

功夫



МИХАИЛ РОТТЕР

Взрослые сказки
О ГУН-ФУ

Часть V:
ЛЕКАРСТВО ОТ ЖАДНОСТИ



Восток: здоровье, воинское искусство, Путь



Восток: здоровье, воинское искусство, Путь

Михаил Роттер

**Взрослые сказки о Гун-Фу.
Часть V: Лекарство о жадности**

«ИД Ганга»

2021

УДК 75.715
ББК 615.8

Роттер М.

Взрослые сказки о Гун-Фу. Часть V: Лекарство о жадности /
М. Роттер — «ИД Ганга», 2021 — (Восток: здоровье, воинское
искусство, Путь)

ISBN 978-5-907432-23-9

«Лекарство от жадности» завершает цикл «Взрослых сказок о Гун-Фу», опубликованных ранее. В предшествующих четырех сказках (называются они «Ци-Гун»; «Тай-Цзи-Цюань»; «Мудрость»; «Все настоящее одинаково») рассказывается о мастере Мине, жизнь которого сложилась так, что приключения графа Монте-Кристо по сравнению с ней – это скучная жизнь домохозяйки, которая видела приключения только по телевизору. Есть у этих сказок и «предисловие» – книга «Драгоценности восьми кусков парчи», в которой речь идет о юных годах наставника Вана, ставшего в старости учителем мастера Миня. Книга, которую держит в руках уважаемый читатель, представляет собой нечто вроде послесловия, где «досказывается» то, что осталось недосказанным в предыдущих книгах этого цикла. В основном, речь здесь идет о Володе, ученике мастера Миня, который предстает, как некий «мастер – не мастер», которому предстоит еще многому научиться. Однако главным героем всех «Сказок о Гун-Фу» является само Гун-Фу, которое каким-то чудесным образом дошло до нас через долгие века и многие страны. Книгу эту вполне можно читать и отдельно, но вместе с предыдущими будет наверняка интереснее. В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

УДК 75.715
ББК 615.8

ISBN 978-5-907432-23-9

© Роттер М., 2021

© ИД Ганга, 2021

Содержание

Михаил Роттер	6
Предисловие	7
Мордобой как способ познакомиться и даже подружиться	10
Из чего «сделано» гун-фу	13
Что есть Гун-Фу	18
Anno pouvo, vita puova	20
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Михаил Роттер
Взрослые сказки о Гун-Фу.
Часть V: Лекарство от жадности

© Михаил Роттер. Текст, 2021

© ООО ИД «Ганга», 2021

* * *

Предисловие

Я приведу пример по поводу Кармы. Однажды я был с йогином, которого звали Нимкароли Баба. Однажды, когда мы сидели перед ним, зашла пожилая женщина и сказала, что ее муж умирает: «Не могли бы вы прийти и спасти его? Ибо только вы можете его спасти». Нимкароли Баба посмотрел на меня и спросил: «Должен ли я идти?» И я сказал: «Да, идите, давайте все пойдем». Мы прошли около двух миль до маленькой лачуги. Ее муж лежал на койке и умирал. Баба посмотрел на него, и вдруг свечи стали мигать. Он развернулся, выскочил из дома и побежал обратно к ашраму, мы все последовали за ним. Когда мы наконец-то остановились, то спросили: «Баба, что случилось? Почему ты ушел?» Он сказал: «Бог хочет, чтобы он умер». И тот человек умер.

Суть в следующем: ваша жизнь, ваше здоровье и ваши болезни, ваше богатство и бедность были предопределены законом Кармы. Вы пройдете через все, через что должны пройти. Если вы должны стать фанатиком здоровья и следить за своим здоровьем, и есть правильную еду, то будете этим заниматься, а если не должны, то не будете. Если вы должны придерживаться срединного пути, то будете его придерживаться. Все предписано, все спланировано заранее.

Единственная свобода, которая у нас есть, – не отождествляться с этим процессом, хотя тело все равно проходит через него. Не привязывайтесь к тому, через что проходит тело. Удерживайте свой ум выше этого, удерживайте свою голову в небесах, а ноги на земле.

Так что в материальном у нас нет выбора. Все, что должно произойти, произойдет. Поэтому, если мы обречены делать все это и обнаруживаем, что бегаем от одного врача к другому и так далее, не привязывайтесь к этому, но все равно делайте, потому что не можете по-другому.

Роберт Адамс

Ничто ниоткуда не берется и ничто никуда не пропадает. И если кому-то с кем-то положено встретиться (или не встретиться), то так тому быть. Если кому-то положено что получить, например, учение, то он его получит, хочет он того или не хочет. Если кому-то положено учить, а другому у него учиться, то так оно и будет. Это называется Кармой, и избежать ее не удастся никому.

Наша трактовка

Именно таким образом и происходит процесс передачи Гун-Фу: один учит, другой учится. Где и когда встретятся эти люди, как будет происходить обучение и чем оно закончится, никто не знает. Часто это происходит весьма затейливыми путями, которые иногда кажутся просто чудесными: то, чего не должно (и даже не могло) произойти, происходит. Причем происходит совершенно незаметно, в виде чего-то настолько будничного, что и говорить не о чем: ну приехал человек «из дальних стран» и приехал. Хотя, если хорошо подумать, то такого человека в этом месте быть никак не должно было, он просто не мог, не должен был там оказаться, не водятся такие люди в таких местах.

Эта книга завершает цикл «Взрослых сказок о Гун-Фу», опубликованных ранее издательством «Ганга». В предшествующих четырех сказках (называются они «Ци-Гун», «Тай-Цзи-Цюань», «Мудрость», «Все настоящее одинаково») рассказывается о мастере Мине, жизнь которого сложилась так, что приключения графа Монте-Кристо по сравнению с ней – это скуч-

ная жизнь домохозяйки, отрывающейся от печки лишь для того, чтобы сходить в ближайший продуктовый магазин.

Есть у этих сказок и «предисловие» – книга «Драгоценности восьми кусков парчи», в которой речь идет о юных годах Вана, ставшего в старости наставником Миня. Эта книга могла бы носить и другое название – «Истина одуванчика», которое кажется никак не связанным с ее содержанием, хотя это, возможно, самое важное, что в ней есть. Откуда взялось это название, становится понятно только на самых последних страницах. В общем, как часто пишут в комментариях к фильмам: «Смотреть до самого конца».

В связи с тем, что все эти книги пронизаны одной мыслью (и действуют в них одни и те же герои), кажется, что пришло время добавить еще один «том» сказок, где речь идет о Володе, ученике мастера Миня. Эта книга представляет собой нечто вроде послесловия, где «досказывается» то, что осталось недосказанным. Разумеется, «досказано» далеко не все, но, согласно традиции, всегда должна оставаться некоторая недосказанность.

Володя здесь предстает как некий «мастер или не мастер». Это связано с тем, что его путь к Гун-Фу, в отличие от путей учивших его людей (а учился он не только у мастера Миня), не был прямым. Если его учителя получали свое Гун-Фу из «одних рук» в течение длительного времени, в результате чего их искусство было чистым («чем ближе к источнику, тем чище вода») и «целостным», то искусство Володи (хотя у него самого язык не поворачивался называть то, чему он научился, высоким словом «искусство») являло собой типичнейшее «лоскутное одеяло».

