

Что такое йога: некоторые пояснения, основанные на классических источниках

Данная статья основана на четырех записях, которые я сделал в своем сетевом дневнике в начале октября 2010 года. Как сразу станет понятно читателю, поводом для этих записей стал вопрос о моем отношении к переписке, в которой я сам не участвовал. Я ответил на вопрос, но захотел также привести некоторые фактические сведения, чтобы подтвердить свои слова. Пожалуйста, прочитайте следующие два абзаца внимательно. Я не имею в виду никого конкретно и не хочу высказываться в адрес какого-то одного человека, но всеми силами пытаюсь убедить христианских апологетов в том, что они должны посвящать восточному мышлению ничуть не меньше времени, чем, скажем, Юму или Канту.

В ходе основной дискуссии некто выразил сожаление о том, что одной из сторон недостает аргументов, основанных на здравом христианском богословии. Я могу только разделить это сожаление. Однако в ходе дискуссии предпринималось очень мало попыток (если считать, что они вообще имели место) полемизировать с учением о йоге (не говоря уже о том, чтобы его понимать) в контексте как индуистской традиции, так и индуистских писаний. Христиане, привлеченные в качестве экспертов, повторяли одни и те же старые стереотипы, которые сводят все, что якобы имеет какое-то отношение к индуизму, к одной только Адвайта-веданте (пантеистическому монизму). Я уже неоднократно говорил, что этому нужно положить конец! Взвзвись полемизировать с какой-то нехристианской точкой зрения, мы не должны полемизировать с пародией на нее! Более того, мы не сможем обличать заблуждения нехристиан, если не познакомимся с тем, во что они верят на самом деле, отвергнув пропаганду, которая зачастую намеренно искажает действительность.

Сегодня в христианской Церкви мы очень мало учим верующих богословию и не прилагаем почти никаких усилий для того, чтобы узнать правду об убеждениях тех, кто оспаривает истинность христианства, но при этом всякий раз удивляемся тому, что христиане либо не видят разницы, либо закрывают на нее глаза! Что же с нами не так?

Свои записи я включил в эту статью практически в том же виде, в каком они были первоначально опубликованы. Минимальные исправления были внесены, по большей части, как отклик на некоторые комментарии читателей. Один очень ценный комментарий я также включил в настоящую статью.

Часть I

Дети! храните себя от идолов (1 Ин. 5:21)

Итак, Билл Роуч спросил меня в Фэйсбуке, что я думаю о рецензии Эла Мохлера на недавно изданную книгу Стефани Саймэн «Тонкое тело: история йоги»¹. В своей книге г-жа Саймэн радуется тому, что «это духовная дисциплина» (ее слова) ассимилировалась в американскую культуру. 20 сентября 2010 года д-р Мохлер так отозвался об этой публикации в своем блоге:

«Когда христиане занимаются йогой, они должны либо отрицать реальность, стоящую за йогой, либо закрыть глаза на противоречие между своими христианскими убеждениями и своими занятиями йогой. Противоречий немало, и они далеко не второстепенны»².

¹ Syman, Stefanie. The Subtle Body: The Story of Yoga (Farrar, Straus and Giroux, 2010).

² <http://www.albertmohler.com/2010/09/20/the-subtle-body-should-christians-practice-yoga/>

Я ответил г-ну Роучу, что, по моему мнению, оценка д-ра Мохлера, к несчастью, совершенно точна. Почему «к несчастью»? Потому что многие христиане явно не понимают природу йоги и принимают на веру слова ее приверженцев без малейших сомнений.

К этому я добавил свое обычное высказывание, что практиковать йогу ради пользы, которую она приносит здоровью, — все равно, что принимать Причастие ради питательной ценности хлеба и вина. Кто-то увидел этот мой комментарий и перепечатал его (большое спасибо!), а кто-то третий его прокомментировал.

Должен признаться, поначалу мне было трудно понять критические высказывания некоторых людей по поводу вышеупомянутой аналогии. Некоторые сразу принялись доказывать, что йога приносит здоровью человека ощутимую пользу, — поначалу я был сильно озадачен, потому что с этим я, собственно, и не спорил. Но потом до меня дошло, что мои оппоненты просто не поняли смысл аналогии; речь шла не о том, насколько эти практики, соответственно, полезны для здоровья, а о том, что у американцев есть дурная привычка превращать практики, которые их основоположники считали священными, в двенадцать способов оздоровления организма. Судя по всему, моим собеседникам показалось, будто я утверждаю, что вино и хлеб не имеют питательной ценности, и на этом основании отрицаю, что йога может быть полезна для физического здоровья. Между тем, речь шла совершенно о другом.

Если уж на то пошло, вино (в частности) полезно, но когда мы пьем его во время Причастия в церкви, это не аперитив перед воскресным обедом. Вино в данном случае безоговорочно обозначает кровь, пролитую Христом на кресте в искупление наших грехов. Это суть Причастия. Это насквозь религиозное действие, которое мы совершали бы даже в том случае, если бы хлеб и вино не обладали ни малейшей питательной ценностью. Более того, как пишет Павел в 1-м Послании к коринфянам, приступать к Причастию только для того, чтобы утолить голод, — богохульство.

Соль аналогии в том, что абсолютно то же самое справедливо и в отношении йоги. В настоящей статье я попытаюсь показать, что йога представляет собой объективно религиозную практику — она всегда была таковой и всегда ею будет, и это никак не зависит от того, способствует ли она вашему хорошему физическому самочувствию. Возможно, в ветхозаветные времена люди тоже чувствовали себя лучше, поклонившись Ваалу или Дагону (откуда нам знать); это ни в коем случае не критерий правильности — ни второстепенный, ни слабый, ни дополнительный. Идолослужение не оценивается по тому, насколько лучше или духовнее вы себя чувствуете в результате. Когда вы занимаетесь йогой, вы участвуете в определенной разновидности индуизма, вы признаете существование иного бога помимо Того, Который открылся в Библии, а значит, почитаете идола.

