



Жизнь как студия

Глава 1

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

1. Тоннель в конец света

Мы часто медлим, едва речь заходит о том, чтобы взять в руки созидание собственной жизни. Для этого находится множество причин: необоснованные страхи, вялость или пессимизм. Нам достаточно заглянуть в газету, и приходит уверенность: эту планету невозможно спасти. Тут, правда, мы попадаем на крючок скандалов и проблем, создаваемых СМИ. К сожалению, почти все наши знания о мире поступают из средств массовой информации. И пока реальная ситуация улучшается, пессимизм с годами растет. Поздние работы многих художников мрачны. Счастливое исключение — последние картины Анри Матисса, наполненные цветом и жаждой жизни. В них чувствуется бóльшая сконцентрированность и осмысленность по сравнению с ранними работами, и вместе с тем они искрятся творчеством. Пабло Пикассо, чаще всего не жаловавший своих коллег-современников, считал Матисса самым выдающимся из живших тогда художников. Верно, тот в своей жизни делал что-то правильно! Так почему же большинство людей не похожи на него и видят лишь тоннель в конец света?

«Кто-то, по-видимому, оклеветал Йозефа К., потому что, не сделав ничего дурного, он попал под арест»*. Так начинается «Процесс» Франца Кафки. Автор гнетущего романа педантично изображает отталкивающую сущность мещанской

* Кафка Ф. Собрание сочинений : в 3 т. / пер. с нем. Р. Я. Райт-Ковалевой. М. : ТЕРРЕ-Книжный клуб, 2009. С. 7.

культуры. Та без конца обвиняет себя, и, кажется, ее закат вечен. Западная культура сформирована представлением о первородном грехе, и церковь долгое время пользовалась этой идеей, чтобы морально мучить людей и сбивать их с толку. (Это без прикрас показал Михаэль Ханеке в своем искусно снятом фильме «Белая лента»^{*}.) Подобными культурными установками обусловлена наша повседневность, а часто и повседневность тех, кто считает себя атеистами. Большинство просто сменило богов: неважно, верит человек в разум, в деньги или в успех — на исходе дней у большинства появляется чувство вины и тяжелые мысли. Снова мало сделано или мало заработано, снова не достигнута цель, снова нет времени для книг. «Чувство вины — это реакция на непереносимое страдание и зачастую благодатная почва для той ужасающей агрессии, которой после разными путями придается рациональность», — пишет протестантский теолог, исследователь религий, учитель йоги и дзена профессор Михаэль фон Брюк. Чувство вины — агрессия, направленная нами против самих себя.

Чувство вины –
это агрессия,
направленная нами
против самих себя.

Михаэль фон Брюк

^{*} «Белая лента» (нем. *Das weiße Band*) — фильм — экзистенциальная притча о загадочных событиях в немецкой деревне накануне Первой мировой войны. Удостоен множества наград, в том числе «Золотой пальмовой ветви», дважды номинирован на «Оскар». Режиссер фильма, австриец Михаэль Ханеке, получил множество престижных премий за достижения в режиссуре.

Кто чувствует себя виноватым, даже не сделав ничего плохого, тот уже не сдвинется с места. В романе Кафки герой начинает с сопротивления, но под конец добровольно идет на смертную казнь: нет смысла бороться с обвинением, даже если оно совершенно бездоказательно. «Выученная беспомощность» — так называют психологи этот феномен: кто не видит надежды на улучшение, тот прекращает сопротивляться. Он будет и дальше использовать атомную энергию, есть мясо обреченного на убой скота или развезжать на дорогах внедорожниках. Многие благодарны СМИ за то, что те внушают: мы бы всё равно ничего не могли поделать. Без сомнения, в это удобно верить. Можно с усмешкой называть тех, кто всё же не поддается пессимизму, «славными ребятами», но это и есть те люди, которые сами контролируют свою жизнь и спасают наш мир от заката.