Эта книга потому и называется «Лекарство от жадности», что при таком «лоскутном» методе обучения очень трудно не пожадничать и удержаться, чтобы «не нахватать» кучу лишних стилей, методов и практик, которые потом становятся обузой, отвлекающей от главного.

Впрочем, иногда (если очень повезет) такое «лоскутное одеяло» греет не хуже «нормального». Это признавал даже мастер Минь, который во время второй встречи с Володей приложил руку к тому, чтобы отбросить лишние лоскуты и сшить оставшиеся накрепко.

Если прочитать все сказки от начала до конца, то становится явно видно, что главным их героем является не столько мастер Минь, сколько само Гун-Фу, которое передается от учителя Вана к мастеру Миню, а от того – к его ученику Володе, когда мастер Минь оказывается в том месте, где его никак не должно было быть.

Как и в предыдущих «Сказках о Гун-Фу», *все события и все участвующие в них персонажи вымышленные и никакой связи ни с какими реальными людьми не имеют*. Ведь истории эти – не более чем вымысел, служащий лишь фоном для «неформальных пояснений», что есть Гун-Фу и какими, подчас странными, путями оно передается.

В общем «Сказки о передаче Гун-Фу из рук в руки» могли бы называться совершенно иначе. Например: «Отдам щенка в хорошие руки». Или в какие получится (в какие Карма позволит).

Будда сказал: «Карма – надсмотрщик для глупцов и слуга для мудрых». То есть если умственно мы находимся на уровне Кармы, то будем страдать и она станет нашим надзирателем. Но если мы поднимем наш ум вне обусловленностей и будем удерживать его в Абсолютной Реальности, то не будем страдать, через что бы ни проходило тело.

Кто страдает? Ум, а не тело, тело не может страдать. Тело – это всего лишь масса плоти, костей и крови, но оно приводится в движение умом, поэтому ум страдает и разрешает телу страдать, но само по себе тело ничего не может сделать. Если ум изъят из тела, произойдет нечто другое, вы будете свободны. Вы наблюдаете это и не реагируете. Когда вы не реагируете, Карма становится вашим слугой, и вы превосходите ее.

Карма похожа на человека, который говорит, говорит и говорит с вами, а вы молчите. Что сделает этот человек? Он встанет и уйдет. Поэтому, когда ваша Карма видит, что вы не обращаете никакого внимания на нее, она рассеивается и возвращается в ничто, откуда пришла.

Роберт Адамс

Мордобой как способ познакомиться и даже подружиться

Те, кто ищет, погружаясь в глубину, непременно найдут сокровище. Боящиеся глубоко нырять тщетно будут ждать, сидя на берегу.

Средневековый святой и поэт Кабир. Из книги Чандры Свами Удасина «Зеркало блаженства»

Боря

Мое знакомство с Володей никак не предвещало последующей дружбы. Просто ко мне подошел мой компаньон, с которым мы держали рыбный ресторан на берегу моря, и, смеясь, сказал, что какой-то знакомый его знакомого ищет самого лучшего в городе инструктора Крав-Мага. Парень он «недавно приехавший», никого тут не знает, так что в качестве «самого лучшего в городе инструктора» ему вполне можно подсунуть меня.

Чего он смеялся, я не понимаю, я действительно лучший в городе по этой части. Может, это оттого, что городок у нас маленький, тысяч тридцать жителей, а может, потому что я «двинутый по этой части» и тренировался весьма старательно.

В общем, парнишке сообщили, где и когда мы занимаемся, и на следующем занятии он был как штык. Причем пришел раньше всех и ждал на скамейке у входа в зал. Меня он как-то опознал (может, компаньон меня удачно описал), прямо у входа представился и спросил, можно ли ему присоединиться к нашим тренировкам.

Вопрос был риторическим. Занятия у меня были платными, так что отказ в этом случае выглядел бы, как если бы из магазина выгнали покупателя. Человек принес деньги и желает их потратить, а ему «от ворот поворот». Бессмысленная ситуация. Так что я не отказывал никому. Ну разве что явился бы кто-то совсем неадекватный. Или кто-то, кто мне просто не понравился бы.

Вообще-то, Крав-Мага для меня предприятие некоммерческое, я человек не бедный, у меня несколько «бизнесов» (ресторан, пара небольших магазинов и еще всякая мелочь). Так что «детям на покушать», а их папе (мне то есть) «на выпить и закусить» вполне хватает.

Кроме того, я с детства люблю подраться и от занятий воинским искусством всегда получал удовольствие. А от их преподавания (в процессе которого чувствовал себя самым сильным, самым важным и самым главным) – тем более. Так что, возможно, это я должен был бы доплачивать ученикам за то, что они приходят ко мне на занятия. Впрочем, это было бы уж совсем неправильно, ведь как только человек перестает платить, он тут же бросает заниматься. Проверено.

Помню, что Володя мне даже понравился: спокойный, вежливый, совершенно без претензий. Делал что сказано, держался более чем скромно, в глаза не лез, становился всегда в последнем ряду. Нельзя сказать, что у меня была толпа из учеников, такое редко случается, занятия боевыми искусствами отнюдь не предмет первой необходимости, и толп тут не бывает. Но зал был маленький, и ученики строились в три шеренги. И Володя всегда стоял в третьей.

Крав-Мага сделана в воюющей стране и предназначена только для войны. Даже соревнований по ней не проводят, ибо слишком велик риск увечий и даже летальных исходов. В общем, серьезная штука, и никаких «танцев» в виде одиночных форм, как в азиатских системах, в ней нет. Вся работа, кроме разминки, выполняется в парах по принципу «пришел учиться драться

– учись драться». Разумеется, я следил, как мог, чтобы ученики не травмировали друг друга. Они развлекаются, а я отвечаю. Правда, как я ни старался, все равно на каждом занятии кому-то доставалось. Издержки, так сказать, производства. Это происходило практически со всеми. Что поделаешь, система крайне агрессивная, и без этого никак не выходит. Но у Володи как-то получалось, я ни разу не видел, чтобы он кого-то случайно ударил. Тут могло быть несколько вариантов: то ли он неопишимо аккуратно работает (что невозможно, даже я нет-нет, да и вмажу кому-то), то ли у него контроль намного лучше моего. Кстати, он и двигается совсем не так, как мои ученики. В моей любимой Крав-Мага все происходит совсем иначе: быстро, резко, жестко, у каждой техники есть начало и конец, и видно, где заканчивается одно движение и начинается другое. У этого же парня, что бы он ни делал, все сливалось воедино, и та самая техника, которую я ему показывал, начинала выглядеть совершенно по-другому. Иногда я сам не узнавал того, что показывал: оно становилось какое-то «круглое и непрерывное». Хотя, справедливости ради надо сказать, это «круглое» могло в любой момент стать «квадратным», и углы у этого квадрата были весьма неприятные и колючие.

