

# Дарио Эргас

## Смысл бессмысленности

### Предисловие к книге Дарио Эргаса «СМЫСЛ БЕССМЫСЛЕННОСТИ»

Эта книга изменила мою жизнь. Впервые я с ней познакомился, когда ее еще не было. В начале 90-х чилийские друзья из Гуманистического движения, при поддержке горстки российских и украинских единомышленников наивно и самоотверженно пытавшиеся воспрепятствовать становлению капитализма на территории только что разрушенного СССР, привезли нам ксерокопию длинной и немного сумбурной статьи Дарио Эргаса, которая называлась «Темные состояния сознания».

Помню, как меня поразили простота и неожиданность размышлений автора, отвечавших на важные для нас тогда вопросы и задававших множество новых. Я почувствовал, что если Дарио — хотя бы частично — прав, этот взгляд поможет найти выход из нынешнего всеобщего кризиса, где личное наверняка глубоко переплетено с социальным. Прошедшие с тех пор двадцать пять лет только утвердили меня в предположении, которое сегодня стало уверенностью.

Эта книга — не научный труд и не практическое пособие. Она не претендует ни на философскую новизну, ни на терапевтический эффект, потому что именно этот определивший наше декадентское время путь — смесь рационализма с прагматизмом — терпит сегодня поражение. В эпоху, когда здание цивилизации, построенной на двойных стандартах, насилии, неравенстве и человеческом одиночестве, вот-вот рухнет, возникает единственно важный вопрос о том, что будет завтра. Книга Дарио направлена в это завтра.

Этот текст — приглашение к работе над собой и тем, что нас окружает. В прошлом человеку предлагался ошибочный выбор между бегством от общества к духовному совершенствованию и бегством от личных нерешенных проблем в социальную активность, которая проецировала в общество наш внутренний хаос. Эта книга — попытка соединить личное и общественное в то, что они представляют на самом деле — единую неделимую структуру. Здесь нет инструкций по решению наших проблем, но есть нечто более важное — некоторые ключи к пониманию их причин.

Эта книга изменила мою жизнь, потому что в разные моменты я обращаюсь к ней, как к карте внутренних состояний, и независимо от того,

удается ли дойти до искомого пункта, она всегда помогает в ориентации на местности.

Это ее второй перевод; первый мы с Оксаной Мигель сделали в 1994 году. В результате несчастного случая он пропал вместе с жестким диском моего первого компьютера. Но в сегодня результате другого — счастливого — случая, русская версия книги уже у тебя в руках.

*Олег Ясинский*

*Сантьяго, октябрь 2018 г.*

## **Предисловие к изданию на русском языке**

Вспоминаю день, когда, стоя в столовой дома моих родителей, я был вынужден сдаться очевидности того, что в моем горле поселилось черное отчаяние и я — несмотря на все мои усилия, все мои достижения, несмотря на всех психологов и все рецепты духовного развития — не в силах победить эту боль, день и ночь сжимающую мне сердце... В тот момент отчаяния я понял: даже если это займет всю мою жизнь, я посвящу ее тому, чтобы избавиться от этого разрывавшего меня страдания. Даже если это займет всю жизнь. И если вдруг мне случайно удастся этого добиться, я

передам это знание тем, кто пересекает ту же самую пропасть.

Только по прошествии лет мне стала понятна важность того странного обязательства, взятого мной перед судьбой. Я вышел во двор с чувством открытия, которое не покидало меня потом все подростковые годы. «Даже если это займет всю жизнь»... тогда я не мог этого заметить, но с того момента, незаметно для меня самого, моя жизнь приобрела смысл. Постепенно я находил некоторые ключи к ответам, прежде ускользавшие от моего сознания. Я не раз делился своими открытиями с друзьями за столиками кафе в Сантьяго, Лиме, Кито, Сан-Паулу и Буэнос-Айресе. В каждой из бесед закреплялось понимание отдельных деталей, и я часто чувствовал глубокую связь между ними. Я не переставал говорить об одном и том же, пока однажды не решил обо всём этом написать.

Эти строки — мой разговор с тобой. Как будто мы с тобой пьем кофе в одном из уголков Киева или Москвы или там, где ты сейчас находишься. Ты прочитаешь первые страницы и сразу поймешь, для тебя ли это написано. И если это для тебя — мы вместе пройдем по дороге боли; вместе с тобой — и с твоей помощью — я вновь переживу этот опыт обнажённого общения, опыт

встречи с очень искренним и глубоким чувством, которое я, казалось, похоронил в далёком прошлом.

Я никогда не представлял, что эта книга когда-нибудь появится на твоём языке. В Москве я бывал только два раза — в начале девяностых. В первый раз я прилетал в гости к жившему там чилийскому другу, а во второй — для участия в Первом Гуманистическом форуме.

Олег уже не помнит, как мы пили кофе на тесной кухне моего друга. Тем не менее, через столько лет он нашел меня, для того чтобы организовать перевод и издание этой книги на родном ему языке. Именно этот текст был единственной темой моих разговоров в те годы, когда самой книги еще не было. Я очень благодарен ему за идею, переводчице Ирине Беньковской — за ее прекрасную работу и ещё — всем моим друзьям, беседы с которыми помогли мне выйти из бессмысленности и попытаться начать с тобой этот разговор.

*Сантьяго, сентябрь 2018 г.*

**СМЫСЛ БЕССМЫСЛЕННОСТИ**

*Посвящаю эту книгу памяти Лауры Родригес Риккомини<sup>1</sup>*

Первые наброски были сделаны мною осенью 1991 года. С тех пор ксерокопированные странички (под названием «Тёмные состояния сознания») ходили по рукам участников Гуманистического движения из разных стран мира.

К тому времени Лала<sup>2</sup> уже получила признание в чилийском обществе как парламентарий, посвятивший все силы борьбе с насилием — с дискриминацией женщин, индейцев, с притеснением бедняков в странах нашего континента. Изо дня в день она открывала мне

---

<sup>1</sup> *Лаура Родригес Риккомини (1957–1992) — чилийская социальная активистка и самая молодой депутат чилийского парламента в первые годы после диктатуры. В 32-летнем возрасте избрана председателем Гуманистической партии. Посвятила жизнь борьбе в защиту прав самых дискриминируемых групп чилийского общества — женщин, больных и носителей СПИДа, молодежи, индейцев-мапуче. Автор книги «Вирус высоты», в котором критически анализирует «болезнь», которая случается со многими, добившимися власти или знаменитости. Умерла в 35-летнем возрасте от рака мозга. Была женой автора этой книги. — Прим. издателя.*

<sup>2</sup> *Лала — уменьшительное от Лаура. — Прим. издателя.*

страдание народа — и его радость. Она показала мне, как можно использовать власть на благо людям — и во что превращается эта власть, когда «слуги народа», избранные по мажоритарному принципу, забывают о тех, благодаря чьим усилиям они оказались на своих местах. Я узнал, что тело не равно человеческому в человеке — оно лишь протез для выражения человеческого намерения. «Я — это не мои судороги!» говорила она мне, когда мышцы её рук и ног перестали ей повиноваться и она стала беспомощной, как новорожденный ребёнок.