Моим первым побуждением, когда я взялся писать это сообщение, было заявить, что мой интерес к этому вопросу имеет значение только для христиан, и что суть проблемы сводится к тому, могут ли христиане заниматься йогой, не вовлекаясь при этом в нехристианскую религиозную практику. Но потом я понял, что неправ. Этот вопрос важен и для нехристиан, поскольку их представления о йоге могут расходиться с тем, чем она в действительности была раньше и остается по сей день. Я уже привык к этому. Некоторые из нас, людей старшего поколения, возможно, помнят, как гуру Махариши Махеш Йоги рассказывал всем, что Трансцендентальная Медитация (ТМ) не религиозна по своей природе и совместима со всеми религиями. Точно такие же утверждения я слышал — приведу лишь два примера — применительно к буддистской дхарме и преданности Кришне. Человеку, который высказался таким образом по поводу Кришны, следует быть осторожнее: в отличие от других культов, пришедших в Америку на рубеже 1960-х и 1970-х годов, МОСК (Международное общество Сознания Кришны) доказало в суде, что является полноправной частью индуизма (и это совершенная правда), в то время

как у Махариши были проблемы из-за его утверждений, не соответствующих действительности.

Да-да, я понимаю, что несколько отошел от темы, но прежде чем вернуться к разговору о йоге, хочу отметить еще один момент, уж не обессудьте. Сегодня в мире гуруизма — по крайней мере, в Индии, — имеет место повальное увлечение гуру Шри Шри Рави Шанкармом (не путайте с известным музыкантом, в имени которого нет никаких «Шри»), который начал свою блистательную карьеру в качестве ученика и помощника Махариши. Все, возвращаюсь к теме!

Вот несколько выдержек из пояснений, которые предлагает нам Американская ассоциация йоги:

«Что такое йога?»

Классические техники йоги уходят в прошлое более чем на 5000 лет. В древние времена желание большей личной свободы, здоровья и долголетия, а также более глубокого самопознания положило начало этой системе физических и умственных упражнений, которая с тех пор распространилась по всему миру. Слово «йога» означает «соединять» или «спаривать», и она соединяет тело и разум в едином гармоничном опыте.

Хатха-йога: физические движения и позы в сочетании с техникой дыхания. Именно это большинство людей понимают под йогой.

Никто в точности не знает, когда йога появилась, но это несомненно произошло в доисторические времена. Во время археологических раскопок в долине реки Инд были найдены каменные изваяния, изображающие людей в йогических позах, возраст этих изображений превышает 5000 лет. Существует распространенное заблуждение, что йога уходит своими корнями в индуизм; в действительности, религиозные структуры индуизма сформировались гораздо позже, вобрав в себя некоторые из практик йоги. (Другие религии по всему миру также вобрали в себя практики и идеи, имеющие отношение к йоге.)

Йога — это не религия. У нее нет символа веры или неизменного вероучения, нет в ней и богоподобной личности, которой предписывалось бы поклоняться тем или иным образом. Религии, по большей части, основаны на вере во что-то и поклонении чему-то (Богу или богоподобной личности), находящемуся вне человека»³.

Не все сказанное выше расходит с действительностью. Кое-что из сказанного — правда, а кое-что представляет собой умозрительные построения, справедливость которых мы оценить не в силах. Например, в других религиях действительно существовали практики, имеющие сходство с йогой (имели ли они с ней какую-то связь — отдельный вопрос). Приведу лишь один пример — в древнем даосизме некоторые люди разрабатывали технику дыхания, которую называли «эмбриональным дыханием». Философии в этом было больше, чем физиологии, однако суть заключалась в том, что человек может вернуться к состоянию беззаботной простоты, научившись сознательно переводить свое дыхание в более медленный ритм, подражая дыханию эмбриона в утробе матери.

Меня всегда удивляет, с каким авторитетным видом некоторые рассуждают о цивилизации, которая существовала в долине реки Инд до переселения в Индию ариев. Было проведено множество археологических раскопок, в ходе которых были найдены города, известные нам под названиями Хараппа и Мохенджо-Даро, а также изображения, изваяния и (возможно) печати, на которых изображены человекоподобные фигуры. Из этих изображений явствует, что древние обитатели долины реки Инд испытывали острый интерес к теме секса и плодородия. Однако расшифровать их письменность нам не удастся, а потому отождествление этих фигур с богами, а тем более с божественными предшественниками богов индуизма, — чистой воды спекуляция. Точно так же дело обстоит с расшифровкой того, чем и с какой целью занимаются фигуры на этих

³ <http://www.americanyogaassociation.org/general.html>

изображениях. Взгляните еще раз на первое предложение приведенной выше цитаты: «В древние времена желание большей личной свободы, здоровья и долголетия, а также более глубокого самопознания...». Ничего этого мы не знаем. Просто не можем знать.

