

18+

ФИЛОСОФСКАЯ ПРОЗА

Когда всё ушло

О пустоте, тишине
и том, что остаётся

СЕРГЕЙ МАРКОВ

Сергей Марков
**Когда всё ушло. О пустоте,
тишине и о том, что остаётся**

<https://litres.ru/74150943>

ISBN 9785007008891

Аннотация

Когда привычная жизнь останавливается — боль, потеря, тишина — обнаруживается нечто неожиданное: пустота не пуста. Философское путешествие сквозь века и традиции: буддизм и даосизм, мистики и экзистенциалисты, физики и художники. О том, почему тишина — не враг. И как пустота становится свободой.

Содержание

Пролог. Когда всё ушло	5
Часть I. Мы боимся пустоты	8
Часть II. Путешествие: откуда пришла пустота	12
I. Индия. Примерно 800 лет до нашей эры	14
II. Китай. VI век до нашей эры	15
III. Индия снова. II век нашей эры	17
IV. Европа. Средние века и мистики	18
V. Европа. XX век. Экзистенциалисты	19
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Когда всё ушло О пустоте, тишине и о том, что остаётся

Сергей Марков

© Сергей Марков, 2026

ISBN 978-5-0070-0889-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Пролог. Когда всё ушло

или что остаётся, если убрать всё остальное

Была боль.

Не метафора, не образ — настоящая. Она не отпускает и не даёт забыть о себе ни на минуту. Она пришла и закрыла за собой дверь. Одним движением она убрала всё, что я привык называть своей жизнью: дела, планы, привычные маршруты, разговоры, суету. Всё это просто исчезло — без объяснений, не прощаясь.

И тогда я обнаружил неожиданное.

Когда убирается всё — остаётся не ничто.

Остаётся что-то.

Это «что-то» не имеет имени. Это не мысль, не чувство, не воспоминание. Это была просто — тишина. Пространство. Присутствие без содержания. Я есть — и этого достаточно. Более того: это так много, что я растерялся.

Именно тогда родилась эта книга.

Мы живём в культуре, которая боится пустоты патологически. Каждая пауза должна быть заполнена звуком. Каждый свободный вечер — событием. Каждое молчание — нарушено. Мы носим в кармане устройство, единственная задача которого — не дать нам остаться наедине с собой ни на секунду. И мы благодарны ему за это.

Но что именно мы так боимся обнаружить в тишине?

Этот вопрос — не риторический. Философы задавали его тысячелетиями, и их ответы удивительны. Пустота, которой мы избегаем, оказывается не тёмной ямой, а чем-то совершенно иным. Буддисты называли её шуньятой — и видели в ней основу всего существующего. Даосы говорили: именно пустота внутри чаши делает чашу полезной. Мистики всех традиций снова и снова возвращались к одному: то, что мы принимаем за отсутствие, есть присутствие особого рода.

Пустота — не то, чего мы боимся.

Это то, что остаётся, когда бояться больше нечего.

Эта книга — путешествие. Мы пройдем сквозь тысячелетия человеческой мысли: от древнеиндийских упанишад до квантовой физики, от Нагарджуны до Сартра, от даосской тишины до христианской апофатики. Не для того, чтобы дать вам готовые ответы — а чтобы вместе задать правильные вопросы. Потому что правильный вопрос о пустоте уже изменяет того, кто его задаёт. Он немного расширяет внутреннее пространство. А это, как мы увидим, и есть начало.

Мы спросим, почему язык не может сказать о пустоте — и всё же говорит. Мы увидим, как из пустоты рождается творчество. Мы встретимся лицом к лицу со смертью — и обнаружим, что она не конец разговора, а его суть. И наконец — спустимся с высот философии в обычный день, в паузу разговора, в утреннюю тишину. Потому что пустота живёт не

только в трактатах. Она рядом — всегда.

Читайте медленно. Пустота не терпит спешки.

Часть I. Мы боимся пустоты

или почему тишина стала врагом

Проведите эксперимент.

Прямо сейчас — отложите телефон. Не включайте музыку. Не открывайте новую вкладку. Просто сидите. Пять минут. Ничего не делайте.

Может быть, вы не медитируете. Может быть, никогда не читали буддийских текстов и не занимались йогой. Это не важно. Вы уже знаете пустоту — просто, возможно, называли её иначе. Или не называли вовсе. Эта книга — не для посвящённых. Она для всех, кто хоть раз чувствовал: за привычным шумом жизни есть что-то ещё.

Большинство людей не выдерживают и двух.