Именно Лала настояла на том, чтобы я изменил название книги. Я слушал её аргументы как зачарованный: до чего же точно она умела истолковывать чувства людей! Незадолго до её смерти, перебирая мгновения нашей жизни, мы вспомнили об этом эпизоде; и тут она призналась мне, что, когда мы обсуждали название, она ещё даже книгу прочитать не успела. Как же мы с ней смеялись тогда — так, до слёз, смеются те, кто осознал; жизнь конечна.

*— Пора идти? Ступай и не тревожься:  
я всё равно дождусь тебя, любимый.*

*— Пора идти? Ступай и не тревожься:  
я всё равно найду тебя, родная.*

## Предисловие к первому изданию

Книга эта попала ко мне в руки какое-то время тому назад. Тогда она ещё не была до конца дописана, да и называлась по-другому. При первом же прочтении меня потрясли истины, изложенные в ней — «психологические истины», как их называет автор. Созвучие между прочитанным и своими собственными чувствами всегда воодушевляет и придаёт сил. Автор предлагает читателю способы решения целого ряда проблем. Способы реальные, неожиданные — при чтении возникает ощущение безошибочного попадания в цель, когда так и хочется воскликнуть: «Вот-вот! Так оно и есть!»

Но как же поточнее определить эту книгу? К какому жанру она относится?

С этим нелёгким вопросом уже сталкивались читатели — некоторые из них были настоящими эрудитами. Кое-кто выражал недовольство её кажущейся бессистемностью и небрежностью мышления. Подчёркиваю: «кажущейся». Потому что даже если у кого-нибудь и возникнет такое впечатление, нельзя не признать: для того, чтобы охватить настолько широкую тему, не обойдя вниманием её специфические особенности, требуется особая серьёзность и тщательность.

Очевидно, что такая книга может родиться только в результате очень серьёзного и тщательного



самопознания — занятия в высшей степени интересного и необходимого в наше время, когда социальный хаос вокруг заставляет нас погрузиться в свой собственный внутренний мир — не для того, чтобы укрыться там от забот, а для того, чтобы, как предлагает нам Дарио Эргас, привести этот внутренний мир в порядок и поставить перед собой осмысленную задачу, созвучную интересам других людей.

Актуальна ли эта книга, полезна ли она?

Ответ — да. И мне кажется, что предложенный нам текст заслуживает всестороннего изучения, потому что форма структурирования идей здесь такова, что каждая из частей соединена с целым; читателя ведут, постепенно сужая круги, к центру — к пониманию, а в последующей перспективе — и к «социальному действию» («Социальные преобразования» — именно так называется предпоследняя глава книги).

Правда, нужно уточнить, что толк от книги будет, если ты, читатель, действительно примешь предложенные правила игры; тогда через некоторое время ты поймешь, что автор обращается не только к твоему рассудку. Эта книга может шокировать, перевернуть всё внутри, читателю может захотеться захлопнуть её, но она тебя не отпустит. Даже если ты отложишь её в сторону, она не даст тебе покоя. Вот почему я говорю: она своевременная, эта книга.

Я читаю названия глав: «Внутренняя правда», «Психологическая реальность», «Бессмысленность», «Поражение», «Противоречие», «Обида», «Изменить общество», «Проблема экзистенции»; читатель

согласится со мной, что такой перечень сулит нам увлекательное приключение.

*Хуан Чамбо*

## **Предисловие ко второму изданию**

Большая часть этой книги была написана в 1991 году. Семь лет спустя я переработал текст, чтобы представить на ваш суд то, что первоначально задумывалось как путешествие по тёмным состояниям сознания.

В переработанной версии я более подробно остановился на состоянии, которое мы определяем как «поражение». Поражение — возможно, самый важный опыт из тех, о которых здесь идёт речь, а в первой версии я уделил ему недостаточно внимания. Я отдельно останавливаюсь на этой теме не только для того, чтобы приоткрыть дверь в новую внутреннюю реальность, но и для того, чтобы интерпретировать происходящее в мире социальном и шагнуть в другую новую реальность — человеческую.

Также я воспользовался возможностью, чтобы сделать несколько шагов на пути разработки жизненной цели и приблизиться к теме смысла человеческой жизни.

«Смысл бессмысленности» — это, строго говоря, мой опыт осознания философии Марио Родригеса Кобоса — Сило. Я вынужден это уточнить, потому что иногда я напрямую обращаюсь к текстам этого автора, а

иногда не упоминаю о них, но его идеи присутствуют в каждой строке книги, которая лежит перед тобой.

Примечания и библиографические ссылки я предпочёл вынести в конец книги, чтобы не прерывать разговор, который мы с тобой будем вести на этих страницах.

*Дарио Эргас*

## **Вступление**

В этой книге говорится о том, что люди воспринимают как страдание.

Эти страницы — попытка помочь людям в осознании своего внутреннего мира. Не вообще внутреннего мира — а тех состояний, в которых, как я вижу, человек испытывает наиболее сильное смятение, в которых хватка страдания оказывается особенно цепкой.

Какое-то время тому назад я пообещал себе помогать тем, кто растерялся и попал в ловушку собственного внутреннего мира. Мне хотелось показать другим, как можно выбраться из тёмных состояний сознания.

Я взял на себя это обязательство, когда, устав искать решения своих собственных проблем, устав

передвигаться по узкому карнизу, отделяющему трезвый рассудок от безумия, решил пройти по тропинкам внутреннего мира, познакомиться с его лабиринтами и обнаружить его ловушки.

Этот текст — попытка сделать ещё один шаг на этом пути.

## **Глава I**

### **Внутренняя правда**

#### **1. Абсолютная, или наивная правда**

С незапамятных времён, ещё до древних греков, императив «Познай самого себя» запечатлён в сознании человека как стремление или как потребность. Люди неустанно искали себя — и поиски эти приобретали самые разнообразные формы.

На протяжении многих лет я не раз встречал людей, которых волновали поиски себя.