Аналогичным образом, у нас нет оснований полагать, что в этой цивилизации существовали практики, сопоставимые с йогой, — за исключением, быть может, лишь той разновидности тантрической йоги, кульминацией которой является ритуальное совокупление, поскольку некоторые изображения носят весьма откровенный характер, но в таком случае йогические намерения маскируются эротическими действиями. Главным свидетельством присутствия йоги в Хараппской культуре считается предполагаемая печать, на которой изображена ранняя форма бога, который в индуизме станет известен под именем Шивы. На самом деле, мы не знаем, Шива ли это; изображение имеет нечто общее с позднейшими описаниями Шивы, однако данных недостаточно для уверенного отождествления — даже с определенной долей вероятности. (Некоторые сайты в Интернете допускают в этом отношении непоправимый промах. Указав на бесспорное сходство между некоторыми деталями образа Шивы и хараппского изображения и пытаясь подчеркнуть значимость этого обстоятельства, они утверждают, что аналогичные символы можно найти по всему миру. Однако если вселенского культа Шивы не существует — а его не существует, — они тем самым доказывают случайность сходства, о котором идет речь.) Как бы то ни было, предположение, что прото-Шива на этом изображении занимается йогой, основано на следующем: его ноги сложены в некое подобие позы лотоса, а руки — в жесткую мудру, однако при этом он явно испытывает сексуальное возбуждение. Прочие свидетельства... впрочем, какие-либо более отчетливые указания на йогу отсутствуют. И они вряд ли могут появиться до тех пор, пока кто-нибудь, наконец, не расшифрует хараппскую письменность, — тогда утверждения сторонников этой гипотезы с одинаковым успехом могут получить подтверждение или быть опровергнуты. Существует несколько изображений этих прото-Шив, которым придано преувеличенное сходство с Шивой.

Первое известное нам реальное упоминание слова «йога» относится ко второй половине первого тысячелетия до н. э. Потом плотину прорвало, и нашим взорам предстала Хатха-йога-прадипика — по крайней мере, предтеча Йога-сутр Патанджали, Карма-йоги, Джнана-йоги и разных прочих ее форм. Однако к тому моменту переселение ариев продолжалось уже тысячу лет, и развитие индуизма уже перешло во вторую фазу. Все, что нам известно, и что имеет бесспорное отношение к йоге, имеет индуистское происхождение. Как мне представляется, люди утверждают, будто йога древнее индуизма, по той причине, что хотят вывести ее из религиозного пространства. Ой! Но почему же они тогда настаивают, что на хараппском изображении в непристойной позе запечатлен бог Шива? Невозможно утверждать и то, и другое одновременно. Либо откажитесь от идеи, что йога — это не религия, либо откажитесь от мысли, что хараппская фигура изображает Шиву. Но только прошу вас: не потчуйте нас теориями о нерелигиозном Шиве.

Напоследок позвольте мне сказать несколько слов о Хатха-йоге. Как говорится в приведенных выше пояснениях Американской ассоциации йоги, приверженцы йоги зачастую понимают Хатха-йогу исключительно как физические упражнения, имеющие отношение к йоге, — прежде всего, позы (асаны) и дыхательные техники (пранаяма). Они противопоставляют ее Раджа-йоге («царской йоге»), и это легко приводит к разделению Хатхи как чисто физических упражнений и Раджи, включающей в себя духовное измерение. Однако на самом деле различие носит только иерархический характер. Представление о Хатха-йоге как о чисто физических упражнениях совершенно неверно.

Вот первые стихи первой главы Хатха-йога-прадипики:

«Поклоняюсь Шри Адинатхе (Шиве), обучившему науке Хатха-Йоги — лестнице, ведущей к достижению вершин Раджа-йоги.

Йогин Сватмарама после приветствия своего Гуру Шринатха, излагает Хатха-йогу для достижения Раджа-Йоги.

Сватмарама дает свою Хатха-йога Прадипику как свет тем, кто погружен во мрак противоречивых мнений.

Матсиендра, Горакша и иные знали Хатха-Видья, и по их милости йогин Сватмарама также изучил Хатха Видья от них.

Об этом говорили такие учителя: [далее следует список из 33 имен] ...и многие другие великие учителя, победившие смерть и путешествовавшие по всей вселенной, знали науку Хатха-Йоги.

Как дом предохраняет от палящего солнца, так и Хатха-йога предохраняет практикующего от трех видов сжигающего зноя Тапаса (жара страстей). Как черепаха (поддерживает весь мир), так и Йога поддерживает тех, кто практикует ее.

Йогини, стремящиеся к достижению совершенства, должны поддерживать в тайне учение Хатха-Видья. Только в тайне это учение действительно и становится неэффективным, если его открыть»⁴.

Думаю, это ставит точку в вопросе о нерелигиозном характере Хатха-йоги. Ее основополагающий текст сообщает нам, что ее проповедовал Шива, и что тридцать три мастера избежали смерти и странствуют по вселенной. Да, практика Хатха-йоги приведет к Раджа-йоге, а в процессе дает духовные благословения.

У слова «Тапас» есть несколько взаимосвязанных значений. Его корень означает «сжигать» или «подпаливать». Как правило это слово употребляется применительно к жесткой самодисциплине, наказанию, принятому на себя в виде покаяния, болезненным последствиям наказания или жару физических страстей.

Текст приведенного ниже комментария я вставил в свою статью задним числом, но он действительно здесь уместен. Особенно интересно замечание относительно хараппского изображения.

«Спасибо, Уин за то, что поднял этот вопрос. Я так устал от невежественных утверждений людей, говорящих, что йога нужна только для физических упражнений... Несколько раз я получал более развернутый и конкретный ответ о том, что Хатха йога нужна только для физических упражнений. Тогда я предложил собеседникам обратить внимания на практики (нияма), необходимые для Хатха-йоги, четыре из которых носят явно религиозный характер: «Тапас (аскетизм), бодрость духа, терпеливость, вера в Бога, поклонение, благотворительность, изучение Веданты, стыдливость, подвижничество, жертвоприношения — вот, согласно учению Йоги, правила Нийамы» (Хатха-йога-прадипика 1:18).

