боль и ни о чем не думаем. В следующий момент прекращаем шинковать овощи, смотрим, что с пальцем, насколько глубок порез. Иными словами – переключаем внимание на поврежденную часть тела и отвлекаемся от того, что делали до возникновения болевого ощущения. Далее если ранение незначительное, мы вновь возвращаемся к своему делу – только кожа содрана, можно продолжать приготовление еды. Если повреждение глубокое, мы обеспокоенно принимаем меры в защиту и восстановление здоровья: останавливаем кровь салфеткой, ищем лекарство. А, забинтовав палец, скорее всего, продолжим делать то, что делали, – этого требуют насущная повседневность. Или позовем кого-то на помощь и сменим деятельность. И поскольку источник опасности уйдет из поля нашего внимания, то и мы станем меньше думать о ране и о ситуации. Но если продолжим работать, то станем внимательнее обращаться с инструментом, вдруг вспомним, что этот домашний предмет пришел к нам из дикой древности, где человека окружала смертельная опасность, и где он служил оружием. Или будем думать о причинах неприятности: нож слишком острый или неудобный, или просто случайно сорвался – ничего не поделаешь, бывает, или мы отвлеклись-задумались, а ведь это острый предмет, и его нельзя оставлять без внимания, даже когда шинкуешь овощи. Потом в течение нескольких дней следим за процессом заживления.

Что мы наблюдаем в этой ситуации: боль собирает, направляет внимание. Концентрация проявляется чрезвычайно разнообразно: это и обращение внимания внутрь тела и психики, забота и дальнейшая деятельность, связанная с ранением, размышления над причинами, проявление осторожности и т.д. Впрочем, мы видели, что в некоторых случаях боль не приводит к длительной концентрации – внимание быстро отвлекается и рассеивается. Иными словами, боль только в начале собирает внимание, в дальнейшем же распоряжаемся им мы. Во всех описанных случаях действуют автоматизмы: телесные, мыслительные.

Как работает боль, когда она оказывается религиозной практикой? В христианстве главное внутреннее действие верующего по отношению к страданию – это принятие. Ведь верующий знает: все – от Бога, а сам он – изначально грешен, виновен. Не знает за что именно наказан, но если посланы скорби – значит, так надо. Иными словами, принятие как отказ от познания, понимания причин останавливает работу ума. Остановка мыслительной деятельности ведет к концентрации на внутренних процессах. В восточных практиках эта концентрация-наблюдение была бы финальным процессом, тренирующим саму эту концентрацию, возможно, приводящим к угасанию боли или к важным осознаниям. В отдельных случаях такой процесс мог иметь спонтанное продолжение, тематизированное как просветление. В христианстве, страдание, как и другие труды и подвиги, не имеет ценности само по себе – всякий раз оно должно перенаправляться, трансформироваться в любовь к Богу: «...Самое совершенное и великое дело <...> есть сближение с Богом и пребывание в единении с Ним.

Но немало таких, которые говорят, что совершенство жизни христианской состоит в пощениях, бдениях, коленопреклонениях, спании на голой земле и в других подобных строгостях телесных. Иные говорят, что оно состоит в совершении многих молитвословий дома и в выстаивании долгих служб церковных. А есть и такие, которые полагают, что совершенство наше всецело состоит в умной молитве, в уединении, отшельничестве и молчании. Наибольшая же часть ограничивает сие совершенство точным исполнением всех уставом положенных подвижнических деланий <...>. Однако ж все эти добродетели одни не составляют искомого христианского совершенства, но суть лишь средства и способы к достижению его» [Никодим Святогорец, 2015, с. 21].

Подтверждением тому, что страдание является особой духовной практикой, осуществляемой в виду определенной цели, специальным регулятором, инструментом, механизмом отношений с Богом, звучат слова учителей церкви: «О скорбях грешников, живущих на земле для земных наслаждений и для земного преуспевания, пророк не сказал ни слова. *Скорби им не попускаются*. К чему им скорби? Они не понесут их с благодарением, а только ропотом, унынием, хулою на Бога, отчаянием умножат грехи свои» [Игнатий Брянчанинов, 1991, с. 130]. В этом высказывании Игнатия Брянчанинова прочитываются сразу очень много смыслов.

Здесь говорится удивительная вещь: страдание – наказание (опыт, упражнение), которое не для всех. Тем грешникам, которые не обращены к Нему, Бог не посылает страданий. Они оставлены. Приведем суровый образ воспитания из Библии: «Ибо Господь, кого любит, того наказывает; бьет же всякого сына, которого принимает. Если же остаетесь без наказания, которое всем обще, то вы незаконные дети, а не сыны» (Евр. 12:6, 8). Иначе говоря, ребенка не наказывает отец, потому что у него нет отца. Из чего следует: если у ребенка есть отец, он обязательно будет наказываем. Человек, у которого нет страданий, находится вне отношений с Богом. Вернее, в особых отношениях: он покинут.