Кто хочет быть в согласии с собственной жизнью, тому сначала нужно обрести ясный взгляд. Односторонность приводит нас к сомнениям. «Многие люди склонны полностью отрицать и подавлять темные стороны, они не осознают их. Другие видят только негативное. Пессимист говорит: „У каждой вещи две стороны, и обе — темные“. Для него всё вокруг — в черном цвете», — говорит каллиграф, учитель дзен и католический священник Карл Обермайер. «Я был совершенно убежден в том, что мир несется в ад», — пишет панк-музыкант и режиссер-документалист Брэд Уорнер*.

* Брэд Уорнер (англ. *Brad Warner*, род. 1964) — монах сото-сю (одна из ведущих школ дзен), писатель, блогер, панк-рокер (играет на бас-гитаре) и режиссер-документалист. Наиболее известная его книга — «Дзен в стиле хардкор» (2003), в которой с необычной точки зрения описывается суть философии сото.

Сегодня он — один из самых нетрадиционных наставников дзен в западном мире. Но в эпилоге своей книги *Hardcore Zen* («Дзен в стиле хардкор») он всё же рассуждает: «Мир меняется... Значит ли, что, отбросив свой закоренелый пессимизм, ты перестаешь замечать всё, что в мире неправильно? Нет, ничего подобного. Увидеть то, что искажено, и попробовать исправить — значит сделать многое, чтобы улучшить положение вещей... Ты можешь изменить собственную жизнь, и ты непременно должен это сделать. Потому что сделать это в силах только ты. Никакой гуру не исправит за тебя твою жизнь. Никакой учитель дзен не укажет тебе твой путь. Только ты сам обладаешь властью превратить то место, где сейчас живешь, в настолько удивительное, что сам Бог не смог бы вообразить ничего лучше».

Только ты сам
обладаешь властью
превратить
то место, где
сейчас живешь,
в настолько
удивительное,
что сам Бог
не смог бы
вообразить ничего
лучше.

Брэд Уорнер

2. Разочарование как топливо

Кто часто бывает недоволен или разочарован — тому пора менять свою жизнь. Иначе он станет извергом для себя и окружающих. Личности творческие встраивают такую неудовлетворенность в свои будни: только тот, кому существующих решений недостаточно, кто находит их вредными или недейственными, начинает созидать. Эта же логика работает и в жизни. Разве что пространство для творчества не ограничено монитором компьютера, камерой или созданием продукта. Инструментов для изменения собственной жизни не найти ни на какой панели программного меню. Природа причин неудовлетворенности зачастую проста: слишком мало времени, слишком мало свободы и вроде как мало денег, есть проблемы с другими людьми (и с самим собой).

С чем именно связано чувство неудовлетворенности, в чем его конкретная причина, обычно невозможно понять. Приблизимся к проблемам — и они уже перестают быть таковыми, или же их решение очевидно и находится под рукой: начать иначе относиться к себе и своему времени прежде, чем успеешь заболеть. Найти себе другую работу, переосмыслить значение денег и собственных желаний или окружить себя другими людьми. В жизни сложные времена с их переменами и конфликтами случаются постоянно, мы

выходим из этих сражений покрытые шрамами, но чаще и обновленные.

События обрушиваются на нас, а мы, как правило, лишь задним числом понимаем, что происшедшее было к счастью. «Всё, что ни делается, всё к лучшему», — говорят старики. Мы их не слушаем, мы не видим в их словах пользы, хотя это не просто умничанье: за этой фразой многолетний жизненный опыт. Суть пословицы в том, что мы слишком серьезно относимся к своим ожиданиям, хотя и не в состоянии окинуть взглядом нашу жизнь целиком. Этот феномен иллюстрирует китайская притча, приведенная Михаэлем фон Брюком в его книге *Wie können wir leben* («Как мы можем жить?»):

В одной китайской деревушке жил старик, который владел чудеснейшей лошадью. Потому ему завидовал сам князь. Старец жил в нищете, но свою лошадь не продавал, видя в ней друга. Когда однажды утром эта лошадь пропала, в деревне заговорили: «Мы ведь всегда знали, что лошадь однажды украдут. Какое горе для старика!» «Не спешите судить, — возражал тот. — Истинно только то, что лошади больше нет в стойле, всё же прочее — оценка. Никто не знает, горе это или благословение». Две недели спустя серая лошадь, всего лишь сбежавшая в дикую местность, вернулась, приведя с собой множество диких лошадей. «Ты был прав, старик, — говорила вся деревня. — То было благословение, не горе!» На что старец возражал: «Вы снова заходите слишком далеко. Наверняка ясно только то, что лошадь вернулась». У старика был сын, он начал объезжать этих лошадей. Но уже через несколько дней он упал с лошади