Часть 2

Прежде чем вернуться к объяснению йоги, позвольте мне воспроизвести ответ, который я сегодня утром дал на один вопрос:

Думаете ли вы, что христиане, которые не видят ничего плохого в практике йоги, могут опереться на 8-ю главу 1-го Послания к коринфянам?

В 8-й главе 1-го Послания к коринфянам рассматривается вопрос о том, позволено ли христианам есть идоложертвенное. Павел отвечает на него утвердительно, но с оговорками, а в дальнейшем развивает эти оговорки еще больше. Значительная часть ответа, который апостол дает в этой главе, сводится к необходимости заботиться о благополучии друг друга и удостоверяться в том, что твои действия не дают немощному брату повода к преткновению. В нашем случае из этого увещания следует, что нам необходимо принимать во внимание возможность того, что некто, увидев, как ты беззаботно занимаешься йогой, начнет тебе подражать и окажется втянутым в восточную

⁴ <http://hatha.narod.ru/hyp.htm>

мистическую религию. Я не могу оценить вероятность такого исхода, однако он вполне возможен. В данном случае я просто высказываю квалифицированное мнение, но сильно подозреваю, что люди подобные Марсии Монтенегро, которая имеет в этом плане гораздо больше практического опыта, чем я, оценили бы эту вероятность весьма высоко (я более знаком с восточными религиями в их классических формах, нежели с извращениями, которым они подвергаются в Движении Новой Эры).

Как прежде всего отмечает Павел, мы знаем, что идолов, которым предлагается пища, в действительности не существует. Поэтому, если мы не делаем проблемы из происхождения пищи, можем спокойно ее есть. (Слегка отступая от темы, в большинстве подобных ситуаций сегодня — например, в Индии и Китае, — происхождение пищи всегда имеет значение, и вокруг есть слишком много «немогущих братьев», так что с любой практической точки зрения в современной Азии христиане не вправе употреблять в пищу то, что было предложено божествам.)

Однако все это не имеет прямого отношения к вопросу. Что христианам явно и однозначно нельзя делать, так это самим предлагать пищу идолам. Даже если при определенных условиях они вправе употреблять в пищу производные нехристианских ритуалов, им ни в коем случае не позволительно принимать участие в нехристианских формах поклонения. (Именно этот момент Клайв Льюис обошел стороной в «Последней битве», тогда как другие пытались поставить его под сомнение путем неправильного толкования истории Неемана Сириянина.) Библейская религия и поклонение идолам несовместимы. Для того, чтобы эта мысль отложилась в умах читателей, мне нужно продемонстрировать, что йога, по существу, представляет собой поклонение ложному богу. К несчастью, сделать это не слишком трудно, если придерживаться классических источников, а не чьих-то голословных мнений.

Итак, давайте подытожим сказанное в первой части.

1. Утверждение, что йога имеет нерелигиозное происхождение, поскольку она возникла до переселения ариев в долину реки Инд, сопряжено с рядом серьезных проблем. Изображения с очевидностью свидетельствуют об акценте на сексе и плодородии, но поскольку мы (пока) неспособны расшифровать письменность этого народа, мы не располагаем достаточными познаниями относительно содержания их верований, чтобы утверждать, что изображенные действия имеют какое-то отношение к йоге. Более того, эта точка зрения опровергает сама себя, если она опирается на харапское изображение предположительно бога Шивы, сидящего в позе лотоса с признаками сексуального возбуждения. Если это Шива, он бог. Если это бог, речь идет о религии. Как бы то ни было, мы не можем на основании нескольких изображений фигуры в позе лотоса с мощной эрекцией сделать вывод о том, что йога в том смысле, который принято вкладывать в это слово сегодня, практиковалась в харапском обществе.

2. Хатха-йога, как она описывается в Хатха-йоге-прадипике, носит явно религиозный характер. С самого начала этот текст приписывает содержащееся в нем учение богу Шиве и упоминает имена разных учителей, которые якобы обрели свободу с помощью этой практики, и теперь свободно бороздят просторы вселенной. Кстати, термин «великие учителя» (махасиддха) в этом контексте означает всего лишь людей, достигших определенного уровня совершенства. Сиддхи, т. е. способности, которыми они овладели, — это магические силы, приходящие к йогину на вершине духовной лестницы.

Продолжая тему, позвольте мне прокомментировать на самое возмутительное утверждение Американской ассоциации йоги из процитированных в начале статьи: «Йога — это не религия. У нее нет символа веры или неизменного вероучения, нет в ней и богоподобной личности, которой предписывалось бы поклоняться тем или иным образом. Религии, по большей части, основаны на вере во что-то и поклонении чему-то (Богу или богоподобной личности), находящемуся вне человека».

В этом заявлении, исходящем от почтенных сотрудников Ассоциации йоги, присутствует определенная дола нарочитой двусмысленности. Это риторический прием,

суть которого заключается в том, что высказывание абсолютно истинно, если понимать его в строго определенном ключе. Однако высказывание построено таким образом, что читатели с большой вероятностью поймут его иначе и могут прийти к неверным выводам. Таким образом, в худшем случае, нарочитая двусмысленность — это способ солгать, сказав совершенную правду. Именно так и обстоит дело с приведенной выше цитатой. Ее авторы подчеркивают то обстоятельство, что йога не связана неразрывным образом ни с единым символом веры, ни с определенным вероучением, ни с единой богоподобной личностью. Если понимать второе предложение в самом прямом и буквальном смысле, оно справедливо — при условии, что йога действительно не связана с каким-то уникальным богом, символом веры или набором верований. Воспользуемся еще одной нелепой аналогией: «Пищеварение не имеет ничего общего с пищей. Оно не ограничено каким-то одним видом пищи или каким-то одним способом его употребления». Но в этом случае заблуждение очевидно: пищеварение невозможно без какой бы то ни было пищи и какого бы то ни было способа ее принятия, даже если вкусы и застольные манеры людей различаются. Аналогичным образом, все разновидности йоги, может быть, и не связаны с одним-единственным богом или способом поклонения, но какой-то бог всегда присутствует. В таблице 1.1 перечислены классические источники, в которых не указывается на тесную связь с верой в какое-то божественное существо.

