

ЭНТОНИ КАММИНС

СОВРЕ- МЕННЫЙ САМУРАЙ

100 УРОКОВ

ЯПОНСКИХ ВОИНОВ
ДЛЯ РАЗВИТИЯ СИЛЫ
ДУХА И ОБРЕТЕНИЯ
СВОЕГО ПУТИ



БОМБОРА
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Энтони Камминс
Современный самурай. 100
уроков японских воинов
для развития силы духа
и обретения своего пути
Серия «Японские стратегии успеха.
На пути к гармонии и процветанию»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67856220

Э. Камминс. Современный самурай. 100 уроков японских воинов для развития силы духа и обретения своего пути: ООО «Издательство

«Эксмо»; Москва; 2022

ISBN 978-5-04-171769-8

Аннотация

Научиться сохранять холодный разум в критических ситуациях. Овладеть убедительной риторикой. Собрать вокруг себя единомышленников. Быть лучшим в том, что делаешь.

Эта книга – руководство по тому, как следовать Пути самурая в современном мире и быстро продвигаться по карьерной лестнице. В ней писатель-историк Энтони Камминс рассказывает о 100 уроках японских воинов, славившихся стратегическим

мышлением, крепким разумом и железной волей. Усвоив их, вы овладеете техниками и тактиками, позволяющими достичь высокого социального статуса, а еще сможете:

- [ul]сочетать в себе воинскую доблесть и широкий кругозор; применять восточные уловки для угадывания ходов оппонента;

- сочетать внутреннюю сосредоточенность и внешнюю внимательность;

- обзавестись связями в обществе, чтобы создать свою армию сторонников и стать мощной силой.[/ul]

«The Medium is the Message!

Когда Энтони в начале повествования рекомендовал прочитать книгу от корки до корки, просто наслаждаясь процессом, а потом повторить с блокнотом в руках, превратив в рабочий инструмент с заметками, закладками и даже разлитым на нужных страницах кофе, я, как положено, скептически улыбнулся... Каково же это было – обнаружить, что книга даже после первого прочтения превратилась в рабочий блокнот, расцвеченный заметками на полях и между строк.

"Современный самурай" в прямом смысле перестал быть источником информации – он стала инструментом; посланником, а не посланием, не словом, но собеседником, не наставлением, но наставником» – Александр Равен, основатель Рекламного Агентства ПроКонтекст, и IT компании Contextus

В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

Содержание

Путь Самурая	7
Введение. В поисках пути	9
Краткая история самураев	12
Десять ступеней Пути Самурая	15
Продвижение по Ступеням	18
Кто может стать современным самураем?	20
Путь Самурая открыт для всех	22
Секреты свитков Натори-Рю	24
Заметка о переводах	26
Подход Чистоты и Подход Разрушения	28
Подойдет ли вам Путь Самурая?	30
Ступень 1. Контролируйте свой разум	33
Урок 1. Перенастройте свое внимание	36
Урок 2. Стремитесь к абсолютному спокойствию, но примите тот факт, что никогда его не достигнете	39
Конец ознакомительного фрагмента.	40

Энтони Камминс

Современный самурай. 100

уроков японских воинов

для развития силы духа

и обретения своего пути

Antony Cummins

How To Be A Modern Samurai

Design and typography copyright © Watkins Media Limited
2020

Text and artwork copyright © Antony Cummins 2020

Poem translations copyright © Antony Cummins 2020

© Учитель М. С., перевод на русский язык, 2022

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2022

* * *

Из этой книги вы узнаете:

- Как научиться контролировать свой разум (см. Ступень 1)
- Как эффективно распоряжаться временем и вниманием

(см. Ступень 2)

- Как взаимодействовать с миром с пользой для себя (см.

Ступень 3)

- Как сделать дом своей крепостью (см. Ступень 4)
- Как создать и вести за собой армию последователей (см.

Ступень 6)

- Как правильно строить и выполнять планы (см. Ступень

7)

Эта книга посвящается всем ученикам самурайской школы Натори-Рю: прошлым, настоящим и будущим. Стройте свой собственный путь.

«Пока ты откладываешь сегодняшние цели на завтра в надежде стать совершенным, в будущем тебя ждет обычная старость».

