

# AMRO M.

国大书局



PHILIPPUS  
KAPAT

## I. БУСИДО

### 1.1 Вступление

По указанию Токугава Иэясу (1542–1616) в первые же годы после его прихода к власти было составлено «Уложение о самурайских родах» («Букэ се хатто»), определявшее нормы поведения самурая на службе и в личной жизни. Вторым сочинением, посвященным воспеванию догматов Буси-до, было житийное описание подвигов князя Такэда Сингэн в двадцати томах, авторство которого разделили Косака Дандзе Нобумаса и Ооата Кагэнори. Несколько позже появился труд Дайдодзи Юдзана (1639–1730) «Начальные основы воинских искусств» («Будо сесин сю»). И, наконец, в 1716 году вышли одиннадцать томов книги «Сокрытое в листе» («Хагакурэ») ставшей «священным писанием» буси. Это любопытное произведение принадлежало Ямамото Цунэтомо, монаху, а в прошлом самураю клана Сага на южном острове Кюсю. После смерти своего господина, дайме Набэсима Наосигэ, которому он верно служил десять лет, Ямамото принял постриг и всю оставшуюся жизнь посвятил обобщению догматов самурайской чести.

### 1.2 Хагакурэ — сокрытое в листе

Когда я смотрю на цветок,

Который живет, укрывшись под листьями,

Я испытываю такое чувство,

Словно вижу свою тайную любовь... (Сайге XVII век)

«Буси-до — Путь воина — означает смерть. Когда для выбора имеется два пути, выбирай тот, который ведет к смерти. Не рассуждай! Направь мысль на путь, который ты предпочел, и иди!..

Каждое утро думай о том, как надо умирать. Каждый вечер освежай свой ум мыслями о смерти. И пусть так будет всегда. Воспитывай свой разум. Когда твоя мысль постоянно будет вращаться вокруг смерти, твой жизненный путь будет прям и прост. Твоя воля выполнит свой долг, твой щит превратится в стальной щит».

«В жизни все фальшиво,

Есть только одна истина и эта истина — смерть».

«Воистину храбр тот, кто смерть встречает с улыбкой. Таких храбрецов мало, они редки».

«Когда вы не можете решить: идти или не идти? — лучше не ходите. Когда вы задаетесь вопросом: есть или не есть? — лучше не ешьте. Когда вас мучает вопрос: умереть или не умереть? — лучше умрите».

«Смерть посещает всех: великих и малых. Смерть настигает вас, не считаясь с тем, подготовились вы к ней или нет. Но все люди подготовлены к факту смерти. Однако вы склонны думать, что переживете всех.

Встречая смерть, будьте уверены в том, что вы встречаете ее в полной готовности».

«Любого противника, с которым ты сражаешься, считай настолько сильным, что с ним не управятся и десятки людей».

«Даже оставшись один, защищай свою позицию. Тотчас же найдется другой, чтобы образовать фронт вместе с тобой, и вас станет двое.

В доблести и бесстрашии будь вторым за пустым местом.

Если древние воины были способны на это, то почему мы не можем быть способными? Люди остались теми же.»

«Если хочешь стать мудрым, советуйся с другими; если хочешь стать храбрым, бросайся на врага и вырывай у него победу. Все это необходимо в жизни. Достойные поймут это».

«Я должен двигаться, пусть медленно, как червь, но я должен всегда двигаться только вперед».

«Тренируя себя, никогда не надо думать об отдыхе. Иногда бывает достаточно одного слова, чтобы доказать свое мужество».

«Если случается такое, что требует отмщения, действуйте, не теряя времени, даже если это стоило бы вам жизни. Вы можете потерять жизнь, но честь — никогда. Если вы задержитесь, чтобы обдумать, как лучше отомстить, вы можете не дождаться другого подходящего случая».

«Все возможно для вас, когда вы работаете с усердием.

Будьте учтивыми и вежливыми: от низких поклонов спина не сломается.

Мужество — превыше всего. Если человек обругает вас прямо, значит у него хорошая душа.

Проходя один квартал, думай о семи идеалах».

«— Истинная храбрость заключается в том, чтобы жить, когда правомерно жить, и умереть, когда правомерно умереть.

— К смерти следует идти с ясным сознанием того, что надлежит делать самураю и что унижает его достоинство.

— Следует взвешивать каждое слово и неизменно задавать себе вопрос, правда ли то, что собираешься сказать.

— Необходимо быть умеренным в еде и избегать распущенности.

— В делах повседневных помнить о смерти и хранить это слово в сердце.

— Уважать правило „ствола и ветвей“. Забыть его — значит никогда не постигнуть добродетели, а человек, пренебрегающий добродетелью сыновней почтительности, не есть самурай. Родители — ствол дерева, дети — его ветви.

— Самурай должен быть не только примерным сыном, но и верноподданным. Он не оставит господина даже в том случае, если вассалов его сократится со ста до десяти и с десяти до одного.

— На войне верность самурая проявляется в том, чтобы без страха идти на вражеские стрелы и копья, жертвуя жизнью, если того требует долг.

— Верность, справедливость и мужество суть три природные добродетели самурая.

— Во время сна самурая не следует ложиться ногами в сторону резиденции сюзерена. В сторону господина не подобает целиться ни при стрельбе из лука, ни при упражнениях с копьем.

— Если самурай, лежа в постели, слышит разговор о своем господине или собирается сказать что-либо сам, он должен встать и одеться.

— Сокол не подбирает брошенные зерна, даже если умирает с голоду. Так и самурай, орудуя зубочисткой, должен показывать, что сыт, даже если он ничего не ел.

— Если на войне самурая случится проиграть бой и он должен будет сложить голову, ему следует гордо назвать свое имя и умереть с улыбкой без унижительной поспешности.

— Будучи смертельно ранен, так что никакие средства уже не могут его спасти, самурай должен почтительно обратиться со словами прощания к старшим по положению и спокойно испустить дух, подчиняясь неизбежному.

— Обладающий лишь грубой силой не достоин звания самурая. Не говоря уж о необходимости изучения наук, воин должен использовать досуг для упражнений в поэзии и постижения чайной церемонии.

— Возле своего дома самурай может соорудить скромный чайный павильон, в котором надлежит использовать новые картины — какэмоно, современные скромные чашки и нелакированный керамический чайник».

В целом кодекс Буси-до сводится к пяти ключевым установкам, повторяющим и поясняющим основные догмы конфуцианской морали:

## 1. Верность

Это понятие включает три важнейших положения:

Верность государю и любовь к отечеству.

Верноподданный должен гореть искренним чувством почитания государя и чувством патриотизма, не иметь частных интересов.

Любовь к родителям и привязанность к братьям. Следует почитать своих предков, любить родственников и детей.

Усердие. Следует быть усердным и прилежным, иметь чувство ответственности.

## 2. Вежливость

Также включает три положения:

Уважение и любовь. Следует уважать и почитать вышестоящих, служить им с искренностью и быть дружным с братьями по оружию.

Скромность. Не следует кичиться своими заслугами и хвастаться своими способностями.

Утонченность. Следует быть любезным и элегантным, любить книги и изящные искусства, быть великодушным, уметь чутко относиться к чужим чувствам.

## 3. Мужество

Включает четыре положения:

Храбрость. Следует быть храбрым в исполнении долга и смелым в опасности, уметь действовать в трудной обстановке.

Твердость и хладнокровие. Следует быть отважным и невозмутимым, никогда не поддаваясь страху.

Терпеливость и выносливость. Следует побеждать свои чувства, пренебрегать своими интересами, быть терпеливым в нужде и лишениях, быть стойким и выносливым, стараться достигнуть цели, преодолевая все затруднения.

Находчивость. Следует быть сообразительным, проявлять смекалку, обладать предприимчивостью и инициативой в любых трудных случаях, уметь верно рассчитать момент для действия.

## 4. Правдивость

Включает три положения:

Прямота и искренность. Следует выполнять обещания, быть верным слову, ненавидеть хитрость и раболепие, твердо следовать своим убеждениям.

Честь. Следует всегда дорожить своей честью и авторитетом.

Справедливость. Следует всегда уметь отличать личное от общего, понимать, что соответствует принципам нравственности.

Простота. Не подобает гнаться за роскошью, следует избегать бесполезных трат.

Скромность и чистота. Не подобает гнаться за дутой славой. Следует во всем соблюдать простоту и умеренность, не быть тщеславным.

«Всю энергию следует отдать Пути самурая, больше ни к чему стремиться не нужно. То же можно сказать и о Пути вообще. Те, кто изучал конфуцианство и буддизм, могут счесть, что Путь самурая неразумен. Только если вы глубоко постигнете все Пути, сумеете понять, в чем

истинная разумность».

«Для самурая наиболее существенной и жизненно важной является идея смерти — идея, которую он должен лелеять днем и ночью, с рассвета первого дня года и до последней минуты последнего дня. Когда понятие смерти прочно овладеет тобой, ты сможешь исполнить свой долг в наилучшем и наиполнейшем виде: ты будешь верен господину, почтителен к родителям и тем самым сможешь избежать всех невзгод. Таким образом ты не только сможешь продлить свою жизнь, но и поднимешь собственное достоинство в глазах окружающих. Подумай, как непрочна жизнь, особенно жизнь воина. Уразумев это, ты будешь воспринимать каждый день как последний в своей жизни и посвятишь его выполнению важнейших обязательств. Не позволяй мыслям о долгой жизни завладеть тобой, иначе погрязнешь в пороках и беспутстве, окончишь дни свои в позоре бесчестья».

«Ты никогда не сможешь совершить подвиг, если будешь следить за ходом сражения. Только тогда ты достигнешь многого, когда, не обращая внимания на окружающее, станешь биться отчаянно, как бешеный. Буси-до запрещает увлекаться рассуждениями. Рассуждающий воин не может принести пользу в бою».

«Никогда не следует задумываться над тем, кто прав, кто виноват. Никогда также не следует задумываться над тем, что хорошо и что плохо... Вся суть в том, чтобы человек никогда не вдавался в рассуждения».

«Все мы предпочитаем жизнь смерти, все наши мысли и чувства, естественно, влекут нас к жизни. Если ты, не достигнув цели, останешься в живых, — ты трус. Это важное соображение не следует упускать из виду. Если же ты умрешь, не достигнув цели, может быть, твоя смерть будет глупой и никчемной, но зато честь твоя не пострадает... Когда решимость твоя умереть в любой момент утвердится окончательно, знай, что ты в совершенстве овладел Буси-до — жизнь твоя будет безупречна и долг будет выполнен».

«Те, кто держится за жизнь, умирают, а те, кто не боится смерти, живут. Все решает дух. Постигните дух, овладейте им, и вы поймете, что есть в вас нечто превыше жизни и смерти — то, что в воде не тонет и в огне не горит».

«Путь самурая есть одержимость смертью. Подчас десятеро противников не в силах одолеть одного воина, проникнутого решимостью умереть. Великие дела нельзя совершить в обычном состоянии духа. Нужно обратиться в фанатика и пестовать страсть к смерти».

«Человек, который завоевывает репутацию благодаря чисто техническому совершенству в воинских искусствах, просто глуп. По неразумию своему он все силы сосредоточивает на одном и добивается в этом деле успехов, отказываясь думать обо всем остальном. Такой человек ни на что не годен!»

«Молодым людям следует совершенствовать свои качества воина так, чтобы у каждого была твердая уверенность: «Я лучший в Японии!» В то же время юный самурай должен ежедневно здраво оценивать свои занятия и быстро ликвидировать обнаруженные пробелы и недостатки. Кто не будет именно в таком смысле понимать самурайскую доблесть, ничего не сможет добиться».

«Есть два вида гордости — внутренняя и внешняя. Ничтожен тот самурай, который не обладает обоими видами гордости. Можно уподобить гордость клинку, который следует наточить, прежде чем вложить в ножны. Время от времени клинок вынимают поднимают на уровень глаз, начисто протирают, затем снова прячут в ножны. Если самурай постоянно размахивает обнаженным мечом, все сочтут, что приближаться к нему не следует, и у него не будет друзей. В то же время, если меч никогда не вынимался из ножен, лезвие потускнеет, и люди перестанут считаться с его хозяином».

«Тренировке человека нет конца. Бывает, что вы вдруг начинаете чувствовать себя достигшим полного совершенства и перестаете заниматься тем, чем занимались до сих пор. Между тем, кто хочет быть совершенным, тот всегда должен помнить, что он еще очень далек от этого. Только не довольствующиеся уже достигнутым и постоянно стремящиеся к высшим достижениям будут почитаться потомством за лучших людей

«Следует ценить «Золотую середину», но когда речь идет о воинских искусствах, даже в ежедневных тренировках самурай должен неизменно чувствовать, что его мастерство превосходит мастерство соратников... Самурай, чья конечная цель заключается в победе на поле брани, в одолении доблестного противника, является истинным воплощением самурайской чести-и мужества, неукротимым и рьяным».

## II. ФИЛОСОФИЯ КАРАТЭ (направление — Кекусинкай)

### 2.1 Краткая биография Масутацу Оямы

Масутацу Ояма родился в 1923 году, начал заниматься кемпо в возрасте девяти лет и достиг первого уровня мастерства (седан) через два года в средней школе. В 1938 году его зачислили в авиационный институт, и он стал изучать воинские искусство в зале Штокан, которым руководил Гичин Фунакоши.

В семнадцать лет Ояма достиг уровня второго дана. В 1941 году он был принят в Токийский университет и в 1943 году начал заниматься с Содейни, ведущей фигурой в каратэ того времени. В двадцать лет он получил четвертый дан. В 1945 году он был призван в специальный атакующий корпус Японской армии и был послан на юг, где проходили бои. Но скоро вторая мировая война окончилась.

В 1946 году Ояма изолировал себя в храме у подножия горы Миноби и тренировался каратэ целый год. Потом он взял первое место в послевоенном всеяпонском личном чемпионате, после чего решил посвятить свою жизнь исключительно воинскому искусству. В 1946 году он построил грубую хижину для себя на горе Киоцуни в префектуре Шига и один напряженно тренировался в течение года и восьми месяцев, питаясь травой и ягодами. После тренировок в гористой местности в 1949 году он стал тренироваться с быками недалеко от бойни. За время пребывания он выступил против 50 быков, срубив им рога.

В 1952 году, вместе с Эндо — выдающимся мастером дзюдо, он совершил путешествие по Соединенным Штатам, где дал 270 показательных выступлений и 7 раз показывался по телевидению.

В Америке его прозвали «Божественным кулаком» за его способность молниеносно откалывать горлышки бутылок и ломать кирпичи и доски. Он послал вызов двум американским профессиональным боксерам и одному профессиональному борцу и выиграл у них всех.

С тех пор он стал преподавать и давать лекции в Америке, Европе и Южной Азии. Сегодня блистательный Кекусинкай стал одним из известнейших во всем мире стилей (школ) каратэ, как наиболее сильный. Его преподают в залах 55 национальных организаций.

Первая книга Масутацу Оямы вышла в 1958 году под названием «Что такое каратэ?» (тираж

120 тысяч экз.); в 1964 году — «Это каратэ» (тираж 60 тысяч за 2 года).

В ноябре 1975 года был проведен первый открытый чемпионат мира по каратэ, который убедительно доказал, что каратэ есть наиболее сильный вид военного искусства и что Кекусинкай — это самый сильный вид каратэ.

## 2.2 Вступление

Каратэ уже завоевало сердца молодых людей во всем мире. Они обратились к каратэ в надежде реализовать мечту, свойственную всем людям, по крайней мере всем мужчинам — стать сильными. В век ядерной войны, электронной техники и войн, когда истекают кровью малые народы за интересы крупных держав, человечество смотрит на всякого рода конфликты с подозрением. В двадцатом столетии они могут привести к применению оружия, имеющему слишком ооольшие последствия, и после двух мировых войн третья угрожает истреблением всему животному и растительному миру на земле. Естественно, что в век переорганизации молодежь должна обратиться к рациональному, эффективному, оваянному тайной военному искусству Востока. Кроме того, люди обращаются к каратэ, чтобы как-то противостоять многочисленным организациям. Сегодня крупные организации определяют судьбу всего человечества: все вершат могущественные державы. Неудивительно, что при таких условиях люди начинают заниматься каратэ для сохранения в какой-то мере достоинства отдельного человека.

Более десятка книг, написанных мною за последние тридцать лет, посвящены технике каратэ и укреплению тела. Но так как техника и духовная тренировка являются необходимыми для достижения действительной силы, я затронул эти аспекты и вопросы морали. Правда, я не могу отделаться от мысли о том, что читатели книг с технической ориентацией не поймут полностью, что я хотел сказать.

Я начал свои занятия с так называемых Восемнадцати приемов и системы шакурики, но вскоре обнаружил, что достижение только физической силы подобно попытке изваять статую Будды, не вкладывая душу в этот труд. В годы, когда я полностью посвятил себя каратэ и тренировочному залу, я часто задавал себе вопрос и серьезно размышлял о себе и методе, которому я обучал других. Размышления были обращены, естественно, и к истокам человеческого горя.

Каковы же основные причины страданий в человеческой жизни? Смерть родителей, братьев, сестер, детей и других родственников или друзей; трагическая судьба насильственного разделения нации, потеря любимого или любимой — все это является причиной невыносимых страданий. Но психологическим источником страдания, которое вызывает не меньше мучений и боли, чем физические недуги, являются бессознательное горе в связи с утратой любимого человека, а также предательство среди друзей, предательство учителем ученика или наоборот.

История предательства Юлия Цезаря его любимым другом и возможным преемником известна каждому. Когда убийцы обнажили клинки против великого диктатора, он пытался защитить себя и отражал нападение до тех пор, пока не увидел среди них Брута. В его последних словах «И ты Брут» выражено глубокое горе, овладевшее им, когда он увидел, что предан человеком, которого любил и защищал.

Я пишу об этом, ибо не исключено, что много подобных Бруту встречается среди людей, которых я обучал приемам и духу каратэ. Несомненно, я должен спросить себя, почему я любил и обучал такого человека методам защиты каратэ. Вполне вероятно, что я смог бы



уничтожить этого человека. Но вполне возможно, что я бы ничего не сделал, а только глубоко опечалился. Бесплезно преследовать человека, который уже убежал и что хорошего в убийстве человека?