и сломал себе обе ноги. Теперь в деревне говорили: «Старик, ты был прав, то было горе, твой единственный сын, который мог бы позаботиться о тебе в старости, больше не может ходить». На что старик отвечал: «Скажите проще: мой сын сломал ноги. Кто может знать, благословение это или горе?» Вскоре в стране разразилась война. Всех юношей забрали в войска. И только сын старика остался дома: он был инвалид. Жители деревни порешили: «Несчастный случай был благословением, ты был прав». На что старик возражал: «Почему у оценок столько власти над вами? Верно лишь то, что ваших сыновей забрали в строй, моего же — нет. Благословение то или горе — кто знает?»

Наше восприятие реальности происходит в три шага: реакция на событие органов чувств, интерпретация своих ощущений и в итоге — вызванные этим эмоции. Происходящее само по себе не плохо и не хорошо — оно *просто есть*.

Идет дождь. Можно по-разному видеть явление, которое, без сомнения, происходит. Можно радоваться, что не придется поливать цветы. Можно огорчаться, что в саду не устроишь чаепитие.

Чувства в нас возникают как следствие нашей интерпретации события, но не от него самого. Старик из притчи оставался спокоен, поскольку был способен не давать оценки событиям. Из-за того, что три фазы восприятия слишком быстро сменяют одна другую, мы ищем причины

Происходящее
само по себе
не плохо
и не хорошо —
оно просто есть.

своей злости в самих событиях. Но они при этом всего лишь то, что есть, — события, у которых нет цели.

Миру нет дела до нас, он не переходит на личности. «Не принимайте на свой счет!» — вот правило дзен-буддизма. Поезд не потому опоздал, что железнодорожная компания хотела вам досадить. Вы наверняка порадовались бы такому стечению обстоятельств, если хотели на него попасть, но замешкались — и ни за что бы не успели, если бы поезд пришел вовремя!

Не принимайте
на свой счет.

3. Повседневная борьба

В китайской притче говорится об определенных событиях. Однако происшествий бывает недостаточно, чтобы свести на нет все наши беды. Антон Павлович Чехов вполне отчетливо это понимал: «Каждый дурак может справиться с кризисом. Что нам дается труднее, так это обычная жизнь». Когда мы начинаем задумываться о собственной жизни и решаем изменить ее, то в первую очередь имеем в виду повседневность. «Повседневность — то исключение, что стало правилом», — пишет священник, социолог и историк Вильгельм Шмидт*.

Повседневность —
то исключение,
что стало правилом.

Люди творческие отлично знают, какие будни им не по душе: работа по графику с четким началом и концом, ожидание отпуска, немного спорта в свободное время, популярное кино по выходным дням, телевизор — по рабочим, и то сложившееся в обществе распределение социальных ролей, где мужчина — кормилец семьи, а на женщине лежит домашнее хозяйство. Творческим личностям такой

Вильгельм Шмидт

* Вильгельм Шмидт (нем. *Wilhelm Schmidt*, 1868–1954) — немецкий этнограф, антрополог, социолог, лингвист, историк, католический священник и профессор Венского и Фрайбургского университетов. Автор теории прамотеизма, согласно которой изначальной формой любой религии было единобожие.

образ жизни не подходит. Но кошмаром представляется и бессмысленная альтернатива: двое бездетных с полноценным заработком, социальные сети вместо круга друзей, собирание предметов искусства исключительно для престижа, ничем не ограниченное рабочее время (вместе с тем — больше никаких отпусков и отгулов), никаких интересов, кроме деловых, и никакой социальной ответственности. Где-то посередине между тем и другим, в вечном страхе совершить ошибку живут сегодня творческие люди.