Рокуродзаэмон

Путь Самурая

Если вы верите, что в нашей жизни есть хоть какой-то смысл, из этого следует, что существуют верные и неверные образы жизни или пути – и что необходимо выбрать свой Путь. Древние японцы знали, что к просветлению есть множество дорог: Путь Художника, Учителя, Ученого, Монаха.

Эта книга – руководство о том, как следовать Пути Самурая. В ней предлагаются аутентичные техники и тренировки, которыми японские самураи занимались на протяжении столетий, чтобы удерживать власть.

Путь Самурая, также известный как Путь Воина, – нелегко. Он полон стоицизма и добродетели и требует полной самоотдачи и железной воли. Этот путь полон экстремальных вызовов и испытаний вас на прочность. Но награда для истинного последователя этого пути огромна. Путь Самурая вооружит вас неистовой решимостью и полным самоконтролем. Он сделает вас лучшей версией себя. Он поможет вам стать лидером верных последователей. Кроме того, он откроет вам глубины вашей культуры, традиций и духовности. Обеспечит глубокий жизненный опыт и непредсказуемые открытия.

Все это я знаю, потому что сам следую этому Пути. Такова моя жизненная философия.

Учения в этой книге полностью основаны на историче-

ских исследованиях и непосредственных доказательствах того, как на самом деле жили самураи. Если бы воин из древней Японии проник в наше время, он бы пошатнул современные стереотипы до такой степени, что пародия на самурая сбежала бы от него.

Прочтите эту книгу и решите, подходит ли вам Путь Воина. Возможно, в конце концов вы выберете что-то иное для себя, но прежде чем отвергнуть мои предложения, необходимо понять их. А если вы решите посвятить ему жизнь, начнется ваше путешествие к миру возможностей, у которых нет границ кроме тех, что устанавливает ваша нерешительность.

Удачи!

Энтони Камминс

Уэльс, март 2020

Введение. В поисках пути

«Для человеческого существа Путь есть всегда. Праведный путь для человека: дзин # – доброжелательность, ги # – праведность, рэй # – учтивость, чи # – мудрость и син # – верность».
Книга Самурая

Одна старая притча описывает процесс просветления. Она уподобляет население мира массе людей, копошащихся на дне глубокой ямы. Они бесконечно кружат в темноте, не осознавая отсутствия направления, и отчасти довольны такой жизнью. Над ними сияет далекий свет – как кончик булавки на черной ткани.

У краев ямы стоят лестницы, тонкие и высокие, они ведут к мерцающему источнику света. Время от времени человек врезается в лестницу и ощупывает ее, не зная, с чем столкнулся. Постепенно он понимает, что лестница – способ спастись от пустоты, даже если эта пустота кажется блаженством. В темноте и одиночестве он лезет к далекому свету, прочь от комфорта и тепла других людей.

Если мы попробуем истолковать притчу, тьма в яме символизирует невежественное и бесцельное существование – типичную рутину, встречи с врачами, работу, походы в бары, на пикники, игры. Человек сам выбрал такую жизнь и не знает, как ему освободиться. Свет наверху символизирует

просветление – конечный пункт назначения каждой личности, который все еще находится за пределами нашего понимания. Лестница – способ подняться из привычных будней к духовным вершинам.

Но как только мы встаем на лестницу, начинаются сложности: мы уходим от привычного комфорта, а до цели еще далеко. Мы с трудом поднимаемся в неизвестность, иногда оглядываемся, тоскуя, иногда смотрим вперед с надеждой. Следовать Пути очень тяжело: многие оступятся уже на первой перекладине и вернуться в знакомую безопасность, и лишь единицы продолжат подъем.

Все Пути основаны на учениях, созданных для выработки определенного поведения и психологических реакций, помогающих человеку развиваться. Они позволяют нам функционировать в обществе, выполнять определенную роль, познавать философию, заниматься образованием, изучать свою духовность и оттачивать мудрость – и при этом жить в современном мире, но более осознанно, чем обычно. Даже если человек не верит в бессмертие души и необходимость ее совершенствования, каждый Путь предоставляет ему возможность стать лучше, хотя и не без труда.

