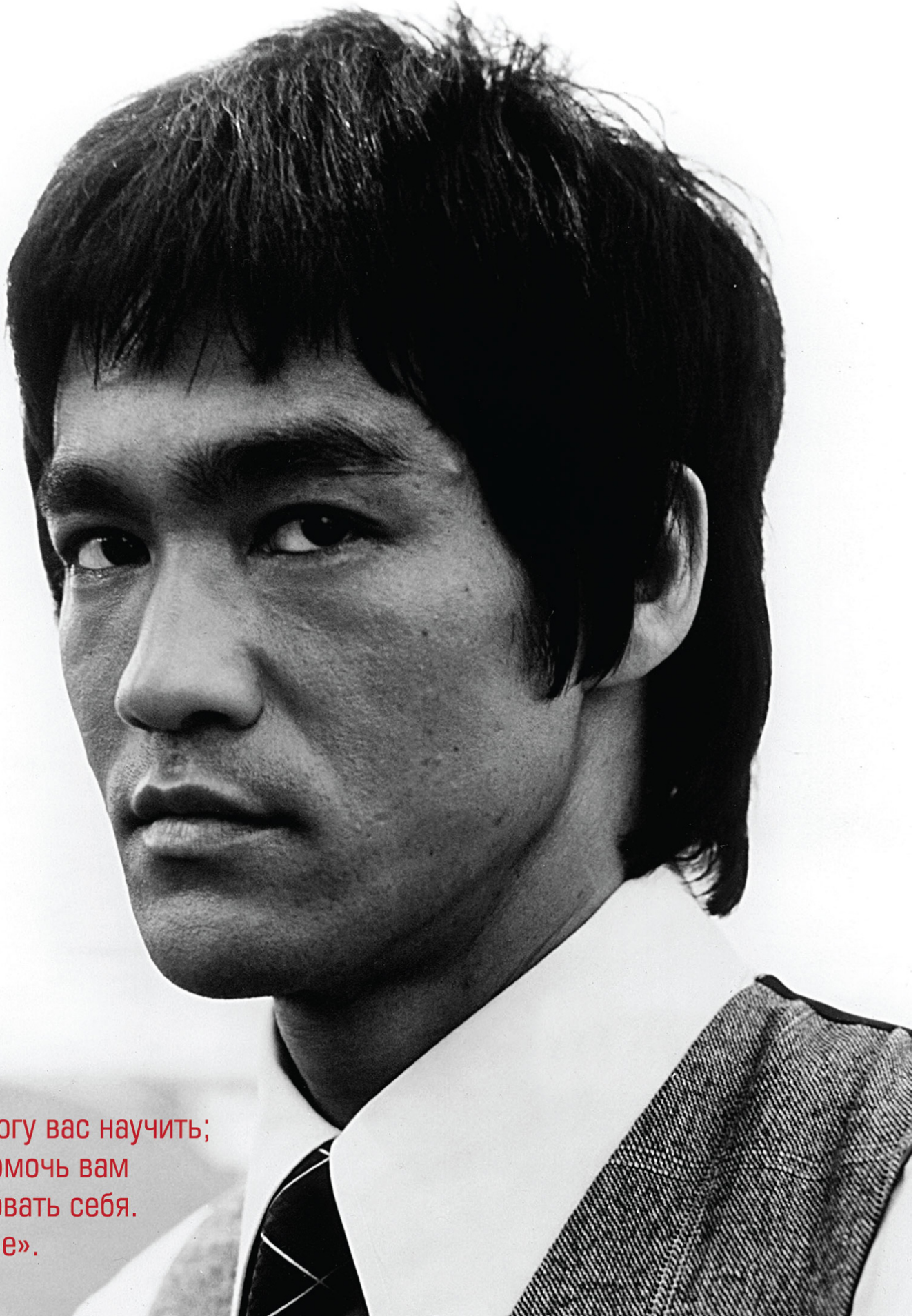


БРЮС ЛИ

ПУТЬ СОВЕРШЕНСТВА



«Я не могу вас научить;
лишь помочь вам
исследовать себя.
Не более».

Автобиография великого человека

Брюс Ли

Путь совершенства

«ЭКСМО»

1999

УДК 791.6:929
ББК 85.374(3)-8

Ли Б.

Путь совершенства / Б. Ли — «Эксмо», 1999 — (Автобиография
великого человека)

ISBN 978-5-04-097911-0

Эта книга откроет вам личность легендарного Брюса Ли во всей полноте и разносторонности. Культовый актер и режиссер, выдающийся мастер восточных единоборств неожиданно распахивает свой внутренний мир, в котором предстает как поэт, философ, писатель, хореограф, муж, отец и друг. Вы впервые познакомитесь с размышлениями Брюса о жизни и судьбе, о личном становлении и мироустройстве, с его поэтическим видением мира. Китаец, рожденный в США, Ли имел уникальную возможность осмыслить две великие культурные традиции, Востока и Запада. Он обращался к мудрецам Индии и Китая, мыслителям Древней Греции и современности. Однако вершиной познания и собственным призванием он считал искусство – «видимую музыку души». Эта книга – исповедь художника жизни, избравшего трудный и высокий путь спокойствия разума. Произведением искусства оказалась и сама его жизнь, описанная в этой книге – собрании автобиографических заметок, писем, стихов.

УДК 791.6:929
ББК 85.374(3)-8

ISBN 978-5-04-097911-0

© Ли Б., 1999
© Эксмо, 1999

Содержание

Предисловие	6
Путь художника	6
Странствие древней души	8
«Художник жизни»	9
1. Кунг фу	13
1-A	14
1-B	22
1-C	24
1-D	26
1-E	28
1-F	30
1-G	31
1-H	33
1-I	34
2. Философия	36
2-A	37
2-B	39
2-C	40
2-D	43
2-E	45
2-F	47
2-G	50
2-H	52
2-I	54
Конец ознакомительного фрагмента.	55

Брюс Ли

Путь совершенства

*Шеннону и Яну —
Ибо Брюс и Брэндон хотели бы пожелать им роскоши счастливого
брака, какая приходит при искусном слиянии двух душ*

© 1999 Linda Lee Cadwell

© Мордашев Е., перевод на русский язык, 2018

© Субботин Д., стихотворные переводы, 2018

© Издание, оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

* * *

Предисловие

Путь художника



Людей действительно выдающихся на нашем жизненном пути попадает не так много. И скрепление с яркими судьбами этих немногих замечательных личностей оставляет в нем явственный след. Откровение встречи с необыкновенным человеком посреди будничного существования воистину способно нас изменить.

Думаю, большинство назовет от силы пару человек, оказавших на нас судьбоносное влияние. Вашим вдохновителем мог быть отец, учитель или друг, писатель или историческая личность. А поскольку вы читаете эту книгу, возможно, одним из редких людей, повлиявших на вашу жизнь, был Брюс Ли.

И разумеется, моя жизнь была бы совершенно иной, не встретить я Брюса тем знаменательным днем 1963 года. Я благодарна за девять лет брака, за привилегию быть рядом с этим редким и одаренным человеком. За радость семейной жизни с ним, за то, что общение с этим

заряжающим энергией человеком – настоящее приключение. Но главное, я многому научилась у Брюса. И все эти годы с момента своего ухода он продолжает вести меня.

Размышляя о том, как много успел Брюс за свою короткую жизнь, мне хочется думать, что энергия души, покинув физическое тело, не угасает никогда. Даже молодым человеком Брюс часто говорил о внутренней «таинственной силе», определяющей жизненные пути, которые он выбирал. Я считаю выдающимся качеством Брюса его способность увидеть и оценить горевший в нем таинственный дар. Интуитивно он знал, что в его жизни есть цель, и даже заявляя, что его устами говорит вековая мудрость, он одновременно стремился воплотить свои представления о будущем.

Брюс часто говорил, что людей отличают не жизненные обстоятельства. Мерилом правильно прожитой жизни служит то, как они решают на эти обстоятельства реагировать. При взгляде на основные мотивы в жизни Брюса видны и моменты принятия решений, и то, как его, возможно, направляла таинственная сила. Не случайно Брюс начал изучать кунг фу под руководством мастера Ип Мана, внушившего ему, что боевые искусства выше сферы физического. Не случайность, а желание внести в боевые искусства философский дух побудило Брюса изучать философию в Вашингтонском университете. Не случайно, развивая актерские способности, Брюс отказался от стези создания образа, а работал над тем, чтобы раскрыть и выразить свое истинное «я». А ненасытное чтение и плодотворная писательская деятельность стали источником непрерывного самообразования и обеспечили углубление и расширение потенциала Брюса.

Брюс был высокообразованным человеком, потому что к любому «факту» или «ситуации» он относился как благоприятной возможности узнать новое о самом себе. Как ученый он смог обратить это интеллектуальное познание на себя, сделать его инструментом самосовершенствования. Как философ сумел применить специфические принципы своего искусства к более широким устремлениям живой жизни как «реального» человеческого существования.

Воистину выдающейся чертой Брюса было умение взаимодействовать с процессом познания, одновременно применяя его к себе, буквально живя им. Преподавал ли Брюс, играл, писал или говорил, ему неизменно удавалось достичь раскрытия своей личностной сути. Как он любил говорить, и в боевом искусстве, и в фильме он «просто и честно выражает себя». Упрощенно это можно считать «харизмой», но на более глубоком уровне эту способность обнажать душу следует называть «искусством». Подобно тому как Микеланджело брал глыбу мрамора и отсекал от нее лишнее, чтобы наконец явить Давида, Брюс снимал слой за слоем своей души, чтобы показать миру свое истинное «я».

Видя Брюса на экране, не чувствуете ли вы инстинктивно его истинную человеческую сущность? И разве не этот процесс самораскрытия отличает Брюса от других мастеров боевых искусств и актеров? Для тех, кто знаком лично, Брюс-актер не отличался от человека, каким мы его знали в реальной жизни. И на экране, и за его пределами он был больше, чем жизнь – во всем.

Слова Брюса, содержащиеся в этой книге, настолько красноречиво говорят сами за себя, что мне вряд ли надо пояснять его мысли. Я просто хочу радушно пригласить вас воспользоваться возможностью лучше узнать Брюса, разделить мир его идей, и тогда, возможно, вы и себя узнаете лучше. Конечным пунктом назначения путешествия Брюса было спокойствие – истинный смысл жизни. Поскольку Брюс предпочел путь самопознания накоплению фактов и путь самовыражения оттачиванию образа, я уверена, что ему действительно удалось достичь своего предназначения – спокойствия разума. И это дает мне душевное спокойствие.

Брюс говорил: «Чтобы познать себя, требуется вся жизнь». Он не терял ни минуты.
Линда Ли Кэдвелл

Странствие древней души

Линда Ли Кэдвелл

Древняя душа бороздила духовную вселенную вдоль и поперек.
Она была мудра, ибо обитала в величайших мыслителях
человечества.

Она была огромна, ибо собранным ею человеческим опытом
можно было заполнить бездну.

Она была невероятно сильна, ибо прожила бесчисленные
жизни в самопознании.

Царство безвременья заполнено новыми душами, и они
все время отбывают в мир людей.

Но древняя душа ждала в бесплотной пустоте, ждала призыва
особой плоти.

И случилось так, что вопли сердца и ума одного мальчика
привлекли внимание древней души.

И бессмертная странница снова облагодетельствовала
человечество мудростью своей и состраданием.

Лишь тридцать два года душа полыхала неистовой
таинственной силой.

Она помогала человеку искать истину, помогала высвободить
беспримерной мощи творческий дух.

Знание и мудрость изливались на протяжении всей этой
плотской жизни души,

Хоть художник и душа существовали лишь одно едва уловимое
мгновение в океане времени.

Но не напрасно, ибо от этого странствия древней души
осталось духовное наследие,

Коим могут обогатиться сердце и ум, коим может укрепиться
дух всякого, кто дерзнет посмотреть в зеркало истинной жизни.

«Художник жизни»



Примерно за полгода до смерти Брюс Ли создал глубоко личное эссе «В процессе моей жизни», где изложил свое понимание жизненных процессов. Из самого сердца Ли писал о глубочайших чувствах, еще не пропущенных сквозь фильтр «я».

Несколько недель спустя он вернулся к своему эссе между съемками в «Выходе Дракона» и набрасыванием дополнительных идей для фильма «Игры смерти». Он дописывал комментарии по мере появления новых мыслей – в своей комнате в «Голден Харвест Студиос» в Гонконге, в своей мастерской в Коулун-Тхон или когда выходил поесть. В итоге он написал восемь вариантов эссе, и в каждом все яснее отражался его опыт мастера боевых искусств, актера, а главное – человека.

В последнем варианте эссе (написанном скорее всего исключительно для себя, поскольку Ли так никогда его и не опубликовал) Брюс достаточно красноречиво заявил: «Я всегда был художником боевых искусств и актером по профессии, это мой личный выбор. Но я надеюсь реализовать прежде всего как художник жизни»¹. «Художник жизни» – то есть тот,

¹ Рукописное эссе Брюса Ли под названием «В процессе моей жизни», ок. 1973 года. Архив Брюса Ли.

чье главное устремление – с помощью собственного независимого взгляда полностью осуществиться как человек: физически, интеллектуально, духовно. Более того, «художник жизни» готов обнажить душу для того, чтобы жить и общаться честно, не принимая навязываемой социумом роли, не создавая «образ собственного образа». Как однажды Ли сказал журналисту Пьеру Бертону: «Мне нетрудно устроить шоу, вести себя самоуверенно, а потом этим наслаждаться. Или делать всевозможные хитрые трюки и упиваться ими. Или показать какое-то действительно причудливое движение. Но выразить себя честно, не лгать самому себе – это, мой друг, очень сложно»².

Ли стремился следовать этой истине во всем: в общении с друзьями, членами семьи и деловыми партнерами; в творчестве, хореографии, режиссуре, в актерской игре, написании философских трактатов, статей по психологии, поэтических размышлений и личных заметок. Интервьюеру Теду Томасу он сказал: «Моя жизнь... кажется мне самоанализом, постепенным изо дня в день сдиранием с себя слоя за слоем»³. Очевиднее всего это проявляется в том, как Ли писал – на любую тему: от китайских боевых искусств до лирической поэзии. В писательском творчестве он был «настоящим мужчиной», не стыдящимся обнажать душу.