Повседневность — область псевдоприродного происхождения. Обычно с годами она разрастается, становясь всё значительнее и отчетливее. Вместе с тем нам нужна стабильность, чтобы придать жизни ритм, вернуть ее обратно из состояния каждодневной борьбы в состояние нормы. «В полном угроз, смутном мире повседневность — защищенная пещера, укрытая известным и привычным; ее покой иногда нарушает непривычное; по приглашению или без спроса врываясь, оно неизбежно, однако через регулярность своих повторений становится повседневностью», — размышляет Вильгельм Шмидт. Насколько угрожающим кажется мир людям из обеспеченной части общества, видно по таким опасным психологическим явлениям, как *sosooning* («жизнь в коконе» — термин, предложенный в 1981 году футурологом Фейт Попкорн для обозначения боязни выхода из дома) или, когда картина заболевания становится более явной, *hikikomori* в Японии: подростки иногда годами не покидают своей комнаты в родительском доме, избегают любых социальных контактов и нуждаются в постоянной заботе.

4. Неразрешимые проблемы повседневности

Повседневность таит в себе явления, перед которыми пасуют и общество постмодерна, и современная техника и медицина. Простуда без вмешательства длится неделю, при приеме лекарств — семь дней. Можно каждый день делать влажную уборку, каждую неделю пылесосить, снова и снова стирать вещи и ходить за покупками. Но вот холодильник снова пуст, рубашки грязные и повсюду пыль. Новая простуда — и вот мы опять бежим в аптеку. Вся жизнь — это решение проблем, как сказал один философ, но не уточнил: «ежедневно». «Повар, следующий дзену, не верит в утопии. Проблемы появятся снова, и это верно как для нашей личной жизни, так и для общества в целом. Некоторые люди думают, будто с мытьем посуды решается проблема грязной посуды. Но это не так, посуда скоро снова станет грязной», — пишет Бернард Глассман, социальный работник, учитель дзен и основатель межрелигиозной сети борцов за мир.

Повседневность — это диктатура даже в свободном от предрассудков мире. «Домашнее хозяйство — не автономия, а гетерономия, где господствует случайность. Только приложив большие усилия, мы способны отвоевать в этой мешанине островки досуга и свободной деятельности», — считает Вильгельм Шмидт. Может, мы потому и ходим в кино или читаем книги, что только на экране или на бумаге люди

свободны по-настоящему. Они едят, но посуду не моют; они ходят на работу так, словно бы она что-то второстепенное; и так как киногерои не заходят в туалет, тот всегда чист. Поскольку в фильме даже самые простые события сопровождаются драматичной музыкой, то всё становится пленительным. Кастинг-шоу и иллюстрированные глянцевые журналы придуманы, чтобы придать чему-то обыкновенному видимость гламура.

Как нам привнести творчество в этот ад диктатуры? Как сохранить надежную крепость и не прийти в отчаяние от необходимости постоянно поддерживать ее в надлежащем виде? Домашним хозяйством приходится заниматься ежедневно. Мужчины и женщины (не важно, супруги они или соседи) часто ссорятся из-за него. Но при этом редко задумываются о причине. Мы не готовы признать, что однажды уже научились организовывать домашнее хозяйство, и одновременно — судя по многим людям — не научились. Удивительно, но вещи, отнимающие у нас столько времени и создающие проблемы, так мало обсуждаются. Всё выглядит так, будто повседневность — постоянное мучение. Но она просто есть. То, насколько мы в нее вросли и нуждаемся в ней, становится ясным, когда окружающая рутина исчезает или оказывается под угрозой: переезд, обретение самостоятельности или появление детей — предполагается, что всё это величайшие «беды»

Деятельность
тогда становится
мучением, когда
мы видим в ней
препятствие.

для домашнего хозяйства. А так как живем мы уже не в том обществе, в котором жили наши родители, то просто поступать, как они, у нас не получится.

Испанская монахиня Тереза Авила́нская*, похоже, смогла разобраться в повседневности еще в XVI веке. И пока прочие церковные кафедры, утопая в роскоши, были заняты глубокомысленными рассуждениями или состязались в решении изощренных вопросов теологии, Тереза разглядела то, что дает нам силы ежедневно: «Помни: Бог — прямо здесь, среди кухонной утвари, и он помогает тебе решать задачи и внутри, и вне тебя». Буддизм еще сильнее нацелен на повседневность, и некоторые называют дзен «религией повседневных вещей».