Но если те, кого предали, страдают, то и предавший редко чувствует себя хорошо. Брут и его сподвижники окончили жизнь самоубийством в бесславии. Предатели обычно теряют своих друзей. Я знаю несколько примеров, когда такое случалось. Часто предательство совершается ради денег или славы. Люди, которые обнаруживают это, обычно отворачиваются от предателя, который, возможно, будет предан своими товарищами. В истории Японии имеется много примеров, подтверждающих эту печальную истину.

Полководец XVI века Ода Нобунаго был предан одним из своих друзей Акечи Минухидзе, которому нанес поражение более известный полководец Тойотоми Хидэеси и который, в конце концов, был убит крестьянином. Самоубийство Иуды Искарота является другим ярким примером. Много подобных случаев и в истории Китая. Так, Чао Као, главный евнух первого императора династии Цинь (3-й век до н. э.) был вероломным человеком, который связывался с любым, отвечающим его целям. Он был организатором убийства наследника трона, но позднее был казнен по приказу правительства. Его заставили самому себе выкопать могилу.

Дело в том, что все мы живем в обществе, связанном взаимными психологическими узами. Возмездие, часто духовное или выраженное социальным осуждением, неизбежно падет на человека, предавшего группу, с которой ему предназначалось жить. Одной из самых трудных задач, с которыми сталкивается человек, является выбор товарищей, которые не предадут. В равной мере трудным является и сдерживание мыслей о предательстве своих товарищей. Социальная кара настигает человека, предавшего свою группу.

И так как наказание отмерено, уже поздно изменить ситуацию. Это означает, что в выборе друзей надо быть очень осторожным.

Раньше я тренировался один в горах. Я часто следовал по пути одиночества и был клеймен как еретик представителями других школ каратэ. Но со временем я понял, что человек должен жить в тесном контакте с другими. И когда увидел, что мое направление каратэ лежит в тесном контакте с людьми — многие сомнения, терзавшие меня, рассеялись.

Я был счастлив со многими друзьями и учениками.

У меня были и неудачные отношения. Но сейчас, обращаясь к прошлому, я понимаю, что большему научился от плохих друзей, чем от хороших. Горести и страдания были испытанием, ниспосланным мне Свыше, чтобы совершенствоваться и укреплять меня. Они вызывали более сильную боль, чем удары, наносимые моими противниками по каратэ.

Я предлагаю философию, разработанную мною на основе личного опыта, в надежде, что она поможет читателям избежать некоторых неприятных моментов, с которыми я сталкивался, и в то же время помочь им понять те вещи, которые имели для меня огромное значение,

## 2.3 Стремления

Когда я был маленьким, нас учили, чтобы нам никогда не было стыдно перед семьей, учителями и друзьями. Мы учили наизусть китайское стихотворение, в котором говорилось: «Если человек покидает дом со стремлениями, он не должен возвращаться без их исполнения даже после смерти; на жизненном пути человека повсюду есть зеленые холмы

для могил».

Сейчас таким вещам не учат, и интересно, что юноши делают без такого руководства. Может ли современное воспитание, основанное в слишком большой мере на равноправии и не воспитывает духовно, помочь подросткам найти цель и определить, кем они хотят стать.

Конечно, в обществе, где царит благодатный мир, такое воспитание может быть достаточным: молодой человек с препятствиями не сталкивается. Он может найти работу, жениться и создать семью.

Но действительно ли этого достаточно? Существует ли человеческая жизнь без удовлетворения идеалов? По-моему, такая жизнь в сущности бесполезна. Это легкий путь, когда всегда имеешь то, что хочешь. Это путь к падению. Жизнь человека обретает славу и силу тогда, когда она шлифуется в процессе преодоления трудностей.

Человек достигает совершеннолетия, используя свою внутреннюю жизненную силу. В какое-то время, обычно в юности в пору полового созревания, из-за боязни и недостатка опыта, подросток начинает беспокоиться об отличительных качествах своей личности. Он обнаруживает, что у него появились собственные идеалы и, вполне вероятно, что он выбирает кого-то, кто отвечает этим идеалам. Его захватывает этот человек, и он из всех сил старается превзойти его. Появляется осознанное желание двигаться к намеченной цели. Осознанность желания, полная преданность поставленной цели и виды на будущее своей жизни — вот что подразумевают под стремлениями. Однако следует иметь в виду, что этим словом я выражаю нечто всепоглощающее и психологическое. В этом смысле стремления полностью отличаются от боготворения героя, в которое впадают некоторые подростки.

Я должен упомянуть здесь о чувстве пристойности и стыда, имевшем раньше большое значение. Для этого я обращаюсь к примеру, взятому из моей жизни, когда я был очень молод. В девять лет я обучался Восемнадцати приемам (шаку-рики) у некоего мистера Юи.

Я был силен, как никто в классе, и даже ребята на пять-шесть лет старше боялись меня. Но спустя два года мистер Юи покинул ферму моей сестры, где он работал, и я, огорченный из-за его ухода, начал затевать потасовки с другими мальчиками, стал гордецом и задавакой.

Однажды, когда мне было 11 или 12 лет, я играл в войну с соседскими ребятами. Случилось так, что орошенный мною камень оцарапал ногу проходившей мимо девушки. Она была самой красивой в нашей деревне и, когда она начала бранить меня: «Не бросай камнями, попадешь в кого-нибудь!» — проявился мой злобный характер. Я был слишком молод, чтобы испытывать физическое влечение к девушке, но она была так красива, что мои братья и другие ребята часто указывали на нее пальцами и шептались о ней. Она пошла своей дорогой, а я последовал за ней, изображая из себя клоуна. Внезапно я обхватил ее сзади руками и повалил на землю. Она вскрикнула в испуге, мои друзья бешено захлопали в ладони. Несмотря на аплодисменты, я, хотя и ребенок, покраснел и убежал, как испуганный кролик.

Окончилось это наказанием более худшим, чем я ожидал. Мой отец узнал о случившемся от матери девушки. В тот вечер он сильно ударил меня по голове своей длинной медной трубкой. Он скрутил мне руки, дал пинка и закрыл меня в сарае. И я понял сразу, хотя ничего не знал о половых отношениях, что была связь между моим проступком и жестокостью наказания. Мой отец кричал на меня: «Разве можно играть с девушками в твоём возрасте? Подонки вроде тебя не достигнут ничего хорошего!...»

Когда я лежал в сарае, слова отца дошли до меня. Хотя я не кричал, когда он толкал и пинал меня, теперь же в темноте горько плакал. Я решил стать таким, что мой отец никогда не услышит на меня жалоб. Не удары отца или другое наказание причинили мне боль, а позор, который испытал из-за меня отец. И когда я решил, что стану личностью, за которую никогда

не придется испытывать стыда, слезы мои высохли. Но я снова расплакался, когда пришла моя мать, чтобы выпустить меня. Она сказала, что я стал слишком взрослым, чтобы позволять себе подобные выходки, и что я и в дальнейшем буду позорить себя, если не буду лучше относиться к учебе. Ее проникновенные слова произвели на меня глубокое впечатление.

И впоследствии, пусть я и не стал отличником, я стал проявлять большой интерес к чтению. Позднее, когда я посвятил себя каратэ, книги стали для меня огромной поддержкой и источником вдохновения. Чтение хороших книг породило светлые идеалы и стремления и привело к тому, что у меня появились верные друзья. Конечно, в жизни книги — это еще не все, но из них можно многое почерпнуть, особенно людям, подобным мне, которые стремились принести пользу своей деятельностью.

Помню, что в юности на меня оказала сильное влияние, и в равной степени на других почитателей этого автора, биография прусского канцлера Германской Империи Отто фон Бисмарка (1815–1898), написанная японским биографом Юсуке Цуруми. Подчеркиваю, что эта книга и другая, о Бенджамине Дисразли, знаменитом премьер-министре, так повлияли на меня, что иногда я потихоньку плакал, думая об этих великих людях. Известно, что Бисмарк, родившийся в семье военного, землевладельца, принадлежащего к привилегированному классу юнкеров, стал канцлером и другом кайзера Вильгельма I и с энергией локомотива в короткий срок, в два-три года, объединил Германию, сделав ее мощной державой, способной управлять большей частью Европы. Замечание Бисмарка о том, что все проблемы Германии можно решить посредством крови и железа, колоколом звенело в моих ушах.

Я решил стать Бисмарком Востока. Конечно, я хотел быть сильным и в каратэ, но решение полностью посвятить себя каратэ пришло позднее. Бисмарк остался для меня привлекательной личностью. Быть похожим на него было стремлением моей юности.

В связи с этим я должен внести ясность в природу моего стремления. Я не чувствую, что высокие стремления обязательно связаны со славой или честолюбием. Слава Бисмарка и его успехи несомненны. Но тем, что побуждало меня и заставляло гореть мой разум, были его неоспоримая верность идеалам и широкая разносторонняя деятельность. Желание стать богатым и известным является честолюбием, оно ниже стремления стоять на более высоком, более человеческом духовном уровне. В трудах Конфуция сказано, что человек с патриотическими устремлениями к идеальному и совершенному не делает ничего против этого качества, а лишь желает посвятить этому свою жизнь.

Это указывает на то, что стремления должны быть чистыми и свободными от эгоизма. Это не имеет ничего общего с низменными желаниями богатства, удовольствия и популярности. Но действительно патриотическим человеком является тот, кто на основе сильного желания, исходящего из глубины души, стремится к настоящей честности. Стремления такого человека борются против поверхностных желаний и направлены на контроль страсти. Оглядываясь назад, я вижу, что иногда поддавался поверхностным желаниям. Но я никогда не оставлял полностью свои устремления. Я сохранил их потому, что способен был испытывать стыд за свою дерзость, слабости и халатность. Поднимаясь из глубины души, стремления являются духовными требованиями, которые пронизывают всю жизнь человека и делают возможным жертвы души ради них.

С желанием стать Бисмарком Востока я покинул дом в возрасте тринадцати лет и направился в Токио. Я поступил в авиационную школу в тот момент, когда Япония была на грани вступления во Вторую мировую войну, и решил посвятить себя службе в авиации. Это согласовывалось с моим желанием стать похожим на Бисмарка, так как он сам был настоящим патриотом.

Во время службы я продолжал заниматься каратэ. Достиг степени шодан в пятнадцать лет и

второго дана в восемнадцать. Затем я добровольно вызвался для выполнения особого задания. Это означало, что я буквально торопился в мир иной. Но состоялась Потсдамская конференция и по имперскому радио объявили о капитуляции. Я плакал. Страна, ради которой я хотел пожертвовать жизнью, потерпела поражение, прежде, чем я успел осуществить свое желание.

Я не сожалею о своей юности. Рад, что у меня было то, что я любил всем существом. Сожалею о молодых людях, у которых нет того, за что можно рисковать собой. Теперь многие люди не знают, что им делать со своей драгоценной юностью, и отдаются удовлетворению низменных желаний. Личность без стремления подобна кораблю без руля или лошади без узды. В нашем обществе много таких людей.

В смятении и трудностях первых лет после войны я тоже был психологически растерянным. Но я решил посвятить себя воинскому искусству и походить на великого Миямото Мусаси (1584–1645). Когда мое тело и разум вновь находились в хорошем состоянии, я ощутил, что мои стремления были сильными, как никогда. Однажды я сидел на сосновом пне на утесе и смотрел на необъятный простор Тихого океана и вдруг обнаружил, что согласен с Конфуцием: «Тот, кто чист телом, подобен богу силы, энергии».

Стремления придают жизни согласованный порядок. И люди, разделяющие высокие стремления, разделяют и истинную дружбу. Большинство моих друзей имеют одну отличительную особенность: они обладают широкими великодушными качествами. Они страдают из-за меркантильности современного японского общества. Они заблуждаются потому, что хотят расправить крылья, им не нравится досаждать незначительными предложениями. Их цели обширны. Как китайского дракона, их трудно поразить. Все они руководствуются духовными основами и высокими стремлениями. И я полагаю, они поясняют истину, что чем возвышеннее стремления человека, тем значительнее и выше он сам.

Фортуна улыбается тем, у кого есть стремление и характер. У такого человека определенно хорошие друзья. Никогда не заблуждаясь, он обнаружит, что его стремления придают ему мужество, которое развивает разум и тело. Все эти черты поставят его в такое положение, когда он сможет повести за собой других людей и не допустит, чтобы они заблуждались.

Человек без стремления не может стать другом того, у кого они есть. Сегодня отсутствие стремлений у личности означает отсутствие друзей, одиночество и неуверенность. Такое положение может привести только к несчастью.

В книге о Хойо Соуне (1432–1519), видном полководце Японии, встречается замечание о том, что друзья, которые приводят кого-то к душевному разладу, к падению, не являются настоящими друзьями, и что настоящих друзей надо искать среди познанных.

## 2.4 Усердие

Если бы меня спросили, чему должен уделять человек большую часть времени, я бы ответил — тренировке. Тренируйтесь больше, чем спите. Независимо от того, какую цель вы преследуете, вы не пожалеете, если будете следовать этому жесткому правилу. В человеческом обществе — единственных существ на земле, которые осознают свое существование — величайшая награда определяется достигнутыми способностями. Люди, в сущности, способны на безграничное совершенствование и подвиг. Успех зависит от цели и усердия. Человек с возвышенными целями, но ленивый, занят ничем иным, как позерством. Его намерения являются простым проявлением и могут быть вызваны желанием славы и богатства. Действительно возвышенные цели ведут к состоянию, положению, в котором

человеку не надо ничего стыдиться. Такой человек никогда не упустит свой момент. Конечно, важна также и природа, сущность целей. Если человек имеет поставленные цели, но сам нерадив, беспечен и ветрен, то эти цели не являются, как он думает, духовно значимыми, и он не овладеет методом тренировки, который может ему помочь в их достижении.

Я являюсь очень энергичной личностью. Возможно, это и явилось причиной того, что в возрасте 13–14 лет я занимался каратэ усерднее, чем кто-либо другой. Этим можно объяснить то, что я достиг степени Шодан в 15 лет и второго дана в 18 лет. Я был маленьким, как ребенок, но вес мой увеличивался по мере занятий каратэ. Наконец мой рост достиг 175 см, и я считал его в то время очень высоким. Но молодые люди сегодня растут быстрее и выше. Среди воспитанников нашего зала (школы) мой рост является средним. Подозреваю, что я остался бы коротышкой, если бы не стал заниматься каратэ. В этом и других аспектах жизни меня вдохновляло желание стать таким же сильным и храбрым, как знаменитый самурай Миямото Мусаси. Однако я не принял решения полностью посвятить себя каратэ, пока мне не исполнилось 20 лет.

Когда я покинул дом, чтобы учиться в Токио, я должен был зарабатывать, чтобы платить за обучение. Так как я продолжал усердно заниматься каратэ, я не мог обойтись без достаточного питания и решил работать в студенческой столовой, где мог бы усиленно питаться.

Мне всегда нравилась чистота и я питал отвращение даже к малейшей грязи. Я не чувствовал облегчения до тех пор, пока все вокруг меня не было в порядке. Мне не нравится неопределенность и бесцельность даже в отношениях с другими людьми.

Я усердно трудился в возрасте 15–16 лет. Думаю, что сегодня владелец небольшого или среднего предприятия был бы счастлив платить мне вдвое больше обычного за работу, которую я выполнял. С пяти утра до восьми вечера мой день был заполнен учебой, тренировкой и работой в обеденном зале, где я старался работать за двоих или троих потому, что я был благодарен за работу человеку, нанявшему меня. Тучный, сорока с лишним лет — мой хозяин, любил повторять, что никогда не видел, чтобы кто-то так старательно работал, как я. «Ты собираешься достичь многого, Ояма», — говорил он.

Когда я поступил на работу, столовая была грязная. Но в короткий срок я заставил ее блестеть, выскребая и вытирая все: столы, стулья, ступени, потолок, каждый изгиб и трещину, даже кромки стаканов. Я убирал помещение, где жил хозяин, его семья и другие рабочие, включая туалеты. Однажды я переусердствовал на кухне. Будучи новичком, я вычистил все горшки и сковородки порошком. Не зная, что повару нравится видеть свои сковородки покрытыми черным маслом, я отполировал их до серебряного блеска. Шеф-повар был так возмущен, что когда увидел их, дал мне сковородкой хороший подзатыльник. После этого у нас сложились добрые отношения. Я часто помогал ему в приготовлении пищи и, наконец, хозяин спросил меня, не хотел бы я заняться этим делом.

У меня не было желания работать в столовой, но я наверняка уверен в том, что этот вид трудоемкой и даже физически жестокой работы определенно поставил бы меня на должное место. Я бы сделал в десять раз больше, чем в обеденном зале, если хотел стать Бисмарком Востока.

После войны, полностью посвятив себя каратэ, я следовал тем же курсом огромного усердия. Тренировался по двенадцать часов в день, с 6 утра до 7 вечера, останавливаясь, чтобы только поесть. Прямо или косвенно я тренировал десятки-сотни тысяч каратистов, не зная ни одного, кто бы тренировался как же усердно, как я. Те, о ком говорили как об усердных, не уделяли занятиям и половины, даже трети моего времени.

Но здесь необходимо объяснить события, приведшие меня к тому, что я полностью посвятил

себя каратэ. В первые месяцы после войны была такая нехватка продовольствия и других товаров, какую молодым людям сегодня даже трудно представить. Казалось, что все пришло в упадок и, для того чтобы иметь достаточно денег, продуктов и даже женщину, лучше всего было присоединиться к какой-нибудь банде. Иллюзии о защите нации, ради которой я готов был отдать жизнь, рассеялись, и я находился в состоянии отчаяния.

Но у меня был четвертый дан в каратэ. Люди с моей ловкостью и силой очень ценились как телохранители. Я решил присоединиться к одной из банд. Но я не гордился таким выбором. Живя только для себя и довольно роскошно, я оставался мрачным и угрюмым. Не испытывая счастья, я предавался удовольствиям. Я был победителем, но сердце мое оставалось пустым и я испытывал чувство горечи.