Хотя Ли посещал Вашингтонский университет, основа его образования – неформальная и основывается на чтении запоем. В эпоху до появления фотокопий и персональных компьютеров Ли писал заметки, от руки конспектируя то, что считал правдивым и полезным. Пересмотр этих заметок вдохновлял его на писательскую работу. Идеи единомышленников он заносил в личные дневники. Многие из его записей (например, отрывки из книги «Страстное состояние ума» Эрика Хоффера и книги Фредерика С. Перлза о гештальт-терапии) включены в настоящее издание. Они показывают, что именно оказало на Ли влияние, какие позиции и мировоззрения он считал близкими себе по духу.

Идеи, встречающиеся ему в чтении, часто касались очень личных для него моментов. Например, в своих очерках об актерской игре он исследует мысли Перлза о самореализации и реализации собственного имиджа. Гениальность Ли заключается в том, что он видел связи там, где другие их не видели. Прочитав работы Кришнамурти и Алана Уотса о духовности, Ли увидел их прямую взаимосвязь с разными видами деятельности, в том числе с боевыми искусствами, и возможность применения их в этих сферах. Кроме того, он изучил работу Перлза по психологии и увидел, что многое, описанное в ней, можно соотнести не только с лечением неврозов и депрессии, но с более динамичными действиями и дисциплинами.

Эти личные бумаги Ли никогда не предназначались для публикации. Но их по праву можно считать важнейшими документами, которые дают нам возможность проследить эволюцию взглядов и искусства Ли, их взаимосвязь. Кроме дневниковых записей, в эту книгу вошли сочинения, написанные Брюсом Ли только для себя, стихи и философские заметки, касающиеся широкого круга тем. В свете всего сказанного кажется ироничным, что более четверти века Ли превозносили в первую очередь за физические навыки и тактические принципы в искусстве боя без оружия. Однако книга «Художник жизни» ясно показывает: в отношении Брюса Ли этот ограниченный взгляд в корне неверен.

Ли был в равной мере поэтом, философом, ученым, актером, режиссером, продюсером, автором, хореографом, мастером боевых искусств, мужем, отцом и другом. Он любил жизнь во всех ее чудесных проявлениях и целиком отдавался ощущению ее процесса. Неизменно оставаясь мыслителем, Ли был очарован проникновением в духовные истины, которые можно постичь, грамотно настроив фокус человеческого сознания. Это не означает, что, приступая к чтению «Художника жизни», вам сначала необходимо, как писал мастер боевых искусств

² Цитата Брюса Ли из интервью, данного Пьеру Бертону, опубликованного в книге *Bruce Lee: Words from a Master*, p. II, published by NTC/Contemporary Publishing Group, Inc., Chicago.

³ Там же, с. 37.

Брюс Ли, «опустошить свою чашку». Но вам придется подготовить место для встречи с Ли – «художником жизни».

Тот, кто вдохновлен искусством и философией Брюса Ли, кто хочет нести его идеи людям, непременно должен узнать этого человека во всех его проявлениях. Узнать, осознать, а главное – почувствовать, что он хотел сказать своими заметками в эссе «В процессе моей жизни», и постичь глубокое знание, которое содержится в восьми черновиках под общим названием «К личному освобождению (джиткундо)»: это поможет понять, на чем основаны боевые приемы Брюса Ли и, возможно, достичь высот в боевых искусствах.

Каждый большой художник общается посредством искусства. Глядя на картину, можно сразу догадаться, что чувствовал и думал автор, когда ее писал. В этот момент вы находитесь вне времени, ибо эмоции ваши столь ясны и отчетливы, словно вы сами перевоплотились в художника. Точно так же, глядя на широкие и яркие мазки, нанесенные Брюсом Ли на полотно жизни, мы чувствуем его личность и страсть, его искренние убеждения, его душу. Однажды Ли назвал искусство «музыкой души, обретшей видимость»⁴. Если так, то, несомненно, эта книга – его симфония.

Если вы читаете «Художник жизни» с «тихим непредвзятым осознанием», как любил говорить Ли, вы обнаружите, будто не столько читаете книгу, сколько встречаетесь со старым другом. И хотя Брюса Ли больше нет с нами физически, он по-прежнему способен общаться с нами через печатную страницу, выходя тем самым за пределы человеческой смертности. Цени его общество, мы должны следовать его совету: постараться самим стать «художниками жизни». Мы оказали бы ему и себе наисквернейшую услугу, если бы просто поставили его на пьедестал и приняли его слова и убеждения, как свои собственные. В своем письме «Джону» (включенному в 8-ю главу этой книги) Ли говорит об этом:

«Понимаешь, Джон... твой образ мышления определенно не такой, как у меня. Искусство в итоге – средство обретения «личной» свободы. Твой путь не такой, как мой, а мой – не похож на твой. Так что независимо от того, удастся ли нам встретиться, крепко запомни, что искусство «ЖИВЕТ» там, где есть абсолютная свобода»⁵.

Есть опасность слишком близко подойти к потоку чужих мыслей – и чем тот быстрее, тем легче в него упасть. Вместо этого давайте попробуем просто наслаждаться тем, как движутся мысли Брюса Ли, проходя по этим страницам, отмечая места их изгибов и поворотов, энергичного неистовства и безудержности. Если мы отступим и посмотрим на эти мысли с нашей сегодняшней точки зрения, с того берега жизни, на котором стоит каждый из нас, мы увидим большую картину, на которую указывает «палец» Ли. Именно в тот момент, когда река мысли одного человека встретится с морем человеческого понимания, мы наконец сможем увидеть «все это прекрасное небо», о котором Ли впервые поведал нам примерно четверть века назад, и испытаем священный трепет быть полностью осознающими, полностью людьми, полностью живыми и полностью самими собой. Поскольку, как заметил Ли, познать все возможно лишь в процессе познания себя.

Джон Литтл

Я не могу вас научить; я лишь помогаю вам исследовать себя. Не более⁶.

Брюс Ли

⁴ Рукописное эссе под названием «Комментарии пути боевого искусства» I-й том, ок. 1970 года. Архив Брюса Ли.

⁵ Рукописное письмо Брюса Ли «Джону», также опубликованное на стр. 167 5-го тома *The Bruce Lee Library Series: Letters of the Dragon*, edited by John Little, published by the Charles E. Tuttle Publishing Company Boston, (c) 1998 Linda Lee Cadwell.

⁶ Рукописная аннотация Брюса Ли в его сценарии к фильму «Лонгстрит», 27 июня 1971 года. Архив Брюса Ли.

1. Кунг фу



В 19 лет Брюс Ли вернулся из Гонконга в Америку, в страну, где родился, и привез с собой идеи о малоизвестном в то время в Америке культурном явлении китайского боевого искусства кунг фу.

Когда-то Ли действительно подумывал создать сеть институтов кунг фу по всей Америке. Но с возрастом его познания углублялись, расширялся опыт в сфере философии и боевых искусств, и ему уже не казалось необходимым превозносить добродетели традиции, пусть и почтенной.

Это вовсе не означает, что Ли отказался от китайского наследия и философии, просто со временем для обоснования своей системы убеждений и действий он начал искать общий вненациональный корень человеческой природы. При этом интересно отметить, что, получив в 1972 году возможность определять философское содержание своих фильмов, он обратился к источникам восточных традиций.

Эти эссе, широко освещающие китайскую философию и боевое искусство, были написаны в начале 1960-х годов. Они служат четким отражением страстного желания молодого Брюса Ли показать и представить западной аудитории красоту китайской культуры.

1-А

Дао кунг фу: научение пути китайского боевого искусства

Кунг фу – мастерство особого рода, скорее изящное искусство, нежели физические упражнения или самооборона. Для китайцев кунг фу – высокое искусство, приводящее сущность разума в соответствие с физическими техниками. Основопологающий принцип кунг фу нельзя выучить как учебную дисциплину, просто запоминая факты и анализируя их. Этот принцип вырастает спонтанно, словно цветок, в уме, свободном от желаний и эмоций. Ядро кунг фу – Дао или спонтанность Вселенной.

В английском языке понятию «Дао» адекватного соответствия нет. Трактовать его как «Путь», или «принцип», или «закон» – слишком узко. Основатель даосизма Лао-Цзы описывал Дао так:

«Путь ведомый – не предвечный Путь; Имя изреченное – не предвечное Имя. Где имени нет – там начало всех вещей. Где имя есть – там мать всех вещей. Только вечно бесстрастный может узреть его духовную сущность. Кто вечно во власти страстей, может увидеть лишь его внешнюю форму. И то, и другое – духовное (Инь) и материальное (Ян) – лишь называются разное, но имеют один исток. В глубочайшей сути своей они суть одно и то же. И это единство – тайна из тайн. Это врата всего возвышенного и прекрасного»⁷.

В «Шедеврах мировой философии»: «Дао есть неизречаемое начало сущего, универсальный принцип, лежащий в основе всего, высшая, конечная структура и принцип роста»⁸. Автор книги «Мировые религии» Хастон Смит объясняет Дао как «Путь предельной реальности – Путь или Начало всей жизни, или Путь, которым человек должен следовать в жизни, чтобы двигаться Путем Вселенной»⁹. Хотя его значение невозможно выразить, я употребил для этого слово Истина – «Истина» кунг фу; «Истина», которой должен следовать каждый занимающийся кунг фу.

Дао действует в Инь и Ян, паре взаимодополняющих сил, действующих и стоящих за всеми явлениями. В основе кунг фу лежит этот самый принцип Инь-Ян, также известный как «Тай-чи» или «Великий Предел», созданный более трех тысяч лет назад.

Начало Ян (белизна) – позитивность, твердость, мужественность, материальность, яркость, день, тепло и так далее. Противоположное начало – Инь (чернота). Это негативность, мягкость, женственность, нематериальность, темнота, ночь, холодность и так далее. Основная теория Тай-чи такова: ничто не постоянно настолько, чтобы никогда не изменяться. Другими словами, когда активность (Ян) достигает высшей точки, она становится пассивной и пассивность формирует Инь. Крайняя пассивность вновь становится активностью, что есть Ян. Активность порождает пассивность и наоборот. Эта система дополняющих друг друга начал возрастания и убывания непрерывна. Отсюда ясно, что две силы (Инь-Ян), кажущиеся враждующими, на самом деле взаимозависимы; вместо противостояния имеет место сотрудничество и чередование.

Приложение принципов Инь-Ян в кунг фу выражено в «Законе Гармонии». Этот закон говорит, что надо пребывать в гармонии, а не в противлении усилиям и мощи соперника. То есть нельзя делать ничего, что не было бы естественным или спонтанным; важно никоим образом не напрягаться. Когда оппонент А применяет к оппоненту Б силу (Ян), Б не должен при-

⁷ L. Adam Beck, *The Story of Oriental Philosophy*, 1928, N.Y.

⁸ L. Frank N. Magill, *Masterpieces of World Philosophy*, N.Y.

⁹ Huston Smith, *The World's Religions*, 1957.

лагать силу в ответ; другими словами, Б не должен использовать позитивность (Ян) против позитивности (Ян), но вместо этого уступать А мягкостью (Инь) и вести А в направлении собственной силы – негативностью (Инь) к позитивности (Ян). Когда сила А достигнет предела, позитивность (Ян) сменится негативностью (Инь), и затем Б сможет заставить А в момент незащищенности и атаковать силой (Ян). Весь процесс естествен и не требует напряжения; Б гармонично и непрерывно приравнивает свое движение к А без сопротивления или борьбы.

Вышеизложенная идея подводит к близкому закону, «Закону невмешательства в природу», учащему кунгфуиста забыть о себе и идти за силой противника, а не своей; он не нападает, а приспосабливается, выполняя соответствующее действие. Основная мысль – победить соперника, уступая ему и пользуясь его силой. Поэтому кунгфуист никогда не самоутверждается за счет соперника и никогда не оказывает сопротивления силе, направленной в лоб. Если кунгфуиста атакуют, он будет не сопротивляться, но контролировать атаку, следуя за ней. Идею, лежащую в основе принципов этого закона невмешательства и ненасилия, иллюстрирует снег, ломающий своим весом ветви пихты, а не более слабый, но гибкий тростник. В книге «И Цзин» об этом сказано: «Держаться в потоке – непреложность природы; необходимо следовать ему и течь вместе с ним»¹⁰. В святыне даосизма, книге «Дао дэ Цзин», Лао-Цзы указывает нам на ценность мягкости. Вопреки распространенному представлению с жизнью и выживанием связано именно начало Инь, его мягкость и пластичность. Уступая, человек может выжить. Начало Ян, понимаемое как жесткое и твердое, напротив, человека под давлением ломает (обратите внимание на последние две строки, которые дают верное описание переворота, как его понимали многие поколения людей):

The soft and yielding rise above them all¹¹.

При жизни человек податлив и мягок,
По смерти он жесток и тверд.
Животные, трава и деревья при жизни
Гибки и при этом мягкотелы,
По смерти же становятся сухи и ломки.
Жесткость и твердость – спутники смерти,
Гибкость и мягкость сопровождают жизнь.
Неподатливый воин не добудет победы,
Твердое дерево проще срубить.
Сильное и могучее легко низринуть,
Мягкое и гибкое способны на большее¹².

Характер движения в кунг фу тесно связан с ходом мысли. Фактически ум обучается направлять движения тела. Ум приказывает, тело исполняет. Поскольку ум обязан направлять движения тела, важно контролировать разум; но эта задача непростая. В своей книге Глен Кларк упоминает о некоторых эмоциональных волнениях в спорте:

«Всякий центр противоречий, всякая не относящаяся к делу, вносящая сумятицу, не подчиняющаяся разуму эмоция расстраивает естественный ритм и снижает эффективность действий игрока на футбольном поле гораздо серьезнее физических и телесных потрясений. Разрушающие внутренний

¹⁰ *I'Ching*, translated Carry F. Baynes, 1960, N.Y.

¹¹ *Lao-tzu*, The Way of Life, translated by R. B. Blakney 1955, N.Y.