Многие путают Путь Самурая с Путем Монаха, считая, что это дорога к просветлению под лоском мифологического героизма, но их сбивает с толку военный аспект понятия «самурай». Многие считают Путь Самурая нижайшим из Путей, потому что его корни лежат в насилии и смерти, а некоторые

думают, что это лишь камешек на Великом Пути. Путь Самурая включает в себя личный контроль и защиту других, но зиждется на идее насаждения своей воли окружающим и неполноте подчинения небесам. В то время как истинно просветленный человек встречает смерть с одной только верой, самурай встречает ее с оружием в руках и атакует в ответ.

Великий Путь

Великий Путь (##), также известный как Путь, объединяет в себе все общее, что есть у Путьей или жизненных путей. Говорят, есть много разных способов достичь вершины горы. Великий Путь – единство всех Путьей, ведущее к правильному существованию. О тех, кто не идет ни своим путем, ни Путьем, говорят «козий ум»: они едят что хотят, берут что хотят и заводят отношения с кем хотят, но со временем (даже через много инкарнаций) находят свой путь.

Краткая история самураев

«Если прикажет господин, вы должны пожертвовать своими жизнями, чтобы погасить этот долг; таков моноофу но мити – Путь Воина».
Книга Самурая

Слово «самурай» означает «служить», поскольку технически самураи были воинами-слугами своего религиозного предводителя, императора Японии, или *даймё* – военных феодалов, которые управляли страной со Средневековья до их краха в XIX веке. Сами самураи, от низшего до высшего чина, составляли 5–10 % населения страны и пришли к власти в Японии как автономная военная элита в XII веке, передав следующим поколениям древние воинские традиции и богатую культуру, к которой изредка обращается в наше время как Восток, так и Запад. Реальные самураи были не героями, а скорее безжалостными властителями. Первые путешественники из Европы упоминали, что культура самураев крайне изощренная, а сами они воинственны и опасны.

История самураев прослеживается с X века н. э., и, как большинство явлений, они не возникли из ниоткуда. Под конец первого тысячелетия нашей эры китайская система военного правления в Японии пришла в упадок и аристократы начали формировать частные армии. Мощь служивших им

самураев увеличивалась, пока они не стали доминирующей силой в стране. С XI века и далее самураи вошли в золотую эру великих конфликтов и храбрых воинов наподобие героев греческих легенд.

Самурайская кавалерия участвовала в масштабных битвах и создала классическую военную литературу. Однако эпоха героев не могла длиться вечно: совершенствование военных технологий и стремительный рост числа самураев привели к тому, что в XV веке поле боя стало слишком людным местом. Так эра конных воинов подошла к концу, началась эра пеших самураев, а XVI век стал одним из самых кровавых за всю историю Японии. Почти 200 лет самураи боролись за власть над страной в отсутствие центральной государственной власти. Это время в истории покрыто пламенем битв и хаоса, когда каждый командир пытался завоевать Японию. Его называют Эпохой воюющих провинций или периодом Сэнгоку. В конце концов, три великих самурая, объединивших страну, – Ода Нобунага, Тоётоми Хидэёси и Токугава Иэясу, – принесли Японии мирную эпоху, более известную как период Эдо, которая длилась до тех пор, пока самураев окончательно не стерла история в начале XX века.

Изучать историю Японии трудно, ведь даже сейчас историки расходятся в том, какими датами обозначать периоды. Например, термин «период Сэнгоку», также известный как «Эпоха воюющих провинций», часто применяется ко всему XVI веку, в то время как другие специалисты обозначают

им только определенный период во второй его половине. Но этот путеводитель не претендует на роль учебника по истории. Здесь исторические учения используются для того, чтобы помочь современному человеку применить древние знания. Хотя информация взята из реальных самурайских руководств, я хочу, чтобы вы поняли суть учений, не зарываясь в детали исторических споров. Учения, о которых идет речь в этой книге, взяты из разнообразных периодов самурайской истории. Они предлагают общий доступный обзор того, что определяло этих воинов и суть их силы.

Спустя века самурайский кодекс чести, известный как *бусидо* или *будо*, вдохновляет множество людей по всему миру, и в результате многие идеализируют или упрощают образ самурая до иконы чести и верности. Но настоящий самурайский образ мышления гораздо больше, чем эти два качества. Если бы воин из древней Японии проник в наше время, он бы пошатнул современные стереотипы до такой степени, что пародия на самурая сбежала бы от него.