Наконец, после того как я побил несколько американских солдат, меня приговорили к пожизненному тюремному заключению по приговору генерального штаба оккупационных войск. Моя жестокость была актом негодования против поражения Японии. Я хотел показать, что по крайней мере мне не пришлось капитулировать перед американцами. Но, тем не менее, я подвергнулся уголовному наказанию. Я был преступником. Мысль эта была невыносимой, хотя нечто подобное я испытывал и раньше.

Позже, работая землекопом на строительстве аэродрома, недалеко от Токио, я ударил старшего офицера и был взят под стражу. Должен заметить, что, будучи беспокойным по натуре, я всегда попадал в разные истории. Но в последнем случае я был оправдан. Старший офицер сказал то, чего ему не следовало бы говорить, и, хотя военный трибунал вынес мне приговор, другие офицеры и солдаты были на моей стороне.

Только я сам мог наказать себя за преступление и за сознание собственного падения после того, как был посажен в тюрьму. Я спрашивал себя, что точит мое сердце. Где мои японские стремления стать выдающейся личностью, которой бы не пришлось испытать чувство, подобное тому, когда мой отец связал и запер меня в сарае. В ночной тишине я еще слышал его слова: «Ничего хорошего не выйдет из этого ребенка!»

Примерно в это время мне попалась биография Миямото Мусаси, написанная Ейи Йотикавой. Я еще раньше прочитал и полюбил эту книгу и всегда жизнь великого самурая была для меня примером. Но после прочтения этой книги в тюрьме она поразила меня еще больше, чем прежде, и заставила задуматься о моем жизненном пути, заставляет задумываться и сейчас.

В одной из сцен в этой книге Такуан Сехо отвлек Мусаси от тренировки под старым кедром и сказал, что молодому человеку следует отдавать свои силы на пользу другим, людям, если уж не для всего народа. Он сказал, что, будучи рожденным человеком, надо стыдиться жить подобно дикому зверю. И в связи с этим Мусаси изменил образ жизни.

В тюрьме я полностью осознал, что должен был испытать Мусаси. Я придавал особое значение его положению и плакал, перечитывая страницу за страницей. Я был заключенным. Ему был двадцать один год, мне — двадцать четыре. Снова и снова я плакал, думая о писателе Ейи Йотикава, с которым я не встречался, но который сделал для меня то, что Такуан сделал для Миямото Мусаси. В словах Такуана я слышал Йотикаву, говорящего мне: «Используй свою силу на благо других людей».

После поражения Японии я потерял свои патриотические стремления, которыми руководствовался. После войны, в тюрьме я пришел к мысли, что эти цели все еще составляют гордость моего существования. Я видел, что эти цели должны быть как можно выше и значительней. И я осознал, что упорство и продвижение шаг за шагом являются единственным путем для достижения цели по избранному пути.

Но вопрос заключался в том, что я не выбрал еще пути. Патриотические чувства, которые я потерял в момент поражения Японии, были искренни. Но теперь для военной карьеры путь

был закрыт, а

у меня не было другого пути.

Иногда способные, трудолюбивые, искренние молодые люди не добиваются успеха. В моей практике обучения молодежи каратэ я пришел к выводу, что именно отсутствие четко выбранного пути в жизни часто является причиной такого крушения надежд. Если человек выбрал два или три пути, даже если бы он мог иметь успех в любом из них, он снижает свои возможности в каждом и теряет к ним интерес, переключаясь на другое. Такие люди становятся многосторонне развитыми, но не достигают глубины. Важно выбрать один путь. Широта важна в жизни. Но истинное движение по одному пути также жизненно важно. Один, в тюрьме, где я редко мог общаться с людьми, я увидел луч надежды. Стоя у решетки окна, я дал клятву, что если буду свободен, посвящу себя сердцем вы-бранному пути — каратэ.

Пусть Япония проиграла войну, но гордость Японии, ценность воинского искусства оставались не завоеванными. Я в долгу перед теми, кто погиб в борьбе, чтобы сохранился этот дух.

Хотя в то время я любил одну женщину, освободившись, я сразу направился в горы, где полтора года усиленно тренировался каратэ. И именно с этого времени я следовал по избранному пути — пути каратэ — шаг за шагом, но с полной уверенностью.

В кино и на телевидении боец — герой всегда в самый решительный момент побеждал своего соперника. Но этот миг является лишь результатом долгого, неизвестного, невидимого курса тренировки. Тренировка является чем-то самоотверженным, продолжающимся часами каждый день. Кое-кто настолько поглощен тренировкой, что не замечает, как летит время. С утра тренировка начинается и вдруг — уже ночь.

Чтобы тренироваться таким образом, человеку необходимо забросить обычные удовольствия и отдых. У него должно быть сильное чувство самоотречения, осознание цели, которая поможет ему в преодолении соблазнов. В предисловии к биографии Миямото Мусаси Ейи Йотикава говорит, что Мусаси постоянно боролся с инстинктивными страданиями, переживаниями. Мир, в котором мы живем, является миром безграничного, неизбежного страдания. Истинная душа Миямото была подобна одному хрупкому клинку. Мудрость, которую он искал в поединке, была путем Будды. Под инстинктивными страданиями Йотикава имел в виду желания плоти, которым врожденно подвергнуты все человеческие существа. Неважно, насколько предан идее человек, — инстинктивный соблазн очень велик. Когда кто-то находится вдалеке, его сердце стремится к обществу. Отсутствие собеседника является самым болезненным переживанием, которое когда-либо приходится испытывать человеку. Но тренировка в борьбе с таким искушением неминуемо дает положительные результаты.

Я не говорю, что молодые люди должны уединяться в отдалении и посвящать себя исключительно каратэ. Это переутомляет тело и заставляет занимающегося все забросить. Человек — стадное, общительное существо. Я не признаю обоснованность существования изолированно от окружающего мира. Тем не менее, если курс тренировки в одиночку приводит к совершенству, он дает занимающемуся гарантию, уверенность для преодоления трудности. Тренироваться можно и далеко в горах и в центре города. Человек, чей разум горит желанием научиться всему в выбранном пути, будет посвящать любую возможную минуту, день — занятиям, тренировке.

Но такая полная отрешенность иногда создает людям странную репутацию. Ньютон считался странным потому, что, поглощенный своими исследованиями, он забывал про еду и сон, клал свои часы в кувшин, пытался съесть яйцо, думая, что оно сварено, хотя только что взял его в руки. Японский ученый Хидеёо Ногуты дни и ночи проводил в лаборатории и держал при себе

белую мышь, с которой часто разговаривал. Как и многие открыватели и изобретатели, он считался сумасшедшим. И меня считали странным, когда я спустился с гор после тренировки. Дети указывали на меня пальцами и кричали, что я помешанный.

Многие друзья оставили меня. Они говорили: «Что за идея быть там, в горах, и тренироваться изо дня в день? Можно было бы понять, если бы он открыл тренировочный зал и набрал учеников. Но какая же цель в том, что не принесло ему ни цента?»

Известный священник Даген учения Дзен (1200–1293) защищал искренность, она была ключом в активной тренировке. Без отдыха я был в движении целый день и обычно находился в состоянии восторга от того, что делал. Люди наверняка думали, что я сумасшедший. Иногда я одержимо тренировался весь день, живя на деньги, зарабатываемые моей любимой. Затем я исчез на год и не посылал ей даже открытки. Я написал 12 лозунгов, которые тогда не показывал даже своим ученикам. Этот является вторым: «Изучение воинского искусства подобно восхождению на скалу, продолжай путь вперед без отдыха. Отдых непозволителен, так как он является причиной отступления от достигнутого. Стойкость день ото дня совершенствует приемы, а отдых, даже однодневный, вызывает ошибки.»

Этого и надо избегать. Надо стараться каждый день расширять свои возможности. Занимайтесь больше, чем вчера. Устанавливайте рекорды. И если границы кажутся непреодолимыми, старайтесь всем своим существом преодолеть их. И после преодоления плоти духовная и физическая сила укрепится в вас. Вы станете новой, иной личностью. Всегда помните, что страдания в преодолении границ возможного придают новую силу. Тренировка, проводимая по одному методу и в равной нагрузке, является не более, чем гимнастикой. Изучение истинного воинского пути не происходит с простотой устного объяснения. Важность в том, что надо всегда двигаться вперед, шаг за шагом.

Человек, который следует по этому пути, обнаруживает однажды, что он сильнее, мощнее, более скор и более искусен в приемах, чем думал. Противник, выглядевший ранее большим и сильным, теперь кажется маленьким и слабым. Тот, кто работает впятеро, вдесятеро больше среднего, будет выдающимся через пару лет.

Но самоудовлетворенность, даже в значительном успехе, указывает на низкие цели. Хорошие результаты — только миг. После каждого триумфа нужно завоевывать новые вершины. Окончательная цель — просветление. Слава и победы над сильным противником являются только вехами в пути.

## 2.5 Смелость

Меня часто спрашивают, где человек находит смелость, которая необходима для поединка и вообще для жизни. Несомненно, люди думают, что я преисполнен храбростью, так как в разное время находился в опасных ситуациях, когда мгновение решало вопрос жизни и смерти. Да, я сталкивался с различными ситуациями в жизни. Я показывал львиную храбрость. Каждый проходит через страх и смелость. Все зависит от индивидуального, духовного состояния и обстоятельств.

Тем не менее, смелость является значительным фактором. Никому не нравится быть трусом, и я уверен, что даже женщины, как и мужчины, хотят всегда быть доблестными. Самый скорый метод в достижении смелости — это следовать выбранному пути и быть готовым лишиться жизни ради справедливости. Человеку, идущему по этому пути и не беспокоящемуся о своей славе и судьбе, нечего бояться. Я уже выделил строки, где говорится, что человеку не нужно ничего бояться, если его дух не затуманен, если нет причин



для стыда и если у него нет сомнений в правильности выбранного пути. Такой человек уже отдал свою жизнь служению другим и, следовательно, готов стать перед лицом любой опасности со всей твердостью.

Сократ поясняет мой пример. Он первым создал себе славу храброго, когда его армия и армия врага остановились на отдых недалеко друг от друга. Сократ подошел к линии врага, хладнокровно выясняя ситуацию, повернулся и бесстрашно пошел назад. Будучи патриотом, он отказался бежать из тюрьмы, потому что это противоречило афинским законам. Наконец, с решительной смелостью он принял яд, указанный приговором. Человек глубокой справедливости, обвиненный в ложности своей философии, Сократ не знал страха. Подобная убежденность и преданность справедливости может помочь всем нам смело преодолевать большие и малые неприятности в жизни.

Миямото Мусаси говорил, что он не сожалеет о содеянном. Если вы уверены в своих словах, стремлениях, мыслях и действиях и делаете все, что в ваших силах, вам не нужно будет сожалеть о результатах.

Победа над страхом и малодушием является решающим моментом для человека, который, не жалея усилий, надеется, что все будет преодолено, как только он захочет этого.

Помню, как я, будучи в США, ужаснулся от результата поединка. Мои противники были знаменитыми боксерами тяжеловесами, чьи удары были смертельными и сила их грозила разбить мне голову или сломать шею. В Америке все — бизнес. Наградой за поединок было 5000 долларов, и боксеры жаждали увеличить свою популярность, поставив на место маленького японского каратиста, не беспокоясь о его жизни. Хотя и мои намерения касались денег и желания увеличить славу каратэ, я более всего был вдохновлен гордостью и преданностью древнему воинскому искусству. Я был уверен в мощи каратэ и верил в свое мастерство. Тогда я работал с профессиональным менеджером, покровителем и чувствовал, что должен победить ради него. К несчастью, вначале я принимал участие в показательной борьбе с Великим Теге, но когда отказался играть роль слабака и всегда проигрывать встречи, я прекратил эту работу и стал искать противников для схватки один на один. В те дни это было очень необычным. Великий Теге пригласил меня и Кекичи Эндо в Соединенные Штаты как представителей школ дзю-до и каратэ. Будучи озабочен коммерческой стороной этого дела, чего я не поддерживал, Великий Теге был, тем не менее, настоящим патриотом и, уважая мой идеализм, относился ко мне очень хорошо. С моим критическим отношением к нему, я бы не жаловался, если бы он позволил мне умереть с голоду.

Я должен был выиграть матч с боксерами-профессионалами, но ряд обстоятельств омрачал мою обычно живую, полную энтузиазма тренировку. Во-первых, я был в другой стране, где должен был заботиться о денежных делах, таких непривычных для меня. Во-вторых, я должен был сразиться с противниками, обладающими огромной силой. За день до начала матча я терзался между приступами страха и искренними молитвами. Мое состояние не улучшилось от эмоционального воздействия красивой женщины. Многие вещи могут приносить большую радость и оживление в жизни, но в то время, когда полная чистота разума и преданности задаче были жизненно важны, это было отвлекающим. Я находился, возможно, перед лицом смерти и у меня не было времени на романы.

Время от времени каждый сталкивается со страхом смерти. Страшно знать, что смерть является чьим-то концом осознания мира. Религии и философии всех видов призваны помочь человеку побороть этот страх, некоторые религии настаивают на том, что человек должен так жить, чтобы заслужить счастливую участь в другом мире. Некоторые философы, подобно направлению Дзен, говорят, что мы должны стараться достигнуть в этом мире осознания жизни и смерти. Любой подход может быть значимым для человека, который старательно следует избранному пути. Однако, по-моему, лучшим и наиболее значительным путем смотреть в лицо жизни и смерти — это иметь цель, лелеять эту цель и жить каждый день так,

чтобы выполнять ее искренне на возможно широком социальном уровне. Люди — существа общественные. Немногие могут жить идеальной жизнью в полном отрешении от мира. Самой значимой жизнью живет тот, кто исповедует принцип справедливости в своих поступках и стремится к справедливости в окружающем мире.

Для меня спокойная погруженность, в которой служители Дзен пребывают в раздумье, в размышлении (медитации), заменяется общим погружением, которое я испытывал, изматывая себя тренировкой. Обливаясь потом, отдаваясь полностью тому, что я делал, на тренировке я переступал предел жизни и смерти. В этом случае для меня было возможным победить трусость. Перед матчем я работал до тех пор, пока разум и тело не стали гибкими и эластичными. После, когда начался матч, крики толпы едва воспринимались. Я ни о чем не думал — ни о победе, ни о поражении, но я смог ускользнуть от атак противника и атаковать сам.

Смелость полностью мобилизуется. Для человека, который может полностью проявить свою силу, живущего в соответствии с избранным путем, этого достаточно. Несведущая толпа может судить на основании случайных результатов поражения или победы. Но боец, верящий в справедливость своих действий, безразличен, неподвластен их хуле и восхвалению. Он должен быть настолько закален и натренирован, чтобы игнорировать критику зрителей, которые не имеют понятия о трудностях следования по пути с преданностью и собранностью.

Как только достигнешь состояния безразличия к мнению непосвященных, так и будет возможным стать безразличным равно к жизни и смерти, богатству и бедности. Мне нравится отрывок из Ле-цзы, классика Нео-Даосизма, написанный в Китае в II веке н. э., где говорится: «Жизнь выглядит подобно смерти, богатство подобно бедности, человек — свинье и человеку».

Человек, сказавший это, достиг вершины: он обладал истинной смелостью. Храбрый человек готов умереть вечером, если он понял истину пути утром. Это не означает, что он ищет смерти, это значит, что когда она придет, он готов встретиться с ней в полном спокойствии.

Обучая каратэ, я встречался с разными учениками, разными людьми. Некоторые достигали успехов, некоторые были ленивы. За короткий период — 6 месяцев, год — трудно узнать границы, до которых будут совершенствоваться люди. Некоторые хорошо скоординированы и быстро делают успехи, вначале только почивая на лаврах, становятся ленивыми и, наконец, видят себя обиженными другими. Другие, хотя и обещают пойти далеко, слишком боятся участвовать в поединках. Они достаточно сильны, но бегут от схваток с сильными противниками и не принимают участия в состязаниях на личное первенство. Если у них есть соперники, они стараются избегать их. Они обращаются только с теми старшими, кто подобен им и защищает их. И вокруг них в тренировочном зале развивается зал своего рода. Это является одним из путей жизни, который я не одобряю. Стрдание от значительных травм и является путем, чтобы человеку стать сильным. И когда человек проигрывает, он должен выяснить — почему, и тренироваться со всей силой, чтобы исправить ошибки, которые привели его к поражению. Может, человек, который упирается, отказывается от участия в матче, когда ему предлагают, не принимает предложения поехать в Америку, поступает так из скромности. Но через несколько лет он будет далеко позади трудолюбивых, которые делают максимальные усилия, чтобы стать сильнее и способнее, и, следовательно, достигнут высших степеней в каратэ. В то время, когда другие упорно продвигаются вперед, скромные, маленькие люди живут в своем маленьком мире. Для некоторых чистая работа, домик в пригороде, семья и немного счастья достаточно. Но я полагаю, что человек должен искать схваток, пытаться расширить угол своего зрения и стремиться выше этого самодовольного консервативного мирка.

Любой человек и труслив и малодушен. Каждый боится проиграть, боится умереть. Но устрасаясь этого на своем пути, остается трусом в жизни. Путь для обретения смелости

следует искать на поле конфликта. И гарантированная дорога к победе в бою — это готовность рисковать жизнью.

Это готовность является более важным качеством, чем мастерство и сила, потому что оно создает в мозгу состояние тревоги, которое мобилизует все силы. Каждому известны случаи, когда слабый ребенок в минуты отчаяния проявляет необычную силу. Это происходит от того, что состояние тревоги и риск становятся огромным стимулом.

Все это относится к осознаваемости границ жизни и смерти, чему учит нас Буддизм направления Дзен и это отражено в бесчисленных эпизодах из жизни великих полководцев и руководителей Востока. Боясь повторяться, я однако должен сказать, что путь к истинной смелости не есть отречение служителя культа, а преданность делу и забота благополучия других.

Частое участие в схватках напоминает своеобразный вид религиозной тренировки. Человек готовится рисковать жизнью, и сталкивается с трудностями, которые он преодолевает.