¹² *Лао-Цзы*. Дао дэ Цзин. Пер. с англ. по изд.: Lao-tzu, The Way of Life, translated by R. B. Blakney, N.Y., 1955.

ритм человека эмоции – это ненависть, ревность, похоть, зависть, гордость, тщеславие, жадность и страх»¹³.

Для исполнения правильной техники в кунг фу физическое раскрепощение надо продолжить ментальным и духовным раскрепощением, чтобы сделать разум не только гибким, но и свободным. Для этого кунгфуисту необходимо оставаться тихим и спокойным и овладеть принципами безмыслия (у-син). Безмыслие – это не чистый ум, лишенный всех эмоций, и не просто безмятежность и спокойствие ума. Хотя тихость и спокойствие важны, главную основу безмыслия составляет «несвязанность» ума. Кунгфуист пользуется своим умом как зеркалом – ничего не схватывает и не отбрасывает, воспринимает, но не хранит. Как пишет Алан Уотс: «Безмыслие – это состояние целостности, в котором ум функционирует свободно и легко, без ощущения стоящего над ним с дубинкой разума или "я"»¹⁴.

Он имеет в виду, что уму позволено думать, что хочется, без вмешательства отдельно мыслящего или внутреннего «я». Пока ум думает, что хочет, не требуется абсолютно никаких усилий для его освобождения, а исчезновение усилий по его освобождению и есть исчезновение отдельно мыслящего. Нет ничего, что можно было бы попытаться сделать, ибо то, что приходит момент за моментом, принято, в том числе неприемлемость. Поэтому безмыслие – не состояние без эмоций или чувств, но отсутствие навязчивого или заклинивающего чувства. Это ум, не восприимчивый к воздействию эмоций. «Как эта река, все непрестанно течет без перерыва или остановки»¹⁵. Безмыслие – это использование всей полноты ума точно так же, как использование глаз, когда мы переводим взгляд с предмета на предмет, ничего не разглядывая. Чжуан-Цзы, ученик Лао-Цзы, писал:

«Младенец целый день смотрит и не мигает – такова его несвязанность внешним. Он идет, сам не зная куда; останавливается, сам не зная почему. Он ускользает от всего и плывет вместе с окружающим. Таков путь здорового ума»¹⁶.

¹³ Glenn Clark, Power in Athletics.

¹⁴ Alan Watts, The Way of Zen, 1957, N.Y.

¹⁵ I'Ching, translated by Carry F. Baynes, 1960, N.Y.

¹⁶ L. Adam Beck, Oriental Philosophy, 1928, N.Y.



Поэтому концентрация в кунг фу – не обычное сосредоточение внимания на одном объекте восприятия, а просто спокойное осознание всего происходящего здесь и сейчас. Иллюстрацией подобного спокойного осознания могут служить зрители футбольного матча: не акцентируя внимание на игроке, владеющем мячом, они видят и осознают все футбольное поле. Точно так же ум кунгфуиста учится не останавливаться на одной особенности противника. Это нужно прежде всего тогда, когда имеешь дело более чем с одним или двумя противниками. Предположим, что на кого-то по очереди нападают десять человек. Как только побежден один, кунгфуист переходит к другому, не позволяя уму не останавливаться ни на ком. Как бы быстро ни следовали удар за ударом, кунгфуист никому не оставляет времени вмешаться в дуэль. Так каждый из десяти будет по очереди успешно побежден. Но это возможно лишь тогда, когда мысль перемещается от одного объекта к другому без остановок, ничем не задерживаемая. Если мысль на это не способна, где-то между двумя схватками кунгфуист обязательно потерпит поражение.

Ум присутствует повсюду, ибо он не захвачен ни одним конкретным объектом. И может оставаться повсюду, поскольку, даже отмечая тот или иной объект, он им не связывается. Поток мысли струится, как наполняющая пруд вода, всегда готовая течь дальше. Такой ум может работать с неиссякаемой силой, он свободен и способен открыться всему, ибо пуст. Это можно сравнить с тем, что Чжан Чжень-Цзы назвал «безмятежным отражением»: «"Безмятежный" означает спокойствие безмыслия, а "отражение" значит яркое и ясное осознание. Поэтому безмятежное отражение – это ясное осознание в спокойствии безмыслия»¹⁷.

Как говорилось ранее, кунгфуист стремится к гармонии с собой и противником. Пребывать в гармонии с противником – это значит не применять силу, что провоцирует конфликты

¹⁷ Chang Chen Chi, *The Practice of Zen*, 1959, N.Y.

и ответные реакции, но уступать силе. Иными словами, кунгфуист способствует спонтанным проявлениям противника и не позволяет себе препятствовать ему своими действиями. Он как будто утрачивает себя, отказываясь от субъективных чувств и индивидуальности и становится с противником единым целым. В его сознании противники стали не взаимно исключающими, а взаимно сотрудничающими. Когда его личный эгоизм и сознательные стремления уступают силе, ему не принадлежащей, он достигает в кунг фу наивысшего деяния – недеяния (у-вэй).

«У» означает «не» или «нет», а «вэй» – «деяние», «действие», «стремление», «напряжение» или «занятость». Недеяние – это вовсе не ничегонеделание. Суть в том, чтобы оставить свой ум в покое и довериться ему. В кунг фу «у-вэй» означает «духовное или ментальное действие», в том смысле, что руководящая сила – ум, а не чувства. Во время спарринга кунгфуист учится забывать себя и следовать за движениями противника, предоставляя уму свободу самостоятельно проводить контрманевр без помех в форме преднамеренности. Кунгфуист избавляется от всех ментальных установок сопротивления и занимает позицию уступчивости. Все его действия лишены самоутверждения; он позволяет уму оставаться свободным и ни за что не цепляющимся. Если он перестанет думать, течение его движений нарушится и противник немедленно ударит его. Поэтому каждое действие надо совершать ненамеренно и без всяких «усилий».

Благодаря «у-вэй» обретается «спокойная легкость». Это достижение пассивности, как писал Чжуан-Цзы, освободит кунгфуиста от усилий и напряжения:

Уступчивой воле свойственна спокойная легкость, мягкая,
как пушистые перышки.
Тишина, уклонение от действия, проявление неспособности
к действию.
Безмятежно свободный от беспокойства, человек действует
в подходящее время; он движется и вращается по линии
творения. Он не стремится вперед, но реагирует
на подходящие влияния.
Не устанавливай ничего в отношении себя. Пусть вещи
будут такими,
какие они есть. Двигайся как вода, отдыхай как зеркало,
отвечай как эхо, проходи быстро, будто тебя нет,
и будь спокоен как чистота. Те, кто выигрывает, проигрывают.
Не будь впереди других, но всегда следуй за ними¹⁸.

¹⁸ Лао-Цзы. Дао дэ Цзин. Пер. с англ. по изд.: *Lao-tzu, The Way of Life*, translated by R. B. Blakney, N.Y., 1955.



Для кунгфуиста ближайшее к «у-вэй» природное явление – вода:

«Нет ничего мягче и податливее воды,
но она преодолевает все самое твердое и жесткое,
и никто не может ей противостоять.
Поэтому нет и таких, кто бы ею пренебрегал»¹⁹.

Это отрывок из «Дао дэ Цзин». Он раскрывает сущность воды. Вода настолько тонка, что ее невозможно зажать в кулак, ее нельзя ударить, ей неведома боль. Пронзи ее ножом – не ранишь. Разорви – останется целой. У нее нет формы – вода принимает форму сосуда, в который ее наливают. Если ее нагреть, она станет невидимым паром, но в ней столько силы, что она может расколоть толщу земли. Замерзая, вода кристаллизуется и превращается в мощные глыбы. Вода может быть быстрой, как Ниагарский водопад, и спокойной, как тихое озеро. Она наводит ужас, становясь бушующим потоком, и освежает в жаркий летний день. Это и есть принцип «у-вэй»:

«Реки-моря владеют над долинами и ущельями, ибо по доброй воле сами до них нисходят. И оттого становятся долин-ущелий владыками. Вот отчего, жажда над народом возвыситься, должно себя ставить в речах – ниже народа, жажда же возглавить, руководя народом, должно «свое» ставить после всего народа. Вот отчего постигший и вознесен высоко, но народу – не в тягость, шествует же – перед ним, но не вредит народу»²⁰.

В мире множество людей, исполненных решимости быть кем-то или причинять кому-то беспокойство. Они хотят первенствовать, чтобы выделиться. Такое стремление не имеет смысла для кунгфуиста, отвергающего все виды самоутверждения и состязательности:

«Кто поднимается на цыпочки, стоит некрепко. Кто расставит ноги, не двигается вперед. Того, кто сам себя выставляет напоказ, не сочтут действительно умным. И того, кто сам считает себя во всем правым, искренне хвалить не будут. Кто сам нападает, у того не будет

¹⁹ The Way of Life, Lao-tzu, translated by R. B. Blakney, 1955, N.Y.

²⁰ L. Adam Beck, The Story of Oriental Philosophy, 1928, N.Y.

подвигов. И кто сам себя возвеличивает, первенствовать по праву не сможет. Это осуждают как крайности жадности и саморазрушения. Поэтому тот, кто действует естественно, избегает таких крайностей»²¹.

Ведающий – не рассуждает.
Рассуждающий же – не ведает.
Запираю входы свои, врата их телесные.
Принижаю свои достоинства,
усмиряю свою смятенность,
сочетаюсь со своим сиянием:
уравниваю свои свойства.
Се – Тожественность Изначальная:
ни сродниться – ни отстраниться,
ни выгоды – ни вреда,
ни почтительности – ни презрения.
Оттого почтен всех выше²².

Кунгфуист, если он действительно хорош, не гордится собой. «Гордость» – по словам мистера Эрика Хоффера, «это чувство ценности, истекающее из чего-то, что не является органической частью тебя самого»²³. Гордость подчеркивает важность высокого положения человека в глазах окружающих. В гордости присутствуют страх и неуверенность, поскольку человек, стремящийся к получению высоких почестей и достигающий подобного положения, автоматически ощущает страх это положение потерять. Тогда защита своего положения, очевидно, становится важнейшей потребностью, порождая тревогу. Далее мистер Хоффер пишет: «Чем ниже задатки и потенциал личности, тем настоятельнее потребность в гордости. Человек гордится, отождествляя себя с воображаемым «я»; суть гордости – самоотражение»²⁴.

Как мы знаем, кунг фу стремится к развитию «я», а внутреннее «я» – это истинное «я». Поэтому, чтобы реализовать свое истинное «я», кунгфуист живет, не завися от чужого мнения. Полностью самодостаточный, он лишен боязни не пользоваться почетом. Кунгфуист стремится к самодостаточности и никогда не ставит свое счастье в зависимость от внешней оценки. Мастер кунг фу, в отличие от новичка, держится в тени, тихий и непритязательный, нисколько не желая хвастаться. Под влиянием обучения кунг фу его искусство становится духовным, а он сам, все больше освобождаясь благодаря духовной работе, преобразуется. Слава и статус для него ничего не значат.

У-вэй – это искусство безыскусственности, принцип отсутствия принципов. Если формулировать это с точки зрения кунг фу, настоящий новичок не ведает, как блокировать и бить, а тем более как защититься. Когда противник пытается нанести ему удар, он инстинктивно его блокирует. Это все, что он может. Но, начав тренироваться, он учится тому, как обороняться и атаковать, как мыслить и многим другим техническим навыкам, заставляющим его ум «стопориться» на различных приемах. Поэтому, пытаясь нанести противнику удар, он чувствует необычную скованность (полностью утратив исконное ощущение чистоты и свободы). Однако месяцы и годы спустя, когда его тренировки достигают большей зрелости, его отношение к себе, владение телом и техникой безмыслия будут напоминать состояние ума в самом начале тренировок, когда он ничего не знал, когда он вообще не знал кунг фу. Начало и конец,

²¹ The Book of Tao, translated by F.J. MacHovec, 1962.

²² Lao Tzu, Tao Teh Ching: The Way of Life, R. B. Blakney, N.Y.

²³ Eric Hoffer, The Passionate State of Mind, 1954, N.Y.

²⁴ Eric Hoffer, The Passionate State of Mind, 1954, N.Y.

таким образом, предельно сближаются. В музыкальных гаммах можно начать с самой низкой тональности и постепенно подняться до высшей. И по достижении высшей оказывается, что она лежит рядом с низшей.

Как и достигший высшей ступени в постижении даосизма, кунгфуист превращается в своего рода простака, ничего не знающего о Дао, его преподавании и обучении. Он лишен всякой учености. Интеллектуализм утрачивается, и наступает состояние безмыслия. Когда достигается высшее совершенство, тело и конечности сами без вмешательства ума выполняют то, что следует. Техническое мастерство настолько автоматическое, что оно полностью отделено от сознательных усилий.

Китайский и западный подходы к тренировкам сильно отличаются. Самое очевидное – китайские упражнения ритмичны, а западные – динамичны и полны напряженности; суть китайских упражнений – в стремлении гармонично слиться с природой, а западных – доминировать над ней; китайские упражнения – это и образ жизни, и совершенствование ума, а западные – просто спорт или общефизическая подготовка.