Должен пояснить, что под словом «бог» я не имею в виду некое подобие божества, именуемое так в переносном или абстрактном смысле. Когда я использую слово «бог», я подразумеваю одно из тех существ, которые вездесущи, всемогущи и т. д., хотя личность или безличность их природы не имеет значения. Чуть ниже я еще упомяну о том, что йога может фокусироваться на Шиве, Кришне, Ишваре, Атмане-Брахмане, Кали, Шиве-Дурге и т. д. Включение в список Атмана-Брахмана подчеркивает тот факт, что существуют виды йоги, в которых бог находится не вне самого человека. Большинство моих читателей знают, что в индуизме есть течение (хотя оно лишь одно из многих), именуемое Адвайта-Ведантой, наиболее известным проповедником которого был Шанкара. В соответствии с этим учением на глубочайшем уровне своего «Я» (Атман) человек может найти свое единство с Брахманом, бесконечную мировую душу и единственную истинную реальность. Таким образом, нарочитая двусмысленность по-прежнему в силе. Следуя этой школе, ты не должен искать бога «вовне», но находишь Атмана-Брахмана внутри самого себя. Если человек придерживается этой школы йоги, он не становится от этого менее религиозным.

Действительно, не все школы индуизма требуют от своих последователей веры в какого-то бога. В индуизме есть атеистические школы, среди которых наибольшей известностью пользуется Санкхья. (Если мысль об атеистической школе в какой-то религии ставит вас в тупик, могу вам только посочувствовать.) Кстати, философская школа йоги имеет очень большое сходство с метафизикой Санкхьи, однако между ними есть одно принципиальное различие. Мироззрение йоги включает в себя один элемент, который отсутствует в Санкхье, — а именно, бога. В Йога-сутрах Патанджали бог именуется общим термином «Ишвара», который можно перевести на русский язык словом «Господь» (иногда еще и словом «Творец», но, скорее всего, не в этом контексте). Ишвара в Йога-сутрах описывается как бог, пребывающий в полном покое.

Мне придется сделать еще одно отступление, чтобы объяснить, как йога понимает Ишвару. Существует фундаментальное допущение, общее почти для всех индийских религиозных течений. В буддизме оно находит яркое выражение в виде первой из Четырех Благородных Истин: «Жить значит страдать», — и оно же очень ясно звучит в первом афоризме Санкхья-сутр: «Теперь окончательное прекращение трех видов страдания — окончательная цель человеческого существования»⁵. Жизнь неразрывно связана со страданием. Страдание усугубляется видимо бесконечным круговоротом

⁵ <http://psylib.ukrweb.net/books/shohi03/txt05.htm>

перевоплощений (сансáра). Различие между школами — по крайней мере, отчасти — заключается в понимании причины этих страданий. В буддизме страдание вызвано привязанностью к преходящему миру. В индуизме Веданты оно вызвано невежеством относительно сущности Атмана-Брахмана. Согласно философской школе йоги, нас тревожат и печалят движение или перемены. Реальность такова, что мы живем в материальном мире (пράкрити), в котором перемены являются постоянным фактором, и наши души (пуруша) не могут от них освободиться. Но как нам спастись от постоянных изменений? Именно здесь в Йога-сутрах в дело вступает бог, Ишвара. Он является объектом нашей медитации, потому что он недвижим и неизменен. Вот как Патанджали описывает его:

Текст	Транслитерация	Буквальный перевод	Литературный перевод
Йога-сутры 1:24	kleshakarmavipākā- shayairapararmashtah purushavishova Ishvara	Ишвара — это особая, широко простертая душа, неподвластная препятствиям, карме и нежеланным следствиям.	Ишвара — особенный Пуруша, которого не затрагивают несчастья, впечатления, действия и их результаты ⁶ .

На английском языке существует перевод Бон-Джованни «Нити единства: Йога-сутры Патанджали» (The Threads of Union: The Yoga Sutras of Patanjali). Это популярный перевод, который можно найти на множестве сайтов в Интернете, но, к сожалению, нигде не приводятся подробные библиографические данные. В Интернет-архиве священных текстов (Internet Sacred Text Archive) есть еще один текст, претендующий на звание перевода Йога-сутр, однако он искажен фантазией переводчика. По существу, тот пытается втиснуть Йога-сутры в рамки философии Адвайта-Веданты. Это все равно, что пытаться выставить Гегеля проповедником логического позитивизма. Как я уже упоминал выше, в йоге действительно есть течение, связанное с Адвайта-Ведантой, однако в Йога-сутрах о нем и речи нет. Подобная практика внесения серьезных правок в тексты Юго-Восточной Азии в процессе перевода очень распространена. Именно поэтому, изучая такие тексты, важно обладать некоторыми знаниями санскрита, чтобы различать, что в них подлинное, что является ошибкой, что указывает на сознательное искажение, а что может быть следствием «благонамеренного» обмана.