Он бросает вызов смерти и с каждой новой победой делает это снова. Так как он думает о справедливости и благополучии других, он становится не только храбрым, но и гуманным. Он не боится смерти, он знает, как Шекспир сказал словами Юлия Цезаря, что трус умирает тысячу раз, а герой испытывает смерть лишь однажды.

Это является важным в кумите, стиля Кекусинкай, в котором поощряется полный контакт. Тренирующиеся в других видах каратэ и иногда даже последователи Кекусинкай в других странах утверждают, что боятся ударов рук и ног. Несомненно, удары пугающие, но противник тоже боится. Вот почему человек, атакующий противника, использует страх другого человека и ничего не боится сам. Как сказано в стихах служителя Дзен Такуана «Быть ниже лезвия, когда клинок тебя перерубает — ад, но шаг вперед и ты владеешь раем». Именно поэтому мы говорим: «Делайте шаг вперед, затем другой и третий». Ученики Кекусинкай преодолевают страх и развивают смелость. Кумите Кекусинкай — кумите смелости.

## 2.6 Учтивость

Как я уже отмечал, жизнь человека, выбравшего путь, по которому он будет следовать и старательно продолжать свой курс, может быть одинокой. Моя жизнь показывает, что люди иногда отдаются одиночеству в горах и тренируются с такой обреченностью, что другие считают их сумасшедшими. Сейчас, как прежде, полная преданность является единственным путем для достижения чего-либо значительного и продолжительного. Несмотря на это, каратисты должны быть безразличными к судьбе. Путь, который мы избрали, относится к высоким стремлениям и целям. Хотя природа этих целей изменяется с личностью, мое толкование их следующее: мой путь — путь каратэ, который является также путем гуманности и который соответственно относится к пути всевышнего. Не важно как, мы должны все идти по пути гуманности. Возможно, было бы лучше сказать, что мы должны никогда не отделяться от нее. Изоляция — неправильна и вредна. Будучи в тюрьме, где я тренировался усердно один, а также в горах, самым трудным для меня было перенести отсутствие общения.

Человеку не суждено быть одному — без контактов интеллектуальных и эмоциональных с другими людьми, без любви. Люди не могут жить как одинокие волки в мире животных, человеку необходим собеседник, даже если это он сам.

Это верно и для тех, кто избрал путь каратэ. Мы избрали этот путь ради других людей и всего

общества, не ради личного богатства, славы или удовольствия. Наши жизни, следовательно, только тогда представляют ценность, когда мы находимся в контакте с другими. Мы всегда должны помнить о том, чтобы быть добрыми и рассудительными, придерживаться обычаев общества, в котором живем.

Одним из важнейших факторов в сохранении гармонии между индивидуальностью и обществом является учтивость и обоюдное уважение. Ритуал и учтивость часто упоминаются в древних восточных изречениях. Например, в Цо-чуа, в комментариях к летописи Весна и Осень, одном из наиболее известных в китайской классике, говорится, что ритуал является управлением небес, делом земли и деятельности людей.

Это означает, что небесные тела находятся в соответствующем месте и движении потому, что небеса выполняют свой собственный ритуал. Земля выполняет свой ритуал и управляет горами и морями, осуществляет рост и питание растений. Наконец, ритуал в виде взаимного уважения и почтения руководит миром людей. Почтение должно иметь место во всех наших действиях и словах и во всех формах повседневной жизни.

Но я не подразумеваю под почтением суровую холодную формальность. Почтение в истинном смысле слова предназначается для благополучия, благоденствия и физического и духовного покоя других людей. Конфуций, хотя и был слишком суровым критиком поступков, деяний человеческих, является, тем не менее, одним из самых великих философов-практиков своего времени. Он говорил, что почтение и уважение к другому человеку является тем, что позволяет цивилизованным народам управлять варварами. Он также говорил, что человек, не знающий ритуала и правил этикета, не сможет рассчитывать на успех.

Конфуций говорит и о многих других вещах, имеющих большое значение для людей в мире боевого искусства: человека храброго, но непочтительного — недолголюбивают; любовь к храбрости без любви к учению приводит к беспорядку. Военный человек, или человек, посвятивший себя боевому искусству, живет в постоянной опасности и ему постоянно необходимы сила и смелость. Но мир презирает грубых и неприятных людей, которые полагаются только на силу и смелость.

Следовательно, учение и почтительность для каратистов более важны, чем для других. После нескольких месяцев тренировки каратист развивает определенную скорость и точность ударов. Когда он идет по улице, у него может возникнуть желание испытать свою силу на простых гражданах, которые бессознательно полностью открыты для нападения. Возможно, что новичок в каратэ недостаточно натренирован, чтобы противостоять более сильным соперникам в зале, но думает, что знает достаточно, чтобы показать один-два приема простым людям. Действительно, в Японии некоторые юноши с незначительной подготовкой в каратэ, обычно это студенты из студенческих клубов каратэ, угрожают и запугивают пассажиров поездов. Но хулиганы такого рода не являются действительно сильными в каратэ. Истинный последователь боевого искусства не чувствует необходимость в демонстрации своих способностей перед другими и считает запугивание подлым. Жестокость некоторых каратистов пугает и вызывает большую ненависть, чем представляют себе сами каратисты. Я уверен, что никто не посвятил себя военному искусству ради того, чтобы его ненавидели. Для того, чтобы не допустить проникновения грубой силы в мое учение, я давно следую установленному правилу, лозунгу: боевое искусство начинается и заканчивается учтивостью, почтением, а правила этикета должны выполняться неукоснительно. Это я внушаю и своим ученикам.

В обучении я не всегда добивался желаемого. Например, один из моих учеников в Европе, огромный, двухметрового роста и весом в 120 кг, великан, был сильнейшим среди японцев. Работая в тренировочном зале у себя в стране, он стремился превзойти другие залы и это было прекрасно. Но он слишком полагался на свою силу. Затем он стал злоупотреблять

напитками и женщинами. Он одалживал деньги у учеников и был неспособен их возвратить. Его жестокость вскоре рассеяла популярность и он оставил свой тренировочный зал своим прежним ученикам. А закончил он вышибалой в квартале публичных домов. Его случай показывает, что сила, независимо от того, как она велика, без осознанности простых правил почтения, приличия в жизни не может принести успеха.

Другой мой ученик, который живет в Нью-Йорке, пытался применить свое мастерство каратэ в зале, который я открыл для него. Но в первый день он побил большинство новых учеников, демонстрируя свою силу. На второй день половина учеников покинула зал. На третий день пришла только пятая часть. Наконец никто не пришел. Я дважды пытался помочь ему, но в обоих случаях безрезультатно.

Эти два примера подтверждают, что одной силы в каратэ недостаточно. И, осознав это, я сделал школу Кекусинкай всемирно известной не только благодаря ее мощи и строгости системы тренировки, но также и благодаря тому, что она исповедует уважение к личности. Я настаиваю на том, что инструктор в каратэ обладает абсолютной властью, насколько это касается каратэ, но он должен уважать своих студентов, если хочет, чтобы его уважали соответственно его положению.

Почти каждые полгода я разъезжаю по пятидесяти странам, где с многочисленными инструкторами из Японии руковожу пятьюстами тренировочными залами.

В своих поездках я постоянно упоминаю о почтении, уважении к людям и обществу. За последние два века США, гордясь своими экономическими достижениями и не испытыв поражения в войне, рассматриваются как модель цивилизованного общества. Но, с другой стороны, в обычной жизни никто так душевно не расстроен, как американцы. Индивидуализм, проблема денег полностью заполонила их умы. Муж и жена спят в одной постели, но денежные расчеты проводят отдельно. Эти люди являются прекрасным примером мужчин и женщин, которые разделяют одну постель, но снятся им разные сны.

США — страна, которая развивалась благодаря своим природным богатствам, кажется, не способна понять, что требуется для постоянного успеха в мире.

Китайцы говорят, что почтение — путь к успеху. Что же скажут американцы? Вероятно, деньги. Не только муж и жена, но братья и сестры, родители и дети отделены друг от друга. Дети, ставшие богатыми, не беспокоятся о родителях, которые обречены на нищету. Америка просторна, чиста и красива. В США меня часто приглашали в гости и всякий раз я ужасался от увиденного.

На задворках Нью-Йорка не только ночью, но и днем встретишь наркоманов, гомосексуалистов и разного рода преступников. Даже человеку, немного знакомому с каратэ, небезопасно гулять ночью городу в одиночку.

Может ли такая нация, без закона и почтения, называться цивилизованной?

После США другой наиболее удручающей страной является Япония. После Второй мировой войны вместе с ввозимым сырьем Япония импортировала из Америки индивидуализм и страсть к деньгам.

Американизация отношений в каждодневных делах и вообще в жизни превратила Японию в нацию варваров.

Где сегодня молодые люди, понимающие значение почтения? Наблюдая за молодыми людьми и изучая их, я ужасаюсь от того, что Япония слишком скоро станет подобной США.

Хотя США и Япония кажутся процветающими странами, в действительности они деградируют.

Это мое твердое убеждение.

Единственной надеждой на спасение осталось, кажется, влияние действительно культурного общества, которое мы в древности унаследовали от Китая.

Жадность и эгоизм заставляют забывать об уважении других и нарушать правила, установленные ради мира и дружбы. Подобно другим животным, человеку свойственны низменные инстинкты, влекущие к пище и сексу. Но человек не руководствуется только инстинктами, как животное, живущее в соответствии с законами своего естества. Есть законы — правила вежливости. Так как они не позволяют людям делать все, что им хочется, правила часто идут вразрез с инстинктами. Человек, который не может контролировать инстинкты и быть выше их, живет жизнью, отделенной от культурного влияния правил вежливости, часто отвергается людьми.

Но, как я уже сказал, люди — общительны и нуждаются в компании. И это чаще всего очень эгоистичные люди. Следовательно, стремление жить одиноко ради эгоистических желаний противоречит само себе.

Хотя я и описал их как правила рассудка, правила вежливости в действительности основаны на чувственной необходимости собеседника. Другими словами, правила вежливости исходят из необходимости уважения других людей, так как люди нуждаются в других людях.

Но личность, понимающая человеческие отношения и общественные только поверхностно, забывает, что она не может существовать без других. Такой человек погрязает в желаниях иметь больше, чем другие, и проводить время лучше других, забывая, что надо быть благодарным, если кто-то находится рядом.

Эгоистические желания идут вразрез с общительностью, которая является основной частью человеческой сущности. Правила вежливости учат тому, как сдерживать личные желания и инстинкты в разумных пределах, чтобы все люди могли жить одинаково счастливо. Невозможно полностью избежать инстинктивных желаний, но каждый человек способен к самоограничению благополучия всего человечества.

Самоотверженность — это долг каждого, кто желает жить в мире. Но для того, чтобы достичь самоотверженности, человек должен понять, что она, как отметил Конфуций, основана на человеческой общительности. Затем самоотверженность приведет к уважению других. Когда спрашивали о человеческой доброжелательности, Конфуций говорил, что она состоит из завоевания себя и возвращения к ритуалу. Это означает, что благодаря победе над личными эгоистическими желаниями и верности правилам вежливости, человек может соединиться с обществом. Высокоразвитые общества США и Японии основаны на стремлении к славе и богатству и дают простор человеческому эгоизму. Но идти вперед в таких обществах можно ограниченному количеству людей. Злоупотребления вызванные поощрением жадности, заставляют забывать о правилах вежливости и привели цивилизацию к краю пропасти, к гибели. Пока эгоизм является движущей силой общества, все его члены ищут слепо только свою собственную выгоду. Дух вежливости будет утрачен. Внешние приличия в общении между людьми будут потеряны, забыты. Общество станет испорченным. Будет неистовствовать жестокость и общество станет перед лицом гибели. Неважно, насколько значителен человек с точки зрения денег, потеряв свой путь, он потеряет духовное спокойствие, которое можно обрести только следуя по истинному человеческому пути — самоотверженности. Определение Конфуция, сказанное две тысячи лет тому назад, дает точное описание современного общества США и Японии. И, чтобы внести свой скромный вклад в развитие этих обществ, я ежедневно стараюсь внушить своим ученикам важность правил вежливости.

Я не знаю, какой эффект они произвели. Но я знаю наверняка, что ученики, которые глубоко

усвоили значение вежливости, упорные, так или иначе добьются успеха. Отбирая кандидатов в инструкторы каратэ в других странах, я отдавал предпочтение вежливости и уважению, нежели мастерству и силе. Хотя у меня не было ученика, который казался бы совершенным в этом отношении, думаю, что большинство моих воспитанников превосходят в вежливости других молодых японцев. Их поведение убеждает меня и, полагаю, убедит в этом любого другого. К тому же инструкторы кекусинкай в других странах обычно завоевывают уважение за свое отношение к общественным устоям, хотя большинству из них немногим за тридцать. И пока они следуют по этому пути, ими будут восхищаться, их будут уважать, где бы они ни были.

Человек, который понимает важность внешнего приличия и правил вежливости — большое богатство, и я надеюсь дать обществу таких людей как можно больше. Я надеюсь, что руководители в других направлениях разделяют мои взгляды в этом вопросе.

## 2.7 Родители

Молодые особи птиц, рептилий достигают высокого развития уже во время высиживания. Большинство новорожденных млекопитающих тоже развито настолько, что могут относительно свободно передвигаться почти сразу. За исключением сумчатых и таких существ, как панда и человек. Самое высокоразвитое млекопитающее является и самым беспомощным при рождении и нуждается в родительском уходе до тех пор, пока не научится ходить и говорить.

Человеку потребовались тысячи лет для достижения той стадии развития, когда он мог ходить прямо, на двух ногах. Думаю, что смена положения позвоночника от горизонтального в вертикальное повлияла в какой-то мере на развитие человеческого мозга. Человек в своем развитии должен пройти через подобное, от ползания на четвереньках в младенчестве до передвижения на двух ногах за 2–3 года. Немного больше требуется родителям, чтобы научить детей тому, как жить в обществе счастливо и безопасно.

Период времени от 16 до 20 лет, когда родители должны заботиться и защищать свое чадо, означает, что отношения между родителями и детьми у людей глубже, чем у животных.

Огромная забота и привязанность к своим детям исчезает у животных, когда те сильны достаточно, чтобы жить самостоятельно, семейные узы разорваны и забыты. По этой причине спаривание между родителями и потомством в животном мире не является необычным.

Человеческие отношения очень сложные, и достижение подросткового возраста является как бы результатом помощи, а также и вредного влияния бесчисленного количества людей.

Мен-цзы (372–389 г. г. до н. э.), который верил во врожденную доброту человечества, говорил, что жалость является конечной в человеческой благожелательности, утверждая, что не найдется человека, который не пытался бы предотвратить падение ребенка в колодезь. Но пример этот спорный, хотя он иллюстрирует общую необходимость защищать и заботиться о младенцах. Обычно, когда ребенок теряет родителей в раннем возрасте, кто-нибудь занимает их место и воспитывает его. В самом деле, широко распространено мнение о том, что родители должны жертвовать многим ради благополучия своих детей и их воспитания, и это одна из основ, на которых стоит человеческое общество.

Некоторые желания, такие как влечение полов, потребность общения или жажда обладания чем-либо образуют горизонтальные социальные связи различной силы. Узы преданности

между родителями и ребенком образуют вертикальные оси, программирующие все общество и, по толкованию Конфуция, являются самыми важными. За исключением случайных, следовательно, сенсационных и широко освещаемых фактов, когда люди убивают, бросают своих детей или дурно обращаются с ними, как правило, они любят и защищают свое потомство.

Но каково отношение потомства к своим родителям? Очевидно, оно различно. Некоторые дети обожествляют своих родителей, другие обижены, ибо считают недостаточной родительскую любовь. Большинство детей, однако, благодарит их, хотя некоторые и испорчены чрезмерной заботой и вниманием.

Родители дают, дети берут. Никто не поймет своих родителей, пока не займет собственных детей. Хотя дети иногда забывают, что они человеческие существа со своими потребностями и желаниями, родители всегда готовы жертвовать многим ради них. Молодые часто не осознают свой неоплаченный долг до тех пор, пока сами не окажутся в положении отцов, когда они должны заботиться о собственном ребенке, спасти его от смертельной опасности даже ценой собственной жизни. Печально, что иногда дети не проявляют должного внимания к родителям при их жизни и потом терзаются раскаянием, когда уже поздно что-либо изменить.

По знаменитому философу Даосизма Чжуан-цзы (300 г. н. э.) детям легко показать сыновнюю ласку через уважение и трудно проявлять ее через любовь. Это означает, что дети не способны любить так, как их любят родители.

Но, как указывают восточные философы, люди, которые не могут проявлять внимание и сыновнюю почтительность, не способны преуспевать в обществе. Другими словами, пока человек лишь принимает любовь и внимание, даваемое ему родителями, он вряд ли получит любовь и внимание от других. Он берет и никогда не отдает. Он никогда не сольется с обществом. Молодые люди, настаивающие на своих правах и игнорирующие свои обязанности, по-видимому склоняются к этому пути.

С другой стороны, личность, осознающая любовь и внимание своих родителей и возвращающая их в полной мере или даже в большей, будет благодарна за присутствие других людей около нее и общества в целом.

Как я уже отметил, общительность является характерной для человека, и личность, которая проявляет сыновнюю почтительность, осознает это быстрее. Короче, заботливое отношение к родителям и действие, отрицающее это отношение, — важные ключи для жизни в группе, отличающей человека от животных.

Потребность в общении стала результатом создания общества и цивилизаций с их преобразованиями: языком, течениями разного вида, обычаями, законами, правилами вежливости и т. д. Хотя условности имеются, действительно истинно то, что в человеческом обществе люди идут друг к другу поскольку они нуждаются друг в друге и что уважение других, приличный образ их жизни являются первостепенными. Как учит мораль древних, внушенный ребенку путь уважения законов, обычаев жить в мире и согласии с другими приведет к сыновней почтительности и осознанности любви родителей. Молодые люди, отвергающие этот взгляд, как несовременный и, следовательно, не любящие и не уважающие своих родителей, вряд ли могут достичь чего-либо значительного. Такие люди не могут победить или удержать, если победят, друзей, любимых учителей.