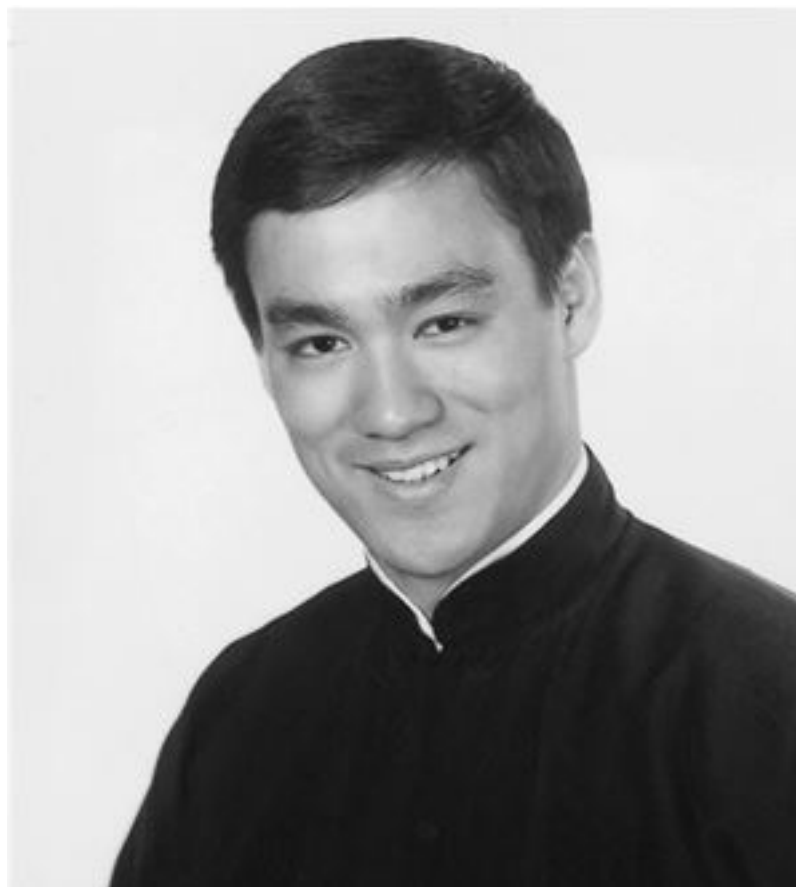
Возможно, основное различие заключается в том, что китайский подход – это Инь (мягкость), а западный – Ян (твердость). Мы можем сравнить западный ум с дубом, устойчиво и твердо противостоящим сильному ветру. Когда разражается буря, дуб ломается и падает. А китайский ум подобен бамбуку, гнущемуся под сильным ветром. Ветер прекращается (то есть доходит до предела и изменяется), и бамбук возвращается назад, становясь еще сильнее, чем прежде.

Западный подход – колоссальная растрата энергии. Перенапряжение и чрезмерная развитость органов тела в западной атлетике наносят ущерб здоровью. А китайский подход делает акцент на сохранении энергии; его неизменный принцип заключается в умеренности, в избегании крайностей. Любое упражнение состоит из гармоничных движений, рассчитанных на нормализацию, а не возбуждение состояния тела. Вначале идет базовая регуляция состояния ума, единственная цель которой – достижение мира и умственного спокойствия. Она направлена на то, чтобы стимулировать нормальное функционирование внутренних процессов – процесса дыхания и кровообращения.

Источник: рукописное эссе Брюса Ли под названием «Дао кунг фу: научение пути китайского боевого искусства», датированное 16 мая 1962 года. Архив Брюса Ли.

1-В

Кунг фу: средоточие восточных боевых искусств



Кунг фу, средоточие восточных искусств самообороны, – это философское искусство, служащее укреплению здоровья, развитию ума и дающее самые эффективные средства самообороны.

Его философия базируется на неотъемлемых элементах учений даосизма и чань (дзен) – идеале гармонии, а не противоборства с силой соперника. Как мясник старается не попасть ножом в кости, так кунгфуист старается приспособиться к движениям соперника.

«Кунг фу» означает «практика» и «подготовка» к предельной реальности задачи – укреплению здоровья, развитию ума или самообороне. Между соперником и вами нет различия, потому что соперник – другая дополняющая (не оппонирующая) часть. Подчинения, борьбы или доминирования нет, идея состоит в гармоничном «вписывании» вашего движения в движение соперника. Когда тот расширяется, вы сжимаетесь, а когда он сжимается, расширяетесь вы. Расширение и сокращение взаимозависимы, одно – причина и результат другого.

Мягкость/твердость – нераздельная сила непрерывного взаимодействия движения. Если велосипедист хочет ехать, он не может одновременно жать на обе педали или не жать ни на одну. Для езды ему надо нажать на одну педаль и отпустить другую. Езда требует этого «единства» нажимания и отпускания. Нажатие есть результат отпускания, и наоборот, каждое есть причина и результат друг друга. Поэтому одна только мягкость никогда не сможет устранить большую силу, а одной грубой силой врага не подчинить. Для выживания в любом бою необходимо гармоничное сплетение в единое целое мягкости и твердости и их поочередного, волна за волной, доминирования. Тогда движение действительно будет течь, так как истинная текучесть движений – в их взаимном чередовании.

Ни мягкость, ни твердость не содержат более половины расколотого целого, которое, спаянное вместе, формирует истинный Путь боевого искусства. Следует избегать излишней твердости и жесткости. Заметьте, что самое жесткое дерево легче всего ломается, а бамбук или ива выдерживают, сгибаясь на ветру. Вот почему кунгфуист мягок, но не уступчив, тверд, но не жесток. Лучшая аналогия с кунг фу – это вода. Вода может пробить самый твердый гранит, потому что она уступает. Воду невозможно ударить, поразить и повредить: невозможно одолеть то, что не оказывает сопротивления.

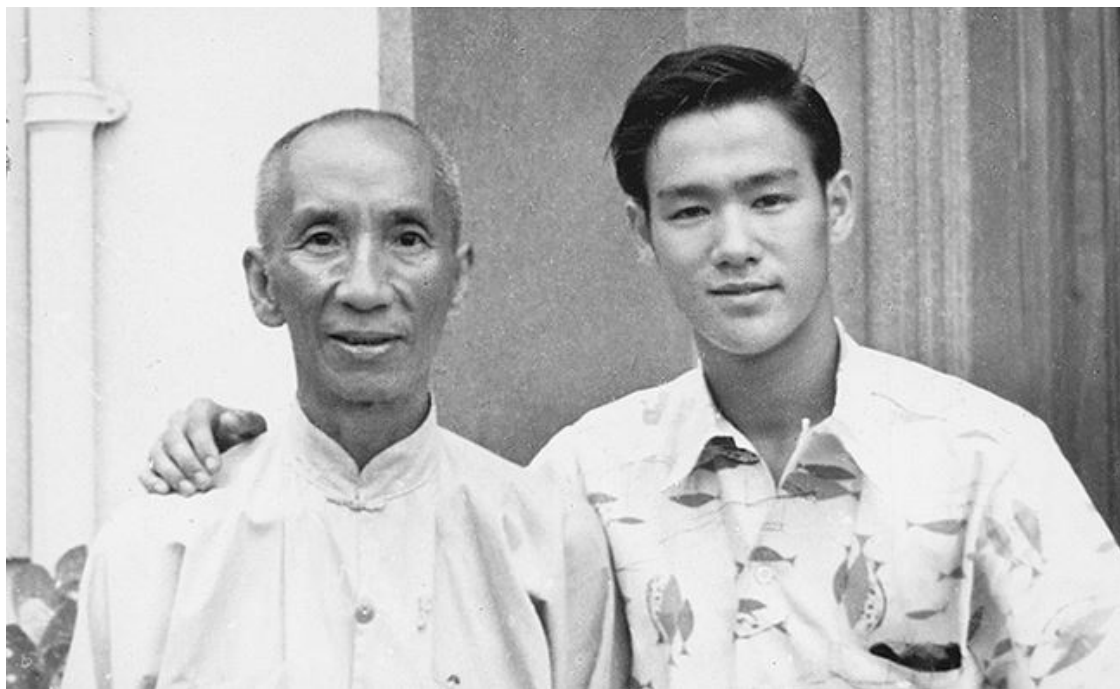
В практическом применении кунг фу основывается на простоте; это естественный результат четырех тысяч лет глубочайшего экспериментирования и утонченной сложности. Все приемы сокращены до основной цели без расточительства или украшательства, и все определяется самой прямой и самой логичной простотой здравого смысла. Высочайшая степень возможного выражается и исполняется в минимуме движений и затрат энергии.

Метод укрепления здоровья также основывается на воде, поскольку текущая вода не подвержена порче. Идея не в чрезмерном развитии или перенапряжении, но в нормализации функций тела.

Источник: рукописное эссе Брюса Ли о кунг фу, без названия. Архив Брюса Ли.

1-С

Момент понимания



Брюс Ли (*справа*) и его единственный официальный наставник боевых искусств Ип Ман

Кунг фу – это особый вид мастерства, тонкое искусство, а не просто физические упражнения. Это тонкое искусство приведения в соответствие сущности разума с методами его должной работы. Принцип кунг фу нельзя выучить как научную дисциплину изучением или анализом фактов. Он вырастает спонтанно, словно цветок, в уме, свободном от желаний и эмоций. Ядром этого принципа кунг фу является Дао – спонтанность Вселенной.

После четырех лет упорных тренировок кунг фу я начал понимать и ощущать принцип мягкости – искусство нейтрализации воздействия противника и минимизации расходования энергии. Все это следует делать в спокойствии и без усилий. На словах просто, но на практике – сложно.

Принцип кунг фу нельзя выучить как научную дисциплину изучением или анализом фактов. Он вырастает спонтанно, словно цветок, в уме, свободном от желаний и эмоций.

Однажды в бою с противником мой ум был полностью смятен и неуравновешен. И после серии обмена ударов руками и ногами я забыл теорию мягкости. Моей единственной мыслью в тот момент было: «Как угодно, но я должен побить его и одержать победу!»

Мой тогдашний наставник, Учитель Ип Ман, глава школы кунг фу вин-чунь, подошел ко мне и сказал:

– Лунг²⁵, расслабься и успокой свой разум. Забудь о себе и следуй за движением противника. Пусть твой ум, главная реальность, совершает контрманевры без мешающих размышлений. Прежде всего научись искусству отрешенности.

²⁵ Лунг – английское произношение кантонского слова Леунг, что означает «дракон». (Китайское прозвище Брюса Ли было Ли Сиу Леунг, или Ли Маленький Дракон.)

«В этом все дело! – подумал я. – Мне надо расслабиться!» Но как раз тогда я совершил нечто против своей воли. А именно в тот момент, когда сказал себе: «Мне надо расслабиться». Требование, выраженное в форме *«надо»*, уже не совмещалось с непринужденным *«расслабиться»*.

Когда острота моего замешательства достигла того, что психологи называют «двойная связь», мой инструктор снова подошел ко мне и сказал:

– Лунг, побереги себя, следуй естественному ходу вещей и не вмешивайся. Помни: никогда не противопоставляй себя природе, никогда не атакуй проблемы в лоб, но контролируй, осознавая их. Не тренируйся на этой неделе. Иди домой и подумай об этом.

Однажды в бою с противником мой ум был полностью смятен и неуравновешен. И после серии обмена ударов руками и ногами я забыл теорию мягкости. Моей единственной мыслью в тот момент было: «Как угодно, но я должен побить его и одержать победу!»

Следующую неделю я оставался дома. Проведя много часов в медитации и духовной практике, я, наконец, сдался и отправился в одиночное плавание на джонке. В море я думал о своих тренировках. Я разозлился – и ударил по воде. И в это мгновение меня поразила одна мысль. Не вода ли олицетворяет суть кунг фу? Я ударил ее, но она не испытала боли. Я снова нанес удар, со всей силы, – она вновь неуязвима. Затем я попытался удержать ее. Но это оказалось невозможным. Вода, мягчайшая субстанция в мире, которую можно поместить даже в крошечный сосуд, только кажется слабой. На самом деле она может разрушить самые твердые материи на земле. В этом все дело! Я бы хотел быть водой.

Вода, мягчайшая субстанция в мире, которую можно поместить даже в крошечный сосуд, только кажется слабой. На самом деле она может разрушить самые твердые материи на земле. В этом все дело! Я бы хотел быть водой.

Внезапно пролетела птица, бросив отражение на водную гладь. Тогда я впитал еще один урок, еще один скрытый мистический смысл открылся мне: в бою, перед лицом противника, твои мысли и эмоции должны быть словно отражение пролетающих птиц на воде. Это именно то, что имел в виду Учитель Ип, говоря об «отрешенности». Это не означает не иметь чувств – это значит не позволять им становиться навязчивыми, блокирующими. Чтобы контролировать себя, я сначала должен принять себя, действуя не вопреки своей природе, а в согласии с ней.

Я лежал в лодке и чувствовал, что объединился с Дао, я слился с природой. Я просто лежал и позволял лодке свободно плыть по воле волн. В тот момент я достиг состояния внутреннего переживания, в котором противоречия стали взаимосогласованными, а не взаимоисключающими. Уже не было никакого конфликта. Весь мир для меня был един.

Источник: рукописное эссе Брюса Ли под названием «Момент понимания» из его студенческих работ в Вашингтонском университете. Архив Брюса Ли. Позднее напечатано на с. 134–136 во 2-м томе «The Bruce Lee Library Series» под названием «The Tao of Gung Fu: A Study in the Way of Chinese Martial Art», автор Брюс Ли, редактор Джон Литтл, издательство «Charles E. Tuttle Publishing Company Boston», (c) 1997 Linda Lee Cadwell.

1-D

Размышления о кунг фу



Кунг фу экстраординарно, ибо не представляет собой ничего особенного. Это просто прямое выражение чувства с минимумом заданных линий и затрат энергии. Все движения, как таковые, лишены искусственности, усложнений, к которым мы склонны. Чем ближе кунг фу к истинному Пути, тем ближе к самовыражению.

Кунг фу необходимо увидеть без причудливых костюмов и подходящих галстуков. Остается тайной, почему мы с нетерпением ожидаем эффектности и смертоносных приемов. А если и есть тайны, то практикующие в своей «устремленности» и в «стараниях» их наверняка прозе-вали (много ли способов одолеть противника, «не слишком отходя от естественности»?). Кунг фу ценит чудо обычности, и идея не в ежедневном приращении, а в ежедневном опрощении.

Быть мудрым в кунг фу – не значит добавлять больше, но уметь удалять изощренность и украшения и быть совсем простым, как скульптор, который, ваяя статую, не добавляет, а отсекает лишнее, дабы явить неприкрытую истину. Кунг фу довольствуется голыми руками без причудливых красочных перчаток, обычно мешающих естественной работе рук. На вершине мастерства всегда приходит простота, украшательство венчает лишь остановку на полпути.

В занятиях кунг фу есть три стадии: собственно примитивная стадия, стадия искусства и стадия безыскусственности. Примитивная стадия – это стадия первоначального невежества, когда человек ничего не знает о боевом искусстве. В бою он «просто» блокирует и бьет инстинктивно, не думая, правильно он делает или неправильно. Разумеется, его не назовешь ученым, но он все же остается собой.