Занятно было слышать, как они говорили: «я себя знаю». Другие были немного скромнее: «В жизни, — утверждали они, — главное — это познать самого себя». А те, чьи поиски самого себя казались такими ценными, оставляли эти попытки, стоило им добиться маленьких целей, которые позволяли им чувствовать себя реализованными.

Видел я и таких, которые себя не знают. «Беда

моя в том, что я сам себя не знаю», жалуются они. Их всё время тянет куда-то, они путешествуют, ходят по психотерапевтам, ищут острых ощущений — и всё для того, чтобы найти себя.

Или другие, провозглашающие: «себя никогда до конца не узнаешь»; таким образом «поиск себя» перемещается куда-то в разряд несбыточных желаний.

Одни говорили одно, другие — другое; слушая их, я вконец запутался и следовал советам и тех, и других, толком не понимая, что они, собственно, предлагают.

Прошло довольно много времени, пока я не понял, что эта растерянность — не мой личный изъян, не что-то генетически предопределённое, с чем мне следует научиться жить. Такая растерянность — обычное состояние окружающих меня людей, включая тех, кто утверждает, что им всё ясно.

Мне было нелегко принять, что «истины», которые провозглашали эти люди, не были истинами в строгом смысле этого слова, и указывали только на состояние духа провозглашающих. Хоть те и утверждали, что их точка зрения — это истина в последней инстанции, абсолютная и универсальная, на самом деле их «это так!» означало примерно следующее: « В этот момент свой жизни, принимая во внимание моё

нынешнее семейное и социальное положение, а также то, что со мной случилось до этого и мои планы на будущее, я утверждаю, что это так. Совершенно бесспорно, что это так, и для меня жизненно важно, чтобы это было именно так, а не иначе. Тот, кто мне возражает — либо заблуждается, либо сознательно лжёт, чтобы навредить мне и моему окружению». Наверное, они просто опускают это длинное вступление, подумал я (и то правда, не повторять же его всякий раз), обходясь коротким «это так!». Потом я заметил, что опускали это не из уважения к собеседнику, а из-за незнания самих себя.

Сам я эти «истины» воспринимал не как абсолютные, а как наивные. Наивность здесь была не в неведении по поводу намерений другого человека — речь шла о неведении относительно своего собственного намерения. Вот в чём огромная разница между «абсолютной» (или «наивной») истиной и тем, что я называю Внутренней Правдой.

Они не просто скромно умалчивали о том, что речь идёт только об их точке зрения. Они действительно понятия не имели о собственном намерении, о том, что оно вообще существует. Даже авторитетно провозглашая, что «никто не может быть носителем абсолютной правды» («абсолютный», опять это слово), они не осознавали, что их суждению о действительности

предшествовало некое намерение.

«Абсолютной правдой» я называю интеллектуальные построения, которые мой разум осуществляет для истолкования явлений, принадлежащих внешнему миру, при наличии точного соответствия между таким интеллектуальным построением и соответствующим явлением внешнего мира, при условии полной независимости от меня и вне временных рамок. Определение «наивная» я добавляю к определению «абсолютная», чтобы показать, что провозглашающие эту истину начисто отрицают роль сознания как создателя модели истолкования реальности, а следовательно, отрицается и намерение моего сознания. Любая формулировка «истины» неотделима от моего сознания, его истории и его будущего.

Непонимание намерений других людей и вытекающее из него наивное приятие всего, что говорится, принято считать проявлением незрелости. Но настоящей наивностью мне представляется пребывать в неведении насчёт собственного намерения всякий раз, когда мы высказываем какое-нибудь суждение.

Стоило чему-то произойти вокруг этих носителей абсолютной правды— к примеру, они проваливали экзамен или бизнес их терпел крах, любимый человек покидал их, чтобы пойти своей

дорогой; кто-нибудь умирал, или они видели на улице бездомного ребёнка, выпрашивающего милостыню — словом, достаточно было любого нарушения равновесия в окружающей среде, чтобы все эти истины, ощущаемые ими как «абсолютные», тут же перестали быть таковыми, и я видел: эти люди ощущают сейчас ту же растерянность, которую я чувствую постоянно. Так, не пытаясь ставить под сомнения эти «истины» и принимая их в качестве таковых, я заметил, что по прошествии времени даже те, кто совсем недавно провозглашал их, от них отказывались. Вот оно что — значит, я не один такой; остальные пребывают в такой же растерянности, что и я.

## **2. Что с нами происходит**

Это предложение — познать самого себя — казалось мне интересным, но что же для этого нужно сделать? С чего начать? Психологи говорили: ты интроверт, ты слишком застенчив, у тебя шизоидный характер, слишком высокий или слишком низкий IQ, ты вырос в недостаточно стабильной семье, и т. д., и т. п. Слова, слова — и все с привкусом абстрактных истин; они отнюдь не приближали меня к встрече с самим собой.

Может, именно поэтому, когда я услышал от кого-то, что «человек — существо страдающее»,



бесхитростная простота этого утверждения нашла отклик в моей душе. Правдиво оно или ложно, это утверждение, со мной именно это и происходит, да что там со мной — со всем родом человеческим. Теперь я не один такой на свете — растерянный, сокрушённый, сбившийся с дороги. Какие простые слова, какая в них очевидная правда! Главное — это действительно происходило со мной, я просто не сразу разобрался. Причём происходило вне связи с обстоятельствами. Это же очевидно, как только я раньше этого не замечал! Кроме того, я не один такой.

Чтобы познать самого себя, нужно отталкиваться от осознания того, что со мной происходит. Происходящее со мной не укладывается в категории истинного и ложного, хорошего и плохого. Это «происходит со мной» — вот что главное. Также не следует опираться на то, как другие интерпретируют происходящее со мной — особенно после того, как убедишься, насколько легкомысленно эти самые другие относятся к тому что происходит с ними самими.

Физическую гипотезу априори не докажешь. Прежде чем истолковывать какое-нибудь явление или строить свои теории, нужно накопить достаточно информации. Стандарты точности, которым мы следуем при изучении природных явлений, настолько высоки, что учитывают

погрешности измерения — как приборные, так и субъективные, связанные с личностью исследователя.

Так почему же познание этого самого пресловутого «самого себя» должно осуществляться с меньшей тщательностью?

Прежде чем познать самого себя, следует собрать о себе информацию. Если нас интересует психологический аспект — значит, нужно научиться собирать данные о психологических процессах.