Когда я начинал исправлять его технику, пытаюсь заставить делать все жестче, четче и резче (в общем, сделать так, чтобы это было похоже на Крав-Мага), он благодарил, согласно кивал головой и честно повторял за мной, но стоило мне отойти, как у него все снова становилось мягким, текучим и каким-то «размазанным». Получалось, что он сразу трансформирует полученную технику «под себя», причем работала она у него весьма эффективно, я бы даже сказал, играючи. Я его не понимал: если он такой большой мастер, то зачем на моих занятиях корчит из себя ученика?

Вскоре Володино поведение стало меня раздражать, и я начал демонстрировать всю технику исключительно на нем, причем делать это весьма жестко и грубо. Обычно я так никогда не поступаю, ведь каждый ученик – это такая маленькая курочка (скорее, даже цыпленок), несущая золотые яйца. Начни его лишнее колошматить – и он тут же бросит заниматься. А с ним и парочка его дружков, которые ходят «за компанию».

Володя, надо отдать ему должное, некоторое время терпел, но однажды ему то ли надоело, то ли он решил, что увидел все, что ему нужно, и он ответил. Помнится, получил я тогда красиво – сильно и очень неожиданно, я бы даже сказал, странно. Я не обижался, при занятиях рукопашным боем такое часто случается. А в Крав-Мага – это вообще как «за положено», ведь -ильтазеиКрав (קרב) означает сражение, бой; а Мага (מגה) – это отнюдь не магия, а простой, вый и очень грубый контакт. В общем, это «бой в касание», а не бесконтактное «магическое» Карате, и, занимаясь этим много лет, я привык ко всякого рода «побоям». Впрочем, судя по тому, как сурово я получил, Володя тоже битый, думаю даже, что намного больше, чем я.

Хотя рассуждать тут особенно не о чем, это дело житейское, тем более что Володю я сам спровоцировал, и если бы было не так больно, я бы его даже похвалил.

Нехорошо было, конечно, что это произошло на глазах у всей группы, но тут я сам виноват: не надо было прилюдно «наезжать» на Володю.

Его «странная» техника показалась мне настолько эффективной, что я даже решил, что мне стоит у него позаниматься. Городок у нас маленький, скорее даже, большая деревня, и я уже знал, где Володя занимается по утрам. И через пару дней я заявился на пляж, где он плясал свои непонятные «танцы» на фоне Средиземного моря, и предложил ему потренировать меня и еще трех-четырех моих учеников, которые уже кое-что умели.

Володя согласился легко, и на завтра мы приступили. Примерно так я и познакомился со стилем тигра. Сам Володя знал еще много чего, но нам не преподавал. Но мне хватало и «тигра».

Дружеских отношений между нами не было. Я-то парень простой и общительный, что только не делал и кем я только не работал. В общем, я могу договориться с кем угодно, а вот Володя держался вежливо, но несколько отчужденно. Может, характер такой, а может, помнил,

как я с ним поначалу обходился на занятиях. Меня это, впрочем, не волновало, учил он честно, а что еще мне от него нужно?!

Однако после того, как мы съездили в Ирландию к его мастеру Миню, мы почти подружались. Совместное путешествие – прекрасный «повод для знакомства». Тем более мы теперь вроде как ученики одного и того же мастера, а как говорил сам же Володя, по традиции все ученики одной школы – братья. Это, конечно, теория, и эти братья часто вцепляются друг другу в глотку, но так гласит традиция, а иногда так даже бывает на самом деле.

Я человек не только общительный, но и жутко любопытный. Я знал, что Володя учился не только у Миня и знаком не с одной системой рукопашного боя. И я стал расспрашивать его, как и от кого он умудрился так нахвататься. Особенно если учесть, что учился он в Союзе, где изучение плебсом таких вещей никак не приветствовалось. Поначалу Володя отнекивался и отшучивался, но потом постепенно разговорился.

И даже рассказал много разных историй. Некоторые из которых были даже интересными.

История будет добра ко мне, ибо я намерен сам ее писать.

Уинстон Черчилль

Из чего «сделано» гун-фу

Свамиджи: Если бы не было ни прошлого, ни будущего, ваша жизнь стала бы полностью свободной. Все ваши мысли, не говоря уже о действиях, определяются вашим прошлым опытом. То, что вы называете вашими размышлениями, тоже обусловлено вашим прошлым. Ваше тело сделано из прошлого, ваш ум сделан из прошлого. Все то, что находится во времени, – продукт времени. Можно сказать, что прошлое мертво потому, что вы уже ничего не можете с ним сделать. Оно исчезло. Но вы можете узнавать только через память прошлого. Прошлое существует лишь в памяти; будущее – лишь в воображении. Что касается «настоящего», то это и есть Реальность, и она не может быть постигнута или схвачена при помощи подвижного ума.

Вопрошающий: Когда я контролирую мысли, мне кажется, что прошлое меня больше не волнует...

Свамиджи: Если в человеке есть вневременное Сознание (или лучше сказать, что человек, по сути, погружен во вневременное Сознание), то у него есть потенциальная возможность быть свободным от влияния прошлого и будущего. Прошлое и будущее – феноменальны. Настоящее – экзистенциально.

Чандра Свами Удасин, «Зеркало блаженства»

С Борей мы познакомились лет сорок назад. Потом наши пути разошлись, но связь (спасибо всяким «Skype’ам, WhatsUp’ам, Viber’ам» и прочим чудесам, к которым я привык, но которыми никак не перестану восхищаться) не прервалась. Тем более что Боря, будучи человеком чрезвычайно общительным, любит поговорить и всякими «говорительными программами» пользуется с большим удовольствием.

– Одно только жаль, – все вздыхает он, – по Skype’у нормально не выпьешь. Хотя мы с друзьями (а друзья, надо сказать, были у него по всему миру) уже приспособились выпивать по Zoom’у. Суть этого «упражнения» в том, что каждый сидит у себя дома перед монитором, наливает себе, честнейшим образом выпивает и закусывает, желая всем остальным здоровья. Выпивка и закуска у всех, конечно, разные, но пожелания примерно одинаковые, так что застольная беседа получается вполне приятная. И если привыкнуть к этому (а привыкается мгновенно), то получается, что все мы как бы рядом с другом.

Я даже стих специальный сочинил насчет таких, с позволения сказать, застолий. Сначала (в том же Интернете, а где же еще) мне попалась фраза «Я прошу вас по мобилке переслать сто грамм горилки». Мне она так понравилась (вековая мечта человечества получить что-то желаемое и важное «за просто так, из пространства»), что я ее слегка переиначил:

*Я просил бы вас по Skype’у мне прислать сто граммов водки.
А если будет получаться, то можно хлеба и селедки.*

Есть у этого способа и большое преимущество. Общение, конечно, не совсем «вживую», но зато домой из гостей не надо возвращаться. Пьяным за руль не сядешь, а пешком... Ты сам знаешь, я вообще почти забыл, как это делается: ходить пешком. Впрочем, ты же не пьешь, так что с тобой, дорогой мой друг Володя, что так, что этак, все равно не выпьешь, – тут он пренебрежительно махал рукой.

Так что уже лет десять – пятнадцать мы с ним общались в «интернет-формате». И вот в прошлую субботу Боря вспомнил, как пытался выяснить, как и от кого я в те годы умудрился, как он выражался, «нахвататься столько Гун-Фу». Про мастера Миня, он, разумеется, знал, мы

с ним вместе не раз ездили к Миню в Ирландию, куда его занесло после обучения в Союзе. А вот про остальных моих учителей (некоторые из которых были не учителями, а всего лишь людьми, которые на тот момент знали или умели чуть больше меня) – нет.