Вторая стадия, стадия искусства, начинается, когда человек принимается тренироваться. Осваивает разные методы ударов и блоков, различные виды ударов ногами, стойки, движений, ударов руками, мышления. Несомненно, он приобретает научное знание боя, но, к сожалению, теряются его исконное «я» и чувство свободы, и его движения перестают течь сами по себе.

Его разум склонен останавливаться на разных движениях для расчета и анализа. Хуже того, он может быть «ментально связан» и держаться вне действительности.

Третья стадия, стадия безыскусственности, наступает после многих лет серьезных и упорных занятий. Тогда, наконец, приходит понимание того, что кунг фу – не что-то особенное. Вместо того чтобы навязывать своему уму искусство, вы приспосабливаетесь к противнику, как напирательная на глиняную стену вода – проникающая сквозь малейшую трещину. Вы не «стараетесь» делать, но остаетесь непреднамеренным и бесформенным, как вода. Ничто не берет верх, вы больше ничем не ограничены.

Эти три стадии также находят применения в различных методах занятий китайским кунг фу. Некоторые методы с их базовыми резкими блоками и ударами довольно примитивны. В целом им не хватает текучести и разнообразия комбинаций. С другой стороны, некоторые «изошренные» методы склонны к украшательству и увлечению изяществом и зрелищностью. Восходя к так называемой «жесткой» или «мягкой» школе, они часто ассоциируются с размашистыми причудливыми движениями и множеством сложных шагов, направленных к одной лишь цели (как художник, который не удовольствовался реалистичным изображением змеи, а пририсовал ей четыре красивые и стройные ноги).

Последователи таких школ, схвати их за воротник, например, «сначала сделали бы это, потом то и, наконец, вот что», – но, разумеется, прямой путь заключается в том, чтобы не позволить противнику схватить тебя за воротник, а если тот все же схватит, просто ударить его кулаком прямо в нос! На вкус отдельных мастеров единоборств, это слишком бесхитростно, чересчур обычно и безыскусно. Однако это – повсеместная практика, которой мы пользуемся и с которой сталкиваемся в повседневной жизни.

Искусство – это самовыражение; чем больше сложных и налагающих ограничения методов, тем меньше возможностей для выражения истинного чувства свободы. Техника, несмотря на важную роль на ранней стадии, не должна быть слишком сложной, ограничивающей или механистичной. Если мы будем цепляться за нее, мы окажемся в ее плену, в несвободе.

Помните, что метод создан человеком, а не человек – методом, и не старайтесь втиснуться в заданный кем-то образец, безоговорочно подходящий ему, но не вам. Техника, при ее важности на ранней стадии, не должна быть слишком сложной, ограничивающей или механической. Помните, что технику вы «выражаете», а не «исполняете», то есть вы не деятель, а само действие. Когда вас атакуют, на первом месте не ваша техника (или «техника на втором?»), а способность в момент осознания нападения двигаться, как эхо за звуком. Словно вы отвечаете мне, когда я вам звоню, или ловите то, что я вам бросаю. Вот и все.

После многих лет занятий в разных школах я обнаружил: техника – всего лишь путеводная нить, показывающая ученику, что он уже достаточно продвинулся вперед! Конечно, у разных людей разные предпочтения, поэтому я буду включать в занятия разные техники как северных, так и южных школ кунг фу. Внимательно следите за различием и сходством их применения.

Источник: никогда не публиковавшаяся статья Брюса Ли, написанная 21 декабря 1964 года для иллюстрации различных техник кунг фу. Архив Брюса Ли.

1-Е

Научись самообороне

Что вы будете делать, если на вас нападет бандит? Останетесь и будете драться? Или – простите за то, что об этом говорю, – броситесь убегать со всех ног? Но если рядом с вами ваши близкие? Что тогда? Это важный вопрос.

Стоит открыть любую газету, прочитать о нападениях, совершенных отнюдь не только на заброшенных пустырях, но и посреди бела дня в городах, – и нам сразу понятно, что самооборона необходима. «Предупрежден – значит вооружен» – старая, но верная пословица, и цель моих заметок о самообороне не только в том, чтобы предупредить, но и вооружить вас практическими советами перед столкновением с любым противником, невзирая на его вес, рост и силу.

Несколько советов по самообороне

Самооборона – не забава. Вам придется ожесточенно сражаться, чтобы избежать серьезных травм. Будет больно. Метод самообороны, который я собираюсь описать, не защитит вас от боли, но даст очень хороший шанс выйти победителем без тяжелой травмы. С болью придется смириться. Пропустив удар противника, важно – по крайней мере, на время – не обращать на боль внимания и не сдаваться, а использовать [ее] как стимул для контратаки и победы. (Помните: нападая, бандит думает только о том, как вас сокрушить, и редко рассчитывает на ваш ему ответ. Если ваши действия станут для него неожиданностью, его агрессивность сократится вполовину, нападение сойдет на нет, и в этом случае психологическое преимущество всегда будет на вашей стороне.)

Может, это и не слишком оптимистично, но шансы подвергнуться нападению сильно уменьшаются, если, шагая по улице или дороге ночью, особенно в одиночестве и в безлюдном месте, вы постоянно будете начеку. Следите за каждым, кто, как вам кажется, идет за вами или приближается к вам. Держитесь в стороне от тропы или середины дороги. Прислушивайтесь к приближающимся шагам и наблюдайте за тенями; например, проходя под уличным фонарем, вы всегда увидите перед собой тень идущего за вами. Так же и в свете окон дома или фар проезжающих автомашин. Увидев тень, немедленно оцените, кто это. И конечно, всегда избегайте глубокой темноты.

Повторяю: на мощеных, но тихих улочках не идите по тротуару. Так никто не сможет броситься на вас из дома или садовой калитки, чтобы вырвать кошелек, сумочку или портфель или с худшими намерениями. По той же причине я предлагаю идти посередине переулка, где нет мостовой и, возможно, уличных фонарей. Если вы сочтете разумным, можете даже перейти дорогу, чтобы избежать встречи с тем, кто кажется вам подозрительным. Направившись за вами, он как минимум явно выкажет свои намерения. Хотя я и повторяюсь, должен подчеркнуть, что успех нападающего зависит от эффекта неожиданности, и если вы будете начеку и вас не застанут врасплох, половина успеха вашей контратаке обеспечена. Главное – заметить грозящее нападение, тогда вы сможете закричать, завопить или же сосредоточиться на борьбе с нападающим. Как можно больше шумите, поскольку шум, естественно, пугает преступников.

Главное – заметить грозящее нападение, тогда вы сможете закричать, завопить или же сосредоточиться на борьбе с нападающим. Как можно больше шумите, поскольку шум, естественно, пугает преступников.

Надеюсь, я не навел на вас страху и не заставил думать, что ходить по улицам небезопасно. В мои намерения это, естественно, не входило, но газетные сообщения наталкивают на мысль, что количество нападений на невинных людей растет.

Основа самообороны

Существует всего один базовый принцип самообороны: вы должны как можно скорее применить самое эффективное оружие к самому уязвимому месту врага. Хотя я и утверждаю, что базовый принцип только один, лучше разбить его на части и рассмотреть подробнее:

1. Самое эффективное оружие.
2. Какой должна быть скорость.
3. Куда бить.

Существует всего один базовый принцип самообороны: вы должны как можно скорее применить самое эффективное оружие к самому уязвимому месту врага.

Оружие

Если есть выбор, я всегда предпочту ногу. Она длиннее руки, может нанести более тяжелый удар, и она намного сильнее. Поэтому, если к вам кто-то приблизится, ваш удар ногой опередит его удар рукой, даже если ваша с ним стартовая скорость одинакова.

Скорость

Времени на выбор оружия и обдумывание способа защиты нет. Ясно, что, если вы не будете первым, первым ударит он, и тогда ваша защита бесполезна. Результаты может дать только обучение (в этом я могу вам помочь). Если, на ваш взгляд, курс продолжительностью несколько минут того не стоит и вероятность нападения на вас невелика, вы – один из тех, кто поощряет нападения головорезов. И если возникнет чрезвычайная ситуация, вам никто не сможет помочь.

Куда бить

Самые уязвимые места напавшего – пах, глаза, живот и колено.

Источник: рукописное эссе Брюса Ли под названием «Научись самообороне», 1962 год. Архив Брюса Ли.

1-F

Психология в обороне и в атаке

Размер не есть истинный показатель мышечной силы и эффективности. Человек меньшего роста обычно компенсирует дисбаланс силы большей ловкостью, гибкостью, скоростью стопы и нервной реакцией.

Вступая в бой, помните об этом: сражайтесь с противником, пытаясь выбить его из равновесия, невзирая на его размер. Не прекращайте двигаться быстрее, чем он, и не обращайтесь абсолютно никакого внимания на его размер, жуткие гримасы или грязную ругань. Ваша цель – всегда атаковать противника в самых слабых местах, преимущественно в центрах тяжести, лишая его баланса и опираясь на принцип рычагов, используя его тело и конечности для его же поражения. «Чем они больше, тем жестче падают».

В борьбе с человеком голыми руками вы должны научиться работать головой, коленями и ногами, а также ладонями. «Скученность» действия даст вам все возможности использовать эти части вашего тела, особенно локти. Другой простой метод, когда вы сблизитесь с противником, – наступить ему на ногу. Результат имеет эффект неожиданности. Когда на вас нападает бандит, не забывайте, что мысли у него идут в одном направлении. Он думает только о том, как вас сокрушить, редко принимая во внимание, что вы можете ответить, поэтому на вашей стороне всегда психологическое преимущество. А с ним приходит уверенность – и уверенность в себе.

В борьбе с человеком голыми руками вы должны научиться работать головой, коленями и ногами, а также ладонями. «Скученность» действия даст вам все возможности использовать эти части вашего тела, особенно локти.

Источник: рукописное эссе Брюса Ли из его записной книжки под названием «Психология в обороне и в атаке», ок. 1961 года.

1-G

Как выбрать инструктора боевых искусств

От всего сердца даю этот совет тем, кто начинает заниматься боевым искусством: верьте лишь половине увиденного и ничему из услышанного.

Прежде чем брать уроки у инструктора, узнайте у него, каков его метод, и вежливо попросите продемонстрировать технику, которой он владеет. Опирайтесь на здравый смысл и, если он убедит вас, непременно приступайте к занятиям.

Как понять, что инструктор хорош? Скорее, вопрос должно сформулировать иначе: как понять, что метод или система хороши? В конце концов, скорость или силу инструктора узнать невозможно, но можно оценить его умение. Поэтому следует обращать внимание на логичность системы, а не инструктора; инструктор должен просто указать путь и привести учеников к осознанию того, что он и только он дает подлинное ощущение этой системы.

Система должна быть не механической и сложной, но элементарно простой, без всякой «магической силы». Метод (который в конечном итоге не метод) нужен только затем, чтобы вы поняли: все возможное сделано. Техника не обладает магической силой и не представляет собой ничего особенного – это всего лишь простота глубокого здравого смысла.

Не надо поддаваться обаянию инструкторов, разбивающих руками кирпичи, демонстрирующих несокрушимый пресс, железные предплечья или даже скорость, если на то пошло. Помните, вы не можете сразу осознать его способности, но можете увидеть его умения. В китайском искусстве кунг фу способность ломать камни, наносить удары по телу, прыгать на много метров от земли – просто трюки. Первостепенное значение имеют методы.

Разбить кирпич и ударить человека – разные вещи: кирпич не уступает, а человек от удара уклоняется, падает и так далее, тем самым нейтрализуя силу удара. Какая польза при отсутствии у вас техники учиться так называемому «смертельному удару»? Кирпичи и камни не двигаются и не сопротивляются. Поэтому надо смотреть на систему, и, как уже говорилось, система должна быть не механической, запутанной и причудливой, а элементарно простой.

Что, если «мастер» не захочет показать вам свой стиль? Что, если он «слишком скромен» и твердо охраняет «смертоносную» тайну? Надеюсь, читатели понимают, что при всем восточном смирении и таинственности, при скромности высококвалифицированных преподавателей и их нежелании учить кунг фу кого попало факт остается фактом: они просто люди и явно потратили десять, двадцать или тридцать лет жизни на изучение мастерства не для того, чтобы никому ничего о нем не поведать. Даже Лао-Цзы, сказавший в «Дао дэ Цзин»: «Знающий – не говорит, говорящий – не знает», написал пять тысяч слов в объяснение своей философии.

Стремясь казаться умнее, чем есть на самом деле, уважаемые мастера, учителя и эксперты (особенно в Америке) говорят очень мало. Бесспорно, им ведомо высочайшее восточное смирение и загадочность, поскольку за мудреца легче сойти молча, нежели умно рассуждая (мудро поступать, конечно, еще сложнее). Чем сильнее кому-то хочется набить себе цену, тем упорнее он будет держать язык за зубами. Говорящего (или действующего) люди, несомненно, смогут надлежащим образом оценить.

Неведомое манит всегда, и «великолепные обладатели красного пояса», «эксперты, выходцы из высокопрофессиональных школ» и «почетные мастера» умеют окружить себя завесой таинственности. О таких людях китайская пословица говорит: «Молчание – краса и прибежище неучей».

Источник: эссе из рукописи Брюса Ли к книге «The Dao of Kung fu» 1964 года и перепечатанное во 2-м томе под названием «The Tao of Gung Fu: A Study in the Way of Chinese Martial Art», автор Брюс Ли, редактор Джон Литтл,

издательство «Charles E. Tuttle Publishing Company Boston», (с) 1997, Linda Lee Cadwell.

1-Н

Единство мягкости / твердости

Много раз слышал утверждения инструкторов разных школ, что мягкость их системы не требует абсолютно никакой силы (для них слово «сила» даже превратилось в ругательство) и что простым щелчком мизинца можно отправить в полет 140-килограммового беспомощного противника.

Мы должны признать: сила, хотя и тонко применяемая, в бою необходима, и даже средний противник не бросается вперед очертя голову (как нападающие в американском футболе). С другой стороны, некоторые инструкторы утверждают, что их сверхмощная система позволяет сокрушить любую защиту. И снова нам следует понять, что человек движется и колеблется, как стебель бамбука на ветру, чтобы «развеять» бурю.