Когда, например, я говорю: «Я страдаю, потому что я одинок», мне следует принять тот факт, что эта фраза абсолютно ничего обо мне не говорит. Она скорее истолковывает ряд неприятных ощущений, которые я обобщаю под названием «страдание», приписывая их появление моему одиночеству. Чтобы продвинуться вперёд по пути познания самого себя, это предложение следует построить следующим образом: *я полагаю*, что страдаю из-за того, что одинок.

Возникает вопрос: что именно заставляет меня говорить, что я страдаю? Что именно происходит у меня внутри — как работают мои внутренние регистры? Что я понимаю под словом «страдание»? И описать всё это — не то же самое, что сказать: «я одинок». Я могу полагать, что одиночество — причина испытываемого мною

страдания. Но при этом мне следует принять, что речь идёт только об интерпретации происходящего со мной — и интерпретация эта может быть правильной, а может быть и ложной. В любом случае, это лишь истолкование того, что со мной происходит, а вовсе не описание происходящего.

Сплошь и рядом случается так, что у человека всегда наготове истолкование всего происходящего с ним — и при этом истолкование это никуда не годится. Например, оно не поможет мне положить конец одиночеству — если именно одиночество меня беспокоит. Чаще всего мои интерпретации — это просто слова, которые я услышал от кого-нибудь другого, более красноречивого, чем я, или вычитал в книгах (а в книге-то уж точно неправду писать не станут!). Но все эти слова так и не помогли мне узнать себя изнутри; если они и принесли мне облегчение, то лишь на мгновение, «там и тогда»; они не могут вооружить меня инструментами, необходимыми для того, чтобы двигаться вперёд в этом постоянно изменяющемся мире.

Если я стремлюсь познать себя, у меня не получится сделать это, отталкиваясь от абстрактного человеческого поведения, описанного другими людьми, и принуждая себя признать, что это якобы часть и моего опыта. Я не могу отталкиваться от штампов вроде «жизнь

бессмысленна», «я — это я, а ты — это ты», «я — за свободу мышления» и т. д.

Если я хочу познать себя, мне придётся научиться *наблюдать* за тем, что со мной происходит, и отличать происходящее от своих интерпретаций. Наблюдать за зажимами, которые возникают в моём теле, за тем, как я дышу, что за образы рождаются у меня в голове, что меня напрягает, а что, наоборот, расслабляет, о чём я думаю и как действую в разных обстоятельствах, и т. д. Моя интерпретация — часть такого наблюдения; я понимаю, что не в моей власти перестать интерпретировать, но при этом я признаю, что это всего лишь некая умственная конструкция, а не абсолютная истина.

Научиться наблюдать за тем, что со мной происходит — значит научиться жить со своей внутренней правдой. Отличать то, что со мной происходит, от моей интерпретации происходящего — значит сделать шаг на пути приближения к этой внутренней правде.

Я не формулирую никаких правил поведения, когда утверждаю, что в страдании моём виноват отец, загубивший мою жизнь, или всё дело в том, что кто-то мне навредил, или меня бросила женщина, у меня не хватает денег на жизнь, или мне пора переехать в дом попросторней. Мы полагаем, что дело именно в этом; мы

предпринимаем действия, чтобы преодолеть эти трудности. Но, в сущности, всё вышесказанное ничего не говорит о нас самих. Мы гонимся за счастьем, пытаюсь получить то, что, как нам кажется, может облегчить нашу боль. Чаще всего нам это не удаётся, а если удаётся, мы обнаруживаем: того, что, как мы предполагали, должно было сделать нас счастливыми, оказывается недостаточно для того, чтобы утолить наше беспокойство.

На свете столько вещей, в которые мы склонны верить, что, если мы станем руководствоваться ими, не сможем продвинуться в познании самих себя. Мне нужно уметь отличать то, что на самом деле «со мной происходит», от того, что «как я думаю, со мной происходит». Тут речь не идёт о том, правда ли то, что я думаю, или нет. Суть в том, чтобы отличать происходящее от своего представления о нём. Только это, ничего больше. Назовём то, что я думаю, моей «интерпретацией»; за тем, что происходит, я могу «наблюдать».

Это самое наблюдение и есть то, что я называю «внутренней правдой».

Познать себя, в таком случае, это не просто составить о себе некое представление; это — копить информацию, которую я получаю, наблюдая за собой.

### 3. Само-забвение

Главная трудность, когда речь идёт о внутренней правде — это то, что человек привыкает не вглядываться в самого себя; его этому учат. Вернее, его учат отстраняться от самого себя. Отводить от себя глаза и не видеть очевидного. Моя работа, книжка, которую я читаю, беседа, которую я поддерживаю, очередной фильм по телевизору — зачастую всё это кажется мне настолько важным, я настолько во всё это погружаюсь, что «забываю, что существую». Это забвение воспринимается мной как заинтересованность, мотивация, увлечение. А когда что-то из этого — казалось бы, такого важного, такого насущного, заставляющего меня забыть себя — идёт не так, я внезапно осознаю себя, и чувствую себя раздавленным, обманутым, и моя душа плачет.

И тогда мы говорим: всё пошло не так, поэтому я страдаю. Это кажется нам логичным и само собой разумеющимся. В самом деле, раз там что-то не сложилось, мне полагается страдать. Это же очевидно.

Так вот, на мой взгляд, ничего очевидного тут нет. Мне кажется очень примечательным тот факт, что я занимаюсь своей повседневной деятельностью в забытии, не осознавая себя. Более

того, если приглядеться как следует, окажется, что самые, на мой взгляд, увлекательные занятия — это как раз те, которые помогают мне «забыть, что я существую».

Это само-забвение — забвение себя — несовместимо с поисками того, что я называю внутренней правдой, потому что искать внутреннюю правду значит вглядываться в себя, описывать происходящее с тобой и наблюдать за тем, что с тобой происходит. Мне скажут — но ведь тогда тебе с особой чёткостью откроется твоё страдание, бессмысленность твоего существования, твоё поражение. Это так, но ты увидишь и другое — свою радость, свою целостность. А того, кто считает, что лучше забыться, чтобы не страдать, вряд ли заинтересует то, о чём я пишу в этой книге — у нас с ним расхождение во взглядах. Раз я забываю о себе — значит, забываю о своём страдании, а заодно и лишаюсь возможности познать себя и это страдание преодолеть.

#### 4. Внутренний взгляд

В одном из комиксов Кино<sup>3</sup> его персонаж,

---

<sup>3</sup> Кино — псевдоним аргентинского карикатуриста Хоакина Сальвадора Лавадо, автора культовой серии комиксов о девочке Мафальде. — Прим. пер.