Помню, что тогда я не очень хотел ему об этом рассказывать. И не потому, что делал из этого тайну, просто привычка: не болтать лишнего вообще, а по этому поводу тем более. В семидесятые годы, когда я начинал заниматься Карате, которое мне тогда так нравилось (после знакомства с мастером Минем я понял, что «за этими небесами есть еще небеса»), оно было под запретом, и много говорить о своих занятиях было не принято. Тогда я был молод и не понимал, почему так, ведь старое немецкое правило «Что знают двое, знает и свинья» никто не отменял. А занятия группы из 10–12 человек скрыть вообще невозможно, даже если и заниматься в каком-нибудь жэковском подвале. Так что говори – не говори, все равно те, кому «положено по службе», наверняка об этом знают.

Потом люди постарше мне объяснили, что так всем удобно. Те, кто занимается, занимаются чем-то секретным, запретным, от чего получают особенное удовольствие. Те, кто преподает, могут брать за это чуть большую плату: еще бы, ведь они преподают что-то запретное и потому рискуют. А тем, кому положено этот процесс контролировать, становится удобно это делать, ведь они прекрасно знают, где и когда это происходит. А если тренер настоящий, то могут и сами прийти потренироваться к нему «в подвал».

Потом, однако, я стал «по кускам» рассказывать Боре эту историю. А рассказать было о чем, потому что за то время, которое я изучал все эти восточные игрушки, мне перепало немало практик. Простых и сложных, «с претензией и без», современных и традиционных. Сколько их было – точно не знаю, но больше дюжины видов Ци-Гун наверняка. Похожая история была и с У-Шу, когда я перестал считать стили, которые изучал, после того как понял, что число их перевалило за дюжину.

В общем, один, два, три, ..., дюжина, много.

Когда до меня наконец дошло (и надо сказать, в весьма зрелом возрасте), что это не что иное, как неумение останавливаться и, что еще хуже, обыкновенное накопительство, я понял, что этот «путь жадности» ведет в никуда и что пора мне со всем этим добром что-то делать. С воинскими практиками мне помог мастер Минь, с которым судьба свела меня еще раз. Он железной рукой отбросил ненужное и соединил самое важное в единое целое. Получилась достаточно странная смесь, которая тем не менее работала для меня намного лучше, чем все, что я умел до того.

Что же касается Ци-Гун, то тут мне пришлось делать все самому. Когда я задумался, то все оказалось очень просто. Заниматься любому человеку лень. А в старости к лени добавляется еще и недостаток сил. Понятное дело, чем сил меньше, тем больше нужно заниматься Ци-Гун, но чем сил меньше, тем заниматься становится сложнее и тем больше соблазн бросить все. Такой вот змей Уроборос, кусающий сам себя за хвост. Есть много мифических зверей, но Уроборос, пожалуй, мой самый любимый. Может, потому что он самый бестолковый (этакий щенок, гоняющийся за собственным хвостом) и мне его жалко. А может, в нем сокрыта некая недоступная мне мудрость. Не знаю, неважно.

Важно то, что чем человеку больше нужен Ци-Гун, тем меньше ему хочется его делать. И похоже, единственным лекарством было вписать Ци-Гун в свой быт, сделать так, чтобы человек не тратил лишнего времени на его выполнение. Такой «Ци-Гун повседневной жизни».

Разумеется, не я придумал это. Все мастера, преподававшие мне Ци-Гун, рано или поздно начинали говорить, что человек должен практиковать Ци-Гун постоянно: во время еды, посещения туалета и даже во сне. Но я под Ци-Гун повседневной жизни подразумевал нечто, проходящее через жизнь человека настолько естественно и безусильно, чтобы он не замечал этого, чтобы практика *сама собой* пронизывала его жизнь.

В общем, ничего нового, все как всегда, только «упаковано» так, чтобы человек и сам не замечал, что делает Ци-Гун.

Когда я начал излагать эту историю, я заметил, что, рассказывал все это не только Боре, но еще и самому себе. Причем себе гораздо более подробно, чем Боре.

При этом все происходило по принципу «давая другим, даешь себе», потому что при таком подходе я не только удовлетворял Борино любопытство (а он был просто неумоимо любопытен), но и отпускал собственно прошлое.

Про важность отпускания прошлого я впервые услышал давно, сразу после того, как получил вторую ступень Рэй-Ки. Там был даже отдельный семинар по этому поводу. На семинаре этом давалось посвящение в символ, специально предназначенный для того, чтобы помочь человеку в этом действительно нелегком деле. С тех пор прошло больше четверти века, и «вариации на тему» отпускания прошлого встречались мне неоднократно. Оно и понятно, ведь если хорошо подумать, то человек не содержит в себе ничего, кроме прошлого. Настоящее настолько коротко, быстролетуче и эфемерно, что его просто невозможно заметить и тем более удержать. Будущее туманно и неизвестно, и любой здравомыслящий человек прекрасно понимает, что, каким бы оно ни было, оно будет не таким, каким он его себе воображает. А вот прошлого – сколько угодно, его даже намного больше, чем нужно. Человеческий ум зачем-то создан подобным бульдогу, который, вцепившись во что-то, уже ни за что не разожмет челюсти. И почему-то крепче всего «ум-бульдог» держится за обиды, неприятности и привычки к неприятностям. Весь этот ментальный мусор человеку, разумеется, не нравится, и он «запихивает» этот хлам в подсознание. Но, увы, мысль или эмоция, став подсознательной, отнюдь не утрачивает своей силы. И человек вновь и вновь продолжает отрабатывать въевшиеся (пусть и тысячу раз неправильные) шаблоны, таким образом постоянно «наступая на одни и те же грабли». Да и энергии для поддержания всего этого никому не нужного и вредного добра в «рабочем состоянии» требуется немало. И получается, что чем больше у человека энергии «завязло» в прошлом, тем меньше ее остается для нормального функционирования в настоящем.

Устранить негатив, накопившийся в уме, достаточно непросто, ибо он погружен (точнее, «запрессован») в подсознание, и первое, что нужно для того, чтобы отпустить его, – это увидеть и осознать его.

Сделать это можно, например, «выговаривая» некоторые вещи вслух. Тут, конечно, может получиться все наоборот, потому что, вспоминая прошлые проблемы, человек начинает вновь заводиться, и проблема, вместо того чтобы быть отпущенной, становится еще более сильной. А потом «в усиленном виде» вновь погружается в подсознание. Но если, увидев «всплывшую» проблему, спокойно встретить ее, позволить ей быть, наблюдать ее, пребывать с ней, то ей «станет скучно» и она уйдет естественным образом, как бы сама собой.

Поэтому, рассказывая эти незатейливые истории, я никуда не торопился, и если что-то «всплывало» из глубин памяти, давал ему пройти его путь, не торопя его, не пытаясь как-то его перенаправить или изменить. Так что двойная польза: и Боре рассказал то, чего он хотел услышать, и себе помог. В общем, снова то же самое – «помогая другим, помогаешь себе».