Ни мягкость, ни твердость не содержат более половины расколотого целого, которое, спаянное воедино, формирует истинный Путь кунг фу. Мягкость/твердость – нераздельная сила непрерывной взаимосвязи движения. По существу, они представляют собой одно целое либо две сосуществующие силы единого и неделимого целого.

Ни мягкость, ни твердость не содержат более половины расколотого целого, которое, спаянное воедино, формирует истинный Путь кунг фу. Мягкость/твердость – нераздельная сила непрерывной взаимосвязи движения. По существу, они представляют собой одно целое либо две сосуществующие силы единого и неделимого целого.

Если велосипедист хочет ехать, он не может одновременно жать на обе педали или не жать ни на одну. Для езды ему надо нажать на одну педаль и отпустить другую. Езда требует этого «единства» нажимания и отпускания. Нажатие есть результат отпускания, и наоборот, каждое есть причина и результат друг друга. Тогда движение действительно будет течь, так как истинная текучесть движений – в их взаимном чередовании.

Любой практикующий боевое искусство должен уделять равное внимание и мягкости, и твердости, не оказывая предпочтения ни одной из сторон. Отказ от мягкости или твердости приведет к разделению, а разделение – к крайностям.

Любой практикующий боевое искусство должен уделять равное внимание и мягкости, и твердости, не оказывая предпочтения ни одной из сторон. Отказ от мягкости или твердости приведет к разделению, а разделение – к крайностям.

Мягкость и твердость не изолированы, но дополняют и оттеняют друг друга и во взаимосвязи составляют «единство». Всегда помните об этом. Если вы не отдадите явного предпочтения твердости или мягкости, то сможете по-настоящему оценить их «хорошие/плохие» стороны. Противопоставлять мягкость и твердость – неверно, единство мягкости/твердости – это истинный Путь.

Источник: рукописные заметки Брюса Ли, озаглавленные «Дао Джит Кун, Путь «Опережающего кулака», «Китайский кулачный бой института Чжунь фань кунг фу», ок. 1967 года. Архив Брюса Ли.

1-I

Мое видение кунг фу

Отдельные мастера восточных боевых искусств отдают предпочтение формам, и чем причудливее и сложнее эти формы, тем лучше. С другой стороны, некоторые одержимы интеллектуальными сверхспособностями (вроде Капитана Марвелы или Супермена). А кто-то до мозолей набивает ладони и стопы, посвящая все время раскалыванию кирпичей, камней, досок – и так далее и тому подобное.

Для меня самый выдающийся аспект кунг фу заключен в простоте. Кунг фу – просто «прямое выражение» человеческого чувства с минимумом движений и энергии. Каждое движение само по себе лишено искусственности, которой люди склонны его усложнять. Легкий способ – всегда правильный способ, и кунг фу – не что-то особенное; чем ближе к истинному Пути кунг фу, тем скупее средства выражения.

Вместо рассмотрения боя как такового немало систем боевого искусства создают «причудливую путаницу», коверкающую и корячащую последователей и уводящую их от подлинной реальности боя – «простой» и «прямой» и «неклассической». Вместо немедленного перехода к сути ради имитации настоящего боя «ритуально разучиваются» цветистые формы и искусственные приемы. И вместо того чтобы в бою «существовать», эти практикующие нечто идеалистически «делают». Хуже того, им неграмотно внушается сверхчеловеческое и духовное, и практикующие все больше и дальше погружаются в сферы абстрактных тайн, и происходящее начинает напоминать акробатику или современный танец, а не подлинную реальность боя.

Все эти сложные запутанности на самом деле лишь тщетные попытки «уловить» и «исправить» постоянно меняющиеся движения в бою, а также анатомизировать их как труп. Настоящий бой не поддается закреплению, он очень «живой». Подобные методы натаскивания (форма парализации) будут лишь «цементировать» и «обуславливать» то, что когда-то было текучим и живым. Отрешившись от изысканности и прочих излишеств и глядя «реалистично», эти роботы (то есть практикующие) слепо предаются систематической бесполезности разучивания «рутины» или «трюков», не ведущих ни к чему.

Кунг фу необходимо увидеть без причудливых костюмов и галстуков, и остается тайной, почему мы с нетерпением ожидаем эффектных смертоносных приемов. Если тайны и есть, то практикующие в своей устремленности и стараниях их наверняка прозевали (много ли есть способов одолеть противника, «не слишком отходя от естественности»?). Кунг фу ценит чудо обычности, и идея заключается не в ежедневном приращении, а в ежедневном опрошении. Быть мудрым в кунг фу – значит не добавлять больше, но уметь удалить изощренность и украшательство. Быть простым. Так, ваяя статую, скульптор не добавляет, а отсекает лишнее, дабы явить неприкрытую истину. Кунг фу довольствуется голыми руками без причудливых красочных перчаток.

Искусство – это выражение «я». Чем больше сложных и налагающих ограничения методов, тем меньше возможностей для выражения исконного чувства свободы! Техника, при всей ее важности на ранней стадии обучения, не должна быть слишком сложной, ограничивающей или механической. Если мы будем цепляться за нее, мы окажемся в ее плену, в несвободе. Помните, что технику вы «выражаете», а не «исполняете», то есть, вы не деятель, а само действие. Когда вас атакуют, на первом месте не ваша техника (или «техника на втором, позиция вторая, четвертая часть?»), а способность в момент осознания вами нападения двигаться, как эхо за звуком. Вы словно отвечаете мне, когда я звоню, или ловите то, что я вам бросаю. Вот и все.

Источник: машинописное эссе Брюса Ли под названием «Мой взгляд на кунг фу», которое он раздавал членам оклендского и лос-анджелесского отделений своей организации Чжунь фань кунг фу, ок.1967 года.

2. Философия



Считающие Брюса Ли прежде всего мастером восточных единоборств наверняка удивятся, узнав, что его истинной страстью была философия. Еще удивительнее широта его познаний как восточной, так и западной философии.

Эти эссе написаны Ли преимущественно в годы учения в Вашингтонском университете, где его специальностью была философия. Этот период его жизни внес огромный вклад в расширение его интеллектуального кругозора и знакомство с западной теоретической мыслью. Он читал Платона, Дэвида Юма, Рене Декарта, Фому Аквинского (отец церкви, учение которого Ли, вероятно, также усвоил во время учебы в католической школе в Гонконге в 1950-е годы).

Более того, эти эссе раскрывают мыслительный процесс Ли в той области, которая касается его мировоззрения или метафизики. Его ранние исследования и представления о даосизме, в особенности метафизике монизма, не только не изменились после знакомства с лучшими доктринами западной теоретической мысли, но даже укрепились под их воздействием.

Однако еще интереснее то, что в этих эссе раскрываются темы, к пониманию и более убедительному выражению которых Ли придет с возрастом – в стремлении посеять семена самостоятельных научных изысканий и потребности рационального их обоснования. Они остаются в числе его самых красноречивых и продуманных сочинений.

2-А

Почему я стал изучать философию

Когда я вернулся из Таиланда со съемочной группой киностудии «Голден Харвест» после завершения съемок фильма «Большой босс», многие люди принялись спрашивать меня: «Что заставило тебя отказаться от карьеры в Штатах, вернуться в Гонконг и сниматься в китайских фильмах?»

Наверняка имелось общее ощущение того, что работать в китайском кино чертовски трудно, ведь китайская киноиндустрия все еще оставалась такой слаборазвитой. Не могу найти простого ответа на вышеприведенный вопрос, за исключением того, что я китаец и должен исполнить свой долг как китаец. Правда состоит в том, что я – родившийся в Америке китаец. То, что я китаец, рожденный в Америке, могло быть случайностью, или же так устроил мой отец. В то время живущие в Штатах китайцы, преимущественно из провинции Гуандун, очень страдали от тоски по родине: ностальгия окутывала все, что было связано с их родной землей.

В этом контексте китайская опера с ее неповторимым китайским колоритом имела успех. Мой отец был известным артистом китайской оперы и пользовался большой популярностью. Поэтому много времени он проводил в Штатах. Я родился, когда он взял с собой мою мать в одну из своих постоянных гастрольных поездок.

Мой отец был известным артистом китайской оперы и пользовался большой популярностью. Поэтому много времени он проводил в Штатах. Я родился, когда он взял с собой мою мать в одну из своих постоянных гастрольных поездок.

Но отец не хотел, чтобы я получил американское образование. Когда мне пришла пора идти в школу, он отправил меня обратно в Гонконг – на вторую родину – к своим родственникам. В наследственности все дело или в окружении, но, учась в Гонконге, я очень любил сниматься в кино. Мой отец хорошо знал массу кинозвезд и режиссеров. Среди них был покойный мистер Чин Кам. Меня привели на студию и дали несколько ролей. Я начал играть эпизодические роли и постепенно стал звездой.

Это был важнейший в моей жизни опыт. Я впервые столкнулся с подлинной китайской культурой. Меня пленило ощущение причастности к великому. Тогда я еще не видел и не понимал, насколько сильно влияние окружения на формирование характера и личности. Тем не менее осознание себя «китайцем» зародилось именно тогда.

Ребенком и подростком я был сорванцом и вызывал сильное осуждение старших в семье. Я был очень озорной, агрессивный, вспыльчивый и жестокий. Моими «врагами» становились не только ровесники, но порой даже взрослые. Я никогда не думал, зачем дерусь. Моя первая мысль, если мне кто-то не нравился, – «Брось ему вызов!». Бросить вызов чем? В голову приходили только кулаки. Я считал, что победить – означает побить, но не мог понять, что победа силой – ненастоящая победа. Когда я поступил в Вашингтонский университет и начал изучать философию, мне стало стыдно за свою прежнюю незрелость.

Я считал, что победить – означает побить, но не мог понять, что победа силой – ненастоящая победа. Когда я поступил в Вашингтонский университет и начал изучать философию, мне стало стыдно за свою прежнюю незрелость.

Мои интересы в философии были напрямую связаны с детской драчливостью. Я часто задавался такими вопросами:

- Что следует за победой?
- Почему люди так ценят победу?

- Что такое «слава»?
- Какая «победа» считается «славной»?

Куратор помогал мне выбрать специальность и, видя мою любознательность, порекомендовал философию. Он сказал: «Философия расскажет тебе, в чем смысл жизни». Я сообщил родным и друзьям, что решил изучать философию, и все были очень удивлены. Никто не сомневался, что мне лучше изучать физическую культуру, ведь в свободное время я интересовался исключительно ею, с детства и до окончания средней школы я занимался только китайскими боевыми искусствами. И в самом деле, боевые искусства и философия кажутся полными антиподами. Однако мне представляется, что теория китайских боевых искусств весьма расплывчата.

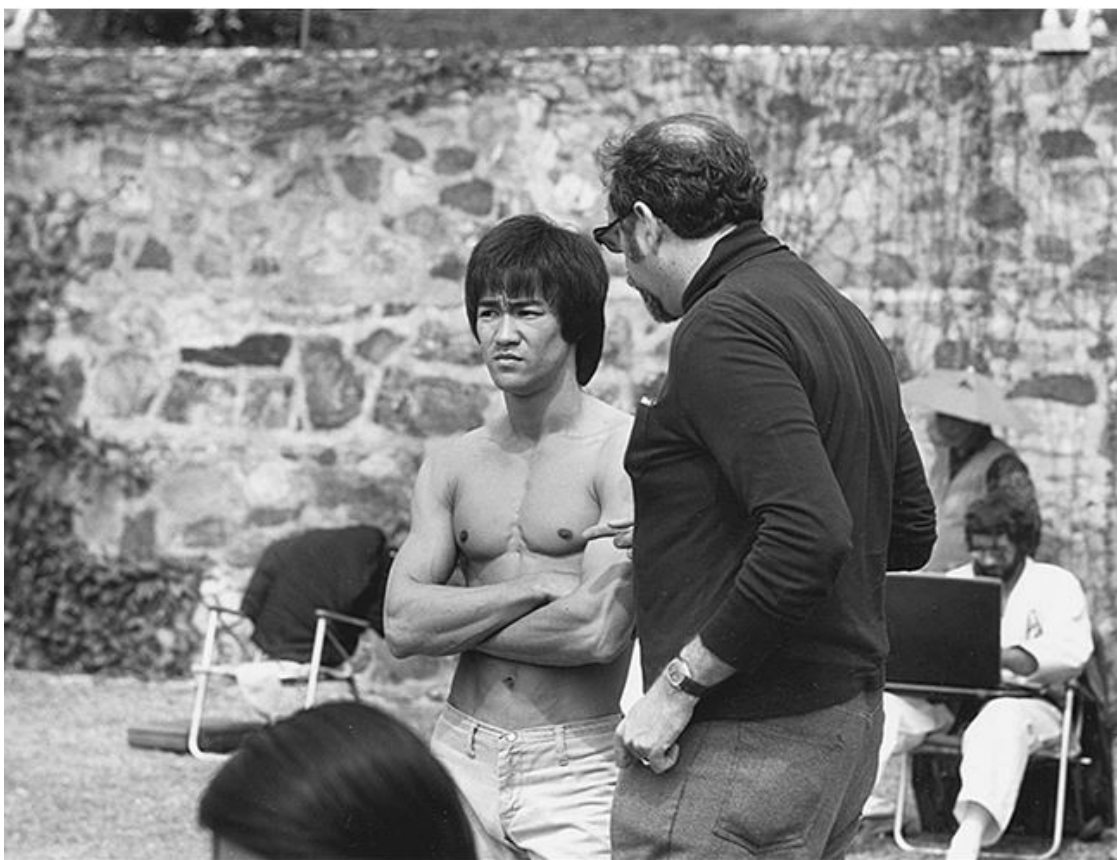
У каждого действия должны быть причина и основание, и должна существовать всеобъемлющая и аргументированная теория, подводящая базу под всю концепцию китайских боевых искусств. Я хочу вдохнуть в боевые искусства философский дух, потому я решил изучать философию.

