# 49. В чём сила правды и как она делает нас свободными?

Геродот, отец исторической науки, оставил об обычаях древних персов любопытное наблюдение: «Детей от пяти лет до двадцати, – пишет он, – обучают только трём предметам: ездить верхом, стрелять из лука и говорить правду». «Наигнуснейшим пороком, – продолжает Геродот, – почитают они ложь; а вторым после сего – быть в долгах, как по многим другим причинам, так и потому, что должнику всегда необходимо бывает лгать». Нравственный кодекс персов вовсе не был в этом пункте уникальным явлением – убеждение, что правдивость является высочайшим моральным императивом, мы находим в основании всех мировых религий и большинства философских учений.

Но можно ли считать подобные призывы простым нравоучением, способствующим, как и всякая мораль, выгодам не конкретного индивида, но скорее общества? Разумеется, это в интересах группы, если входящие в неё люди отличаются честностью, поскольку означает, что они предсказуемы и выполняют свои обязательства. На них можно рассчитывать, оказывать им помощь и получать её. С ними можно заключать сделки и координировать усилия, не опасаясь удара в спину, за счёт чего повышается сплочённость группы, её синергическая эффективность как во времена войны, так и во времена мира. Правдивость, таким образом, есть форма взаимности, а последняя представляет собой саму суть протоморали многих млекопитающих от крыс и волков до шимпанзе и homo sapiens.

Напротив, чем меньше градус правдивости и взаимности в группе, тем хаотичнее и бессильнее она – входящие в неё единицы неохотно объединяют усилия и находятся в постоянных конфликтах. В природе достаточно пары аморальных индивидов (то есть не играющих по правилам взаимности и не учитывающих групповой интерес), чтобы вся группа быстро дошла до вымирания. В качестве примера можно взять наших ближайших сородичей шимпанзе. Порой они проявляют чудеса эмпатии и взаимопомощи, но у них есть и тёмная сторона: они не брезгают отбирать еду и воровать даже у собственных детёнышей, им знакома месть, жестокость, война за власть, а время от времени они прибегают к убийству и поеданию себе подобных – к каннибализму. Когда в обезьяньем сообществе заводятся те, кто бесконтрольно обращают эти тёмные инстинкты против собственных членов, всему сообществу приходит скорый конец. В первую очередь выживают, следовательно, группы с высокой внутренней солидарностью и честностью, потому до наших дней сохранились общества с такими религиями, которые её проповедуют и стараются усилить; остальные уже давно сгинули.

Взаимность и правдивость есть фундамент социального взаимодействия, но подобные наблюдения совсем не исчерпывают глубины предмета. Более высокий уровень постижения её ценности именно для индивида, а не только для общества, был доступен великим мыслителям и пророкам, начиная от Заратустры, Будды, Лао-Цзы, Сократа и Иисуса, хотя они никогда не формулировали этого ясно. Оно было доступно (часто в полуинтуитивной форме) практически всем монашеским и духовным движениям Индии, Китая, Ближнего Востока и Греции, где повсеместно существовал запрет на произнесение лжи. Запрет этот не связывался с некоей греховностью, а был очень прагматическим, холодным расчётом, что особенно подчеркнуто проговаривалось в ранних йоге, санкхья, буддизме и иных индийских практиках. Подобно, к примеру, половым отношениям, ложь для этих людей не содержала в себе чего-то глубинно порочного, просто она подрывала силы и сбивала с курса, это было как плохим выбором питания для спортсмена. Если хочешь – пожалуйста, молния тебя не поразит, но в высшей лиге ты уже не сыграешь.

Дело в том, что наши созидательные инстинкты, всё, что жаждет вверх, противостоит бессмысленному страданию и искажениям восприятия, не является единственной частью личности. Мы суть арена битвы разнонаправленных сил, что доказали современные науки о мозге, в первую очередь технология функциональной МРТ, хотя это в общем-то и так было понятно многие тысячи лет. По совокупности эволюционных причин в человеке присутствует много такого, что заставляет его без всякой нужды мучиться, разлагаться, разрушать себя и окружающее; то, что подавляет критическую мысль, вынуждает ходить кругами и действовать себе во вред. Всё это – специфические мозговые модули, нейронные сети, которые в силу устройства нервной системы укрепляются при периодической активации и теряют силу при периодической деактивации.