В результате получилось совершенно «не целостное» повествование, а так, набор фрагментов, зачастую почти не связанных между собой. Но так оно и было, ведь учился я по принципу «Бежала через лесочек, ухватила кленовый листочек. Бежала через мосточек, ухватила воды глоточек». В общем, что перепало, то и мое. Впрочем, иногда (и на удивление часто!) перепадали самые что ни на есть настоящие и подлинные вещи, про которые нигде не прочтешь и не услышишь. Как правило, они крайне простые и безыскусные, но если тебе их не передадут, сам никогда не додумаешься. Например, как проверить, готов ли рисовый суп? Наверняка каждый человек это делает по-своему. Максимум, что тебе скажут, так это «варить до готовности». А в какой момент наступает эта самая «готовность» и где она вообще «находится»?

Однажды мастер Шуи при мне взялся варить рисовый суп. Рисовый суп я в принципе не любил и не люблю – как по мне, так это одно из самых «скучных» известных мне блюд. У Шуи же суп вышел просто восхитительным, причем ничего особенного он в него не клал. Когда я спросил, почему так получилось, он, смеясь, ответил, как отвечал всегда: «Большой секрет». На этот раз «большой секрет» заключался в том, чтобы «варить до готовности», только при этом Шуи еще и объяснил, как именно проверить, готов ли суп. Рецепт его был так же прост, практичен и красив, как все, что он передал мне. Кстати, подобного наставления я не слышал ни от кого, даже от собственных бабушек.

– Все проверяют готовность риса по-разному, – начал Шуи, – и все они правы, потому что традиции разные, привычки и вкусы людей тоже разные. Так что я ничего не навязываю, не учу тебя, ты будешь делать, как найдешь нужным, как нравится лично тебе. Я лишь рассказываю тебе, как это делаю я. Кстати, ты знаешь, я не повар, так что в данном случае мои слова – это всего лишь мнение дилетанта.

Проверяется это так. Достоешь из супа рисинку. Достоешь ласково – подмигнул мне Шуи, – и всего одну. Кладешь ее на язык и прижимаешь к небу. Если ты можешь раздавить ее языком о небо, значит, рис готов. Вот так у тебя получается дивной нежности рис.

И это я не про варку супа. Это я о том, что истинное мастерство проживает в мелочах. И это касается всего. Например, ты всю жизнь изучаешь рукопашный бой. Так вот, там то же самое. Можно пойти по пути увеличения: больше силы, больше массы, больше разных техник и способов тренировки. А можно пойти по пути, который я называю «путем одной рисинки». В этом случае человек изучает структуру человеческого тела, тренируя при этом скорость и точность. При этом он может быть худым, маленьким и казаться не слишком сильным. Но ему и не нужна большая сила. Если у него есть «чувство рисинки», то он всегда сумеет коснуться нужной точки в нужное время суток. И никакие мышцы не спасут его противника, потому что есть места, никакими мышцами не прикрытые.

В общем, истинное Гун-Фу – это не дело знания или силы. Это дело чувства и понимания. Ведь ты и сам не знаешь, когда и что тебе делать в рукопашной схватке. Ты просто чувствуешь это. И никто не знает, откуда берется это чувство и в каком месте тела оно находится.

Передача «секретов» у Шуи происходила как-то легко, «по ходу пьесы». Когда наступал подходящий момент, он поднимал указательный палец и говорил: «Большой секрет». После этого рассказывал и показывал то, что хотел. Больше он это не повторял, по принципу: заметил – молодец. Не заметил, тоже молодец.

Однажды (тоже попутно, только не на кухне, а на улице) мастер Шуи передал мне наставление по поводу того, что он называл «Гун-Фу сам себе здоровый». По-русски говорил далеко не блестяще, но достаточно хорошо, чтобы донести до человека свою мысль. Во всяком случае, я его прекрасно понимал. А тут было совсем просто и означало: «Мастерство поддержания собственного здоровья». Я прекрасно помню, когда это произошло: на стыке прошлого и нынешнего веков. Как, однако, пафосно это звучит: конец одного века, начало другого. Не просто слова, а цитата из учебника истории.

– Человек, желающий что-то получить, должен за это что-то отдать, – говорил Шуи. – Это Инь-Ян, это закон. Нарушить его невозможно. И если человек пытается его нарушить, то с ним происходит то же, что с воздушным шаром, который только

надувается, но не выпускает из себя воздух. Каким бы большим и крепким ни был этот шар, рано или поздно он лопнет. Так вот, человек, желающий быть здоровым, должен за это заплатить. В частности, он должен в корне изменить свое понимание. Что для это требуется, – тут Шуи начал загибать пальцы: – Первое – это мудрость. Ну, может, «мудрость» – это и громко сказано, но здравый смысл, понимание, чувство срединной гармонии точно необходимы. Правда, трудно объяснить, что это значит, ибо человек, скорее, не понимает, а чувствует эту самую срединную гармонию. Иногда ее еще называют путем по лезвию бритвы. Это

когда чуть влево – плохо, чуть вправо – тоже плохо, а между одним плохо и вторым плохо – нормально, иногда даже очень хорошо. Иногда это называют различием, что в данном случае подразумевает умение отличать плохое от хорошего. И не «вообще», а лично для себя и в каждой конкретной ситуации. Что, кстати, совсем не просто. Второе – это принятие ответственности на себя. В данном случае это означает, что человек делает все возможное, все от него зависящее, чтобы сохранить свое здоровье, а если что-то пошло не так, то вылечить. Разумеется, без врачей не обойтись (во всяком случае, я не знаю ни одного человека, будь он хоть трижды мастер Ци-Гун или У-Шу, которому бы это удалось), но с некоторыми вещами человек может справиться сам. Особенно если соблюдать некоторые правила и не разрушать свое тело, свою энергию и свой дух своими собственными руками. Ну а третье, – тут Шуи рассмеялся, – это некоторая бедность. Понимаю, это кажется смешным и странным. Но это так. Возьми богатого человека. Вот он потратил кучу времени, сил и нервов для того, чтобы стать таковым. И для чего ему деньги, если он не может их использовать с толком и пользой для себя самого?! И когда такой человек заболевает, разве станет он тратить время и силы, пытаясь вылечить себя? Скорее, он найдет самого знаменитого профессионала и передаст ему ответственность за свое здоровье. А лечить себя какими-то кустарными способами... Нет уж, увольте. Он пойдет в самую дорогую клинику, где ему обеспечат лучший уход, где его жалобы будут внимательнейшим образом слушать лучшие врачи, где ему выделят личную сиделку и даже психотерапевта. Неизвестно, конечно, вылечат его или нет, но относиться будут с величайшим уважением. И уважение это будет прямо пропорционально плате за лечение. Так что, как это ни смешно, бедность очень способствует овладению «Гун-Фу сам себе здоровый». Впрочем, это частный случай, а общее правило звучит примерно так: «Неприятности и беды помогают человеку изменяться и становиться лучше».

Шуи не уезжал в Китай, думаю, лет десять и за это время передал мне множество таких маленьких «больших секретов». Не знаю, прав ли я, но мне кажется, что именно из таких мелочей и складывается сокровище, которое называется «Гун-Фу».