Я никогда не прекращал постигать боевые искусства и заниматься ими. Когда я искал истоки и отслеживал историю китайских боевых искусств, у меня всегда возникало сомнение: неужели основатели изначально задумывали все направления китайского кунг фу, с их разнообразными формами и определенным стилем? Я так не считаю. Формальности мешают прогрессу, это касается всего, в том числе философии. Философия выводит мой стиль джиткундо к новым пределам в сфере боевых искусств, а джиткундо действительно поднимает мою актерскую карьеру на новую высоту.

Источник: статья Брюса Ли под названием «Я и джиткундо» из тайваньской газеты, датированная 1972 годом и перепечатанная в журнале Bruce Lee: Studies On Jeet Kune Do, (с) 1976, Bruce Lee Jeet Kune Do Club, Hong Kong, полностью опубликованная в первом томе собрания Bruce Lee Library Series: Words of the Dragon.

2-В

О человеческом понимании



Что касается человеческого понимания, то существуют простые впечатления и простые идеи. Простое впечатление сильнее, а его образ ярче, чем у простой идеи. И оно рождает простую идею.

Другими словами, простые идеи – это отпечатки простых впечатлений. Например, я вижу нечто волнующее, то, что меня трогает, и под влиянием этого впечатления впоследствии я могу прийти до идеи этого. Поэтому простые идеи – это прямые отпечатки простых впечатлений. Их нельзя разделить на составляющие, они – неделимое целое.

Сложные впечатления и сложные идеи тоже взаимосвязаны (сложные идеи – отпечатки сложных впечатлений), но в отдельных особых случаях это не так. Например, я могу вообразить место, где никогда не был, или человек с цветовой слепотой к синему цвету может составить себе представление об этом цвете, основываясь на собственном опыте восприятия других цветов.

Термин «сложная идея», между прочим, означает нечто, состоящее из простых идей. Например, яблоко имеет цвет, вкус, размер и так далее.

Источник: рукописные философские заметки Брюса Ли из Вашингтонского университета, 18 февраля 1964 года. Архив Брюса Ли.

2-С

Жизнь: единство вещей



Многие философы относятся к числу говорящих одно, а делающих другое, и исповедуемая человеком философия часто отличается от той, в соответствии с которой он живет. Философия все больше и больше рискует стать лишь исповедью.

Философия – не «проживание жизни», а деятельность, связанная с теоретическими знаниями, и большинство философов не собираются проживать те или иные вещи, а лишь теоретизировать о них, созерцать их. А созерцание вещи подразумевает нахождение вне ее, решение сохранить расстояние между ней и собой.

В жизни мы естественно и целиком без тени сомнения принимаем полноту реальности видимого и ощущаемого. Однако философия не поддерживает эту веру в жизнь, она стремится превратить реальность в проблему, задавая, к примеру, такие вопросы: «Этот стул, который я вижу перед собой, действительно тут стоит?», «Он способен существовать сам по себе?». То есть философия, вместо того чтобы в согласии с самой жизнью упрощать жизнь для жизни, усложняет ее, заменяя безмятежность мира беспокойством проблем. С равным успехом можно спрашивать у нормального человека, как он дышит. Начав сознательно описывать этот процесс, он сразу задохнется. Зачем пытаться задержать и прервать течение жизни? Зачем создавать такую суматоху? Человек просто дышит.

Западный подход к реальности преимущественно идет через теорию, а теория начинается с отрицания реальности – разговоров о реальности, хождения вокруг реальности, хватания за то, что привлекает наши чувства, – интеллектуального постижения и абстрагирования этого от реальности как таковой. Так философия начинает заявлять, что внешний мир – не основополагающий факт, что его существование может быть подвергнуто сомнению и что каждое высказывание, подтверждающее реальность внешнего мира, не является несомненным высказыванием, но должно быть расчленено, препарировано и проанализировано. Это означает сознательный отход в сторону и попытку отыскать квадратуру круга.

Эту проблему поднял великий французский философ и математик Рене Декарт (1596–1650). Поскольку существование чего-либо, в том числе и мое собственное, не достоверно, есть ли во Вселенной хоть что-то, существующее без малейшей тени сомнения? Когда некто сомневается в мире и даже во всей Вселенной, что остается? Давайте на мгновение выйдем за пределы этого мира, последуем за Декартом и посмотрим, что действительно остается.

Согласно Декарту, остается само сомнение, потому что для того, чтобы в чем-то усомниться, мне должно показаться, что я сомневаюсь; и вся Вселенная может показаться мне сомнительной, за исключением того факта, что она мне кажется. Сомневаться в чем-то означает мыслить, а мысль – единственная вещь во Вселенной, чье существование нельзя отрицать, потому что отрицать уже означает мыслить. Когда человек говорит, что мысль существует, – это утверждение автоматически подразумевает его существование, потому что нет мысли, которая в качестве одного из своих элементов не содержит мыслящего субъекта.

В китайском даосизме и чань (дзен) мир рассматривается как неделимое взаимосвязанное пространство, ни одну часть которого фактически невозможно оторвать от другой. То есть яркие звезды невозможны без тусклых звезд, а без окружающей темноты звезд вообще не было бы. Противоположности стали взаимозависимыми, а не взаимоисключающими, и конфликта между человеком и природой больше нет.

Поэтому, если мысль существует, существую и я как мыслящий, и мир, о котором я мыслю, тоже существует. Существование одного обусловлено существованием другого, между ними невозможно провести разделение. Поэтому и мир, и я находимся в активной взаимосвязи; я – тот, кто видит мир, а мир – то, что видимо мной. Я существую для мира, а мир – для меня. Не будь вещей видимых, мыслимых и воображаемых, я ничего бы не видел, не мыслил или не воображал. Другими словами, я бы не существовал. Одним из несомненных, важнейших и фундаментальных фактов является совместное существование субъекта и его мира. Одно не существует без другого. Я не имею никакого понимания себя без учета объектов моего окружения. Я не мыслю вне мышления о вещах – и тем самым обретаю себя.

Нет смысла говорить только об объектах сознания, будь то мыслительные восприятия или восковые свечи. Объект должен иметь субъект, и субъект-объект – это пара взаимных дополнений (не противоположностей), как и все прочее, что является двумя половинами единого целого и функцией друг друга. Когда мы доходим до сути, противоположные стороны одинаковы, если смотреть на них из центра движущейся окружности. Я не воспринимаю; я и есть восприятие. Я не субъект восприятия; я само восприятие. Я осознаю. Ничто другое не способно быть «я» или не может существовать.

Мы потеем не потому, что жарко; потение и есть жара. Точно так же верно сказать, что солнце светит, потому что оно – солнце. Эта своеобразное китайское воззрение непривычно, поскольку мы все условились считать, что сначала приходит тепло, а затем из-за этого тело потеет. Если сказать наоборот, это вызовет удивление, как выражение «сыр с хлебом» вместо «хлеб с сыром». Это шокирующее и, казалось бы, нелогичное перевертывание здравого смысла можно проиллюстрировать на следующем примере – «луна в воде».

Луна в воде

Феномен луны в воде подобен человеческому восприятию. Вода – субъект, а луна – объект. Когда воды нет, луны в воде нет и при отсутствии луны. Но когда восходит луна, вода не ждет, чтобы воспринять ее образ, и, если пролита хоть мельчайшая капля воды, луна не ждет, чтобы отбросить свое отражение. У луны нет намерения отбрасывать отражение, а вода не отражает образ луны специально. Это событие вызвано как водой, так и луной, и как вода показывает яркость луны, так луна показывает прозрачность воды.

Все находится во взаимосвязи; взаимность, в которой субъект создает объект, равна той, в которой субъект создает субъект. Так субъект познания больше не чувствует отделенности от объекта познания; субъект восприятия больше не чувствует себя стоящим в стороне от объекта восприятия. Следовательно, все представление о выпытывании чего-то у жизни и обращении к восприятию становится абсурдным. Другими словами, становится предельно ясно, что в конкретном факте передо мной не что иное, как осознаваемое мною единство вещей.

Мастер Линьцзи Исюань из эпохи Тан сказал: «Будь обычным, а не особенным. Ешь рис, справляй нужду, а когда устанешь, ложись спать. Невежда надо мной посмеется, а мудрый поймет». Человек не живет концепцией или научно обусловленной жизнью, поскольку главное в жизни – просто жить. В разгар наслаждения вы ведь не отходите на миг в сторону и не осматриваетесь, чтобы удостовериться, что получаете от происходящего максимум. Или не довольствуетесь ощущением счастья, а желаете чувствовать себя счастливым – дабы наверняка ничего не упустить.

Мы живем, когда жизнь проходит сквозь нас – беспрепятственным потоком. Живущий не осознает жизни, и в этом и заключается проживаемая им жизнь. Жизнь проживается, и в потоке жизни никаких вопросов не возникает – поскольку жизнь состоит в проживании настоящего момента! Наполненность момента – это отсутствие осознающего разума, стремящегося разъять неделимое. Сейчас, в виде исключения, полнота сущего разъята, она уже не полна. Можно разобрать все детали автомобиля, но тот уже не будет первоначальным автомобилем и в его функциях, и в жизни. Поэтому, чтобы жить жизнью искренне, просто живите.

Источник: рукописное эссе Брюса Ли под названием «Жизнь: единство вещей», ок. 1963 года. Архив Брюса Ли.

2-D

Единство твердости и мягкости



Твердость (Ян) и мягкость (Инь) – два взаимодополняющих и взаимозависимых аспекта в искусстве кунг фу. Только потому, что человек выбирает твердость и рассматривает ее как отличную от мягкости, возникает идея «противоположности». Как только в чем-то найдено различие, определенное нечто обретает противоположность.

На первый взгляд мягкость и твердость представляются противоположностями, но в действительности они взаимозависимы – как комплементарные части единого целого. Свой смысл (мягкость/твердость) они получают друг от друга и обретают завершенность друг в друге. Это «единство» вещей – свойство китайского образа мышления. В китайском языке события рассматриваются как целое, поскольку их смыслы проистекают друг из друга. Например, китайский иероглиф «хорошо» и китайский иероглиф «плохо», соединенные вместе, означают «свойство» чего-либо (неважно, хорошее или плохое). Точно так же китайский иероглиф «длинный» и иероглиф «короткий» вместе означают «протяженность» или сочетание иероглифов «покупка» и «продажа» дает новое слово «торговля».

На первый взгляд мягкость и твердость представляются противоположностями, но в действительности они взаимозависимы – как комплементарные части единого целого.

Все эти примеры показывают, что у всего есть дополняющая часть для формирования целого. Теперь мы можем рассмотреть «единство» твердости и мягкости, не оказывая осо-

бого предпочтения ни одной из сторон, чтобы иметь возможность действительно оценить «хорошее/плохое» каждой из них. Все не только имеет дополняющую часть, но и внутри этой «отдельной» особенности также присутствует характерная черта другой составляющей. Иными словами, в твердости непременно сокрыта мягкость, а в мягкости – твердость. В любом случае ни мягкость, ни твердость никогда не должны пребывать в изоляции; изоляция толкает к крайностям, а бросание в крайности никогда не приводит к лучшему.

Все не только имеет дополняющую часть, но и внутри этой «отдельной» особенности также присутствует характерная черта другой составляющей. Иными словами, в твердости непременно сокрыта мягкость, а в мягкости – твердость.

Источник: рукописная статья Брюса Ли под названием «Единство твердости и мягкости». Архив Брюса Ли.

2-Е Даосизм



Даосизм – философия основополагающего единства Вселенной (монизм), или возвращения, поляризации (Инь и Ян), и вечных циклов, нивелирования всех различий, относительно-сти всех стандартов и возвращения всех к первоначальному божественному разуму, источнику всего сущего.

Из этой философии естественно вытекает отсутствие стремления к раздорам, спорам и борьбе за превосходство. Так, наставления смирения и кротости христианской Нагорной проповеди обретают рациональное основание, а у человека развивается миролюбивый характер. Даосизм делает упор на непротивление и важность незлобивости.

Основная идея Дао дэ Цзин – НАТУРАЛИЗМ в смысле у-вэй (недеяние), что фактически означает «несовершенство неестественных действий». Это означает спонтанность, то есть «поддержание всего в естественном состоянии» и тем самым обретение возможности «трансформировать спонтанно». Так, Дао «не предпринимает никаких действий и все же ничего не оставляет несделанным». В обыденной жизни это выражается «в производстве и выращивании чего-то без владения» и «выполнении работы, но отказе от гордости за нее» – естественный Путь стоит выше искусственных путей, таких, как правила, обряды и так далее. Именно поэтому даосы не любят формальностей и условностей.

Основная идея Дао дэ Цзин – НАТУРАЛИЗМ в смысле у-вэй (недеяние), что фактически означает «несовершенство неестественных действий». Это означает спонтанность, то есть «поддержание всего в естественном состоянии» и тем самым обретение возможности «трансформировать спонтанно».

Естественный путь сравнивается с путем воды. С женщинами и детьми, то есть с путем слабых. Может показаться, что это прославление слабости, но в действительности упор сделан на «простоте». Простая жизнь понимается как отказ от выгоды, умствования, эгоизма и как сокращение желаний. Это жизнь «совершенства, кажущегося неполным, и полноты, кажущейся пустотой». Это жизнь яркая, как свет, но не слепящая. Короче, это жизнь гармонии, цельности, удовлетворенности, спокойствия, постоянства, просвещенности, мира и долголетия.

Источник: машинописная заметка Брюса Ли под названием «Даосизм», ок. 1963 года. Архив Брюса Ли.

2-Ғ Инь-Ян

Гармония считалась главным принципом мирового порядка, как космическое силовое поле, в котором Инь и Ян вечно взаимно дополняют друг друга и вечно меняются. Европейский дуализм рассматривает физическое и метафизическое как две отдельные сущности, в лучшем случае как причину и следствие, но никогда не ставит их в пару как звук и эхо или свет и тень, как китайский символ всего происходящего: Инь и Ян.

Дуалистическая философия царила в Европе, доминируя в развитии западной науки. Однако с появлением ядерной физики оказалось, что выводы, основанные на доказуемых экспериментах, отрицают дуалистическую теорию, и с тех пор тенденция мышления обратилась к монистической концепции древних даосов.