Когда мы с ясностью увидели нечто в себе или окружающем мире, но мешкаем задержать свой взор, продумать и исследовать, когда открыто не проговариваем это внутри себя и вовне, мы всерьёз рискуем. Мы рискуем, что соответствующие нейронные сети ослабнут, и этот свет покинет столь неблагодарное сознание. Стоит этому превратиться в привычку, как человек увязает в трясине самообмана и внешней манипуляции, которые тотчас же водворяются на место, где должна находиться здоровая и сильная способность суждения. Мы лишаем её необходимой жизненной опоры, если не стараемся внимательно всматриваться в предстающее взору и честно признавать, как обстоят дела, кто мы есть и чего хотим, что нам близко или чуждо. Этим укрепляется склонность к заблуждению, мы шаг за шагом перемещаемся во всё более иллюзорную вселенную, попутно заражаясь целым букетом идеологических паразитов. Жизнь оказывается подчинена внешнему центру детерминации – противоречащим нашей природе установкам поведения, отражающим интересы внешних сил и многовековые ошибки.

Человек должен хвататься обеими руками за всю доступную ему правду и поддерживать её актами речи, тогда этот островок света растёт, а зрение становится острее и цепче. Помимо свидетельств духовных поисков двух с половиной тысячелетий, сейчас в нашем распоряжении имеется и строго научное, нейробиологическое подтверждение описанного механизма. Как демонстрируют визуализации фМРТ, акт осознания и затем уверенной, свободной артикуляции трансформирует нашу личность и мозг, структуру нейронных сетей, что постепенно закрепляет одни поведенческие модели и подавляет другие. Проще говоря, большая правдивость с собой и другими напрямую переходит из речи в поступок, мы с большей легкостью начинаем жить в этой правде.

Во-вторых, ложь – не просто эфемерное колебание воздуха, но поступок, активно меняющий обстоятельства жизни. Выпущенная на волю, она вынуждает соизмерять с ней наше поведение и фильтровать слова и реакции, чтобы избежать обличения. Ложь создаёт специфические ожидания у окружающих, влияя тем самым на действия человека, и жизнь начинает зависеть от длинной цепи неправд и недомолвок. Он не только сажает себя на эту цепь, но и должен бдительно следить за исправностью каждого звена, от чего теперь зависит то, чем он обладает и за что так держится. Опасность лжи – в её свойстве постепенно создавать искаженную структуру внутренней и внешней реальности, в которой мы оказываемся вынуждены играть по чуждым нашему существу правилам, то есть всё более утрачиваем свободу.

Люди идут на компромиссы с сознаваемой ими правдой, соблазнившись материальным благополучием, статусом, властью или вниманием конкретного человека. Порой этого действительно удаётся достичь, однако краткосрочные выгоды оборачиваются долгосрочными потерями. Само стремлением к ним столь дорогой ценой основано на ошибочном понимании устройства человеческой психики. Нам не приносит прочного счастья то, что противоречит прогрессивной и творческой части нашего «Я», сколь бы желанным оно ни казалось. Ложь накладывает печать на род занятий, круг общения, набор тем и привычек – они становятся подчинены фальшивому ориентиру. Человек попадает в окружение людей, общение с которыми возможно, лишь если он будет значительно редактировать собственную личность. Будет коверкать или скрывать какую-то важную правду, порой подавлять самое сильное и ценное в себе. Или же это общение просто не в состоянии тогда раскрыть своего подлинного потенциала, оно лишается перспектив, поскольку в нём не звучит самое важное. Если тем, кто заминает или искажает правду, удаётся всё задуманное, они поселяются в золотой клетке. Жизнь в ней в лучшем случае подобна коматозному сну – лишенная полноты и смысла, но не чрезмерно тягостная за счёт самоослепления и предельного урезания личности. В худшем же случае их всю жизнь гложет червь сомнения и снедает тоска, заставляя недоумевать, как так вышло, что получая желаемое, они всё равно остаются с пустыми руками.