Истинный Путь Самурая – это широкий спектр навыков и тактик, которые объединяет железная воля. Он предлагает человеку комплекс уроков, который записывали на древних свитках и хранили сотни лет. Каждый из этих уроков таит в себе секрет овладения телом и разумом на пути к победе.

Десять ступеней Пути Самурая

Информация в этой книге полностью основана на исторических самурайских взглядах и укладе, законах, правилах, наставлениях и рекомендациях, элементы которых были кропотливо изучены по оригинальным средневековым свиткам. Каждая глава представляет собой отшлифованное сочетание традиционных учений, которые помогли самым известным самураям обрести власть, – учений, полных дисциплины, искусства и сложности, но в то же время понятных. Хотя для этого издания учения очищены от средневекового мистицизма ради облегчения чтения, они, несомненно, были бы ясны самураям древности.

Книга состоит из десяти Ступеней, дополненных практическими уроками. Эти уроки позволят вам применить тактические, систематические, исторически выверенные методы для достижения социального статуса и желаемых результатов, с учетом необходимых ограничений. Десять Ступеней позволят вам оценить себя объективно и укрепить характер – вначале разум, затем образ жизни, дом и мир вокруг вас, – найти свой уникальный путь и справиться с конфликтами, а затем перейти к более тонким аспектам конфликтов, прежде чем погрузиться в глубинные тайны.

Ступень 1. Контролируйте свой разум: о дуалистиче-

ском мышлении самурая, при котором внутренняя сосредоточенность уравнивается внешней осознанностью.

Ступень 2. Ведите самурайский образ жизни: почему искусный самурай сочетает Путь Меча и воинскую доблесть с Путем Кисти и культурной осведомленностью.

Ступень 3. Стратегически взаимодействуйте с миром: место самурая в обществе, включая правила поведения и успешного взаимодействия.

Ступень 4. Постройте крепость: отношения самураев с их физическим окружением, от защиты собственного дома до взаимодействия с более широкой окружающей средой.

Ступень 5. Следуйте Пути: как Путь Самурая можно сочетать с другими путями, чтобы ваша жизнь была уникальной и полноценной.

Ступень 6. Создайте армию: почему важно объединяться с другими для создания грозной силы и успешного следования выбранному вами пути.

Ступень 7. Постигайте Путь Войны: военное искусство самураев, тактика нападения, защиты и достижения целей.

Ступень 8. Примите Путь Ниндзя: как использовать секреты ниндзя для защиты и угадывать тайные действия противников.

Ступень 9. Изучите самурайскую магию: древняя роль магии – почему самурай был вооружен заклинаниями и ритуалами наряду с физическим оружием.

Ступень 10. Ступайте духовным путем: о том, как самураи взаимодействуют со Вселенной, божествами и духами предков, чтобы установить связь с другими царствами и состояниями, и о том, как они выбирают между двумя путями – чистоты и разрушения.

Продвижение по Ступеням

«Если пытаешься развести огонь с помощью японского кипариса, не сверли слишком сильно, думая, что пламя может вспыхнуть в любой момент, – так огонь потухнет, а ты устанешь. Вместо этого сверли равномерно с помощью бамбуковой трубки, а когда дерево загорится, начинай сверлить все интенсивнее, чтобы пламя охватило весь хвост. Изучение искусства – аналогичный процесс. Начинать следует медленно, с осторожностью, а когда “огонь” разгорится внутри, добавь усердия; это и обеспечит совершенство».

Книга Самурая

Для начала я советую вам прочитать эту книгу от корки до корки, просто наслаждаясь процессом. Затем перечитайте ее с блокнотом в руках, если решите начать свое путешествие по Пути Самурая всерьез. Пусть эта книга станет рабочим инструментом, изгрызенным вашей собакой и залитым чаем. Если не использовать ее как практическое руководство по развитию себя, она останется бесполезным украшением. Как и все руководства, она поможет вам только в том случае, если вы поможете себе сами.

Десять Ступеней образуют естественную последовательность, но не стесняйтесь работать с книгой так, как это луч-

ше всего подходит именно вам. Самурай из школы Натори однажды сказал, что одна лекция придаст человеку бодрости на три дня, но если тот не продолжит обучение ради цели, то вернется к своему обычному образу мыслей. Если вы обнаружите, что энергия в вас ослабевает, возьмите эту книгу и прочитайте любой урок, это придаст вам вдохновения.