Сила – это еще не кулачное искусство; кулачное искусство – это еще не Гун-Фу, ибо все приемы кулачного искусства не стоят одного Гун-Фу.

Традиционное воинское наставление

Что есть Гун-Фу

Все должно управляться одним сердцем. Используя две Ци (т. е. вдох и выдох) для управления Пятью фазами, тренируйся все время, не откладывая на утро и вечер. Скрещивание ног для медитации и удары для отработки форм часто требуют усилий. После того как будет потрачена Гун (т. е. Гун-Фу: энергия и время), все станет естественным. Это – искренние слова, а не пустой разговор.

Юэ Фэй, «Важные рассуждения о Синъицюань»

Вообще говоря, Гун-Фу – это мастерство, которое может представлять собой что угодно. Например, научился по-настоящему водить машину – вот у тебя и Гун-Фу водителя. Научился пить, не пьянея, – вот у тебя и «Гун-Фу выпивохи». Можешь даже этим на жизнь зарабатывать: поить нужных людей, слушать, что они спьяну несут (что у трезвого на уме, то у пьяного на языке), и докладывать «заказчику». Но в традиционном смысле под понятием «Гун-Фу» обычно подразумевается нечто более возвышенное. Например, духовная практика, Ци-Гун, воинское искусство. Я тоже привык употреблять это слово именно в этом смысле.

Хотя, честно говоря, я не люблю высокопарных и непонятных определений. Ибо мало кто (или вообще никто) по-настоящему понимает, что такое духовная практика, или Ци-Гун. Мне, например, определить для себя, что такое Гун-Фу, удалось совсем недавно. Определение, конечно, то еще, но я его никому не навязываю, а для себя очень даже сойдет.

Произошло это совершенно случайно. Как-то я делал Тай-Цзи-Цюань в парке. Для своих занятий я всегда стараюсь выбирать безлюдные места, а тут вообще был морозный зимний день, и людей вокруг себя я не видел.

И тут появился один гуляющий, который некоторое время смотрел на меня со стороны, а потом решил подойти. Разумеется, во время занятий ко мне иногда подходят люди. Человек – существо любопытное, а тут кто-то делает что-то непонятное. Как тут не подойти и не спросить, да еще если делать нечего. Так что такое случается, но крайне нечасто, и такие вещи запоминаются. А тут вообще особый случай, ибо именно благодаря этому персонажу я и сформулировал для себя «простецкое» определение Гун-Фу.

Подошедший человек был далеко не юноша (ненамного моложе меня) и держался крайне вежливо, я бы даже сказал, осторожно.

Он спросил меня, чем я занимаюсь и нельзя ли ему поучиться у меня. Взяться его учить я никак не мог (учить кого-то – это та еще работенка, да и брать для этого человека «с улицы» – не лучший вариант), но человек этот был исключительно вежлив, и не ответить ему было бы верхом хамства. Поэтому я сказал, что практика, которую я сейчас делаю, называется Тай-Цзи-Цюань и что про нее много чего можно найти в Интернете, и что там же он почти наверняка сможет, если не пропадет желание, найти себе преподавателя.

Разговаривая с ним, я внимательно следил за выражением его лица, я так делаю с середины семидесятых годов, когда стал заниматься с мастером Минем, который строжайшим образом требовал, чтобы те, кого он учит, всегда следили за глазами своего противника. И не только противника, а всех, с кем имеют дело. Вначале он говорил с сильным акцентом, и в его устах это правило звучало смешно: «Смóтрет на грáза».

Полезнейшее, кстати, правило. Если постоянно это делать, то через какое-то время вырабатывается «чувство», позволяющее весьма точно определять эмоции и чувства своего визави.

Это сработало и в этот раз. Я заметил, что при словах «можно найти в Интернете» ему сразу же стало неинтересно, и он разочарованно протянул:

– А я думал, вы что-то знаете...

С этими словами он откланялся, а я остался в полном восхищении: незнакомец «передал» мне новое определение Гун-Фу.

Мне оставалось лишь его окончательно сформулировать. Получилось у меня следующее:

Гун-Фу – это какое-то знание или умение, некое неуловимое «что-то», которое нельзя найти в Интернете и которое может быть получено только от человека, у которого есть это «что-то».

Anno nouvo, vita nuova

Когда ты устранил все мысленные привычки, все тенденции ума, тогда ты становишься свободен; тогда ты можешь использовать свой ум, теперь ты его хозяин и директор. Он более не обуславливает тебя, это ты обуславливаешь его.

Лестер Левенсон

Привычки – это не что иное, как шаблоны. Чем больше человек освобождается от шаблонов, тем более свободным он становится.

Наша трактовка

У итальянцев есть замечательная пословица: «Anno nouvo, vita nuova» (Новый год – новая жизнь). Казалось бы, ничего особенного, все знают, что новая жизнь начинается с понедельника, с первого числа месяца и т. д. и т. п. Но с тех пор как я узнал, что такое нейробика, я начал относиться к этой пословице совсем иначе: она перестала казаться мне всем известной банальностью. Дело в том, что главный принцип в этой методике – готовность к тому, чтобы постоянно меняться самому и изменять окружающее пространство вокруг себя. И получается, что самая лучшая нейробика – это изменение своей собственной жизни.

С этой точки зрения с момента поступления в институт каждый мой день совершенно чудесным образом приносил столько нового, что его вполне можно было считать за «новый год». Каждый день новая техника, каждый год новый мастер и, соответственно, новый стиль.

Не знаю, что сказал бы по этому поводу создатель нейробики Лоренс Кац, но с некоторых пор я считаю, что любое настоящее Гун-Фу – это в некоторой степени нейробика.

Суть нейробики в смене (в идеале – отмене) шаблонов. Иначе говоря, если ты ходишь каждый день одним путем, то сегодня пойди как-то иначе или вообще в другую сторону; если каждый день готовишь одну еду, то приготовь что-то другое; если ты правша, то пытайся хотя бы самые простые вещи делать левой рукой. То, что делал руками, сделай ногой. Переверни книгу и читай ее вверх ногами.

Тут нормальные люди могут привести кучу возражений. Пойдешь не тем путем – потеряешь кучу времени, заблудишься, опоздаешь на работу, начальник будет недоволен. Приготовишь по новому рецепту – может не получится, лучше готовить, как показала бабушка, – проверено. Начнешь делать что-то левой рукой – потратишь больше времени, порежешься, уронишь, разобьешь... Делать ногой то, что делаешь руками, – это вообще как-то не по-человечески, скорее, «по-обезьянски», хорошо, что хоть не посоветовали поступить наоборот, например, начать ходить вместо ног на руках. А читать книгу, держа ее вверх ногами, – так это полный и несомненный идиотизм.

И будут они, несомненно, правы. Но только если бы все так думали, то ничего не менялось бы и все было бы постоянно и устойчиво. Одна беда: прогресс бы давно остановился. Ибо единственное, что постоянно, – это изменения.

И это правильно, потому что изменения – это основа мудрости. Может, потому правильно изменяться так нелегко, ведь путь к истинной мудрости никак не может быть легким. Он может быть прост (обычно так и бывает), но понять эту простоту и следовать ей бывает ох как непросто.