Недостаточно «не врать себе» – это будто бы очевидно, хоть и непросто. Необходимо сделать следующий шаг и воспитать привычку к активной манифестации доступной нам ясности. Недостаточно воздерживаться ото лжи тем, с кем нас сводит судьба, – требуется сообщать им правду, прежде всего о том, кто мы, во что верим и к чему стремимся. Это задаёт верные ожидания и потому так формирует ткань реальности, что нам всё менее нужно прогибаться под ложные ориентиры. Такова была, я полагаю, одна из революций великих пророков: они не ограничивались этикой воздержания, и дальше всех здесь пошёл Будда. Пройдя обучение сперва джайнизму, а потом йоге у Алары Каламы, он отверг их все. В немалой степени это произошло по этой самой причине: джайны, йоги, как и остальные, учили его, что дабы добиться личной трансформации, счастья и избавления от сансары, нужно очистить себя ото лжи. Будда осознал, что этого мало и нужно деятельно утверждать правду. Они учили, что нужно воздерживаться от причинения вреда. Будда понял, что этого мало и требуется деятельно способствовать благу. И так – со всеми остальными правилами, которые те проповедовали.

Каждому очевидно, что корректное знание является жизненной необходимостью. От него зависит, до какой степени мы можем добиться благополучия и свободы, поскольку последние представляют собой меру способности человека проявлять высшие возможности своей природы. Чтобы наше поведение пребывало в согласии с миром и нашим естеством, нам требуется знание о них, и знание о себе в самую первую очередь. В этом смысл известных слов Христа из Евангелие от Иоанна: «Познаете истину, и истина сделает вас свободными» (Ин. [8:32](https://vk.com/podcast-152496414_456239086?t=8m32s)). Истина, в той мере, в которой она доступна нашей способности суждения в каждый момент времени, даёт видение верного маршрута, а следование ему и равнозначно свободе. Счастье, творческую мощь, смысл и свободу мы вкушаем не при отсутствии обязательств и долга. Они обретаются в движении в продиктованном нашим существом направлении: в естественной зависимости. Что менее очевидно, но всё-таки совершенно верно, так это необходимость не отводить глаз и давать собственному знанию выражение, поскольку сам этот акт обладает колоссальным преображающим потенциалом.

Конечно, правдивость не есть безошибочный этический компас и не существует столь конкретных и одновременно универсальных принципов, пригодных во всякой ситуации. Тем не менее воля к правде есть надёжное руководство к действию, к которому следует прибегать много чаще, чем человек привык, – по сугубо практическим соображениям. Если мы хотим быть, а не казаться, если мы стремимся к счастью и творческой самореализации, обрести их получится лишь в свободе и естественности. Последние же невозможны, когда мы привыкли избегать открытой манифестации правды перед самими собой и во внешнем мире. Они невозможны, когда мы искажаем её или запрятываем, чтобы подладиться под людей и обстоятельства, и загнали себя в положение, где без этого не обойтись. Конечно, какие-то люди и даже части нас самих будут этой честностью отсеяны, но хотя это может быть тяжело, в конечном счёте такие перемены всегда к лучшему. Общение же с оставшимися от неё только выигрывает, ибо встаёт на прочный фундамент и становится действительно аутентичным.

Осмеливаясь быть честнее, мы бывает терпим то, что кажется убытками. Мы не получаем того, что нам будто бы нужно, или утрачиваем то, что берегли. В ретроспективе оказывается, что по большей части убытки эти – исчезновение опухолей и чужеродных наростов на теле нашего «Я». Отделение их болезненно, как всякая хирургическая операция, но за болевым шоком следует огромное облегчение и оказывается спасена жизнь. Те же утраты, что вполне реальны, всё равно меньше, и случаются они куда реже, чем когда мы идём на сделки с тем, что считаем правильным, и шаг за шагом сбиваемся с указуемого нашим внутренним компасом пути.

[© Олег Цендровский](https://vk.com/unbknnt)