Итак, цель йогины в этом контексте заключается в том, чтобы уподобиться богу, которому он поклоняется. Он должен сфокусировать свои мысли, чтобы их течение стало ровным и невозмутимым. Он также должен привести в состояние покоя свое тело. Почему йога предполагает необходимость принимать определенные позы (асаны), а потом замирать в них? Это вовсе не изометрическая гимнастика, поскольку мышцы не сопротивляются внешней нагрузке. Не приносит это пользы и с точки зрения изотоники, поскольку вы не двигаетесь. Это подражание полной неподвижности Ишвары. Чем дольше вы упражняетесь, тем дольше вы можете сохранять неподвижность в разных позах, а значит, тем больше приближаетесь к идеалу. Ради чего же это делается? С точки зрения физиологии, начиная с какого-то момента, вы никакой пользы не получаете. Однако духовная ценность упражнений возрастает, потому что вы все больше уподобляетесь Ишваре; внешнее положение тела способствует внутреннему (ментальному, духовному) равновесию.

Есть еще несколько мыслей, которыми я бы хотел с вами поделиться, но на сегодня пора заканчивать. Одно последнее замечание. Слово «йога» в своем изначальном контексте имеет функцию, сходную со словом «молитва» или «поклонение». Слова «молитва» и «поклонение» сами по себе указывают на то, что существует некий бог или «богоподобная личность», которой человек молится или поклоняется. Только в таком

⁶ Перевод К. Свенссон. URL: <http://psylib.ukrweb.net/books/patanja/svens.htm>

случае молитва — действительно молитва, а поклонение — действительно поклонение. Выносить молитву или поклонение за пределы религиозного контекста — даже метафорически — немыслимо. И, да, именно это делает йогу йогой. Но нам, христианам, там не место. Вслушайтесь в то, что говорит о нас апостол Павел: «...[Бог избавил] нас от власти тьмы и [ввел] в Царство возлюбленного Сына Своего, в Котором мы имеем искупление Кровию Его и прощение грехов... И вас, бывших некогда отчужденными и врагами, по расположению к злым делам, ныне примирил в теле Плоти Его, смертью Его, чтобы представить вас святыми и непорочными и неповинными пред Собою...» (Кол. 1:13-14, 21-22).

Часть 3

Я уже несколько раз рассказывал о том, как во время работы над кандидатской диссертацией ляпнул что-то совершенно невежественное об индуизме (к счастью, даже не помню, что именно), и мой декан посоветовал мне пойти поучиться. Тогда я прочел книгу Джона Носса «Религии человека»⁷ и записался на семинар по восточным религиям. На семинаре, когда дело дошло до распределения тем студенческих докладов, я немедленно ухватился за тему «Санкхья и йога». Дело в том, что как раз тогда я купил популярную книжку о йоге и ежедневно упражнялся в асанах и пранаямах, полагая, что это пойдет на пользу моей нервной системе. (В то время синдром Туретта еще не приобрел широкую известность, и я решил сам заняться своим лечением после того, как несколько врачей рекомендовали мне групповую психотерапию, которую я считал надувательством.) Итак, выступая с докладом, я рассказал о всевозможных эзотерических моментах, таких как пракрити, пуруша, гуны и Ишвара, а потом описал некоторые позы и техники дыхания. Последние в индуизме называются пранаяма, но в моей книге их называли «попеременным дыханием через ноздри». Я обратил внимание, что, когда я описывал некоторые приемы, часть слушателей тут же пытались их повторять.

Дойдя до попеременного дыхания через ноздри, я заметил в слушателях явное замешательство. В купленной мною книге, которая называлась «Йога для каждого» (Yoga for Everyone), новичка учат досчитать до восьми, вдыхая через правую ноздрю, потом задержать дыхание и досчитать до шестнадцати, потом досчитать до восьми, выдыхая через левую ноздрю. Затем процесс повторяется. После пяти повторений переходим к следующему упражнению. Это была очень практическая книга. Чакры и прочие элементы «тонкого тела» упоминались в ней лишь вскользь, а урок о том, как медитировать, глядя на пламя свечи, был помещен в самом конце. Успехи в пранаяме заключались в том, чтобы увеличивать время каждого упражнения — в особенности время задержки дыхания. Рассказывая об этом, я едва сдерживал смех при виде того, как мои сокурсники вращали носами, а потом и головами, пытаясь напрячь мышцы носа и дышать через одну ноздрю. Собственно, мне было так смешно, что я совсем забыл им сказать, что для этого нужно просто затыкать ноздрю пальцем. Никакой особой ловкости носа не требуется. Смысл исключительно в регуляции дыхания.

Каким же образом попеременное дыхание через ноздри способствует развитию гибкости тела? Очевидно, что никаким. Его польза должна заключаться в чем-то ином. Без сомнения, свежий воздух полезен для организма. Но пранаяма ограничивает количество вдыхаемого воздуха. Ладно, незачем играть в игрушки. Размеренное дыхание — признак спокойствия, и можно успокоиться, заставив себя дышать более ровно. Чтобы успокоить запаниковавшего человека, нужно заставить его дышать медленнее. Буддизм учит людей дышать осознанно и размеренно, повышая тем самым самоосознание (что в конечном итоге должно привести к отказу от самоосознания). Так что же, цель пранаямы сводится к тому, чтобы человек расслабился и успокоился?

⁷ Noss, John B. *Man's Religions* (Macmillan, 1949).

Да, в определенной мере пранайама способствует расслаблению йогина, но это всего лишь начало. Вчера мы говорили о назначении асан — подражание неподвижности Ишвары. Мирча Илиаде, чья книга «Йога: свобода и бессмертие»⁸ не лишена недостатков, однако по-прежнему остается лучшей из существующих книг о йоге, сравнивает усилия йогина с уподоблением растению. Это не такая уж плохая аналогия, если закрыть глаза на такие явления ботаники, как фототропизм, и на распространенное убеждение, что растения лучше растут под музыку Моцарта. Да, и еще придется игнорировать дыхание растений, которые вдыхают углекислый газ и выдыхают кислород. Задача в том, чтобы вообще не дышать.