Еще один важный, мистический, смысл заключен в словах Игнатия: страдания посылаются только тем, кто их принимает. Кто не принимает – тот не получает, тому не дают. Такова важность и сила человеческого принятия (или непринятия). Оно влияет не только на то, какой смысл будет иметь событие для человека, как повлияет, куда приведет, но и на то, произойдет ли событие вообще.

Следующий момент, заслуживающий особого внимания в высказывании Игнатия: неприятием страданий грешный по своей природе человека отягчает свое состояние, потому что в этом случае страдание означает уныние, недовольство. Здесь впору вспомнить приведенный выше совет, как правильно претерпевать страдания: их нужно принимать с радостью – тогда будет польза для верующего. Радостное принятие или уныние непринятия – в данном случае именно эта разница в отношении к страданию делает человека сыном Бога или покинутым. Боль – это реакция, автоматизм, встроенный в наше тело, психику. Что действительно зависит от человека – так это отношение к отклику собственного тела и души. Впрочем, и здесь заложен автоматизм: первоначально, когда возникает боль, мы ее спонтанно принимаем = ощущаем. Следующее движение – хотим освободиться, избавиться, иными словами, не принимаем. Это естественное движение: отдернуть руку от пламени, отвернуться от разгневанного собеседника. Христианство учит нас противоположному, по сути, противоестественному действию – принимать боль, продлевать ее, чтобы через смирение, через отказ от себя прийти к Богу. То же можно сказать и о характере принятия: человеку приходится соглашаться – от безысходности, вынужденно смиряться или привыкать, например, к собственной болезни, которую не удастся вылечить. Но учителя церкви призывают, наоборот, не уклоняться от посланных страданий и принимать невзгоды с радостью, подчеркнем еще раз – с противоестественной радостью.

Почему христианское вероучение вмешивается в одни автоматизмы, меняя действие на противоположное, а в другие – нет? Ведь существуют традиции, которые работают с автоматизмами самой боли, как телесной, так и психической, не меняя направленности. На этот вопрос мы отчасти уже ответили, сказав, что страдание является инструментом, механизмом отношений человека и Бога. Так, по словам Игнатия Брянчанинова даже добродетельный человек без искушений (то есть не искушенный страданиями, посланными Богом, не упражняющий душу в любви к Богу) недостаточно чист: «Если видите кого-нибудь, величаемого от людей православных добродетельным, а он живет без всяких искушений, преуспевает в мирском отношении, знайте: его добродетель, его Православие не приняты Богом. В них зрит Бог нечистоту, ненавистную Ему!» [Игнатий Брянчанинов, 2013, с. 313]. Впрочем, в использовании этого инструмента, механизма есть ограничения. Мы говорили о том, что страдания в рамках религиозности имеют смысл, нужны только в виду цели – любви к Богу, и рассматривали негативные ситуации, ограничивающие практику

страдания, – покинутость, нечистота. Однако отсутствие страданий может свидетельствовать о действии иных психических и телесных процессов, об осуществлении совершенно другого опыта – единения с Богом в особых практиках. Пример такой целостной практики мы наблюдаем в исихастской традиции обожения. Этот опыт, вошедший в русскую духовную культуру через тексты «Добротолюбия», чрезвычайно важен для исследования человеческой природы и заслуживает отдельного исследования.

Заключение

В данной работе было проведено феноменологическое исследование одной из самых важных внутренних практик христианской религиозности – страдания – с точки зрения встроенных в нашу психику и тело естественных автоматических механизмов и целенаправленного нарушения их деятельности. Был рассмотрен бытовой опыт обычного человека и образцовый монашеский опыт, библейские тексты о страдании и их рецепция религиозными подвижниками. Очень плодотворным оказалось феноменологическое сравнение христианской внутренней практики страдания как остановки работы ума с дзен-буддистской медитацией – в точке их соприкосновения, а именно в созерцательном опыте амехания, остановки психической и телесной деятельности. О том, что эта точка есть, свидетельствует учитель церкви Григорий Палама: «Субботствуя духовно и в меру возможности унимая собственные действия тела, исихасты прекращают всю сопоставительную, перечислительную и разную другую познавательную работу душевных сил, всякое чувственное восприятие и вообще всякое произвольное телесное действие, а всякое не вполне произвольное, как например дыхание, они ограничивают в той мере, в какой это зависит от нас» [Григорий Палама, 1996, с. 38].

Описанная здесь православным святым амехания оказалась не просто инструментом и предметом данного исследования, но обнаружила себя как то важное, что объединяет представителей различных религий и духовных практик. Она есть нечто более глубокое, чем понятия, образы и концепции, поскольку включена в устройство нашего тела и психики и действует автоматически. Именно то, что амехания присуща таким разным верованиям, как сравниваемые в этой статье христианство и дзен-буддизм, позволяет говорить о необычайной значимости этого опыта для человеческого существа – его целительной силе, эффективности воздействия.