Вьетнамский учитель дзен, буддийский монах и автор книг Тит Нат Хан** советует видеть в работе по дому просто практику концентрации внимания: «Если вы моете посуду и мечтаете о том, как бы поскорее закончить и выпить чаю, значит, вы относитесь к мытью посуды как к досадной помехе. Но вы и не живете в этот момент! Вы стоите над раковиной, отвлекаясь, — а значит, не можете сосредоточиться

* Тереза Авила́нская — испанская монахиня-кармелитка, католическая святая, автор мистических сочинений, реформатор ордена кармелитов, создатель орденской ветви «босоногих кармелиток». Католическая церковь причисляет ее к Учителям Церкви. Считается одним из лучших литературных деятелей испанского «золотого века» и первой испанской писательницей.

** На русском языке выходило несколько книг автора, в том числе «Мир в каждом шаге. Путь осознанности в повседневной жизни» [41], «Тишина. Спокойствие в мире, полном шума» [43], «Бесстрашие. Мудрость, которая поможет вам пережить бурю» [42].

на чем-то одном. Раз вы не можете как следует вымыть посуду, вы не насладитесь и чаепитием, поскольку и тогда будете думать о другом, тратя энергию на будущее в обход настоящего».

Деятельность тогда становится мучением, когда мы видим в ней лишь препятствие на пути к чему-то другому. Но достигнув этого иного, мы снова думаем о грядущем. Во время завтрака нас заботит, придет ли вовремя поезд, в поезде мы заняты мыслями о первой задаче на работе, занявшись которой, думаем о перерыве на обед. А вечером после работы мы думаем о следующем утре. Поведенческий психотерапевт Андреас Кнуф* пишет об этом так: «Стресс означает, что нам бы хотелось быть не там, где мы находимся сейчас».

Невозможность просчитать повседневность часто приводит к тому, что это становится задачей большей, чем работа сама по себе. Даже свободное время определяют списки дел и календари встреч. Подобное только отчасти происходит из-за того, что мир становится всё необозримее, а число возможностей растет. В удачные дни мы потому наслаждаемся внешней свободой, что хотим стать свободными внутренне. Но «когда в нашей голове „усиливается шум“, мы это чувствуем. Мы постоянно в раздумьях о том, сколько еще всего нужно уладить. Не успев еще отчасти разобраться с начатым, беремся за следующие дела, требующие безотлагательного

* Андреас Кнуф (нем. *Andreas Knuf*, род. 1966) — немецкий психолог, публицист, автор многочисленных работ по психическим заболеваниям, практикам самопомощи и осознанности.

решения. Главное, мы обычно верим в то, будто наш стресс — из-за необходимости столь многое довести до ума.

Но если присмотреться внимательнее, то выяснится, что страдаем-то мы, в сущности, из-за своего излишне активного разума, который постоянно жаждет новых, якобы обязательных дел. Мы чувствуем себя зависимыми, изнуренными, беспокойными и не можем дать себе минуту покоя. Становимся несобранными, начинаем дело, которое можем тут же отложить и приступить к следующему, свои повседневные поступки совершаем полностью автоматически. Мы действуем и при этом отсутствуем», — пишет Андреас Кнуф в своей книге *Ruhe da oben!* («Тише там, наверху!»), где он описывает «способы успокоить разум».

Но вернемся к работе по дому. Бернард Глассман придает ей важное значение. Обращаясь к классической литературе по дзен-буддизму, он упоминает книгу *Anweisungen für den Koch* («Указания для повара»). «Когда мы начинаем что-то новое — будь то новое предприятие, или новые отношения, или кардинальные перемены в жизни, — то по привычке спешим. Мы хотим немедленно что-то сделать, неважно что. Дзен-повару ясно: он не может готовить, пока на кухне громоздится вчерашняя немытая посуда. Чтоб выяснить, какие продукты есть в его распоряжении, сначала придется навести порядок». Согласно этому буддийскому взгляду, любое изменение, любая работа начинается с уборки! Порядок и уборка играют решающую роль. Не нужно постоянно ждать или искать что-то из ряда вон выходящее — нужны совершенно конкретные вещи: порядок дома или на рабочем месте. «Очистить кухню — значит очистить дух...