Мафальда, говорит своему приятелю Фелипе: «Ты должен познать самого себя», а тот сокрушённо отвечает: «А что, если я себе не понравлюсь?» Думается, это опасение Фелипе и есть первая трудность, с которой мы должны справиться, чтобы научиться вглядываться в самих себя.

При наблюдении за тем, что со мной происходит, возникает одна проблема. Заключается она в том, что, как правило, происходящее со мной — это не то, чего бы мне хотелось. По большей части то, что со мной происходит, очень далеко от того, что, как предполагается, «должно было бы» происходить. Этот конфликт между тем, что я наблюдаю и тем, что бы мне хотелось увидеть, заставляет меня бежать от самого себя. Казалось бы, убежать от себя — нелёгкая задача; на самом деле нет ничего легче. Глазом моргнул — и готово.

Если я смотрю на картину, которая мне решительно не нравится, я просто закрываю глаза или принимаюсь рассматривать другую картину. Достаточно отвлечься на что-то другое — и через несколько секунд я уже забыл, что именно мне там так не понравилось. А вот если я художник и меня интересует живопись как таковая, я наверняка вернусь к той, первой картине и пригляжусь повнимательней к композиции, к цветовому

---



решению, отмечу неуверенные мазки, задумаюсь над темой картины и пойму, что именно в ней мне пришлось не по душе. Если меня интересует моя собственная личность, «я сам» — мой взгляд, как минимум, отметит, что со мной происходят вещи, вызывающие у меня недовольство.

Читая эти строки, ты наверняка что-нибудь чувствуешь — скучаешь, радуешься, чувствуешь, что написанное тебе близко, а ещё думаешь, споришь со мной или соглашаешься, а может, идёшь дальше с новыми идеями, до которых я не додумался. Если ты наблюдаешь за всем этим, пока читаешь этот абзац, — значит, ты разбудил свой взгляд, направленный на тебя самого. Ты следуешь за написанным, но одновременно и наблюдаешь — бережно и деликатно — за своей собственной реакцией на мои слова. Если ты попытался это сделать, — значит, ты вплотную подошёл к тому, что называется внутренним взглядом: внутренний взгляд — это взгляд, направленный на смотрящего.

Внутренний взгляд показывает нам, что с нами происходит; при помощи этого внутреннего взгляда мы можем получить доступ к самопознанию. Когда я смотрю на картину — ту самую, из недавнего примера, ту, что мне не понравилась, — я не бросаюсь на неё с ножницами, не принимаюсь спорить о том, прекрасна она или безобразна. Я просто вглядываюсь в неё; по мере

того, как я всё больше узнаю о живописи, моё восприятие становится всё разностороннее; теперь я замечаю куда больше вещей, чем тогда, когда я только начинал интересоваться живописью.

С самого детства мы воспринимаем внешний мир, но при этом совершенно не привыкли направлять взгляд на самих себя. Мы не привыкли вглядываться в то, *как* мы смотрим на внешний мир.

То, что я говорю, может показаться странным, так как этот взгляд — явление не самопроизвольное, в отличие от восприятия мира при помощи наших пяти чувств. Ты спросишь — а зачем же мне делать то, что не получается механически, само собой? Что ж, когда Галилей решил заняться исследованием движения планет, ему пришлось изобрести инструмент, который бы позволил ему приблизить свой взгляд к луне и звёздам — так был создан телескоп. Чтобы познать космос, нам нужны телескопы, для изучения атомов — микроскопы, а вот чтобы познать самого себя, понадобится внутренний взгляд. И взгляд этот не пробуждается сам собой, стоит нам открыть глаза утром — его надо разбудить. Это не «естественный» взгляд. Для того, чтобы пробудить его, нужно моё осознанное намерение.

Когда я встаю утром, мир вещей начинает воздействовать на мои органы чувств, мой взгляд,

направленный вовне, на окружающий мир, пробуждается; вооружившись этим взглядом, я спокойно занимаюсь своими делами на протяжении дня. Я мог бы прожить жизнь, так и не открыв для себя возможность увидеть самого себя. Тем не менее, случаются в жизни моменты, когда этот внутренний взгляд просыпается сам, почти случайно. Это происходит, когда мы переживаем глубокие кризисы, терпим поражения. В эти трудные моменты, в особых ситуациях, иногда случается так, что наш внутренний взгляд пробуждается и снабжает меня какой-нибудь полезной информацией, необходимой для преодоления трудностей и перехода к новому жизненному этапу. Так что, возможно, тебе не раз доводилось вступать в контакт с явлением, о котором мы говорим.

Если мы хотим увидеть внутреннюю правду, добиться успеха в самопознании, мы можем пробудить, развить и углубить умение вглядываться в самих себя — то, что мы называем внутренним взглядом; он, этот внутренний взгляд, может находиться в состоянии активности, пока мы пристально рассматриваем внешний мир. Этому можно научиться — точно так же, как мы учимся играть в теннис, плавать или водить машину. Чем больше мы упражняемся, тем легче нам это даётся; со временем у нас формируется целая система

рефлекторных действий, которые помогают уменьшить усилия, которые мы тратили на игру в самом начале. Очень полезно воспринимать это именно как игру или спорт; когда я играю — я всегда развлекаюсь и учусь чему-то новому. Играя, я не осуждаю своих товарищей по играм, не наказываю себя за промахи — просто получаю удовольствие от происходящего. Главное в игре — получить удовольствие, а не уличить кого-то в ошибке. То, что я наблюдаю своим внутренним взглядом — чудесно, здесь нет места оценкам или наказаниям, а если бы они и были, я бы рассматривал их просто как часть тех чудес, за которыми наблюдаю.

Только не думай, что для пробуждения этого внутреннего взгляда нужно непременно закрыть глаза или погрузиться в самоанализ. Внутренний взгляд просыпается во мне, когда я наблюдаю за тем, что происходит со мной, пока я действую в мире. Этот взгляд — пристальный, бережный — исполнен любви и нежности, будто ты наблюдаешь за ребёнком, с которым тебе ещё предстоит познакомиться.