Например, один Мудрец рекомендовал каждому выяснить, что для него плохо, а потом ни за что этого больше не делать. Казалось бы, проще некуда. Например, человек плохо себя чувствует. Он идет к врачу и с его помощью выясняет, что плохо себя чувствует потому, что курит (ну, или выпивает, или ест что ни попадя, неважно). И вот тут наступает момент истины. Он знает, что нужно делать, чтобы все исправить. Но для того чтобы это сделать, ему нужно

бросить курить (или прекратить пить, или начать есть простую и диетическую пищу), то есть поменять привычку, изменить шаблон. И в этот момент большинство людей и «ломается», ибо выясняется, что шаблон сильнее их, что им легче плохо себя чувствовать и продолжать курить, пить и питаться фастфудом, чем отменить ненужную или вредную привычку и забыть о ней.

Последнее время я делю привычки на две категории: кошачьи и собачьи. Разумеется, я не придумал такую странную классификацию. Уже не помню где, я прочитал, что репутация делится на кошачью («привязана к месту») и собачью («привязана к хозяину»).

Например, есть некая фабрика, производящая продукцию под какой-то торговой маркой. Бренд этот известен высоким качеством продукции, и товары под этой маркой раскупаются очень быстро.

Но однажды главный конструктор этой фабрики уходит, открывает свое дело и начинает сам производить разработанные им товары уже под новым брендом. Если у старого бренда кошачья репутация, то она остается на своем месте и товары фабрики по-прежнему разлетаются как горячие пирожки. Если же главный конструктор – персона известная, и многие знают, что на старой фабрике на самом деле все держалось на нем, то тогда репутация оказывается собачьей и уходит на новое место вместе с хозяином. Иначе говоря, старая фабрика постепенно приходит в упадок, а новое производство, основанное главным конструктором, преуспевает с первых дней своей работы.

Это я к тому, что большинство привычек – собачьи и накрепко привязаны к хозяину. Так что связь человека с некоторыми его шаблонами бывает очень сильной, часто сильнее самого человека. Поэтому никто не говорит, что отмена шаблонов – это просто, ведь куда бы ни пошел человек, его привычки с собачьей преданностью следуют за ним.

Хотя некоторые шаблоны могут быть до какой-то степени полезны, ибо они позволяют делать что-то не задумываясь, быстро и максимально эффективным способом. Но они же превращают человека в робота, в некий автомат, без раздумий (а зачем ему думать, если в него встроен шаблон для поведения во всех возможных ситуациях?) выполняющий набор предписанных, изученных и намертво вдолбленных действий.

У людей, занимающихся воинскими искусствами, такой автомат встроен очень часто. А у серьезно занимающихся – всегда. Бывает он и у уличных хулиганов, «практикующих драку на регулярной основе» (американцы называют это “on a regular basis”). Нормальному человеку, тренирующемуся в зале и даже достигшему некоторых успехов, требуется все же подумать, прежде чем начать кого-то бить. У этих же уличных красавцев все происходит само по себе (такие люди бьют как дышат: абсолютно не задумываясь), и им все равно, кто стоит перед ними: мужчина, женщина, старик, ребенок. Просто включается автомат и отрабатывается заданная программа. Кстати, такие люди очень нужны любому государству, ибо именно из них получаются идеальные солдаты или полицейские. Отличие лишь в том, что у хулигана этот автомат включается по его собственному желанию, а у «госслужащего» – по приказу.

У воина тоже есть шаблоны, без них иногда не обойтись, но если у солдата шаблоны управляют им, то воин сам управляет ими. Он пользуется ими, как мастерской инструментами: по необходимости. Иначе говоря, они его слуги, а не хозяева.

На практике изменение шаблонов может выглядеть, например, так. Изучение формы Тай-Цзи-Цюань делится на три этапа, которые описываются старинным правилом: «Сначала человек делает форму, потом форма сама делает себя, а потом форма делает человека». Абсолютно правильное наставление, смысл которого заключается в том, что сначала человек думает над каждым движением, старается, прилагает усилия; затем все это укладывается у него в голове и в теле, после чего форма начинает делаться как бы сама собой («Там ступа с Бабою Ягой идет, бредет сама собой»); и, наконец, доходит до того, что все меняется местами – и форма вовлекает в себя всего человека: его ум, энергию и тело.

Все это правильно, все так и есть, только это наставление, как обычно бывает у азиатских мастеров, недосказано. В известной его части речь идет о «превращении человека в робота». Но на уровне робота может функционировать драчун или солдат. Мастер, воин или мудрец никогда не бывает роботом, он в принципе не может им быть. Вот для этих людей и предназначена недосказанная часть наставления: «...а когда научишься до уровня, на котором форма начинает делаться как бы сама собой, измени, отмени, отбрось все и начни сначала, так, будто ничего не умеешь».

Разумеется, у этого не слишком понятного на первый взгляд наставления есть и прямое практическое применение.

Например, можно отказаться от шагов и всю форму сделать сидя, отрабатывая только движения рук. А шаги можно сделать, ходя на руках, да еще, для «пущей смены» шаблона, надев на руки домашние тапки. Звучит, разумеется, совершенно по-идиотски, подходит только тем, кто молод, полон сил и к тому же умеет ходить на руках, но подход иллюстрирует вполне.

Разумеется, есть и не такие радикальные методы. Например, изучив форму на одну сторону, начни делать ее в другую. Дело в том, что традиционно выполнение всех китайских формальных комплексов начинается в левую сторону. А ты возьми да и «поломай традицию»: начни вправо. При этом то, что делалось «на правую руку», станет делаться на левую.

И неожиданно окажется, что даже у того, кто до этого момента считал себя мастером, ничего не получается, особенно если комплекс длинный и «навороченный».

У меня была подобная история. Причем не при изучении Тай-Цзи-Цюань (в те времена я и слова-то такого не слыхивал), а в быту. Хотя повседневная жизнь куда важнее любого Тай-Цзи-Цюань, ибо без Тай-Цзи-Цюань можно прожить (что подавляющее большинство людей и делает), а без таких вещей, как, например, приготовление пищи, – никак.

Вышло так, что на производственной практике после третьего курса я от излишнего старания (это ж надо было быть таким идиотом: усердствовать на заводской практике!) перенапряг правую руку и месяц не мог ею нормально пользоваться.

Тут же выяснилось, что всю свою жизнь я не замечал многих простейших вещей. Например, что мужская одежда запахивается на правую сторону и что «застегивать – расстегивать» пуговицы левой рукой, разумеется, можно, но крайне неудобно. Что наш домашний холодильник устроен так, чтобы дверцу было сподручнее открывать правой рукой, а доставать и класть продукты – левой. Разумеется, можно и наоборот, но при этом руки перекрещивались. В общем, выяснилось, что есть куча мелочей, которых я раньше просто не видел.

Даже такая простая операция, как нарезать хлеб левой рукой, поначалу оказалась для меня непостоянной. Ладно бы левая рука была более слабой или более неуклюжей, чем правая. Это дело понятное, она меньше работает, и потому в ней меньше силы и «уклюжести». Но до меня дошло, что я даже не знаю, как держать нож в левой руке. И чтобы понять это, пришлось взять его правой и посмотреть, как я это делаю. Если предположить, что это я умею нарезать хлеб, то я должен уметь делать это обеими руками. Но тут неожиданно выясняется, что не я умею это, а моя правая рука.