В жизни всё устроено по тому же принципу. Начиная готовить, мы сначала прибираемся на кухне, и в начале каждого дня следует придать ясность своему духу», — считает Глассман.

Итак, жизнь можно изменить, если присмотреться к задачам, кажущимся маленькими и неважными. Согласно дзену, в мире существуют только «мелочи», но в них заключается всё. У отношения к ним есть следствия. Брэд Уорнер пишет: «Главные проблемы из существующих для нас в мире — не более чем огромные пугающие груды множества маленьких банальных проблем. Но в конце концов большие проблемы решают, начиная с малых. Само собой разумеется, нам придется разрешить несколько по-настоящему глобальных проблем прежде, чем они погубят нас всех. Но всё же нам стоит делать то, что должно быть сделано, шаг за шагом и быть довольно гибкими, чтобы изменить тактику, если события начнут разворачиваться иначе, чем планировалось». Возможно, нас крайне волнуют жизненно важные темы, беспокоят нерешенные задачи на работе и в голове крутится извечный вопрос о смысле жизни. Мы слишком страдаем из-за проблем на другом конце света, а в худшем случае погружаемся в апатию и пессимизм — и это при том, что многие не утруждают себя наведением порядка на той маленькой территории между

Мы часто
не обращаем
внимания
на «мелочи»,
потому что
расправляемся
с ними без
промедлений.

кухней и гардеробом, которая в их власти, или заключением мира с любимым, соседом или коллегой. Но искусство жить начинается с нас самих, ключ к решению прямо у нас под носом. Всё остальное — проекции и фантазии. «Самодержец — это тот, кто справляется с повседневными делами», — утверждает Вильгельм Шмидт. Мы часто не обращаем внимания на «мелочи», потому что расправляемся с ними без промедлений. Скажите, вы читаете сейчас эту книгу в прибранной квартире? Вы сидите? Спокоен ли ваш разум?

5. Жизнь как искусство

Почему мы стремимся управлять своей жизнью? Вильгельм Шмидт напоминает, что ответ на этот вопрос известен уже более двух тысяч лет: «Потому что жизнь коротка... За что мы должны быть благодарны смерти, так это... за установленную ею границу жизни. Не будь нам дана эта граница, нам бы не было дела до управления жизнью», — пишет он в своей книге *Philosophie der Lebenskunst* («Философия искусства жизни»).

Даже если сегодня всё кажется сомнительным, мы знаем наверняка, что однажды умрем. Симона де Бовуар в своем захватывающем романе «Очень легкая смерть» [5] показала, насколько безрадостной и бессмысленной могла бы оказаться повседневность бессмертия. Даже самая популярная фантастика о бессмертии — о вампирах — не обходится без того, чтобы существование между двух состояний однажды заканчивалось. И граф Дракула, и большинство его последователей всё же умирают. Или у них хотя бы есть возможность покончить с собой. Иначе как еще рассказывать подобные истории?

Мы приговорены
к свободе.

Жан-Поль Сартр

Вплоть до Позднего Средневековья смерть была только отметкой на оси времени, протянувшейся в данной Богом

вечности. Душа считалась бессмертной, и только телу предстояло ждать до Судного дня. Просвещение укоротило эту вечность, и перед лицом бесконечной Вселенной осталось только очень краткое время жизни, зажатое в тисках сроков.

По словам Вильгельма Шмидта, человек в современном мире стал существом, которому приходится *выбирать*. Свобода выбора, за которую человек борется на протяжении всей своей истории, превратилась сегодня в *необходимость выбора*. Мы приговорены к свободе — такова тяжкая истина Жан-Поля Сартра. Под этот приговор подпадают даже те, кто не имеет выбора: выбирать мы в итоге вынуждены. Часто нам не хватает компетентности, и едва мы принимаем какое-то решение, как другие его тут же оспаривают. В рамках таких жестких условий становится понятным, что нельзя взять и просто прожить жизнь только потому, что мы здесь оказались.