В ядерной физике нет признанного различия между материей и энергией. Или же это различие невозможно провести, потому что в действительности они единая сущность или как минимум два полюса одного и того же образования. Больше невозможно, как в эпоху механистической науки, определенно установить вес, длину или время и так далее – это продемонстрировали труды Эйнштейна, Планка, Уайтхеда и Джинса.

Точно так же даосская философия, на фоне которой возникло и развилось иглоукалывание, по сути, является монистической. Китайцы воспринимали всю Вселенную как движимую двумя началами – Ян и Инь, положительным и отрицательным, и считали, что все сущее, и живое, и так называемое неживое, наличествует исключительно благодаря непрекращающемуся взаимодействию этих двух сил. Материя и энергия, Ян и Инь, небо и земля рассматриваются фактически как единство или два сосуществующих полюса одного неделимого целого.

Кунг фу, древнейшую форму самообороны, с полным правом можно назвать концентрированной сутью мудрости и глубокомыслия. Она остается непревзойденной с точки зрения полноты и глубины понимания. «Кунг фу» означает «обучение и практика для открытия истинного Пути к цели», будь то путь самообороны, путь укрепления здоровья или путь духовного совершенствования.



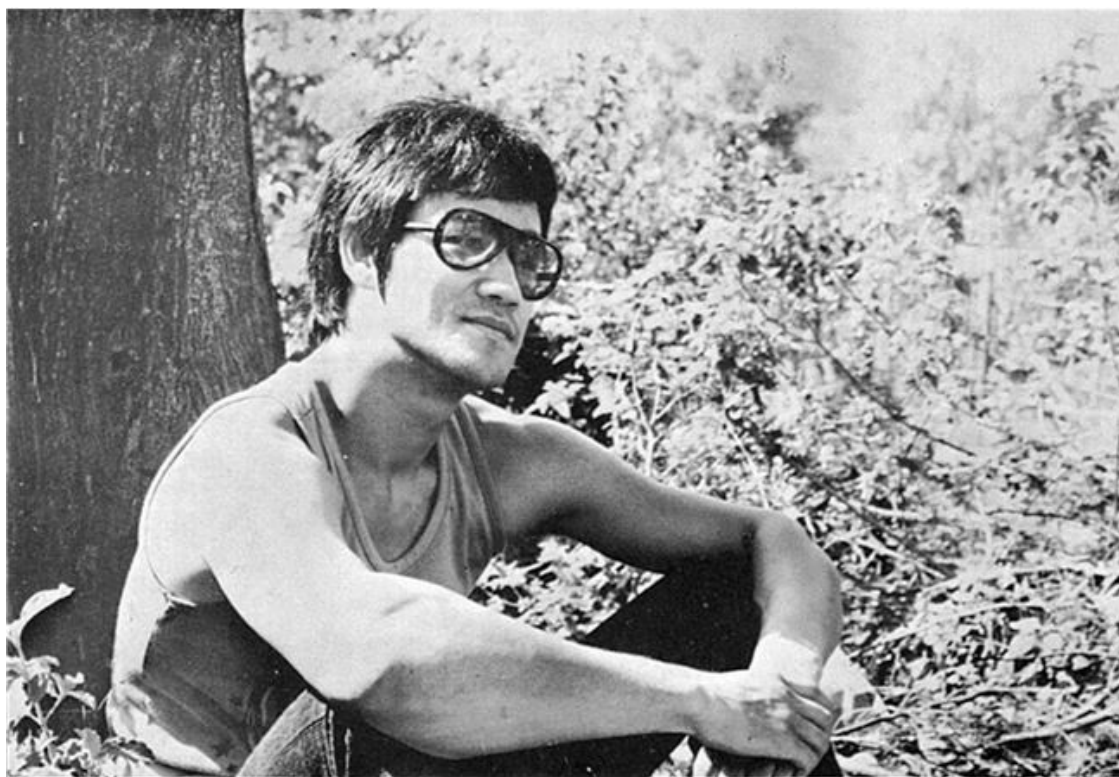
Поэтому цель кунг фу – укрепление здоровья, развитие ума и навыков самообороны. Ее философия основана на неотъемлемых составляющих даосизма, чань (дзен) и «И Цзин» – идеале уступки невзгодам, легкого уклонения и более сильного, чем выпад вперед, гармоничного приспособления к движениям противника без попытки борьбы или сопротивления. Кунг фу можно назвать китайской попыткой открытия тайн природы.

Китайское искусство кунг фу отличают гармония и спокойствие. Кунгфуист отвергает все формы самоутверждения и состязательности и практикует искусство самозабвения, отстраняясь не только от своего противника, но и от своего «я».

Податливость и самозабвение не исключают наличия силы, силы, в коей, как в спутнице твердости, должна быть мягкость. Напав по собственной инициативе, Воспринимающий уклонился бы от своего природного характера и сбился с Пути. Подчиняясь и следуя Творцу, он занимает надлежащее ему постоянное место. Поскольку в своем движении Воспринимающий приравнивается к Творцу, эти движения обретают форму. Так по воле Творца земля порождает все существа, каждое в своем роде.

Источник: машинописная заметка Брюса Ли под названием «Инь-Ян», ок. 1963 года. Архив Брюса Ли.

2-G У-син (безмыслие)



Характер движения в кунг фу тесно связан с течением мысли. Фактически разум тренируется направлять движения тела. Ум желает, а тело действует.

Характер движения в кунг фу тесно связан с течением мысли.
Фактически разум тренируется направлять движения тела. Ум желает, а тело действует.

Для реализации правильной техники в кунг фу физическое раскрепощение должно найти продолжение в ментальном и духовном раскрепощении до такой степени, чтобы разум был не только гибок, но и свободен. Для достижения этого состояния кунгфуист должен оставаться тих и спокоен и овладеть принципом безмыслия (у-син).

Безмыслие – это не пустой ум, очищенный от всех эмоций, и не просто бесчувственность и спокойствие ума. Хотя спокойствие и тишина нужны, принцип безмыслия состоит прежде всего в «несвязанности» ума. Кунгфуист пользуется умом как зеркалом – ничего не осознает, но ничего не отбрасывает, воспринимает, но не удерживает. Алан Уотс пишет: «Безмыслие – это состояние целостности, в котором ум функционирует свободно и легко, без ощущения стоящего над ним с дубинкой разума или "я"»²⁶. Имеется в виду, что уму позволено думать, что хочется, без вмешательства отдельно мыслящего или внутреннего «я».

Пока ум думает, что хочет, не требуется абсолютно никаких усилий для его освобождения; и исчезновение усилий по его освобождению и есть исчезновение отдельно мыслящего. Не требуется предпринимать никаких усилий по восприятию, равно и невосприятию всего, что происходит мгновение за мгновением. Поэтому безмыслие – не состояние без эмоций или

²⁶ Alan Watts, The Way of Zen.

чувств, но отсутствие навязчивого или заклинивающего чувства. Ум, не восприимчивый к воздействию эмоций. «Как эта река, все непрестанно течет без перерыва или остановки».

Безмыслие – это использование всей полноты ума точно так же, как глаз, когда мы переводим взгляд с предмета на предмет, ничего не разглядывая. Чжуан-Цзы, ученик Лао-Цзы, писал:

«Младенец целый день смотрит и не мигает – такова его несвязанность внешним. Он идет, сам не зная куда; останавливается, сам не зная почему. Он ускользает от всех вещей и плывет вместе с окружающим. Таков путь здоровья ума»²⁷.

Поэтому концентрация в кунг фу – не обычное сосредоточение внимания на одном объекте восприятия, а просто спокойное осознание всего происходящего здесь и сейчас. Иллюстрацией подобного спокойного осознания могут служить зрители футбольного матча: не сосредоточивая внимания на игроке, владеющем мячом, они видят и осознают все футбольное поле.

Точно так же ум кунгфуиста тренируется не останавливаться на одной особенности противника. Это нужно прежде всего, когда имеешь дело более чем с одним или двумя противниками. Предположим, например, что на кого-то по очереди нападают десять человек. Как только побежден один, кунгфуист переходит к другому, не позволяя уму ни на ком «стопориться». Как бы быстро ни следовали удары, кунгфуист никому не оставляет времени вмешаться в дуэль. Так каждый из десяти будет по очереди успешно побежден. И это возможно лишь тогда, когда мысль перемещается от одного объекта к другому, ничем не «останавливаемая» или не задерживаемая. Если мысль на это не способна, где-то между двумя схватками кунгфуист обязательно потерпит поражение.

Ум кунгфуиста присутствует повсюду, ибо нигде не захвачен ни одним конкретным объектом. И может оставаться повсюду, поскольку, даже останавливаясь на том или ином объекте, он им не связывается. Поток мысли течет, как наполняющая пруд вода, всегда готовая течь дальше. Он может работать с неиссякаемой силой, будучи свободным и способным открыться всему, ибо он пуст. Это можно сравнить с тем, что Чжан Чжень-Цзы назвал «безмятежным отражением»: «"Безмятежный" означает спокойствие безмыслия, а "отражение" значит яркое и ясное осознание. Поэтому безмятежное отражение – это ясное осознание в спокойствии безмыслия»²⁸.

Цель духовной практики – не привязывать и не парализовать ум. Ничем не связанный, он повсюду. Сосредоточенный на одной

десятой, он упускает девять десятых. Кунгфуист должен научиться отпускать ум идти своей дорогой, а не стараться намеренно его ограничивать.

Ум кунгфуиста присутствует повсюду, ибо нигде не захвачен ни одним конкретным объектом. И может оставаться повсюду, поскольку, даже останавливаясь на том или ином объекте, он им не связывается.

Источник: рукописное эссе Брюса Ли под названием «Безмыслие». Архив Брюса Ли.

²⁷ L. Adam Beck, *Oriental Philosophy*, 1928, N.Y.

²⁸ Chang Chen Chi, *The Practice of Zen*.

2-Н

У-вэй (недеяние)

Кунгфуист стремится к гармонии с собой и противником. Пребывать в гармонии с противником можно, не применяя силу, которая провоцирует конфликты и ответные реакции, но уступая силе.

Иными словами, кунгфуист способствует спонтанным проявлениям противника и не позволяет себе препятствовать ему своими действиями. Он утрачивает себя, отказываясь от всех субъективных чувств и индивидуальности, и становится с противником единым целым. В его сознании оппозиции стали не взаимно исключающими, а взаимно сотрудничающими. Когда его личный эгоизм и сознательные стремления уступают силе, ему не принадлежащей, он достигает в кунг фу наивысшего деяния, деяния недеяния – у-вэй.

«У» означает «не» или «нет», а «вэй» – «деяние», «действие», «стремление», «напряжение» или «занятость». Недеяние – это вовсе не ничегонеделание. Суть в том, чтобы оставить свой ум в покое и довериться ему. Самое важное – никуда его не направлять.

В кунг фу «у-вэй» означает «духовное или ментальное действие», в том смысле, что руководящая сила – ум, а не чувства. Во время спарринга кунгфуист учится забывать себя и следовать за движениями противника, предоставляя ему свободу самостоятельно проводить контрманевр без помех в форме преднамеренности. Кунгфуист избавляется от всех ментальных установок сопротивления и занимает позицию уступчивости. Все его действия лишены самоутверждения; он позволяет уму оставаться свободным и ни за что не цепляющимся. Если он перестанет думать, течение его движений нарушится и противник немедленно ударит его. Поэтому каждое действие надо совершать ненамеренно и без всяких «усилий».

Ближайшее к у-вэй явление природы – вода: в мире нет ничего податливее и слабее воды, и нет ничего, что бы превосходило воду в ее разрушительном действии на жесткое и крепкое. Вода настолько тонка, что ее невозможно зажать в кулак или ударить, ей неведома боль. Пронзи ее ножом – не ранишь. Разорви ее – останется целой. У нее нет формы: вода принимает форму сосуда, куда ее наливают.

У-вэй – это искусство безыскусственности, принцип отсутствия принципов. Если формулировать это с точки зрения кунг фу, настоящий новичок не ведает, как блокировать и бить, а тем более как защититься. Когда противник пытается нанести ему удар, он инстинктивно его блокирует. Это все, что он может сделать. Но, начав тренироваться, он учится тому, как обороняться и атаковать, как мыслить, и многим другим техническим навыкам, заставляющим его ум «стопориться» на различных приемах. Поэтому, пытаясь нанести противнику удар, он чувствует необычную скованность. Он полностью утратил исконное чувство чистоты и свободы. Однако месяцы и годы спустя, когда его тренировки достигнут большей зрелости, его отношение к себе, владение телом и техникой безмыслия будут напоминать состояние ума в самом начале тренировок, когда он ничего не знал, когда он вообще не знал кунг фу.

У-вэй – это искусство безыскусственности, принцип отсутствия принципов. Если формулировать это с точки зрения кунг фу, настоящий новичок не ведает, как блокировать и бить, а тем более как защититься.

Так начало и конец превращаются в ближайших соседей. В музыкальных гаммах можно начать с самой низкой и постепенно подняться до самой высокой тональности. По достижении самой высокой оказывается, что она рядом с самой низкой. Точно так же по достижении высочайшей ступени в постижении кунг фу кунгфуист превращается в своего рода простака, ничего не знающего о кунг фу и лишенного всей учености. Он оставляет интеллектуальные расчеты и достигает состояния безмыслия.

Когда достигается высшее совершенство, тело и конечности сами, без вмешательства ума, выполняют то, что следует. Технические умения настолько автоматические, что они полностью отделяются от сознательных усилий. Вот почему китайцы говорят, что высшее умение совершается на почти бессознательном уровне.

Источник: рукописное эссе Брюса Ли под названием «У-вэй». Архив Брюса Ли.

2-I Раскрепощение



Существовать **ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС**; это требует лишь одного: увидеть открытость, свободу – свободу открытости и несвязанности ни с какими идеями, понятиями и так далее. Мы можем продолжать репетировать, анализировать, посещать лекции и так далее до посинения; все это не принесет ни [малейшей] пользы. Лишь когда мы перестанем думать и раскрепостимся, мы начнем и открывать.

Когда наш ум успокоится и в его лихорадочной активности возникнет случайная пауза, произойдет раскрепощение. И только тогда в промежутке между двумя мыслями может явиться вспышка **ПОНИМАНИЯ** – понимания, которое не есть мысль.

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.