Вот, что пишет Патанджали, автор Йога-сутры. Простите мне мой педантизм, но я считаю важным, чтобы вы могли (хотя бы теоретически) сами все проверить, а не полагаться на переводчиков, которые адаптируют написанное к западному уху.

Текст	Транслитерация	Буквальный перевод	Литературный перевод	Перевод Мирча Илиаде
Йога-сутра 2:49	tasmin tsati shvāsapashvāsayo rgati-vicchedah prānāyāmah	После этого дыхательные упражнения останавливают движение вдоха-выдоха.	Когда это осуществлено, следует пранайама (регулирование вдоха и выдоха) ⁹ .	Пранайама — это остановка [вичхеда] движений вдоха и выдоха [швасаапрашвайох]. Она достигается после реализации асаны ¹⁰ .

Илиаде добавляет несколько слов для ясности перевода, поскольку цитирует отрывок из середины текста, однако в этом случае он более точно передает смысл сказанного, чем Свенссон. Слово вичхеда означает не просто «регулировать», а «прекратить, остановить, отрезать». Возможно, вы слышали истории о йогинах, которых зарывали в землю, где они часами находились без доступа воздуха, и, подобно мне, заподозрили какую-то хитрость. Не могу говорить обо всех таких случаях, да и сам не проверял, но, очевидно, упражняясь десятки лет, некоторые из этих джентльменов изменили свою физиологию настолько, что могут оставаться без дыхания долгое время. Это и есть конечная цель дыхательных упражнений в полном соответствии с целью подражания неизменному Ишваре.

На днях я сказал кому-то, что, когда человек занимается йогой, он может, сам того не понимая, участвовать в нехристианском религиозном поклонении. Вот вам пример — если только вы не считаете подражание языческому божеству религиозной практикой. Ничего плохого в том, чтобы регулировать дыхание, но когда это делается в контексте йоги, это уже не нейтральные упражнения.

Что ж, на сегодня достаточно. Ах, да, — возможно, вам интересно, что случилось со мной, и чем закончилось мое знакомство йогой. Она принесла мне кое-какую пользу (хотя, очевидно, не вылечила от синдрома Туретта). Но, как вы, наверное, понимаете, познакомившись с вопросом поближе, я уже просто не мог этим заниматься. Есть другие виды физических упражнений. Христиане любят поговорить о том, что они готовы отдать жизнь за Господа, но вот оказаться от удобств ради Него они, судя во всему, не слишком готовы. Иной христианин обещает бросить к подножию алтаря свое «все», но только не йогу, даже если занятия ею бесчестят Господа. Для того чтобы заниматься

⁸ Илиаде, Мирча. Йога: свобода и бессмертие. (К.: "София", 2000). URL: <http://www.psylib.ukrweb.net/books/eliad01/>

⁹ Перевод Свенссон.

¹⁰ Илиаде, глава II. URL: <http://www.psylib.ukrweb.net/books/eliad01/txt02.htm#2>

идолопоклонством, необязательно жечь благовония в храме. Разве не стоит предпочесть Господа любой нехристианской практике, какой бы полезной она вам ни казалась?

Часть 4

Сегодня я попробую закончить разговор на эту тему. С самого начала у меня не было никаких личных интересов — даже если вы сочли мои взгляды по данному вопросу слишком категоричными; я отвечал на вопрос об утверждениях, сделанных другим человеком, и не мог просто согласиться с ними, не объяснив некоторые детали, неизвестные большинству людей. Надеюсь, что по завершении этой части я скажу достаточно, чтобы у читателя сложилась более-менее целостная картина. Возможно, вам кажется, что я намерен опровергнуть все доводы, которые люди, несмотря на реалии, приводят в оправдание своих занятий йогой, но это не так. Я наивно полагаю, что факты, в конечном итоге, говорят сами за себя.

Если бы я стоял на равнине у вавилонских стен рядом с Седрахом, Мисахом и Авденаго, и если бы они решили, что с учетом всех обстоятельств им будет лучше поклониться образу, чем сгореть в печи, что бы я на это сказал? Я могу только озвучить известную мне истину. Конечно, я не мог бы приказать им послушаться царя и умереть. Они могли бы привести мне обычные доводы (оправдания), что нет ничего страшного в том, чтобы склонить голову, если на самом деле не имеешь этого в виду. Если они останутся живы, то смогут положительно влиять на двор Навуходоносора, да долг заботиться о собственном теле перевешивает такую малость, как некий бессмысленный жест, порожденный ложной религией. И, конечно, они избавят себя от страшных мучений, если подчинятся приказу царя. Мне ведь было бы невдомек, что Бог чудесным образом их избавит. Но что еще я мог бы сказать? Красноречие не всесильно. Я мог бы лишь объяснить им, что поклонение идолу несовместимо с верой, которую они исповедуют, но в остальном решение осталось бы за ними — решение, которое неоднократно приходилось принимать другим, в том числе Даниилу, и Павлу, и Петру, и тысячам христиан в годы римских гонений, и многие из них предпочли смерть идолопоклонству.