Я говорил тебе о двух взглядах. Один взгляд — обычный, воспроизводимый механически, произвольно — так называемый *взгляд, направленный на мир*, и взгляд, направленный на нас самих, который мы называем *внутренним*

*взглядом.*

## **5. Внешний взгляд**

Отрицая или скрывая то, что с нами происходит, мы неизбежно начинаем подходить к себе с чужими мерками, навязанными тем, «что говорят». Итак, «нам говорят», что собой представляет семья, как выглядят любовные, рабочие или дружеские отношения и т. д. И всё то, что мне говорят, не совпадает с тем, что со мной «происходит». Если бы я понял, как и что со мной происходит — смог бы представить, как это происходит «с нами»; ведь логичнее предположить, что отталкиваясь от конкретного реального опыта, пережитого мной лично, я могу получить представление о более общих процессах — чем, наоборот, идти от общего к частному, как это обычно происходит. Мне говорят о семье вообще, о любовной паре вообще, но я-то проживаю собственную семейную ситуацию и страдаю из-за своих собственных любовных отношений. Я могу поверить в то, что «говорят» — точно так же, как верю в существование призрака из фильма ужасов, пока смотрю его. Но то, что я на какое-то время поверю в привидение, несколько не означает, что оно существует в предметном мире. Точно так же я могу поверить в то, что «говорят», но эта моя вера

совсем не означает, что на самом деле всё обстоит именно так.

« То, что говорят» — это и есть то, что мы выше определяли как «наивная правда»; такие оценочные суждения обычно изрекаются как абсолютная истина; при этом о подлинных намерениях оценивающего предпочитают умалчивать. Поэтому интерпретация собственной личности и человеческой сущности вообще, основанная на подобного рода «правде», оказывается искажённой — она несёт на себе отпечаток внешних схем, свойственных эпохе, в которой мне выпало жить.

Я не стремлюсь доказать, что на самом деле всё происходит не так, как говорят — мне хочется, чтобы вы решились проверить, так это или нет, приблизившись таким образом к внутренней правде. Я говорю здесь об истинах, доступ к которым можно получить при помощи внутреннего взгляда» (просьба не путать его с взглядом внешним, обусловленным тем, «что говорят»).

Наряду с внутренним взглядом, который сперва необходимо разбудить, существует некий *внешний взгляд*, но его, к сожалению, будить не приходится, он всегда бодрствует и весьма активен. Это взгляд, который наблюдает за мной — вернее, судит меня извне. Я вовсе не хочу сбить тебя с толку — конечно, это мы сами, а не кто-то

посторонний, наблюдаем за собой, но делаем мы это со стороны, вчуже — не с нашей точки зрения, а с той, которая была нам подсказана, навязана — системой ценностей общества, в котором я живу или социальной группы, в которой я вращаюсь. Это взгляд оценивающий: вот это хорошо, а это плохо, вот таким мне следует быть, а таким — нет.

Такой взгляд, сориентированный на внешнее, навязывает мне бесчисленные запреты. Несколько абзацами выше я говорил о теннисе, о плавании; так вот, при таком подходе мне никак нельзя просто так ими заниматься — нужен определённый уровень, чтобы не ударить в грязь лицом перед соперниками, нужно иметь подходящую одежду. А если я открою в себе какой-нибудь талант или призвание, какие-нибудь способности, которые мне бы хотелось развить, первым делом надо будет разобраться, престижно ли это занятие, высоко ли оно ценится на рынке.

Внешний взгляд уводит меня в сторону от себя самого, и мне ничего не остаётся, как действовать в соответствии с чужими сценариями, не имеющими отношения к моей жизни. Теперь я — лёгкая добыча, исполнитель чужого намерения; моего согласия больше никто не спрашивает.

Если общество, в котором я живу, переживает кризис, растерянность и утрату смысла, внешний взгляд подтолкнёт к кризису и меня, заставит меня

почувствовать, что и я сбился с пути и утратил смысл существования.

Преодолеть культурные стереотипы, существующие в обществе в определённый исторический момент, и продвинуться вперёд на пути самопознания — возможно. Для этого нам нужно развить внутренний взгляд, научиться наблюдать за тем, что с нами происходит. Тогда мы вспомним о нашем собственном существовании, сможем отличать происходящее с нами от того, что «как мы полагаем, с нами происходит» и откроем, что это самое «мы полагаем» — всего лишь часть системы убеждений, присущих обществу, в котором я живу.

## **Глава II**

### **Психологическая реальность**

#### **1. Состояния сознания**

Говоря о «внутреннем состоянии», я имею в виду общее состояние сознания в данный момент. Восприятие, ощущения, образы, мысли — одним словом, всё, что происходит в сознании, пронизаны этим состоянием, окрашены нашим видением мира в этот момент.

Внутренних состояний много, но я



сосредоточусь в основном на тех, которые ощущаются как связанные со страданием.

Мы воспринимаем мир по-разному в зависимости от состояния, в котором находимся — спим, подавлены, веселы, злимся. Это проблема для людей, полагающих, что существует лишь одна реальность. Они скажут, что все ощущения и структурирования мира, которые имеют место в разных состояниях сознания, ложны — естественно, за исключением их собственных ощущений построений, опирающихся на их нынешнее состояние сознания — оно-то уж точно «соответствует реальности». Следовательно, ощущения, переживаемые в сновидении, ложны, ощущения окружающего мира в состоянии усталости, ложны и т. д. Внезапно они влюбляются, совершают безумства, а когда всё рушится, объясняют это тем, что они просто «были не в себе», но теперь-то «пришли в себя», всё прояснилось и мы можем простить им их недавние безумства. После этого они снова начинают вести себя как здравомыслящие люди, в то время как ты задаёшься вопросом: а что, если потом они снова подойдут к тебе и попросят прощения, мол, были не в себе и сами этого не осознавали, какой-то морок нашёл, что-то вроде влюблённости; зато теперь-то они пришли в себя и поняли, что за безумства творили.

Отличить реальное от нереального не так просто, как может показаться. Реальность — сложное слово, к которому так и просится какое-нибудь уточняющее определение (вроде тех, что мы добавляли к слову «истина»). Поговорим о реальности психологической.

## 2. Опыт реальности

Сознание структурирует получаемые данные по-разному, в зависимости от состояния, в котором оно в этот конкретный момент находится, и это *психологическая реальность*. Когда мы спим, мы не ощущаем свои сновидения как сновидения. Мы ощущаем их как «реальность». Когда мы подавлены, наши ощущения не воспринимаются нами как нечто присущее нашему «состоянию» — мы опять-таки воспринимаем их как «реальность». То же самое происходит, когда мы влюблены или находимся во власти какой-нибудь другой сильной эмоции: воспринимаемое и структурируемое нами ощущается как «реальность». Погружённые в свою повседневность, мы ощущаем её как «реальность», а не как одну из возможных «картин мира». Когда мы вспоминаем о прожитом, мы тоже ощущаем его как «реальность». Однако всё это реальность психологическая.