Полагая, что сыновняя почтительность является основой человеческой морали, Кекусинкай отказывает ученикам, которые отвергают это. Мы не разрешаем посещать занятия без письменного разрешения родителей. Мы учим всех наших воспитанников, что они не должны делать то, что родители считают неправильным. Те, кто хочет добиться успеха в каратэ,



должны иметь поддержку и одобрение своих родителей.

Классика сыновней почтительности говорит, что человек, любящий своих родителей, никогда не сделает зла, и человек, уважающий своих родителей, ни на кого не посмотрит свысока. Она также говорит, что человек, проявляющий сыновнюю почтительность, будет предан своему господину, он всегда мудр, а мудрый человек всегда будет жизнерадостным, жизнерадостный человек всегда прекрасен.

Некоторые воспитанники оспаривают связь между сыновним долгом и каратэ и просят обучить их только каратэ, оставить мораль и философию на их усмотрение. Я всегда отвечал, что путь каратэ — путь сыновней почтительности, этикета и общественного порядка. Без этого попытка усовершенствовать свои приемы — бессмыслица. Без таких устоев боевое искусство может привести только к жестокости, социальному беспорядку и нищете.

Китайские классики дают прекрасные советы в практическом аспекте для уважения и любви к родителям. Например, Хсиао-Ексии говорит, что не надо далеко уходить от родителей и что родители должны быть оповещены о намерении уйти. В книге ритуалов говорится, что родителям нужно создавать тепло зимой и прохладу летом и каждое утро справляться о их здоровье. В этом же источнике рекомендуется улаживать родителей музыкой, если они больны. Менцзы учит, что привязанность и забота о родителях — долг на всю жизнь и добавляет, что родители не должны поучать, что есть добро для их детей, но гораздо хуже, когда дети пытаются учить добру своих родителей. В комментариях Кун-цзы на стихи о Весне и Осени утверждается, что хорошо обсуждать достоинства родителей, а не их недостатки. Подобные примеры можно привести в гораздо большем количестве, но суть их в том, что уход и забота о родителях до самой смерти являются прямой человеческой обязанностью. Кроме обеспечения материального благополучия и защиты, ребенок должен стремиться стать такой личностью, которой гордились бы его родители, которая стремилась бы продолжить семейные традиции и могла бы достичь поставленной цели.

В книге ритуалов перечисляются обязанности детей перед родителями в следующем возрастающем по значимости порядке: уважать, не совершать поступков, за которые родителям было бы стыдно и, наконец, обеспечивать материальное благополучие и безбедное существование. Интересно то, что материальное благополучие и защита следуют за беспокойством о чести родителей. К сожалению, некоторые молодые люди, особенно состоящие в таких террористических организациях, как Японская Красная Армия, совершают бесчестные поступки, из-за которых их родители не смогли вынести позора и вынуждены были покончить жизнь самоубийством. Во всех случаях дети должны быть верны своим родителям, своему окружению и, наконец, самим себе так, чтобы стать достойными членами общества, своим поведением подтверждая высокие устои воспитания, полученные в семье.

Каратэ — боевое искусство без оружия, требует упорной, жестокой тренировки и, следовательно, развивает большую физическую силу. Но это не единственная цель, так как каратэ отличается от других видов борьбы тем, что упрочивает свое преимущество в духовном, умственном росте и совершенстве. По мере того, как воспитанник становится более сильным и ловким, он развивает самосознание, которое преобразует его личные качества. Очень часто родители трудных подростков говорили мне, что их сыновья стали достойными гражданами и заботливыми детьми в результате занятий каратэ. Я считаю это доказательством того, какой важный вклад вносит в исправление недостатков современного общества кекусинская школа каратэ. Как я уже говорил, сыновняя почтительность к родителям является одним из требований, установленных мною для желающих заниматься каратэ стиля Кекусинкай.

Путь каратэ — путь боевого искусства, путь почтения и уважения родителей. Все пути сливаются в один, все они — истинно человеческий путь и соответствуют пути Всевышнего.

## 2.8 Причины для боя (поединка)

Жизнь человека и история человечества была бы невероятной без элементов борьбы. Хотя и не принято говорить об обществе с точки зрения силы, которая может привести к жестокости, сила несомненно является важным фактором в судьбе человека.

Из разных видов силы добродетель является наивысшей, и общество, в котором борьба сводится к соревнованию в развитии и проявлении добродетели, без сомнения, будет наиболее совершенным. К сожалению, в действительности борьба существует на всех уровнях: от низкого личного до высоких идеалов. И во всех этих битвах важно победить. Но даже поражение может научить многому, что должно быть использовано для победы в будущих сражениях.

Мои достижения в каратэ стали фактором растущей славы этого наиболее выдающегося искусства боя во всем мире.

У меня наибольшее число побед над боксерами, борцами, дзюдоистами, боксерами Тай и даже разъяренными быками. Я уверен, что пока смогу применять каратэ, буду непобедим в безоружном поединке. Несколько лет назад, в США, я поранил белого борца и был остановлен дулом винтовки из-за комплекса превосходства белой расы и антияпонских настроений этого человека и его окружения. Тем не менее, американцы узнали поразительную силу каратэ раньше, чем японцы. И это произошло благодаря моим победам в этой стране. Бум каратэ прокатился по всему западу, а позднее и в Японии.

С другой стороны, настоящая победа вызывает критику с самой неожиданной стороны. Мое действительно сильное каратэ критиковали другие школы и не так давно. Например, во время первого чемпионата мира я решил проводить соревнование в Будо-Кане (Зал боевых искусств) в Токио потому, что это было единственно подходящее место, здание, способное вместить более десяти тысяч зрителей. Но мы проводили соревнования в муниципальном гимнастическом зале на 1300 зрителей. Он был переполнен и около 5000 человек остались на улице из-за нехватки мест.

Мне сообщили, что Будо-кан откажет в аренде зала якобы на том основании, что Кекусин-каратэ не является действительно правильным направлением. Молодой служащий, от которого я это узнал, добавил, что сам рассматривает мою школу незаконной, но был в затруднении что-либо возразить, когда я указал на то, что соревнования другой школы каратэ собрали до 3000 зрителей, тогда как Кекусинкай-каратэ привлекает свыше 10000. На этот довод он сказал, что Будо-кан отказывает в аренде так как на наших турнирах проливается кровь. Это правда, небольшое количество ее публика видит. Но кровь льется и на боксерском ринге, а боксерам Будо-кан никогда не отказывал.

Позднее выяснилось, что за этим стоял могущественный руководитель другого направления каратэ. За несколько лет до этого нам сделали предложение финансовой помощи, если наша организация станет членом ассоциации. Но я отказался, так как знал, что такое членство ограничит наше изучение каратэ. Получение денег поставило бы нас в категорию профессионалов<sup>^</sup> тогда как я полагал, что действительные подвижники боевого искусства должны оставаться любителями.

Говоря это, я не имел намерения произвести впечатление, будто презираю деньги. Сила (особенно вооруженная) и деньги являются двумя управляющими силами общества и всегда ими были. Но добродетель должна быть третьей управляющей силой. И молодые люди не должны поддаваться деньгам и силе, так как они должны нести ответственность за будущее.

Сила и энергия должны помочь им преодолеть стремление к обогащению, подбострастие перед властями и страх перед жестокостью. Каратэ Кекусинкай ставит целью внушить воспитанникам идеалы справедливости и веры, которые помогают молодым людям твердо противостоять жестокости и власти.

Смелость — ключ к такой устойчивости. Страх поражения влечет величайшую потерю, потеря смелости равносильна поражению, равносильна потере самого себя.

Смелость действительно стимулируется присутствием мощного соперника. Девяносто пять процентов организаций каратэ в мире (все японцы) находятся под руководством людей, которые прямо или косвенно являются моими воспитанниками. Но в Японии, где существует несколько школ каратэ, все не зависят друг от друга и все соперничают. Это путь, по которому надо идти. Я противник объединения всех организаций каратэ. До войны было соперничество между двумя лидирующими школами дзюдо: Кодокан — специализирующейся на бросках, и бутоску-кай — специализирующейся на захватах. После войны две организации слились в одну и это привело к упадку дзюдо.

Когда в борьбе нет соперников не на жизнь, а на смерть, она превращается в подобие танца; и политика и место действительности силы начинает царить в тренировочном зале. Иногда то, что теряет свою силу, обречено на поражение, и то, что терпит поражение, — разрушается.

Боевое искусство создано для победы, следовательно, ему необходимо соперничество.

Но, независимо от силы соперника, всегда победит справедливость. В этом я убежден. Следовательно, каратэ должно быть справедливым видом борьбы. Люди, достойные стать знаменитыми, должны бороться со злом даже до смерти, если это необходимо. Что значит жизнь без желания встать за справедливость? Личность с таким сильным чувством справедливости рано или поздно услышат другие, такого же калибра. Личность, верящая в справедливость, имеет смелость для борьбы, которая пересекает жизнь и смерть. Вот почему я утверждаю, что справедливость всегда победит.

Но путь, выбранный для борьбы, должен лежать в пределах человеческих возможностей. Все рождаются с инстинктивными желаниями и потребностями: пищи, одежды, крова и любви. Истинно смелый человек должен посвятить себя благополучию других и пожертвовать жизнью ради борьбы. Необходим самоконтроль этих желаний, а не полное отвержение естественных инстинктов, иначе это приведет только к извращению.

Для человека невозможно быть абсолютно чистым. Не важно, насколько суров аскетический путь или как ограничена диета, — некоторое количество пищи необходимо принимать для поддержания жизни. Смерть ведет к своего рода чистоте, но косвенная смерть едва ли может считаться поучительной. В связи с этим мы имеем право позволить себе необходимые вещи в пределах обычных законов высоконравственного поведения: пищу, кров, одежду, супругу. Отсутствие этого означает, что человек ненормален или желает стать обожествленным. Люди должны чтить богов, но мы не можем стать богами. Конфуций учил, что человек с достаточным количеством пищи и одежды понимает правила вежливости.

Под этим он не подразумевал, что человеку следует добывать пищу и одежду только для себя. Личность, идущая по определенному пути, может знать значение правил вежливости даже обходясь минимумом жизненных благ.

Но при обычных обстоятельствах важно делиться всем, что необходимо для нормальной жизни, если ты посвятил себя благополучию других и общества в целом. В этом мудрость конфуцианства видеть реальности человеческой жизни, отстаивая в то же время возвышенный и полный идеализм, который делает его, по моему мнению, наиболее выдающейся философией, известной человеку.

Истинный путь — справедливый путь, справедливый путь — это применение своей силы и мастерства не для себя, а ради общества, которому ты принадлежишь.

Настоящая смелость рождается лишь только тогда, когда она созвучна справедливости. Мао-Цзедун понял это и постоянно насаждал строжайшие моральные предписания в своей коммунистической партии и армии. Китайский народ отвечал ему доверием и поддержкой. На основании справедливости, которую Мао требовал и с которой он относился к другим, он смог привлечь на свою сторону большое число солдат китайских националистов.

Приобретение опыта является другим основанием для поединков и боев. В молодости, в США и других странах я участвовал во многих показательных выступлениях, которые, если и отличались от борьбы за жизнь, то были весьма опасными. Моей целью была демонстрация Восточного искусства боя перед возможно большим количеством зрителей. Я был полностью серьезен, но эти встречи не были вызваны потребностью справедливости, как если бы я сражался со злыми людьми За свою жизнь. Но, с другой стороны, хотя эти матчи были испытанием сноровки и силы, они могли принести мне сильные телесные повреждения или даже смерть.

Возможно, мне не следовало бы рисковать жизнью и прилагать чрезмерные усилия, но тогда, страстно желая прославить каратэ и отстоять честь нации, у меня не было иного выхода, кроме боя, и я полагаю, что любой человек, избравший путь боевого искусства, должен пройти через такого рода испытание. Хотя закон запрещает опасные поединки, человек не может узнать истинную глубину каратэ, пока не пройдет через них. Это не относится к обычным любителям. Но о тех, кто посвятил себя боевому искусству и не участвовал в подобных поединках, нельзя сказать, что они применили свое искусство так, как намеревались, и достигли целей, к которым стремились.

Я отдаю себе отчет в том, что то, о чем я говорю, идет вразрез с представлениями простых людей, ведущих мирный образ жизни, но боевое искусство является полностью боевым. Военные стоят на страже мира, но осуществляют это посредством военной мощи. По этой причине они, естественно, имитируют сражение.

Для тех, кто утверждает, что на планете царит мир и нет необходимости в военной мощи, я отвечаю: «Посмотрите на карту мира и перечислите, во многих ли местах в данный момент царит спокойствие...?»

Более того, даже во время устойчивого мира никто не может знать, когда разразится война, поэтому военная подготовка всегда имеет большое значение. Это означает, что простым людям, как и посвятившим себя боевому искусству, следует обучаться боевым приемам. Для этого требуются инструкторы, и такие инструкторы должны иметь настоящий боевой опыт, который они должны разделить со своими воспитанниками. Накапливание такого опыта влечет за собой опасность получения травмы или даже быть покалеченным, но ведь нет вещей, в которых можно достичь совершенства, основываясь только на теории. Чтобы достичь славы в качестве бойца, человек должен сталкиваться с действительной опасностью и побеждать.

Хотя это тревожит, но в то же время побуждает меня настаивать на том, чтобы мои воспитанники ставили себя в опасные ситуации. Для тех, кто желает посвятить себя полностью каратэ, могу сказать одно: «У меня не было выбора». Я не настаивал на том, чтобы люди, для которых каратэ только хобби, представляли перед серьезной опасностью, хотя я очень стараюсь внушить им то, что выкристаллизовалось из моего опыта.

Несмотря на эти разногласия, я действительно верю, что каждый неоднократно сталкивался с какой-либо опасной ситуацией, так что он может научиться давать отпор, а не бежать в критический момент. Мужчина, не прошедший через это, менее смел, нежели женщина,

которая встречается со смертельной опасностью во время родов.

Возможно, я единственный из сильнейших в каратэ японец, который в послевоенное время действительно участвовал в опасных схватках и в результате подвергся критике со стороны так называемых мирных каратистов. Но как могут такие инструкторы, подобные тренерам своего рода танцев в каратэ, обучить своих воспитанников боевым приемам и духу, когда сами ни разу не участвовали в боях. Люди такого рода часто продают себя в качестве телохранителей. Я не уверен, что они смогут стать таковыми, потому что никогда не имели жестокого опыта опасных схваток. Я никогда не смог бы проводить за деньги то, что получил в результате смертельной опасности в различных ситуациях.

Главное, что можно вынести из боя, проводимого на грани смерти, является справедливость, почтение и Путь. А приобретение этих качеств определенно сулит победу. По сравнению с ними деньги и слава — незначительны, мелки.

## 2.9 Каратэ и Дзэн

Сейчас весь мир знает, что каратэ является самым сильным боевым искусством. Я доказал это победами в многочисленных схватках с ведущими представителями других школ борьбы. Другим доказательством является моя способность сбивать голыми руками рога у разъяренного быка. Чтобы добиваться этого, я должен был достичь совершенства с точки зрения скорости, выносливости и психологической силы. Людей, видевших, что могу я, и неоспоримую силу других инструкторов каратэ, тренировавшихся в Японии и посланных за границу, привлекло :&gt;то поразительное боевое искусство и результатом этого

явился растущий во всем мире успех каратэ.

Нельзя отрицать силу каратэ: все тело становится оружием, способным на то, что непосвященным кажется невозможным. Но в каратэ сила еще не все. Сила — это не более чем часть, верхушка айсберга, широты и величия каратэ.

Американцы и европейцы часто спрашивали меня, что такое Дзэн. Я отвечаю: «Дзэн — это каратэ, каратэ — :&gt;то Дзэн». Когда спрашивающие возражают, что Дзэн трудно понять и что Дзэн доступен только людям Востока, я говорю, что это неверно. Дзэн везде и в каждом. Когда мне задают вопрос: «Каким образом?» Я отвечаю: «Обучитесь нескольким приемам каратэ с чистой душой, искренним намерением и общей духовной собранностью. Если вы сделаете это, противник перестанет существовать для Вас, не будет больше врагов или союзников, победа или поражение перестанут иметь значение. Вы достигнете успеха при переходе в состояние Дзэн. В дальнейшем, по мере того, как разум будет проясняться и вы будете находиться в состоянии духовной собранности и определенности в том, что вы делаете, вы сможете пребывать в состоянии Дзэн, когда едите, разговариваете с друзьями, пишете, работаете или практически занимаетесь тем или иным видом деятельности. Вот что я имею в виду под мировоззрением Дзэн и духом каратэ.

Философы и священники делают величайшую ошибку, отстаивая мысль о том, что Дзэн является чем-то неясным и труднодоступным в обучении для всех, кроме посвященных. Дзэн существует вокруг нас и внутри нас. Его истинное величие состоит в его доступности, Дзэн — это полное единство тела, намерений и души. Единство такого рода является единственным путем к человеческому совершенству и гармонии с человечеством. Это и есть Дзэн.

Эпизод из жизни великого самурая Иомаоки Тоску, жившего в первой половине XIX в., иллюстрирует мое толкование. Тоску был известен как мастер фехтования и как человек,

познавший Дзэн.

Однажды высокопоставленный правительственный чиновник обратился к нему с просьбой обучить его Дзэн. Он много читал об этом, но хотел бы услышать все из уст великого мастера. Тоску пытался склонить его на какой-нибудь другой путь, но чиновник настаивал. Наконец Тоску согласился.

Приведя чиновника в тренировочный зал, Тоску велел ему взять тренировочный бамбуковый меч, а сам, вооружившись тяжелым мечом, занял позицию. Будучи совершенно спокойным, он, казалось, изучал боевой настрой. Чиновник сам неплохо владел клинком, но внезапно после крика, сопровождавшего мелькание клинка, Тоску обнаружил, что тот отступает, и в конце концов оказался на полу. Когда чиновник встал, Тоску отвел его обратно к жилым кварталам и сказал: «Что вы думаете о моем Дзэн? Вы видели, как я полностью был поглощен моим клинком. Вы много читали, Дзэн не есть нечто, чему можно научиться из книг».

Позднее Тоску точно предсказал час своей смерти. Когда она приблизилась, он принял позу лотоса и, улыбаясь и разговаривая с друзьями и помощниками, мирно почил.