Любая попытка созидания становится сегодня формой искусства — искусством жизни. Разумеется, в том случае, если мы стремимся к правильной или красивой жизни. Каждый день мы видим вокруг себя хорошо выглядящих, уверенных в себе и успешных людей. По крайней мере, *другие* нам такими кажутся. Действительно ли они чувствуют себя хорошо и какова цена этого привлекательного фасада — вот другая сторона вопроса. Однако Вильгельм Шмидт отмечает подобные заблуждения: *хорошая жизнь* — это ни в коем случае не жизнь приятная или успешная. Это прежде всего жизнь, которой *хорошо и с радостью живут*. Учителя дзен советуют снова и снова возвращаться мыслями к источнику искусства

жизни, к ее пределу. Они заставляют нас смотреть на свою жизнь с точки зрения смерти. «Кто задумывается о жизни с точки зрения смерти, тот не совершает ошибок», — пишет Кодо Саваки* в своей книге *Tag für Tag ein guter Tag* («День за днем хорошие дни»).

* Кодо Саваки (яп. 沢木 興道, 1880–1965) — один из самых известных и выдающихся японских мастеров дзен-буддизма XX века.

6. Мы хотим определять свою жизнь сами

Но, конечно, показать лучшее, на что мы способны, не так просто, как кажется. «Мы не сидим, как невозмутимый режиссер, в темноте, плетя паутину своей внутренней драмы», — говорит философ и писатель Петер Биери*. Мы не властны над своими мыслями и обычно не знаем, чего хотим. На пути к нашим мечтам стоят повседневные привычки, а в сложные периоды жизни стресс искажает наше чувственное восприятие. Мы бы не прочь спастись катапультированием, но сами не знаем, где хотим приземлиться. Быстро осознавая, что нам вредит или мешает, мы медлим с пониманием того, что должно появиться в нашей жизни вместо этих помех. Часто лишь с большим трудом нам удается осознать, чего мы в действительности хотим. И, наконец, прочувствовать неумолимый закон жизни, упомянутый Иоганном Вольфгангом фон Гёте в «Годах учения Вильгельма Мейстера»: «Как же странно... что людям недоступно не только невозможное, но и многое из возможного».

Мы наматываем круги с криком: «Выпустите меня отсюда!» Но чтобы выйти из подобной ситуации, важны не только

* Петер Биери (нем. *Peter Bieri*, род. 1944) — швейцарский философ и писатель. Художественные произведения — такие как «Ночной поезд на Лиссабон» (2004) — выпускает под псевдонимом Паскаль Мерсье (*Pascal Mercier*).

внешние обстоятельства. «Для самоопределения требуется понимание возможного, то есть необходима сила воображения, фантазия», — считает Биери. Для творческих людей это представляет как преимущество, так и опасность. Кто находчив на экране, в жизни не таков. Находчивость в жизни, к сожалению, часто имеет место только в узких рамках определенных ситуаций. В интервью и на встречах проявляется обыкновенное щегольство многих талантливых «созидателей дня». «Мы можем заблуждаться, определяя, во что же верим. Мы принимаем себя за кого-то с либеральным, открытым миру образом мыслей и с четким представлением о справедливости, а когда доходит до дела, в ужасе выясняем, что мы шовинисты, цепляющиеся за свои привилегии», — говорит Биери.

Поэтому в начале пути к творческой жизни стоит желание поразмыслить о себе самом. Далее Биери пишет: «*Познать самого себя — то же, что определить самого себя. Самопознание тесно связано с самоопределением*». Люди творческие обычно используют для этого свою работу, превращая увлечения в профессию: человеку нужно *выразить* то, что он нашел или рассмотрел в себе. В настоящем созидании слышится биение сердца. Этот путь и предлагает Биери: «Кто не пытается *проявить* себя, тот упускает возможность познать самого себя». И раз подобное происходит с людьми творческими в рамках их профессии, то наряду с искусством жизни мы нуждаемся в искусстве работы.

Кто не пытается
проявить себя,
тот упускает
возможность
познать самого себя.

Петер Биери



[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