Поэтому, говоря о внутренних состояниях, мы

говорим о способах восприятия и структурирования получаемой нами информации. Мы не спорим сейчас о том, «реально» или нет наше восприятие мира. Мы просто отмечаем тот факт, что оно ощущается нами как реальность. И, кроме того, мы видим, что это восприятие изменяется в зависимости от способа структурирования, избираемого сознанием в различные моменты. Изменяется в зависимости от внутреннего состояния.

Это наглядно видно на примере сновидений. Построения, которые наше сознание осуществляет во сне, ощущаются нами как реальные. Когда мы сравниваем это построение с другим, сделанным в состоянии бодрствования, т. е. на базе другого способа структурирования, я говорю, что увиденное мною во сне — неправда. Но пока я сплю, я этого утверждать не могу.

Когда в состоянии бодрствования сознание охвачено какой-нибудь эмоцией, например, сильным страхом (тёмная ночь, мы заблудились в лесной чаще, потусторонние силы подстерегают во тьме), то, что мы ощущаем и структурируем в этом состоянии, воспринимается нами как реальность.

То же самое происходит с влюблённостью или любым другим из этих волшебных состояний, в которых предметы как бы обретают своё собственное намерение.

Рассмотрим другой пример. Поговорим о наших представлениях (убеждениях).

### **3. Представления, убеждения, верования (4)**

Подростком я играл с друзьями в «правду». Правила были такие: говорить только правду, задавать друг другу самые бестактные, самые откровенные вопросы, и отвечать на них абсолютно честно. Игра продолжалась «до упора» — до тех пор, пока кто-то не начинал обижаться, и всё стопорилось. Я сам несколько раз буквально цепенел, когда другие высказывали о моей жизни суждения, которые мне нелегко было вытерпеть. Ничем хорошим всё это не кончалось, приятели обижались друг на друга, и повторная игра затевалась только для того, чтобы высказать обидчику всё, что не успел ему сказать на предыдущей игре, — просто в отместку.

Самое любопытное в этой игре — это то, как ты реагируешь, когда понимаешь, что твои представления о себе совершенно не совпадают с ощущениями других людей.

Это несоответствие вызывало сильнейшее беспокойство. Ты отрицал, что сказанное тебе могло быть правдой. Из всех сил старался, чтобы действительность была такой, как тебе хотелось или ты полагал, а не такой, какой она

представлялась в игре.

Представления, убеждения представляют собой психологическую реальность.

Наше представление о чём-то не ощущается нами как таковое. Я полагаю, что завтра пойду пообедать с другом. Это — лишь гипотетическая возможность: может, она реализуется, а может, и нет. Говоря об убеждениях, верованиях, представлениях, мы имеем ввиду совсем другое. Если завтра я не пойду на встречу, ну что ж, вышло не так, как я ожидал, а по-другому; это же лишь предположение, я признаю, что оно может сбыться или не сбыться с определённой долей вероятности. А вот о представлениях, о верованиях мы говорим, когда вероятность того, что не случится то, во что я верю, равна нулю. (5)

Если завтра я выйду на улицу и увижу, что все автомобили едут прямо на меня, целенаправленно пытаюсь меня переехать, передо мной сразу встанет несколько нелёгких задач. Первая: уцелеть. Вторая, не менее важная: принять тот факт, что водители автомобилей совсем не такие, как я себе до этого представлял. Вместо того, чтобы стараться ездить как можно осторожнее, чтобы не сбить никого, они так и гоняются за пешеходами, пытаюсь их задавить. Вот тут у меня начнутся проблемы; мне нелегко будет принять, что мир не таков, каким я его себе представлял.

Это представление( что каждый автомобилист старается не наехать на пешехода)не ощущается мною как таковое. Оно ощущается как реальность. И если вдруг окажется, что на самом деле всё не так — о, тогда у меня возникнут серьёзные проблемы с картиной мира! Но картина мира потому и называется «картиной», что это всего лишь это всего лишь образ. Наши представления о мире, о людях, наши убеждения.

Но эти представления обладают для нас свойствами психологической реальности. Иными словами, мы ощущаем их как реальность, а не как представления.

Как сновидение мы ощущаем как реальность, и лишь проснувшись, осознаём, что это был сон, точно так же представления выступают как реальность, и мы осознаём, что речь шла о верованиях, убеждениях, только тогда, когда они вступают в противоречия с событиями, которые мы уже не можем интерпретировать, на эти убеждения опираясь. Можно сказать, что мы «просыпаемся», освобождаясь от обаяния этого верования, этого убеждения. Мы пребывали во власти иллюзии, а теперь эту иллюзию утратили.

Так, у нас есть определённые верования — представления по поводу наших аффективных связей; верим мы и в банковскую систему, и в то, что рассказывают нам газеты, телевидение и т. д. У

нас есть представления по поводу нас самих, по поводу других людей и норм социального поведения. Мы движемся по жизни, ведомые нашими представлениями. Какое-то время мы действуем в окружающем мире, и эти представления не вступают в противоречие с происходящим в нём. Это подтверждает их истинность.

Но часто случается, что наши представления терпят крах. Тогда они теряют свою власть над нами, и мы заменяем их другими.

Представления, убеждения, не воспринимаются нами как таковые. Мы ощущаем их как реальность; только когда какое-то событие показывает нам, что всё не так, как мы полагали, мы понимаем, что речь шла всего лишь о модели реальности. Точно так же сон не ощущается нами как сон, пока мы спим. А вот когда мы просыпаемся — тогда мы можем, опираясь на этот новый способ структурирования, убедиться в том, что пережитое нами мгновение тому назад было на самом деле сновидением. Возникает вопрос: существует ли какой-то способ структурирования сознания, который бы позволил опознать представления, не дожидаясь момента разочарования? В этом случае речь должна была бы идти о совершенно трезвом, осознанном способе структурирования, выявления представлений,

которыми оперирует сознание(6). И такое состояние возможно — позволю себе сослаться на предыдущую главу, в которой мы анализировали «внутренний взгляд».

Осознать, что то, во что ты веришь, — всего лишь твои представления, — непростая задача, так как всё наше существо восстаёт против этого. Это как разочароваться в ком-то (первое сравнение, которое приходит в голову). Когда близкий друг обманывает меня, я чувствую, что меня предали. То, чего не могло быть, случилось. А когда я рассказываю о случившемся другим людям, обязательно найдётся кто-нибудь, кто скажет: да как ты сам раньше этого не видел, мы-то все знали, что он такой (или что она такая).

Существует и другая разновидность убеждений и представлений, разделяемых людьми, живущими в одну и ту же историческую эпоху. Если освободиться от личных представлений трудно, то отказаться от представления эпохального — попросту невозможно. Невозможно признать, что стена белая, когда все кругом видят её чёрной. Вера в истинность этих представлений абсолютна. Свою ценность они теряют только на сломе времён, когда надвигается конец эпохи, а за ней — начало другой, новой эры.