Погружение в состояние Дзэн не ограничивается применением к боевому искусству, оно может распространяться и на другие виды человеческой деятельности, включая искусство.

В далеком прошлом, в Китайской империи Су, жил художник, который был так знаменит и талантлив, что любой мог указать его. Однажды император вызвал одного из своих слуг и приказал: «Вызвать этого знаменитого художника во дворец. Я хочу посмотреть, на что он способен». Приказ был исполнен. И когда художника попросили написать что-нибудь, тот потребовал для работы спокойное место. Ему предоставили отдельное помещение и художник приступил к работе.

В те времена китайская живопись ограничивалась определенными жанрами, а именно: пейзажами, и требовала большого мастерства, но мало времени. Художник оставался один неделю, потому другую и, наконец, 20 дней, не сделав ни одного мазка.

Удивленный император пришел в комнату художника и, остановившись позади него, спросил: «Почему же так долго? » Художник не оглянулся и ничего не ответил. Его молчание привело в ярость слугу императора, который хотел жестоко наказать дерзкого художника. Но император был более великодушен и снисходителен и велел подождать, сказав, что наказание, если оно необходимо, можно применить позднее с таким же успехом, как и в тот момент.

Через десять дней художник сказал слуге: «Вот моя картина. Покажите ее императору. На картине был нарисован не пейзаж, а тигр. Увидев его, император поразился силе и правдивости изображения. «Это лучшая из картин, когда-либо виденных мною!» — воскликнул он. — Тигр как живой. Но скажи мне, когда я заговорил с гобой, почему ты молчал? Был чем-нибудь огорчен?»

Художник ответил: «Нет, Ваше императорское величество. Просто когда я что-нибудь рисую, я становлюсь тем, что я рисую. Когда Вы пришли, я был тигром, которого вы видите на картине, а тигры не понимают и не говорят на человеческом языке».

Император понял и с этого момента стал другом и учеником художника. Эта притча описывает мистическую силу человека, мысленно погруженного в состояние Дзэн. Некоторые примеры можно привести из других источников.

Японский художник Негасава Росетсу (1755 — 99), ученик Маруямы Окуо (1733 — 95), полностью отождествлял себя с тем, что он рисовал. Однажды его навестил друг. Подходя к дому художника, он увидел отраженную на тонком листе бумажной шторы окна тень орла.

Подняв штору, он увидел только работающего Росетсу. Но интересно то, что в тот момент художник рисовал орла.

Говорят, что китайский художник по имени Ю-Ко становился гибким и грациозным подобно бамбуку, который он рисовал. Известный японский писатель Накабойяши Гочику (1827–1913) долгое время был недоволен своими произведениями. Он был поглощен своей работой, но, по-видимому, неправильно, так как все образы, которые он рисовал, были похожи на него. Позднее он узнал, что должен сконцентрироваться и отождествиться с тем, о чем пишет. И когда он понял это, всегда его образы выражали настроение, соответственно своему назначению. Его вариант образа для слова Весна вызывал тепло, утонченность и мягкость, а его определение для Слова Бог внушало глубокое почтение.

В людях, тренированных в концентрации и единстве своих целей, внезапная тревога пробуждает поразительную силу. В Китае был один знаменитый стрелок из лука, который ежедневно тренировался, достигая совершенства. Однажды осенним лунным вечером он пошел в горы стрелять. Вдруг в тени скалы что-то зашевелилось. Тигр! Изогнувшись и обнажив клыки, зверь был готов к прыжку. Даже искусный боец наверняка был бы захвачен врасплох таким неожиданным нападением. Но стрелок мгновенно и автоматически сконцентрировал все свое существо в стреле, которую он выпустил из своего лука. Стрела попала в голову. Не останавливаясь, чтобы осмотреть пораженного хищника, стрелок повернулся и пошел вниз.

Но на следующий день он решил, что должен вернуться к месту происшествия и посмотреть, что за тигра он убил. Не важно, как долго он искал, но зверя не нашел. Наконец, он повернул обратно и тут увидел, что его стрела вонзилась в огромный камень. Так велика была его собранность, что позволила ему со страшной силой вогнать стрелу в камень. Эта притча является источником поговорки, что сконцентрированная мысль может проходить сквозь камень. Эта поговорка широко известна на Востоке уже много веков.

Концентрация жизненных сил и духовное единство производят эффект, о котором человек вначале и не подозревает. Я помню, что один из моих воспитанников избил нескольких хулиганов, издевавшихся над стариком. Хотя я сам принимал участие в подобных схватках, но, когда определялся мой путь в каратэ, я никогда не вступал в уличные бои и запретил это делать своим воспитанникам. Я временно запретил этому молодому человеку посещать тренировочный зал. Но дело на этом не кончилось.

Хулиганы полагали, что я защищаю своего воспитанника. Однажды я шел по улице и несколько человек преградили мне путь с вызывающим видом. Напуганные только моим взглядом, они один за другим исчезли. Тогда я понял, что годы тренировки, постоянная борьба на грани смерти, самоотверженная преданность каратэ — вот то, что позволило мне победить во всех матчах во многих странах и, должно быть, отразилось в моих глазах с такой яростью, что хулиган и ему подобные не могут вынести этого и отступают. Я узнал тогда, что эта внутренняя сила, это мировоззрение и дух каратэ можно использовать во всех аспектах жизни и это дало мне возможность жить свободно и без страха.

Я достиг состояния Дзэн благодаря длительной тренировке каратэ. Я полагаю, что возможно достичь этого благодаря преданности другому виду деятельности. И достижения в Дзэн позволяют человеку достичь многого в других областях. Например, я могу выделить священника Дзэн Хакуива, чьи картины признаны современными критиками прекраснее полотен Родальфа или Пикассо.

Но для достижения этого большое значение имеет общее духовное единство. Достижение такого единства не требует времени или особого места для размышления. Этого может достичь каждый, где угодно. Все, что необходимо, это полностью отдать себя деятельности момента, независимо от того, что вы делаете: работаете, едите, торгуете или встречаетесь

со своей возлюбленной. Полное духовное единство во всех этих вещах означает постоянную тренировку в Дзэн в любое время и в любом месте: лаборатории для ученых, библиотеке для философов, сцене для актеров и суде для адвокатов и судей.

Один из моих любимых писателей сказал, что произведения действительно удачные никогда не были результатом его преднамеренных усилий, но, казалось, сами воплощались в плоть, когда он растворялся в процессе творчества. Он отмечает, что не считает свое хорошее произведение полностью собственным, и что произведения, созданные исключительно на основе преднамеренных усилий, редко удачны.

В классическом труде на эту тему нет преувеличения в утверждении, что путь бойца является путем познания смерти. Это означает, что бойцы прошлого были равнодушны к заботам о себе, славе и известности потому, что настоящий контакт со смертью постоянно держал их в мире клинка.

Койцуми Ксе-но-ками — основатель одной из наиболее известных школ самозащиты в Японии сравнивал путь самурая с переходом через бурный поток по мосту, состоящему из одного бревна. Это требует полной концентрации и постоянного движения вперед. И, если принцип, на котором основано это сравнение приложить ко всему, жизнь человека стала бы более плодотворной, свободной от смятений духа и выше славы.

## 2.10 Управление дыханием и управление духом

Что делает приемы ударов рук и ног в каратэ сильнее, чем в других видах борьбы? Во-первых, сами приемы совершенны. Во-вторых, руки и ноги — оружие в каратэ, при помощи тренировки становятся сильными и твердыми. Удары рук и ног направлены на тренировочные манекены или связки, сделанные из жгутов соломы — это древний путь укрепления этих частей тела. У западных боксеров, которые полагаются на боксерские груши, захваты и кулаки обычно слабее, чем у каратистов. Они также ослабляют руки применением перчаток, чтобы увеличить общую площадь поверхности кулаков. Кулаки, ноги, суставы и кости пальцев должны быть сильнее в каратэ, так как небрежные удары по соломенным жгутам могут привести к травмам. Но тренировки на соломенных снопах могут замедлить скорость. Этому надо уделять внимание, чтобы поддерживать скорость на должном уровне. Цель — развить эффективные удары и другие приемы, чтобы разбивать 5–6 или даже больше досок кулаком, крушить камни и сбивать рога у быка.

Физическая тренировка является одним из объяснений мощи каратэ. Но другим, не менее важным фактором, является психологическое единство и настрой. Духовные силы, упорство и преданность подчеркиваются во всех восточных боевых искусствах и в большинстве видов спорта, культивируемых в Японии. Но некоторые молодые люди сегодня настаивают на том, что им не интересны такие вещи и они хотят обучаться только приемам. Такое отношение вероятно получает все большее распространение, так как молодежь рассматривает умственные и духовные аспекты боевого искусства как оборонительные. Другими словами, они никогда не испытывали действия этих сил на человеческом теле. Восточный режим тренировки возбуждает конкретные системы для полного единства души и тела. Эти системы важны не только для тренировок и технических приемов, но и для повседневной жизни и морали.

Они заключаются в трех аспектах: регулировании дыхания и созерцании. Они включают в себя определенные ритуалы и церемонии, которые не должны рассматриваться как простые обряды.



В восточных сказаниях далекого прошлого говорится, что духовный центр человеческого существа расположен в области живота. Когда центр разума концентрируется там же, человек находится в оптимальном психологическом состоянии. Предполагается, что для управления духом важно управление областью живота. Вот простой обыденный пример того, что это означает на практике. Когда человек хочет поднять что-то тяжелое, он напрягает брюшной пресс. Вкладывая силу в эту часть тела, он может достичь большой мощи. Эта область живота называется танден. Танден является центром тяжести тела, руки и ноги движутся вокруг него. И при идеальных условиях вся сила, производимая телом, возвращается к нему.

Сила, мощь в тандене та же, что и в брюшном прессе, которая психологически управляется силой или слабостью мышц бедер в области живота. Сила тандена или ее отсутствие проявляют себя в степени гибкости позвоночника, силы сокращения и сжатия кишечника, силы мускулов живота и ягодиц. Другими словами, чем сильнее мышцы, кости и суставы, связки в бедро в области живота, тем больше общая сила тела. Но танден не только важный физический центр, это также и психологический центр человека. И его объединенные действия возвышают восточную философию единства души и тела. В противоположность философам, которые отвергают это, восточная философия тандена настаивает на том, что само физическое существование в духе, душе и что дух, душа проявляют себя в плоти. Два — в одном.

Системы, основанные на этой философии, не признают двойственности противоречий. Человек, объединивший дух и тело, не чувствует разницы между собой и высшим миром или между духовным и физическим. Короче, тренировка духа требует тренировки тела. К сожалению, слишком много восточных философов сегодня изучают изречения Тао, Шакьямуни (исторический Будда) и Бодхидхармы (великого Буддийского главы, патриарха и миссионера), не уделяя внимания тренировке, которую все эти философы поддерживают. Пренебрежение двумя данными аспектами этих философий, возможно, частично сказывается на болезненности современного человека.

В качестве системы тренировки древние восточные методы достигают своего идеального воплощения в системах тренировок каратэ, особенно в Кекусин-каратэ. Регулирование дыхания первостепенный метод для духовного и физического единства долго преподавался йогой, Тао, Дзэном и другими системами.

Сходство рассматриваемых систем заключается в совершенном брюшном дыхании, в котором: глубокий вдох, короткая задержка и медленный выдох. Все эти системы подтверждают танден. В совершенной форме этого метода дыхания человек делает вдох, пока кажется, что воздух сначала заполняет брюшную полость, затем грудную клетку и, наконец, достигает ключиц. Затем делается легкий вдох и оставшийся воздух силой направляется вниз к брюшной полости, и танден напрягается. Наконец, воздух равномерно выдыхается. Этот вид дыхания должен выполняться как можно дольше, для некоторых людей до трех минут на один цикл «вдох-выдох».

В Кекусин-каратэ подобный метод, называемый дыханием Энпин, выполняется в стоячей или сидячей позе созерцания Дзэн. В последние годы научные исследования подтвердили важное значение этой системы. Хотя в далеком прошлом человекообразные обезьяны ходили с менее горизонтальной осанкой, со временем они стали стоять прямо и ходить на двух ногах. Это явилось причиной увеличения объема грудной клетки и заставило человека дышать животом в меньшей степени, чем других животных. Структура человеческого тела является единственной, в которой дыхание можно легко отделить от других функций. Хотя осанка сделала возможным развитие человеческого мозга, она вызвала неестественную манеру дыхания, при которой, когда человек устает, он обычно наклоняется вперед. Это сильно сокращает амплитуду дыхания. 3000–4000 лет назад индийский йог придумал свою систему глубокого дыхания животом для того, чтобы компенсировать структурные недостатки

человека, появившиеся в его способности стоять или ходить прямо. В дополнение к сказанному, эта система укрепляет танден и путем стимулирования блуждающего нерва в ягодицах приносит душевное спокойствие.

Между приемами тренировки Кекусин-каратэ предписывает повторение дыхательных упражнений ибуки, которое активизирует глубокое дыхание животом и снимает усталость и позволяет человеку достигать максимальной общей силы тела. Для дыхания ибуки надо встать в позу хейсоку, санчин или хейко и сделать насколько это возможно глубокий и продолжительный вдох. Во время вдоха поднять руки вверх, описывая широкие круги, и скрещивать их перед лбом. Напрячь танден, затем подмышки, затем кончики указательных и средних пальцев. По мере поворачивания ног вовнутрь дыхание задерживается, плотно сжать и концентрироваться на ведущей силе вовнутрь и дальше вовнутрь, пока тело не задрожит. Затем опустить руки в стороны так, чтобы они выполняли движение «ножницы» перед грудью. Сохраняя локти в согнутом положении, сделать естественный выдох с громким звуком. При завершении выхода, руки опускаются, остатки воздуха выдыхаются (словно подкашиванием) из легких и снова делается вдох. Этот цикл, повторяемый 4 или 5 раз, восстановит дыхание после очень утомительного периода тренировки.

Выполнение этих упражнений перед практикой тамэси-вари позволит вам выработать взрывную силу, необходимую для разбивания досок, черепицы или чего-либо другого. Внезапное выбрасывание остатков воздуха делается для мгновенной концентрации силы. Такая сила должна исходить не от пальцев, а от тандена. Напрягая сначала танден, затем подмышки и, наконец, кончики пальцев, добивайтесь, чтобы сила исходила от центра к отдельным участкам тела. Другой способ дыхания в каратэ для применения в схватках, когда противники стоят лицом к лицу и желают избежать атаки, называется ногаре и заключается в том, что определяется внешними и внутренними вариантами. Во внешнем варианте выдох происходит медленно; во внутреннем — быстро. В обоих случаях дыхание учащенное, быстрое.

Как и варианты, применяемые в Дзэн, Йоге и Тао, все дыхательные упражнения в каратэ включают брюшную полость и все их методы укрепляют танден для скорости и мощи ударов рук и ног. Когда дантен в хорошем состоянии, тело и душа едины и плоть и воля сильны.

Согласованность между душой и телом очень важна в каратэ, в котором скорость и вырабатывание взрывной силы жизненно необходимы. Следовательно, сила в тандене имеет существенное значение. С другой стороны, природа, сущность движений каратэ тяготеет к тому, что важную роль при этом играет привлечение тандена.

Тренировка Дзэн сегодня в основном сконцентрирована на созерцании, размышлении в сидячем положении. Но человек — активное существо, для которого долгое сидение неестественно. Каратэ — это активный Дзэн, живой Дзэн.

Древний японский боец обнаружил в Дзэнбуддизме, завезенном в Японию в XII веке из Китая, религию, учившую рассчитывать только на свои собственные силы и проявлять нечто совершенно невозможное в момент опасности и умение встретить смерть без сожаления. По-моему> обучение боевому искусству — это короткий путь к озарению и овладению общим состоянием Дзэн.

Большинство религий включает в себя какой-нибудь вид аскетизма или ограничений для тренировки души и тела. Шакьямуни отвергал чрезмерную практику аскетизма. Он подверг себя шестилетнему испытанию и понял, что оно ведет к озарению. Но после того как он достиг озарения через глубокое раздумье, он продолжал тренировать свое тело, предпринимая долгие путешествия. Он отрицал не столько физическую и духовную тренировку, сколько исключительно суровую физическую аскетическую практику, предполагающую превзойти человеческие силы. Иисус Христос постился в течение 40 дней и

ночей, а Мухаммед был озарен после усердного аскетического воздержания. Вопрос в том, что в процессе исторического развития сам режим тренировки не сохраняется. Единственное, что от них осталось, это письменные описания. Люди изучают и оценивают эти описания, но пренебрегают действенной тренировкой.

Бодхидхарма включил в учение, которое он позаимствовал в Индии, нечто очень похожее на тренировку каратэ. Известная система схваток Шаолинь-су основана на письменных источниках, приписываемых Бодхидхарме, и положения, применяемые в практике давно прошедших дней, можно видеть в скульптурах восемнадцатого века, связанных с монастырем Шаолинь.

Говорят, что Бодхидхарма провел девять лет сидя в размышлении. Это неестественный и нездоровый образ жизни. Следовательно, большое значение имеет то, что в дополнение к размышлению в положении сидя, он учил активной системе тренировок. Кажется совершенно очевидным, что он развивал приемы безоружных поединков для самозащиты и физической закалки. Было бы неэтично применять оружие монахам, но физические упражнения и работа имеют большое значение для нормальной жизни. Со временем китайский Дзэн отошел от тренировок в безоружных схватках и полностью переключился на размышление сидя, на созерцание или диалоги-коаны. Контроль дыхания в системе созерцания Дзэн, как я уже объяснял, очень важен в развитии духовной концентрации. Между прочим, долгое чтение вслух в сидячем положении древнеиндийских рукописей действуют как дыхательное упражнение. Мы используем нечто подобное для хороших результатов в тренировках. Перед тренировкой каждый принимает положение, используемое для созерцания Дзэн, и наизусть повторяет наставления зала.

Как было показано, каратэ включает ряд элементов из духовных физических систем тренировок других религий и философий. В этой связи одно конфуцианство ничего не дает. Хотя оно включает стрельбу из лука как один из шести видов искусств, оно не учит определенной системе физического развития.