ИСТОЧНИКИ

1. Григорий Палама. Триады в защиту священнобезмолствующих. – Москва, 1996.
2. Игнатий Брянчанинов. Собрание творений. Т. VII. Избранные письма. – Москва, 2013.
3. Игнатий Брянчанинов. Приношение современному монашеству [Репринт: Санкт-Петербург, 1905.]. – Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1991.
4. Иоанн Златоуст. Полное собрание сочинений в 12 тт. – Санкт-Петербург, 1898.
 - a. Т. XXII. Кн. 2. Слово о высокомерии и тщеславии.
 - b. Т. V. Кн. 1. Беседа на псалом 7.
 - c. Т. I. Ч. 2. Против аномеюв. Электронная публикация: Слово пятое. О непостижимом.
 - d. Т. I. Ч. 1. Слово первое – к Дмитрию монаху.
5. Исаак Сирин. Азбука духовная. – Москва, 2006.
6. Исаак Сирин. Слова подвижнические. – Москва, 2012.
7. Макарий Египетский. Преподобного отца нашего Макария Египетского новые духовные беседы. – Москва, 1990.
8. Макарий Оптинский. Душеполезные поучения преподобного Макария. – Свято-Введенская Оптина пустынь, 2009.
9. Никодим Святогорец. Невидимая брань. – Москва: Директ-медиа, 2015.
10. Феофан (Говоров). Собрание писем. Вып. 8. – Москва, 1901.
11. Феофан Затворник. Мысли на каждый день года по церковным чтениям из слова Божия. – Москва, 2013.
12. Феофан Затворник. Путь ко спасению. Краткий очерк аскетике [Репринт 1899]. – Москва, 2002.

SOURCES

1. Gregory Palamas. *Triady v zaschitu sviaschennobezmolstvuyuschikh* [The Triads in Defense of the Holy Hesychasts]. Moscow, 1996.
2. Ignatius Bryanchaninov. *Sobranie tvoreniy. T. VII. Izbrannye pis'ma* [Collected Works. Selected Letters]. Moscow, 2013.
3. Ignatius Bryanchaninov. *Prinoshenie sovremennomu monashestvu* [An offering to Contemporary Monasticism]. Sv.-Troitskaya Lavra, 1991.
4. Ioannes Hrisostomos. *Polnoe sobranie tvoreniy v 12 tt.* [The Complete works]. Cviato-Uspenskaya Pochaevskaya Lavra, 2009. Reprint: Petersbourg, 1898.
5. Isaac the Syrian. *Azbuka Dukhovnaya* [Spiritual Alphabet]. Moscow, 2006.
6. Isaac the Syrian. *Slova podvizhnichestkie* [Ascetical Homilies]. Moscow, 2012.
7. Macarius the Egyptian. *Prepodobnogo otsa nashogo Makariya Egipetskogo novyya dukhovnyye besedy* [New Spiritual Homilies of St. Macarius the Egyptian]. Moscow, 1990.
8. Macarius of Optina. *Dushepoleznye pouchenia prepodobnogo Makaria* [Spiritual Counsels of St. Macarius of Optina]. Optina Monastery, 2009.
9. Nicodemus of the Holy Mountain. *Nevidimaya bran'* [Unseen Warfare]. Moscow, 2015.
10. Theophan (Govorov). *Sobranie pisem. Vyp. 8.* [Collected letters]. Moscow, 2000.
11. Theophan the Recluse. *Mysli na kazhdy den' goda po tserkovnym chteniam iz slova Bozhia* [Thoughts for Each Day of the Year According to the Daily Church Readings from the Word of God]. Moscow, 2013.
12. Theophan the Recluse. *Put' ko spaseniyu. Kratkiy ocherk asketiki* [The Path to Salvation]. Moscow, 2002.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бибихин В.В. Лес / В.В. Бибихин. – Санкт-Петербург, 2011.
2. Хоружий С.С. Аналитический словарь исихастской антропологии / С.С. Хоружий // Синергия. Проблемы аскетики и мистики Православия / ред. С.С. Хоружий. – Москва, 1995.
3. Хоружий С.С. Православная аскеза и философская феноменология / С.С. Хоружий. – Москва, 1998.

REFERENCES

1. Bibkhin V.V. *Les* [Woods]. Saint-Petersburg, 2011.
2. Horujij Sergey S. *Analiticheskiy slovar' isikhastskoy antropologii* [Analytical vocabulary of Hesychast Anthropology]. In *Sinerghia. Problemy asketiki i mistiki pravoslavia* [Synergia. Problems of Orthodox Asceticism and Mysticism]. Moscow, 1995.
3. Horujij Sergey S. *Pravoslavnaya askeza i filosofskaya fenomenologhia* [Orthodox Ascetic and philosophical Phenomenology]. Moscow, 1998.