Так недолго и поверить во все эти сказки о левом и правом полушариях мозга, каждое из которых якобы отвечает за одну руку. При этом получается, что эти полушария никак (или почти никак) не связаны между собой. Иначе умения и навыки, присущие одному из них, передавались бы другому. И тогда левая рука «знала и умела» бы то же, что «знает и умеет» правая.

Тут, кстати, до меня дошло, почему в азиатской традиции многие воинские (особенно сложные) техники изучают «на одну сторону», а оздоровительные принято делать на обе. Прежде я думал, что так происходит потому, что в воинской системе, где главное – эффективность, достаточно выучить, например, удар правой рукой и далее отрабатывать его «до полу-смерти», а не тратить время на то, чтобы натренировать до такой же степени левую руку. Все

равно она не научится так, как правая, а времени уйдет много. В оздоровительной же методике требуется, чтобы человек был здоров, причем здоров «на обе стороны», иначе говоря, более или менее симметричен. Поэтому тут все и делается симметрично. Разумеется, это правда, но, как теперь мне кажется, далеко не вся. А дело в том, что при симметричной тренировке, при «лево-правом» уравнивании тела, уравнивается не только тело, но и мозг.

Впрочем, я тут же оставил лишние умствования и решил просто без всякого стеснения менять все местами.

«Полез» в этом я увидел немало.

- *Обретение давно забытой детской радости.* Например, когда правша начинает пользоваться левой рукой для письма и рисования и у него наконец получается «ровненький кружочек», то он испытывает такую же радость, какую испытывал в первом классе, когда учился писать. А это в некоторой степени «возврат в детство», возврат к молодости (мечта даосов!), если даже и не физический, то эмоциональный.

- *Отказ от «я это умею».* Постоянно делая что-то не так, как привык, человек как бы отказывается от своего умения, он становится таким же неумелым, каким был в детстве. Можно сказать, что он утрачивает накопленное мастерство и связанное с ним чувство собственной важности. Он становится более скромным и обретает чувство «божественного неумения», которое можно описать (подобно сократовскому: «Я знаю только то, что ничего не знаю») как «из того, что я умею, я ничего не умею».

- *Избавление от шаблонов, то есть от привязанностей.* Люди накапливают все: деньги, вещи, воспоминания (и связанные с ними обиды), знакомства, связи и т. д. и т. п. Одно из таких «сокровищ», которые «набивают» в человека с самого начала его жизни и к которому он очень сильно привязан, – это шаблоны и привычки. Когда человек начинает менять шаблоны, начинает «играть» с ними, они перестают быть догмой, становятся «легче», и от них проще отказываться.

А чем меньше привязанностей, тем меньше страданий! Если же человек (о чудо!) научается избавляться от привычки думать, то тут речь идет уже не более и не менее, как о духовной практике!

Мастер Минь однажды под настроение рассказал мне историю, которую вполне можно было бы назвать «Заметки о пользе смены привычных шаблонов». Звучала она так:

«Про моего уважаемого учителя Вана ходило множество разных слухов.

Некоторые считали его просто опасным сумасшедшим стариком, способным изувечить за неосторожное слово. Хотя это была чистой воды неправда. Ван действительно терпеть не мог, когда кто-то в его присутствии вел себя неподобающим образом, и за хамское поведение, например, брань при женщинах и детях, мог без всякой жалости отделать провинившегося. Но изувечить...

– Что будет делать его семья, – говорил Ван, – если я причиню ему вред и он не сможет трудиться и зарабатывать на хлеб им и себе? Наказать так, чтобы неповадно было, – это будет правильно, а причинить вред на всю жизнь... Для этого должна быть чрезвычайно веская причина.

Другие думали, что он маг и может причинить вред человеку на расстоянии. Как родился этот слух, я не знаю, но основания для него были, я точно знал, что Ван способен сделать человека больным, просто сыграв на флейте рядом с его домом. Но при мне Ван никогда подобного не делал. Наоборот, он говорил, что обычно для Кармы гораздо полезнее вылечить кого-то, чем кому-то навредить.

Третьи подозревали, что он способен изгонять из человека злых духов. А раз способен изгонять, то и... Тут они обычно многозначительно замолкали.

Четвертые говорили, что Ван потому такой удачливый охотник на тигров, что способен понимать их язык.

Кстати, мне самому иногда так казалось. Но я молчал, боялся, что Ван меня засмеет. Он говорил, что есть несколько причин, почему он так удачлив на охоте, но ни одна из них не связана с тем, что он понимает тигриный язык.

„Нужные слухи, – нередко говорил Ван, – это хорошо. Они помогают поддерживать должное уважение к себе. Или даже страх... Мне, разумеется, не нужно, чтобы люди меня боялись, но если человеку нравится бояться, то что я могу поделать?“

„И хотя все это сплетни и сплошное вранье, – задумчиво однажды сказал он мне, – будь у меня возможность поговорить с тигром, я бы точно ее не упустил. И ты, кстати, запомни раз и навсегда: старайся понимать, что думают люди, для чего никогда не упускай случая поговорить с ними. Болтать лишнее ни в коем случае не нужно, ты знаешь, как я отношусь к пустой болтовне, я лучше целый день промолчу, чем скажу одно лишнее слово. Но, – многозначительно поднял он палец, – не поговорить с полезным и умным человеком – это и бесполезно, и неумно. Особенно это касается твоих врагов“.

Так что когда я пошел воевать, я никогда не упускал случая поговорить с американцами, которых брал в плен. Одним из них я позволял остаться в живых, другим – нет, но тут ничего не поделаешь, у каждого своя судьба.

Впрочем, пленных я брал нечасто. Я рассказывал тебе, что до того, как отправился шпионом в Сайгон, я охотился в джунглях. Не умея и не желая кому-то подчиняться, я устроился так, что уходил в джунгли один на столько, насколько находил нужным. Автомат с запасными «рожками», нож, пара горстей риса... Больше мне ничего не было нужно, разве что немного удачи. В общем, стал почти таким же охотником, как старый Ван. Почему почти? Да потому что Ван охотился на тигров, а я, увы, на людей.

Пленных я предпочитал не брать. Будучи один, я всегда прокормлюсь, в джунглях не оставляю следов и могу уйти от любой погони. А вот тащить за собой пленного, следить, чтобы он никуда не сбежал... Да и кормить-поить его, чтобы не ослаб и мог идти... На такое нужна группа, а я все делаю один. В общем, скучно, неинтересно, да и опаснее намного: скорость передвижения падает в несколько раз и становишься заметен.

Однако иногда приходилось. В тот раз вышло так, что прошел слух, будто американцы завезли каких-то особых снайперов, которые видят „сквозь маскировку“. Во все эти слухи про „видеть насквозь“ я, разумеется, не верил ни секунды. Тем более что маскировка в джунглях – это многовековая традиция, так сказать, «народное вьетнамское искусство», через такую маскировку мало что увидишь.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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