Представители японских воинских искусств приняли на вооружение физическое и духовное развитие системы Дзэн, но они обратились и к конфуцианству как к руководству в вопросах почтительности и ритуала. Другими словами, в плане религии, физической тренировки и отношении к поединкам Дзэн был их руководством, но они следовали учению Конфуция в социальном направлении.

Недостаток Конфуцианства состоит в отсутствии наставлений по физическому развитию, а направление Дзэн не право сегодня в пропагандировании уединенной жизни в удаленных местах. Мы должны принять Дзэн без отрыва от общества и обращаться к Конфуцию для руководства жизнью в обществе наилучшим образом.

Когда душа утвердилась в области живота, как результат контроля дыхания и укрепления тандена, вы будете в состоянии рассуждать здраво и точно. Много споров посвящено предмету духовной способности, но мало что можно понять с помощью одного разума. Совершенно справедливо то, что наука систематизировала огромное количество учений, но она все еще не в состоянии объяснить Вселенную, определить природу жизни или объяснить человеку, как следует жить. Вот вещи, которые нельзя определить только человеческим разумом. Западная наука пока не в состоянии определенно сказать, едины ли дух и тело или они различны: что стоит на первом месте.

Большинство восточных философий придерживается точки зрения, что душа и тело едины и что тренировка того и другого должна проводиться одновременно. В этом и заключается значение регулирования дыхания, укрепление тандена и концентрация сознания в тандене. Когда:то сделано, вы сможете принимать все вещи так, как они есть, и двойственность и противоречия перестанут существовать. Достижение этого физического и духовного

состояния является частью цели каратэ.

## 2.11 Любовь и брак

Женщина одновременно является радостью и величайшей печалью мужчины. Женщины придают мужчине силу и дают повод к жизни и борьбе. Они придают очарование жизни. Мужчины часто умирали в битвах со словом «мама» на устах. Мужчины важничают и хвастаются, но это не означает, что они сильнее, чем женщина. На самом деле женщины обладают своего рода силой, которая достаточно велика, чтобы сдерживать и силу и деятельность мужчины. Жена спокойно остается дома, муж ежедневно возвращается после всех его контактов с миром работы. Большинство женатых мужчин находят, что без их работы они полностью бы попали под влияние своей жены. Женщины особенно сильны, когда они рожают ребенка.

Мужчины обычно выделяют три вида женщин: матерей, жен и соблазнительниц, которые являются объектом только полового влечения. И то, как человек относится к этим женщинам, является одним из наиболее важных аспектов жизни.

Матери представляют меньшую проблему, чем два других. Дети должны уважительно относиться к своим матерям. И мужчины, чьи матери живут долго, очень удачливы. Но отношение к женам и женщинам, как объекту полового влечения, часто порождает его успех или неудачу. Ясно, что человек не должен находиться под властью женщины третьей категории. В идеальном смысле мужчина должен рассматривать всех женщин, кроме матери и жены, как своих сестер. Но большинство мужчин не едины в этом вопросе.

Я знал людей, на которых мало влияли сексуальные влечения и для которых то, что я скажу в этой главе, несущественно. Может быть, такие мужчины и удачливы, но большинство из нас подвержены мукам из-за женщин. Для того чтобы понять, что я имею в виду, необходимо только увидеть дурацкие усмешки на лицах мужчин, смотрящих вслед проходящим женщинам. Вопрос в том, что многие из нас не могут стряхнуть дурашливость, и я подозреваю, что даже великие люди, как, например, Наполеон и японский полководец Тойотомидэ Хидэеси в этом аспекте ничем не отличались от нас.

Есть женщины, думающие, что в желаниях, влечениях мужчин есть что-то грязное. Но они не правы. Такое желание является источником огромного стимула к активности. Без этого женщины перестали бы существовать как женщины. В течение жизни мужчина неизбежно любит одну или более женщин. Это нормальное явление, но влюбленность никогда не должна быть основной целью человека.

Любите женщин, и не позволяйте им руководить вами. Ни один мужчина не должен допустить, чтобы над ним властвовали женщины. Такое превосходство означает, что мужчина становится слишком привязан к дому, к семье. Мужчины не должны искать мира и спокойствия. Мужчина должен искать приключений, он должен контролировать и тренировать себя, он должен сражаться и быть первым. Человек должен определить для себя цель и жить, чтобы добиваться ее осуществления. Мужчина, погрязший в домашних заботах как хороший муж и отец, кончает тем, что теряет уважение жены и детей.

Говорят, что главная проблема молодого поколения состоит в том, как оно воспитывалось. Их отцы, выросшие в годы Второй мировой войны, потеряли свою духовную опору в те тяжелые времена. Став домоседами, они потеряли престиж в глазах своих детей.

Я думаю, что это печально. Почему должны японские отцы терпеть поражение лично из-за

поражения нации? Они могли бы найти что-то новое, что служило бы как стремление и вдохновение и они могли бы идти вперед к реализации своей мечты. В послевоенный период широко распространено было словосочетание «крушение надежд. Это было неправильно, этих слов надо было избегать так же, как и слишком большого рвения, готовности к принятию позы побежденного. Япония не должна была сдаваться из-за одного поражения.

Позднее наступил период быстрого экономического роста и большого влияния культуры Запада. Я не считаю это истинным возрождением, так как в стремлении заимствовать из других стран Японии потеряла свою собственную душу.

Сегодня японцы сосредоточены на том, чтобы быть хорошими мужьями и отцами. Они потеряли вкус к приключениям. Они больше не бросают вызов. Еще я заметил, что мужчины могут быть слабее женщин. Когда они теряют желание бороться — это действительно правда. Но мужчина силен, когда у него есть цель, за которую надо бороться, и хорошая женщина, которая вдохновляет его на борьбу.

Прожив несколько лет с моей возлюбленной, я ушел в горы тренироваться каратэ и не видел ее, даже не послал открытки в течение семи лет. Затем я отправился за границу пропагандировать каратэ. Пока я отсутствовал, она родила ребенка. Так как у нее не было денег и она чувствовала, что не может обратиться за помощью к своей семье. Ей не была оказана даже мизерная помощь. Но она все-таки верила, что я вернусь.

Да, я вернулся, после того как достиг успеха в демонстрации сбивания рогов у живого быка. Но даже тогда у меня не было источников дохода. Она кормила меня, и я даже не знаю, где она работала, чтобы достать деньги. Путь женщины также требует стойкости и упорства, как и мужской.

Эта женщина стала моей женой, и я знаю, что она для меня идеальная личность. Я считаю, что странствующий искатель приключений — идеальный образ мужчины и что терпеливая, добродетельная женщина, ожидавшая, даже когда ей, казалось бы, нет никакой надежды, — это идеальный образ женщины. Сольвейг лорда Тьяйта — мой идеал.

Сейчас свободная любовь широко обсуждается в среде молодежи. Я часто говорю об этом с моими воспитанниками, большинство из которых за нее, пока не спрашиваю их, кого они предпочтут в невесты — девственницу или женщину, которая ведет распутный образ жизни. Большинство из них, безусловно, выбрали бы первую, но не логично самому защищать свободную любовь и требовать порядочности от женщины.

Если бы любовь не сопровождалась глубокими человеческими, эмоциональными и личными отношениями, она была бы только на шаг от мастурбации. Так как секс должен включать глубокие, трогательные переживания в жизни человека, чтобы быть значимым, он должен ограничиваться одним партнером. Он не должен походить на танец, в котором партнеры меняют друг друга.

В половом акте каждый обнажает физические секреты и желания, максимальную склонность к партнеру. Поэтому идеальные отношения между мужчиной и женщиной должны быть такими, когда оба друг друга хорошо знают и уважают. Из таких отношений складываются настоящие романтические любовные истории. Романтичность очень важна, так как такой человек и только он является единственным в целом мире.

Я уже заметил, что человек в своей жизни может любить нескольких женщин, но это не означает, что увеличится и количество настоящих любовных отношений. На самом деле все нечистоплотные связи, через которые он пройдет, потеряют всю свою романтичность и будут далеки от удовлетворенности. Японский полководец Тойотомидэ Хидэеси позволял себе вольности с женщинами своих подчиненных, но принцесса Иодочими всегда оставалась для него единственной значимой женщиной. Наполеону часто предлагали самых красивых

девушек из среды аристократов на завоеванных им землях, но в его жизни была только одна, которая действительно что-то значила в его жизни, — Джозефина.

Распутник ищет новых увлечений только потому, что не нашел то, что искал в предыдущем. Женщины, спавшие с Хидэеси и Наполеоном, делали это скорее по другим причинам, нежели по любви. Они были не более чем бездушными куклами в руках власть имущих. Кукла, выполняющая все требования мужчины, ничем не отличается от специальной игрушки. Настоящая любовь возникает только между мужчиной и женщиной, которые являются единственными приемлемыми партнерами во всем мире.

Мужчина, который завоевывает сердце своей будущей жены, полагая, что она единственно необходимая ему, удачлив. Но хотя мужчина может думать, что она единственно правильная, подходящая для него, женщина может не разделять его чувств. И у многих молодых людей разбиты сердца от неспособности завоевать расположение своей избранницы.

Это происходит из-за того, что они прицеливаются слишком высоко. Они пытаются завоевать девушку, которая заслуживает большего, чем они. Но неплохо, когда мужчине отказывают два-три раза. Это показывает ему его слабые стороны и помогает исправить себя так, чтобы в конце концов быть достойным той единственной, когда она появится. Неудача в любви является пружиной, которая помогает человеку в выбранном пути. Усилия, сделанные в этом направлении, рано или поздно будут способствовать развитию стремящейся к победе, привлекательной личности. Тогда не будет необходимости хвастать и показывать себя, привлекательные качества личности проявятся естественно сами. Другими словами, усилия в правильном направлении выявляют истинную ценность мужчины и женщины. Мужчина, который раньше всегда терпел неудачи в любви, обнаружит себя окруженным поклонницами, из которых он должен выбрать одну в жены, которая будет понимать его и помогать ему совершенствоваться в избранном направлении.

Жена должна быть добродетельна. Она должна быть хорошей матерью, так как на 90 % дети воспитываются матерью. Жена должна быть душой и телом с мужем. Жена генерала Моресина Ноги, большого поклонника женщин, простила ему все волокитства и последовала за ним, когда тот покончил жизнь самоубийством в связи со смертью своего повелителя императора Мейдзи. Жена генерала Мосихару Хонма, который был осужден и приговорен к смертной казни за известный Багаанский марш смерти, говорила, что если бы она родилась вторично, она хотела бы выйти замуж за того же человека. Любой мужчина хотел бы иметь жену преданную, как она.

## 2.12 Отношение к деньгам

Деньги — это социальная необходимость. В качестве награды за труд, кровь, пот и слезы они — честны. Они обычно приходящи и могут быть даже грязными. Для меня печально сознавать, что некоторые судят обо всем с точки зрения денег, что на них можно купить. Но оценка в деньгах является иногда важной в повседневной жизни и для следования своему выбранному курсу.

Занимаясь в молодости каратэ, я часто испытывал нужду в деньгах. Мне противно было о них думать, и когда нечего было есть, я часто проклинал их и объяснял, что только каратэ существенно важно. Тогда я был преисполнен настроением молодости.

Я занимался каратэ на свободном участке, куда приходили соседские ребята и домашние хозяйки посмотреть на Ояму, который мог ломать рога у быков. Каждый день один из них просил меня принять его учеником, но я всегда отказывал. Я отвечал, что тренируюсь и

пытаюсь добиться совершенства в избранном пути только для себя и не намереваюсь стать учителем. Великий самурай Миямото Мусаси за всю жизнь взял два или три ученика.

Но молодые люди, наблюдавшие за моими занятиями, были настойчивы. Некоторые из них говорили, что с них достаточно и того, что я позволяю им наблюдать и имитировать то, что делаю сам. Видя их желание, я чувствовал, что не могу отказать, и, прежде чем узнал это, я стал в какой-то степени руководителем тренировочного зала, так как мы тренировались на участке около моего дома.

Учителя воинских искусств в прошлом никогда не искали выгоды из того, что они делали. Они тщательно отбирали своих воспитанников и даже заботились о них, но не брали платы. Правда, в крупных кланах некоторым инструкторам удавалось разбогатеть, получив поместья от феодалов. Но учителя, жившие и работавшие в городе, и не думали о богатстве или о славе. Я решил следовать их примеру и не брать деньги за уроки. Но число желающих тренироваться со мной росло и человек, одолживший мне участок, потерял терпение, и поэтому пришлось искать другое место для тренировки. Нужно было большее помещение с деревянным полом и, наконец, мы нашли какое-то подходящее. Но так как нужно было платить за аренду, я согласился, чтобы воспитанники несли расходы.

За последние 30 лет, благодаря моим напряженным усилиям, каратэ распространилось во всем мире.

Сформирована Международная федерация каратэ, и сейчас существуют более 550 тренировочных залов в 60 странах. Для этого необходимы деньги. Например, чтобы провести только один чемпионат мира по каратэ, требуется на расходы около 100 миллионов иен. Одному каратисту невозможно покрыть такие расходы. Конечно, многие были бы счастливы купить нашу ассоциацию каратэ практически за любую цену, которую я назову. Но продажа противоречила бы пути боевого искусства, которому я следую.

За последние три десятилетия мое отношение к деньгам изменилось. Сегодня наша организация каратэ полагается на услуги огромного количества людей. Деньги требуются на управление организацией. Деньги — это кристаллизация человеческого труда. В то же время они существуют как отношения между людьми. Я работаю на основе этого лозунга: деньги — это ценность, но человек не должен быть к ним привязан.

Деньги не должны быть самоцелью. Они являются абстрактной заменой человеческой ценности. Их можно менять на вещи соответствующей стоимости, но они не имеют ценности сами по себе. Выбранный путь очень важен, а деньги — это только средства. Поэтому я думаю, что скряга, копящий деньги ради их самих, очень жалкая личность.

Сегодня любой труд оценивается в деньгах, но это не всегда так. Человек, работающий честно и добросовестно, был бы страшно разочарован, если бы думал, что плод его усилий ничто иное, как определенная сумма денег. А человек, посвятивший себя боевому искусству, который продает себя богатству или влиятельности в качестве телохранителя, не является больше человеком боевого искусства. У меня есть друг, работающий в одной компании. У него талант продавца и он всегда завоевывает доверие людей, с которыми вступает в контакт. Говорят, компания зависела от его руководящих способностей, хотя он даже не закончил школы. В 1947–1948 годах, когда мой друг был бродягой и безработным, президент компании встретил его, дал ему работу и помог ему дальше развивать свой талант.

Однажды он пришел ко мне за советом. Оказалось, что конкурирующая фирма старалась соблазнить моего друга и таким образом приостановить быстрый рост конкурента.

Человек от этой фирмы вступил с ним в контакт и кто-то послал по его адресу чек на 10 миллионов иен.

«Что мне делать, Ояма?» — спросил он. — Сейчас положение такое, что я даже не могу позволить себе купить свой собственный дом. Но если я сменю компанию, я буду значить вдвое больше, чем теперь, смогу приобрести на эти 10 миллионов дом. Но я не знаю, как смогу предать мистера А (президента компании, где он работает).

Я сказал ему, что это предложение могло бы быть отличным шансом, что переход означает много денег, но если он сделает это, люди, доверявшие ему, порвут с ним всякие отношения из-за предательства мистера А. И добавил, что я был бы первым, кто прекратил бы с ним разговаривать.

Мой друг поднял голову, поблагодарил меня и последовал моему совету. Спустя несколько лет мистер А пришел спросить мое мнение о назначении моего друга президентом. Мистер А, достигший пенсионного возраста, видел преимущество в назначении президентом моего друга, а не своего сына. Я сказал, что это отличная мысль. Затем я растрогал мистера А до слез, рассказав ему о преданности моего друга компании, несмотря на большой соблазн. Позднее мой друг руководил компанией как президент, ведя ее к дальнейшему процветанию в Японии и за границей.

Каждый месяц сотни людей просят принять их в наш тренировочный зал и каждый год ряд воспитанников завоевывают черные пояса. И все больше обладателей черных поясов выражают желание открыть свои тренировочные залы. Я обычно удивляюсь, так как эти люди слишком молоды для руководства и оставляют изучение приемов каратэ. Я не представляю их в роли учителей. Я не хочу мешать им в руководстве залом. Напротив, был бы рад видеть как можно больше тренировочных залов в Японии и за границей. Однако меня раздражает, что такие молодые неопытные люди станут учить тому, чего они не понимают. Пока мне не исполнилось 35 лет, я не руководил тренировочным залом, а путешествовал по всему миру, вызывал на поединки людей, владеющих другими приемами боя. И когда я, наконец, взял на себя ответственность открыть тренировочный зал, люди, страстно желавшие с тать моими учениками, сделали решительный шаг.

Я хочу предостеречь всех молодых людей не спешить в поисках результатов, благополучия или богатства. Важен лишь выбранный путь и успех, с которым вы совершенствуетесь в достижении цели. Я начал изучать каратэ с девяти лет, изучал в течение сорока лет и все еще учусь. Иногда я просыпаюсь среди ночи с мыслью о каком-то незначительном улучшении или обновлении какого-нибудь приема.

Я удивляюсь, какое понятие имеет молодой человек 25–26 лет, обладающий третьим или четвертым даном, о каратэ и о боевом искусстве, если он перестал тренироваться, начинает учить других, становится толще и ленивее. Я сам сейчас руковожу большой организацией, но я советую людям моложе меня добиваться подобной ответственности, во всяком случае, пока им нет 30 с лишним лет и даже более. До этого возраста они должны продолжать концентрироваться на своем духовном и физическом развитии и не думать о славе, положении или благополучии.

В этом возрасте слишком много вкладывается в приемы. Люди полагают, что, добившись больших технических результатов в определенном искусстве или ремесле, они немедленно должны извлекать выгоду из того, чему научились. Стремление к немедленному успеху проникло и в мир каратэ и в другие виды боевого искусства до такой степени, что некоторые группы готовы присуждать дан и степени за плату. Иностранцы с деньгами могут получить 4-й или 5-й дан в мгновение ока. Это возмутительно. Я знаю одного иностранного маклера по продаже титулов, чей общий дан в различных видах боевого искусства достигает 20.