Это не слабость характера и не рассеянность. Это кое-что более интересное: глубокий, почти инстинктивный страх перед пустотой. Перед паузой. Перед моментом, когда между вами и тишиной не остаётся ничего.

Всё несчастье людей происходит от одного — от неумения спокойно сидеть в своей комнате.

— *Блез Паскаль, XVII век*

Паскаль написал это в 1660 году. С тех пор у нас появились смартфоны, потоковое видео, социальные сети и бесконечная лента новостей. Арсенал для борьбы с тишиной

вырос многократно. Но сама тишина никуда не делась. Она ждёт — за каждым выключенным экраном.

...

В психологии есть термин — *horror vacui*. Буквально: ужас пустоты. Художники знают его хорошо: это навязчивое желание заполнить каждый сантиметр холста, не оставить ни одного пустого места. Но то же самое происходит с нашей внутренней жизнью.

Мы заполняем время так же судорожно, как средневековый художник заполнял пергамент. Встречи, обязательства, развлечения, тревоги — лишь бы не пусто. Лишь бы не тихо. Лишь бы не наедине с тем, что остаётся, когда уходит всё остальное.

Но что именно мы так боимся обнаружить в тишине?

...

Один из ответов — неожиданный: мы боимся обнаружить себя.

Не в романтическом смысле — не своё «истинное я» с его скрытыми талантами и нереализованными мечтами. Мы боимся обнаружить нечто более радикальное: что за привычным потоком мыслей, дел и ощущений нет никакого твёрдого центра. Что «я» — не монолит, а процесс. Не вещь, а со-

бытие.

Это пугает.

И именно поэтому мы так старательно отворачиваемся.

Мы боимся не темноты. Мы боимся того, что можем увидеть, когда к ней привыкнут глаза.

...

Но философы — и восточные, и западные — снова и снова говорили об одном: то, что мы принимаем за угрозу, есть приглашение. Пустота, которой мы избегаем, — не яма, в которую можно провалиться. Это пространство, в котором впервые можно расправиться.

Даосский мудрец Лао-цзы задал вопрос, который до сих пор не получил исчерпывающего ответа:

Тридцать спиц сходятся к ступице колеса — но именно пустота в центре делает колесо полезным.

— Лао-цзы, «Дао дэ цзин», глава 11

Чаша полезна своей пустотой. Комната — пространством внутри стен. Окно — проёмом, а не рамой.

Пустота — не отсутствие. Это условие возможности.

...

Прежде чем мы отправимся в путешествие сквозь века и традиции, стоит остановиться и честно спросить себя: а как

именно пустота проявляется в моей жизни прямо сейчас?

Может быть, это усталость без причины. Ощущение, что делаешь много, а живёшь — мало. Тревога, которая не привязана ни к чему конкретному. Или наоборот — внезапная тишина, которая навалилась извне: болезнь, потеря, вынужденная остановка.

Пустота приходит по-разному. Но она всегда приходит.

И в этот момент у нас есть выбор: отвернуться — или посмотреть.

Эта книга — для тех, кто решил посмотреть.

Часть II. Путешествие: откуда пришла пустота

путешествие сквозь время и традиции

Для меня это путешествие началось в юности — с йоги. Не как фитнес, а как исследование. Мой учитель получил брахманский шнур — знак посвящения в традицию, которой тысячи лет. Тогда я впервые прикоснулся к восточной философии и открыл её для себя. Она объединяла всё в Едином.

Это было откровение. И одновременно — узнавание. Как будто я уже знал это — и просто вспомнил.

По природе своей я исследователь. Поэтому не принял восточную мудрость на веру — а начал проверять на себе. И обнаружил: когда начинаешь открывать себя изнутри, проявляется нечто, чего раньше не замечал.

К пустоте я пришёл через продолжительные физические боли. Вся моя обычная активность ушла. И я ощутил, что в конечном счёте всё что у меня есть — пустота.

Пустота не была изобретена. Она была открыта — снова и снова, независимо друг от друга, в разных концах земли, разными людьми, которые никогда не слышали друг о друге.

Это само по себе говорит о чём-то важном. Когда одна и та же мысль возникает в Индии, Китае и Греции почти од-

новременно — это не совпадение. Это значит, что мысль эта касается чего-то реального.

Отправимся в путь. Хронологически — но не скучно.

. . .

I. Индия. Примерно 800 лет до нашей эры

Первые следы ведут в древнюю Индию, к текстам, которые называются Упанишадами. Это не философские трактаты в привычном смысле — скорее записи разговоров между учителями и учениками, которые велись у костра, в лесу, на рассвете.

Один из центральных вопросов этих разговоров звучит так: что остаётся, если убрать всё? Тело — не я. Мысли — не я. Чувства — не я. Что тогда?