Конечно, в нашем случае все несколько иначе, поскольку большинство из нас никто даже не принуждает участвовать в подобных вещах. Этот вопрос, кстат сказать, очень остро стоит в европейских странах, где врач вполне может прописать вам напоминающие йогу упражнения, одобренные национальной системой здравоохранения. Врачам и страховым компаниям не нравится, когда вы не выполняете все предписания, как недавно узнал на собственном опыте мой отец. Однако я могу сказать вам, что нынешнее поколение семьи Кордуан может оглянуться на своих отцов и дедов, среди которых были те, кто не склонился перед нацистским режимом, и кого Бог защитил. (Мой кузен Альфред всего пару месяцев назад узнал, что так было с его дедом по материнской линии.) Я не могу прятаться за них, и я бы не счел себя вправе сказать другому, что он должен рисковать своей жизнью, однако эти мужи веры, вне всякого сомнения, заставили меня задуматься, отважусь ли я отказаться от некоторых практик, имеющих нехристианское происхождение. Возвращаясь к моей главной мысли, йога сегодня популярна, и в некоторых кругах человека постоянно побуждают ею заняться, хотя подобные ситуации и исключение. Но если я не могу засвидетельствовать о Христе, отказавшись участвовать в ритуалах, имеющих языческое происхождение, как я могу думать, что устою перед настоящими испытаниями?

Что ж, как я уже сказал, не ждите от меня сегодня красноречия или доводов. На картинке выше вы видите изображение так называемых восьми ступеней йоги. Это часть классической школы йоги, о которой я, по большей части, писал выше. Как видите, позы (асаны) и контроль дыхания (пранайяма), который, как мы говорили вчера, ведет к тому, чтобы практически перестать дышать, — это ступени три и четыре. Они важны, но это всего лишь часть общей картины. Цель никогда не ограничивается улучшением

физического состояния или отношения к жизни. Для того, чтобы не затыкать тему до дыр, позвольте мне привести вам небольшую таблицу, в которой перечислены разные виды йоги и их конечные цели.

Вид йоги	Текст	Цель
Хатха-йога	Хатха-йога-прадипика	Освобождение тела от всех ограничений
Раджа-йога (классическая йога, практикуемая школой, которая и носит собственно имя йоги)	Йога-сутры Патанджали	Освобождение души (пуруша) от уз физического мира (пракрити) с помощью Ишвары
Джняна-йога	Упанишады и более поздние писания	Осознание тождества Атмана и Брахмана
Кришна-йога	Бхагавад-гита	Полная преданность Кришне, устранение всех плодов кармы и освобождение от сансары

Давайте вернемся к восьми ступеням и их значению. Я полагаю, что первые четыре вполне очевидны. Истинная йога требует полного посвящения и чистого образа жизни. Пятая ступень, «контроль разума» далеко не ограничивается трезвостью мышления. Это сублимация различий между субъектом и объектом. Если вы фокусировались на тлеющем угольке, на боге Ишваре или на травинке, в своем разуме вы теперь стали одним целым с угольком, богом или травинкой. В определенном отношении «контроль разума» означает нечто совершенно противоположное очевидному смыслу этой фразы. Вы утрачиваете разум по мере того, как утрачиваете сознание своей личности в отличие от других отдельных вещей. (Для тех, кто знаком с терминологией, вы входите в состояние недualityности.)

Но тогда возникает вопрос, что остается. В чем разница между «контролем разума» и концентрацией? Это разница между эпистемологией и онтологией. Отказавшись от знания себя как сущности отличной от, скажем, уголька, вы в полном смысле стали угольком. Вы уголек, бог, травинка, и потому они подвластны вам. Это самая опасная ступень духовной лестницы, поскольку теперь вы обладаете способностями, превосходящими воображение. Физический мир подвластен твоей магической силе. Вчера я упоминал о том, как йогины часами остаются под землей. Еще один любимый пример — телепортация. Йогин говорит «намасте» в значении «до свиданья» своим друзьям в Мумбае, а через несколько секунд говорит «намасте» в значении «здравствуйте» своим друзьям в Калькутте. Так, по крайней мере, они утверждают. Но, как я уже сказал, обретение этих сиддх порождает новую опасность, поскольку человеку может слишком понравиться обладание ими, и он может застрять на этом уровне. Если вы позволите этому случиться, возможно, вы станете гвоздем программы на всех вечеринках, но не достигнете освобождения своей души. Таким образом, нужно стать выше этих способностей, оставить их позади и перейти к последним двум шагам.

На самом деле слово «дхьяна» означает попросту «медитация», однако речь идет о совершенно иной медитации, чем прежде, поскольку теперь вы избавляетесь от всех объектов в своем разуме: от уголька, от бога, от травинки. Объектом вашего сознания становится чистое сознание.

Достигнув этого уровня медитации, вы переходите к последнему этапу, самадхи. Это слово часто переводят как «транс». Писатели зачастую подчеркивают, что отныне вы находитесь в самодостаточном состоянии чистого бессознательного сознания (понятия не имею, что это значит, и значит ли это что-либо вообще). Это не экстаз, вы достигли

состояния мокши (освобождения, нирваны и т. п.). Элиаде называет этот этап кататоническим, и с клинической точки зрения такое описание выглядит верным.

Прошу прощения, если такое описание заставляет кого-то испытать муки совести. Я с радостью отвечу на любые фактические вопросы — если вы попросите разъяснений, а не просто выскажете мне свое недовольство. Давайте закончим разговор еще одной цитатой из Павла — и знайте, дорогие читатели, что сегодня я безоговорочно подписываюсь под тем, что он говорит: «Для сего преклоняю колени мои пред Отцем Господа нашего Иисуса Христа, от Которого именуется всякое отечество на небесах и на земле, да даст вам, по богатству славы Своей, крепко утвердиться Духом Его во внутреннем человеке, верою вселиться Христу в сердца ваши, чтобы вы, укорененные и утвержденные в любви, могли постигнуть со всеми святыми, что широта и долгота, и глубина и высота, и уразуметь превосходящую разумение любовь Христову, дабы вам исполниться всею полнотою Божиею» (Еф. 3:14-19).

Центр апологетических исследований
(c) Winfried Corduan. Все права сохранены.
http://win_corduan.tripod.com/yoga.html