Подобные вещи были бы немыслимы в прошлом, когда требовалось 10 или 20 лет, чтобы получить дан от мастера. А подтверждающий документ, вручаемый за столь долгий период, обычно был листком белой бумаги с несколькими основными правилами. Это не указывает на



отсутствие значимости боевого искусства. Но это означает то, что такое огромное значение нельзя выразить словами. В них нет необходимости. Человек, тренировавшийся 10 лет и более, сделает это значение неотъемлемой частью своего существования. В такой преданности для мгновенных успехов и многословных документов просто нет места.

Я рассматриваю стремление к быстрому успеху как часть более широкого круга желаний, включающего чрезмерную обеспокоенность о деньгах, своей личности и выгоде. Человек, действительно преданный боевому искусству, тренирует себя, чтобы стать полезным. В прошлом о людях судили на основе личных качеств, образованности, преданности. Я искренне надеюсь вновь и вновь возвратиться к этим критериям. Глупо копить деньги ради денег или ради их количества, но накопительство для наследников тоже неразумно. Китайцы говорят, что большое наследство лишает умного сына инициативы и позволяет глупому совершить большие ошибки, даже больше ошибок, чем если бы глупый сын был беден. Это действительно так.

У меня нет намерения оставлять крупную организацию каратэ, которой я руковожу, моим детям. Только человеку, последовавшему по пути совершенства, которому следую я, и он сможет осуществлять руководство так, как это делаю я. Единственно важное, что я унаследовал, были дух, энтузиазм, человеколюбие и сравнение с такими великими людьми, как Миямото Мусаси, Сайго Такамори, Бисмарком, Конфуцием и Шакьямуни. Я не оставлю крупного состояния своей семье (я часто повторяю своим ученикам, что они могут плюнуть на мою могилу, если я это сделаю). Но я очень надеюсь передать будущим поколениям факел надежды, который будет укреплять, вдохновлять и озарять их так же, как и меня на моем пути.

## 2.13 Освобождение — главная истина

Как я уже сказал, находясь в тюрьме после Второй мировой войны, я был обеспокоен своим будущим, так как не имел специальности, и поэтому решил посвятить себя каратэ. Тогда многие были враждебно настроены к боевому искусству из-за ужасных экспериментов, проводимых японской военщиной до и во время войны. Но видя, как процветает гангстеризм, а также насилие и другие преступления, я понял, что страна без тренированных людей никогда не сможет добиться независимости. Поэтому я выбрал каратэ и когда освободился из заключения, отправился в лес, на гору Кийосуми, где тренировался полтора года.

Это было прекрасное место с величественными кедрами и другими деревьями, речкой с водопадами, бежавшей между скал по каменистым долинам. На половине пути к вершине стоял храм Кийосумидера. Я жил неподалеку, в развалившейся хижине сторожа.

Я полагаю, что практически каждому, полностью отдавшему себя выбранному курсу, следует пройти через тренировку в одиночку, подобно мне. Но это нелегко. Самое страшное — это одиночество. В полной изоляции низменные инстинкты проявляются сильнее. Есть только два пути для преодоления одиночества: покинуть это место или мобилизовать все силы для преодоления его и помочь себе в выполнении поставленных целей. Я выбрал последнее. За поддержкой я обращался к разного рода вещам. Например, я сбрасывал бровь, купался в водопадах, вздвухиваясь от обильного дождя. Сидя в воде, я погружался в созерцание Дзэн. Подолгу смотрел на луну и бесчисленные звезды. Иногда я даже колот свои ноги или бился головой о камни. Тем не менее, благодаря занятиям и созерцанию в сидячем положении Дзэн за 18 месяцев я впервые вошел в состояние концентрации, в котором совершенно ни о чем не думал и которое в Йоге называется самадхи.

В день созерцания зимой и летом я сидел в горной речке или у подножия дерева или стоял на

скале. Занятия каратэ влекли за собой сотню ката ежедневно плюс тренировки, схватки со стволами деревьев и валунами. Ночью, когда одиночество было невыносимым, я пытался совершенствоваться в духовном созерцании, обращаясь за помощью к нескольким приемам. Иногда я читал наизусть сутры, глядя на пламя свечи или кусок бумаги на стене полузакрытыми глазами. На бумаге я написал характеристики, определения для спокойствия (справа) и для действия (слева). Иногда у меня были галлюцинации. В шорохе ветвей и птичьем пении мне чудились человеческие голоса. Крики лисиц и барсуков были утешением. Слыша их, я успокаивался потому, что теплокровные создания находились рядом.

Тренировка днем была такой интенсивной и такой сконцентрированной духовно, что я надолго забывал о трудностях. Поэтому днем я был обычно в хорошей форме, но в подавленном состоянии ночью. Однако к концу моего пребывания в горах я почувствовал проблески того, что означает освобождение и отречение — состояние, когда ни о чем не думаешь. Еще мне помогали мои друзья — лисицы, приходившие каждую ночь, дети, которые указывали на меня пальцами: «Тенгу» (длинноносый домовый) и мой успех — после многих неудач в разбивании булыжника ударом шуто (ребром ладони).

Я постепенно стал способен достигать углубленного духовного единства, так как я шел от сосредоточения, концентрации к освобождению и затем к бездумному, отрешенному состоянию освобождения, когда мог видеть все движения и реагировать на них моментально, не раздумывая. В таком состоянии человек способен справиться с любым нападением. Независимо от того, какое применяется движение, тело реагирует быстро и точно. Когда я достиг этого, я понял, что люди больше не являются моими врагами, и решил испытать свою силу на быках. В схватках с быками и людьми, вдвое превосходившими меня по силе, я не всегда был в отрешенном состоянии освобождения. Однако я находился в нем, когда повергал своих противников. Иногда, отключая сознание или боясь проиграть, я применял более сильные атаки, чем это было необходимо, что влекло за собой тяжкие повреждения, требовавшие лечения до двух месяцев.

Но однажды повреждение, которое я нанес, чуть было не заставило меня навсегда оставить каратэ. На меня напал вооруженный ножом гангстер, и я нанес удар рютокен (кулак сжат в форме головы дракона) по верхней губе. Он умер, оставив жену и ребенка. Я не был виновен, так как только защищался, но был глубоко огорчен тем, что каратэ, которым я никогда не хотел причинять зла, привело к смерти. Меня мучили угрызения совести за судьбу семьи убитого мной человека. Наконец, объявив, что покончил с каратэ, я направился на ферму в район Конто, где работал за пятерых, зарабатывая деньги, чтобы помочь семье покойного.

Я осознал, что покончил с каратэ, но это не потрясло меня. Я обнаружил, что крестьянский труд намного приятней, чем занятия каратэ. В течение этого года я не сделал ничего, что могло бы напомнить тренировку каратэ, хотя, возможно, случайно повторял какие-нибудь движения, приемы.

Позднее, когда мне предложили поехать в США демонстрировать искусство каратэ, во мне пробудилась мечта моего прошлого. Более того, семья убитого мной человека просила меня и настаивала на моем возвращении к прежней жизни, а сын его даже пожелал мне успеха в моих поединках с иностранцами.

Хотя я и прекратил тренировки, отсутствие их, казалось, только сделало мое каратэ более мощным. Постепенно я восстановил состояние, в котором мои кулаки действовали бессознательно. Но я не гордился. Все, что я хотел, это видеть руки в благодарной молитве каратэ, которое направляло меня. Мое каратэ больше не принадлежало только мне. Это было каратэ ради других, каратэ, которое понимали и принимали другие. Познав это, я почувствовал, что на тренировке все меньше контролируется сознание: я существовал постоянно между состоянием сосредоточенности и освобождения.

Сосредоточенность на одной точке является важным методом духовной тренировки для единства. Состояние отрешенного освобождения, в котором мозг свободен и действует без ограничения, дыхание регулируется и тело следует за сознанием без осознанных рефлексов, — является целью, к которой должна быть направлена тренировка. Но не созерцание Дзэн и не сознательный подход позволяет нам достичь этого состояния, а только усердное занятие каратэ и долгое оттачивание приемов, может быть, и в течение 30 лет.

В связи с этим интересно заметить различие в возрастах зрелости между людьми, занимающимися каратэ и другими видами боевого искусства, и обычными спортсменами. Так как физическое соответствие и сила для спортсменов имеют основное значение, то они достигают лучшей формы в возрасте 20–30 лет. Но благодаря тому, что восточное боевое искусство связано с духовным единством и зрелостью, что душа и тренировка — занятия более важные, чем талант, каратист находится в своей лучшей форме между 40 и 50 годами. Теперь, когда я участвую в схватках с молодыми людьми, я всегда могу предвидеть, что они будут делать, настолько, что никогда не применяю ударов рук или ног. Я могу просто отступить в сторону или применить прием опрокидывания противника, не прибегая к жестоким методам. Но это стало возможно к 40 годам после 30-летних тренировок.

Каратэ больше других видов боевого искусства напоминает Дзэн. В нем нет меча. Это означает, что каратэ стоит выше идеи победы или поражения, чтобы стать путем мышления и жизни ради других людей в соответствии с путем Всевышнего.

Мастера боевых искусств прошлого говорили, что самурай должен уяснить для себя истину жизни и смерти. Каратэ и другие виды боевого искусства ищут освобождения от мысли о жизни и смерти. Раньше люди с готовностью отдавали жизнь за своих господ. В современном демократическом обществе мы должны делать то же самое для народа, но только до тех пор, пока люди не избавятся от коррупции. В самом деле, предупреждение коррупции в людях — одна из задач, над которой надо работать. Но важно, какой путь избрали. Действительно достойный человек готов пожертвовать собой за правду, и которую он верит. Он освобождается от страха перед смертью и не думает о своей славе и судьбе.

Йомека Тосиу, основатель школы самозащиты во второй половине XIX века, говорил, что высшее значение самурайства требует освобождения от всех соприкосновений с жизнью. Конечной целью боевого пути является разрыв всех таких связей, включая самые важные: соприкосновение с жизнью и страхом перед смертью, возникающего как результат от этого соприкосновения. И это — цель моего каратэ, направления Кекусинкай.

Но путь к истине долгий. Один из моих лозунгов: человек остается начинающим в течение 1000 дней, он находит истину после 10000 дней практики.

Люди, изучавшие искусство безоружных поединков в древнем Китае, должны были пройти девятилетний курс тренировки: 3 года учиться как стоять, 3 года учиться как ходить и три года учиться как сжимать кулаки. Сегодня в Кекусинкай мы учим этим трем основам одновременно. Тем не менее, только одному или двум из 100 удается добиться такого мастерства, чтобы получить титул шодан в течение года.

Но настоящие трудности наступают после начальной стадии. Каратист не встречается больше с противниками своего уровня мастерства. Он участвует в схватках с более старшими, которые духовно и технически превосходят его. Они определяют пределы, которые молодой человек должен преодолевать ежедневно, если он хочет добиться успеха. Именно на этом трудном этапе мы теряем учеников, которые оказываются не в состоянии выдержать напряженный ритм тренировки направления Кекусинкай. Они падают духом или уходят по ряду причин. Некоторые просто не выдерживают.

Другие начинают бояться боя, схваток. Некоторые с талантом и способностями соблазняются

другими школами каратэ, где им обеспечены первые степени, даже если у них только шодан или нидан в Кекусинкай. Кое-кто опускается еще ниже. Занятия каратэ укрепляют и развивают тело. Это делает каратистов привлекательными для женщин и необходимыми в качестве защитников. Но часто случается и так, что люди с развитым телом, но с недостаточно развитым сознанием, становятся подонками в преступном мире и теряют себя в так называемой легкой жизни с женщинами, напитками и азартными играми.

Их падение тем более трагично, что в одно время они могли бы добиться успеха на правильном пути. Если бы они были стойкими, они бы стремились раздвинуть свои пределы и смогли бы достичь состояния освобождения, которое является конечной истиной, называемой совершенством не только в приемах каратэ, но и в душевном равновесии и единстве, а также моральном поведении.

## 2.14 Значение сегодня

Прежде чем обратиться к этой важной теме, я должен выяснить природу бума каратэ, охватившего весь мир, объяснить его возникновение. Утверждение, что фотографии с изображением определенных движений каратиста стимулировали такой интерес, нелепо. Актер, изображенный на этих фотографиях, был воспитанником моего воспитанника. Он не был настоящим каратистом, а актером. Тем не менее, он очень уважал меня и Ке-кусин-каратэ и, говорят, в своей комнате держал мою фотографию.

Бум каратэ начался не с него и начался не в Японии. В действительности, Япония была в числе последних стран, почувствовавших его влияние. Популярность каратэ в мировом масштабе началась тогда, когда я совершил турне по США с показательными выступлениями. Постепенно я опубликовал мои книги на английском, французском, немецком, нидерландском и многих других языках и открыл тренировочные залы в 55 странах. Известность Кекусинкай-каратэ росла так быстро, что молодые люди в других странах, полагая, что каждый крестьянин Японии является экспертом по каратэ, иногда обращались к любому представителю Востока за советом. К сожалению, эта популярность имеет и негативные стороны, так как много тренировочных залов открылось незаконно под моим именем, но без моего разрешения. Люди, вовлеченные в это дело, не сделали ничего, а лишь прочитали мои книги. Но как известно каждому, каратэ нельзя обучиться из книг.

Хотя я убивал голыми руками быков и бросал вызов всем представителям национальной ассоциации каратэ, после Второй мировой войны люди боевого искусства не очень ценились в Японии. Поэтому я путешествовал по другим странам, демонстрируя мощь каратэ и приобретая учеников и друзей. Только много позднее Кекусин-каратэ, всемирное каратэ пришло в Японию в новой форме, сильно отличавшейся от довоенных школ каратэ. В том, что принесло каратэ всемирную славу и известность, моя заслуга, а не актера на красочных фотографиях, имитирующего движения каратэ.

Внешней стороной каратэ и моей работы за границей, которые привлекли бесчисленных поклонников, несомненно является мощь и сила. Я сделал только семь показательных выступлений в США, но они так широко освещались радио и телевидением, что каждый мог увидеть, чего можно достичь приемами каратэ и тренировкой. Я использовал все преимущества достигнутого мною во время тренировки в горах. Я победил всех противников, иногда не более, чем за секунду, и никогда мне не требовалось более двух минут.

Все молодые люди хотят стать сильными. Увидев, что могу я, молодые американцы захотели достичь моей мощи. Сначала некоторые звонили в тренировочные залы, руководимые дзюдоистами, которые прочитали мои книги или видели несколько красочных фотографий.

Люди толпами шли к ним; как позднее они шли в залы, руководимые моими учениками. Вскоре большое количество воспитанников школ дзю-до стали решительно покидать свои тренировочные залы, а залы каратэ пополнялись. Примерно в это время я издал свои книги на английском языке: «Что такое каратэ» и «Это есть каратэ».

Так как каратэ захватило молодежь на Западе, в Японии стали тоже интересоваться им. Этот интерес возрастал быстрее и шире, чем я ожидал. Вскоре мне пришлось проводить огромную тренировочную и воспитательную работу в Японии. Многие шли прямо ко мне. Но, кроме того, я понял, что необходимо тренировать людей, которые без звания и мастерства и без моего ведома открывали тренировочные залы Мае Ояма в Японии. И для международного руководства школами в США, Голландии мы вынуждены были основать штаб-квартиру в Японии.

Но за всемирным восхищением и уважением каратэ стоит нечто большее, чем простое влечение к силе. Люди, которые хотят научиться использовать только руки для защиты, выражают свое возмущение к применению оружия. За долгую историю человечества оружие усовершенствовалось до чудовищной разрушительной силы, достигнув вершины ужаса в виде атомной бомбы. Раньше дети играли с игрушечными мечами и пистолетами. Сегодня предпочитают каратэ и нигде они не играют с игрушечными водородными бомбами.

Каратэ стало очень популярным благодаря тому, что оно представляет собой возврат к мысли о силе как о средстве защиты и пользы для человечества, а не как о средстве нападения и разрушения. Это более глубокое значение современного бумажного каратэ. Каратисты сообщают миру, что отказ от оружия является высшей человеческой и социальной моралью. Они говорят, что мы должны быть сильными, но не воинственными. Некоторых родителей пугает пристрастие их детей к каратэ. Но утверждаю, что дети знают, что они делают. Они показывают нам выход в отказе от оружия и возвращении к лучшему представлению о силе как средстве защиты. Это и есть наиболее важное значение каратэ сегодня.

У каратэ есть неоспоримые качества. Мой успех в Америке очевиден. Они также подтверждаются способностями каратистов разбивать кулаками бутылки, камни, доски и стопки черепицы. Но все это результат упорства и тренировки. Это открыто и не имеет ничего общего с тайнами, известными лишь посвященным в рукописи, о наличии которых заявляют некоторые школы каратэ. Но даже если такие книги существуют, они не являются практическим пособием по овладению приемами каратэ и методами тренировок, а дают лишь абстрактные объяснения его духовного влияния. Конечно, соответствующее духовное влияние весьма существенно и в этом смысле так называемые тайные рукописи могут быть полезными. Но они наверняка не объясняют истинные, мистические качества каратэ.

Истинное величие каратэ лежит в глубине, широте и необъяснимости восточных философий, стоящих за ним. За годы тренировок, поединков и путешествий по всему миру я твердо убедился, что это так. Влияние восточной философии чувствуется в каждом приеме каратэ. Оно охватывает системы дыхания, созерцания, которые мы используем. Оно является направляющим аспектом нашей выработки психологического единства. Но самое важное это то, что восточная философия — основа нашей морали. Я многое почерпнул от Тао, Конфуция и Дзэн-буддизма, но высочайшим даром этих течений была уверенность в себе. Осознание того, что путь, по которому я следую, является в то же время путем великих мудрецов и философов прошлого, придает мне смелость и силу. Пусть путь этот долог и впереди много трудностей, но я верю, что «Путь этот величественный и прекрасный. Он ведет к небесам. Они далеки. Но разве мы не должны стараться приближаться к ним понемногу, день за днем?».