Ответ, к которому приходили снова и снова: остаётся чистое присутствие. Осознание без содержания. То, что нельзя описать, но можно пережить.

Нети, нети.

— Брихадараньяка-упанишада. «Не это, не это» — метод отрицания всего ложного на пути к истинному.

Нети-нети — не пессимизм и не отрицание мира. Это хирургический инструмент: убирать слой за слоем всё, что не является подлинным, пока не останется то, что убрать невозможно. Пустота — не конечная точка этого пути. Она — его условие.

...

II. Китай. VI век до нашей эры

Примерно в то же время, на другом конце континента, старый архивариус по имени Лао-цзы написал — или, по преданию, надиктовал на границе перед уходом в неизвестность — небольшую книгу. Пять тысяч иероглифов. «Дао дэ цзин».

В ней пустота занимает центральное место — но не как философская категория, а как живая реальность, пронизывающая всё.

Дао, которое можно назвать, не есть вечное Дао.

— Лао-цзы, «Дао дэ цзин», глава 1.

Великая Пустота у Лао-цзы — это не отсутствие, а источник. Не дыра в ткани мира, а сама ткань, невидимая именно потому, что она везде. Дао не поддаётся определению — потому что любое определение уже является ограничением, а Дао безгранично.

Ученик Лао-цзы Чжуан-цзы пошёл дальше — и сделал пустоту весёлой. Его притчи полны парадоксов, смеха и неожиданных поворотов. Повар, разделывающий быка так искусно, что нож никогда не тупится — потому что движется в пустотах между костями. Пустота здесь — то самое пространство между суставами, куда нож входит сам. Без усилия. Без сопротивления.

III. Индия снова. II век нашей эры

Прошло несколько столетий. Будда уже давно ушёл, оставив учение, которое разошлось по всей Азии. Но именно в это время философ по имени Нагарджуна сделал нечто радикальное: он взял центральное понятие буддизма — шуньяту, пустоту — и поставил его во главу угла.

До него шуньята понималась относительно скромно: как отсутствие постоянного «я» у человека. Нагарджуна распространил её на всё существующее.

Нет ни одной вещи, которая не была бы пустой.

— Нагарджуна, «Муламадхьямака-карика», II в. н.э.

Это звучит как нигилизм — но является его прямой противоположностью. Вещи пусты не потому, что их нет. Они пусты потому, что не существуют самостоятельно, в изоляции, как закрытые острова. Каждая вещь существует только через отношения с другими вещами. Радуга — через свет, воду и смотрящего. Стол — через дерево, плотника, гравитацию и того, кто за ним сидит.

Пустота у Нагарджуны — это другое слово для взаимозависимости. Мир не рассыпается на атомы. Он соткан из отношений насквозь.

...

IV. Европа. Средние века и мистики

На Западе путь к пустоте пролегал через другие врата — через богословие. Христианские мистики, которых называли апофатиками, пришли к похожему выводу с другой стороны: Бог настолько превосходит любое описание, что говорить о Нём можно только через отрицание.

Не «Бог велик» — потому что любая величина ограничена. Не «Бог добр» — потому что наша доброта слишком мала, чтобы служить мерой. Только: не это, не это, не это.

Бог есть ничто. Не в том смысле, что Его нет — а в том, что Он превосходит всякое «что».

— Мейстер Экхарт, немецкий мистик, XIV в.

Экхарт шёл так далеко, что его учение было осуждено церковью. Его «пустота души» — *Abgeschiedenheit*, отрешённость — описывала состояние, в котором человек освобождается от всех образов, понятий и даже желаний, включая желание Бога. Только тогда, по Экхарту, Бог может войти.

Экхарт называл это дверью. Не выходом — а входом.

...

V. Европа. XX век. Экзистенциалисты

Прошли века. Бог для многих перестал быть очевидным. И пустота вернулась — но теперь уже без утешения традиции, без гарантии, что за ней что-то есть.

Жан-Поль Сартр сидел в парижском кафе и писал о ничто. Не о буддийской шуньяте и не о даосском Дао — о головокружении перед бездной свободы. Человек, по Сартру, заброшен в мир без готового смысла. Эта пустота — не освобождение. Это головокружение.

Существование предшествует сущности.

— Жан-Поль Сартр, «Экзистенциализм — это гуманизм», 1945.

Мы приходим в мир без инструкции. Смысл не дан — он создаётся. И в этом зазоре между рождением и смертью, между вопросом и ответом — живёт та самая пустота, которую Сартр называл тревогой, а буддисты — приглашением к пробуждению.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.