Представления связаны не только с историческим моментом, но и с культурой народов.



Но особая примета нынешнего исторического момента — это то, что мы живём в эпоху глобализации, когда культуры сближаются и влияют друг на друга.

Поэтому я думаю, что эпохальные убеждения и верования, в которых нам ещё предстоит разувериться, которые потерпят крах, открывая дорогу новой эре, — это фундаментальные, базовые представления, которые сопровождают нас от самых истоков. Именно от этих общих представлений, присущих всем культурам, нам придётся отказаться, чтобы открыть дорогу новой правде. Она, эта новая правда, придёт на смену убеждениям, с которыми мы не расставались добрый десяток тысячелетий.

Закроем тему эпохальных представлений и подведём итоги.

Не существует объективной реальности, реальности в себе. Сознание структурирует мир по-разному, в зависимости от своего «состояния», и плод этого структурирования ощущается нами как реальность. Это ощущение реальности мы называем психологической реальностью. В основе этого структурирования реальности лежит система убеждений и представлений — неких «очевидных истин», своего рода трюизмов эпохи, воспринимаемых нами как «объективные истины», или «истины в себе».

# Глава III

## Бессмысленность

### 1. Описание бессмысленности

Сейчас я поговорю об одном из внутренних состояний. Его нетрудно распознать, его можно углублённо изучать с различных точек зрения.

Поговорим о повседневной, обыденной бессмысленности, не затрагивая пока «великое неизвестное», которое мы называем смертью. Мы живём, зная, что нам предстоит умереть, и в тоже время веря, что это не так; смерть, предполагаем мы, — это то, что происходит с другими. Неважно, насколько очевидным представляется то, что в обозримом будущем нам предстоит умереть (к примеру, потому что с кем-то нашими близкими это случилось); мы-то всё равно полагаем, что с кем-кем, а с нами этого не случится. Итак, отложим этот разговор на потом. Займёмся бессмысленностью.

К этой теме надо подходить с известной осторожностью. Я не раз встречал людей, пребывающих в состоянии бессмысленности; они, эти люди, задавались жизненно важными вопросами (о смысле бытия). Только содержанием

этих размышлений был ненастойчивый поиск, способный подвигнуть на действия, исследования, эксперименты— скорее, это была попытка оправдать эту самую бессмысленность.

Это наводит на мысли о том, что эти основополагающие вопросы— просто часть этого состояния, которые годятся для того, чтобы оправдывать его, а никак не движущая сила, которая может подвигнуть на поиск новых ответов.

Поэтому мы пока не станем рассматривать основополагающую проблему человеческой экзистенции. Изучим предшествующие ей психологические состояния, с которыми нам надо разобраться, если мы хотим перейти к другим формулировкам.

Чаще всего всё происходит так: человек задаётся трансцендентальными вопросами, но как только проблемы, которые затрагивают его лично, решаются, куда-то девается и желание искать на эти вопросы ответы. Я хочу сказать, что не стоит задаваться вопросом о смысле жизни, когда на самом деле тебя интересует совсем другое: на что купить новую машину, почему меня бросил любимый человек, как сделать так, чтобы он вернулся, почему мне не досталась эта работа, почему я провалил экзамен.

Для того, чтобы «интересные вопросы» были по-настоящему интересными, разберёмся в загадках

этого состояния сознания, которое мы называем бессмысленностью.

Все мы переживали ситуации сильного страдания, глубоких противоречий и внутреннего насилия. Так вот, состояние бессмысленности ничего общего со всем этим не имеет.

В этом состоянии вроде бы не ощущается никаких серьёзных трудностей, и сильных внутренних противоречий тоже не возникает; это скорее состояние некоего покоя и безразличия; «а мне всё равно». Все мои действия по отношению к миру совершаются по инерции. Я встаю утром, потому что звенит будильник, иду на работу, потому что всегда так делал, кто-нибудь пригласит меня в кино — что ж, пойду. Мало что может вывести меня из этого состояния эмоциональной нейтральности; если что-то и взволнует меня, то лишь на мгновение. Я делаю то, что всегда делал, и плыву по течению. Страдать я не страдаю, но и желания особого что-нибудь делать нет, нет заинтересованности. Всё идёт, как идёт, мне всё равно. Преодолевать инерцию просто незачем — какой смысл это делать, если всё безразлично? Спроси кто-нибудь меня, как дела, я отвечу: хорошо. Непохоже ведь, чтобы у меня были серьёзные проблемы. Интересного, правда, тоже ничего не происходит.

Когда я представляю себе, что жизнь такова,

что завтрашний день будет таким же, как сегодняшней, что новый год ничем не будет отличаться от предыдущего, что десять лет пройдёт — и всё останется по-прежнему, во мне просыпается нечто похожее на панику. Но вспышка эта быстро проходит, поздно уже, спать пора, завтра на работу.

Всё просто великолепно. Можно сказать, мы справились со страданием, оно ведь не особенно даёт о себе знать. Если бы не это скучное будущее впереди... («Будущее» — неудобное слово для описываемого состояния сознания; оно может испортить всю идиллию).

Мир не представляет особого интереса, потому что ничто не может вывести меня из этого состояния. Вялый и сонный, я в то же время достаточно активен — настолько, насколько это необходимо для поддержания инерции.

Как-то раз я прочитал книгу про человека, который именно так и жил; время от времени он ощущал, что вещи во внешнем мире живут своей собственной жизнью. Они существовали вне его, и это вызывало у него отвращение, что-то вроде тошноты, будто ему хотелось исторгнуть что-то из себя (7).

Особенность такого состояния — в том, что в нём отсутствуют мотивации, а значит, мотивации из него выбраться тоже нет. Зачем, спрашивается,

мне откуда-то выбираться, если мне всё безразлично? Кроме того, куда выбираться? Что я там найду?

Я даже могу развлечься; всегда найдётся чем оглушить своё сознание, какое-нибудь «развлечение». Могу телевизор посмотреть, на футбол сходить, заняться любовью, поиграть на компьютере. А ещё я могу работать— усердно, не отвлекаясь. Правда, все эти занятия лишены для меня смысла, попросту неинтересны. Я делаю что-то просто потому, что у меня нет причины этого не делать. Пожалуй, только одна вещь вызывает у меня раздражение и подозрение, что что-то идёт не так — это вот это вот каверзное словечко «будущее».

Но как же я до этого докатился? Жизнь — она ведь не всегда была такой!