Проще говоря, если вы перестанете следовать методам, изложенным в этой книге, ваше продвижение по Пути Самурая остановится. Путь представляет собой сумму усилий. Он останавливается, когда останавливаетесь вы, и переходит в упадок, если не работать над собой. Чтобы восстановить собственный разум или сделать себе имя, необходимы колоссальные усилия и решимость; быстрого решения проблемы не существует.

Кто может стать современным самураем?

Возможно, вы задаетесь вопросом, есть ли у вас все необходимое для того, чтобы стать современным самураем. Нужно ли быть человеком определенного типа, происходить из конкретного рода или носить специальную одежду, чтобы воплотить в себе дух самурая? Существует тонкая грань между использованием древней мудрости в качестве руководства для современной жизни и «косплеем» – формой переодевания, подкрепленной активным воображением. Те, кто изучает и впитывает философию Платона, не обязательно носят греческие одежды. Однако многие из тех, кто следует учению Будды, например, принимают различные уровни буддийского наследия. Это еще более характерно для тех, кто следует Пути Самурая, они действительно иногда одеваются как самураи.

Когда речь заходит о японском искусстве, грань между игрой и подлинным духовным или личностным развитием может быть очень тонкой. Часто все, что связано с японским искусством, на Западе покрыто флером фэнтези. Характерна тенденция либо не изучать по-настоящему исторические факты, либо принимать новоделы за самурайскую традицию. Чтобы бороться с этим, постоянно проверяйте свое отношение и спрашивайте себя, действительно ли вы вникаете в

мудрость восточных воинов древности или же ваш путь забрел больше в сферу театра.

Цель этих страниц не в том, чтобы воспроизвести повседневную жизнь самурая, а в том, чтобы помочь вам овладеть основными знаниями, благодаря которым эти воины держались у власти целое тысячелетие, и сделать свою жизнь более осмысленной. Не важно, носите ли вы традиционную японскую одежду или нет, изучаете ли вы другие японские искусства или нет, сосредоточены ли вы исключительно на духовных аспектах занятий, используете ли элементы из вашей личной традиции в сочетании с японской. Я бы посоветовал вам всегда помнить, что, усваивая самурайскую мудрость, нужно быть осторожным, чтобы не стать косплеером.

Путь Самурая открыт для всех

Традиционно самураи были воинами-мужчинами, однако принципы, лежащие в основе Десяти Ступеней, не имеют гендера, если речь не идет о конкретных исторических личностях. Не важно, мужчина вы, женщина или относите себя к другому гендеру. Сильные захватывают власть, ибо быть наделенным властью другими значит быть покорным этим другим. Почести и награды – это оковы рабства: каждый читатель этой книги, желающий следовать Пути Самурая, должен будет сам построить то, чего он хочет, независимо от пола, и не должен получать никакой награды без необходимых усилий.

Взглянем на самурая Тоётоми Хидэёси, который вырос в XVI веке в мире, где царил иерархия. Этот самурай родился в низших эшелонах общества, и для него стать правителем Японии было все равно что человеку добраться до Луны на лошади. Но он преуспел вопреки всему; не только японское дворянство склонилось перед ним, он обладал даже большим могуществом, чем сам император, и подчинил всю страну своей власти, окончив гражданскую войну. Его войска продолжили вторжение в материковую Азию, сокрушили Корею, но в конце концов были оттеснены могущественной Китайской империей.

Целью Тоётоми Хидэёси было занять «Небесный трон» в

центре мира, и никто не мог сказать, что привилегии позволяли ему это сделать, так как расклад был совершенно не в его пользу. Поэтому независимо от вашей гендерной принадлежности, национальности, вероисповедания или происхождения, на Пути Самурая мы все начинаем с одного и того же места: с личного видения, идеи и внутреннего огня, который позволит ее достичь, – без каких-либо оправданий.

Успех на Пути Самурая измеряется собственным прогрессом на пути к целям, которые вы ставите перед собой, а не сравнением себя с другими. Соревнуясь с кем-то, кроме себя, вы всегда будете терпеть неудачу, поскольку это ложный путь к пониманию истинного успеха.

Тем не менее нельзя занижать свои цели до уровня, когда успеха можно добиться легко. Ставьте трудные цели, но не требующие от вас сравнения с успехами других людей в аналогичной области. Иными словами, обучаясь по этой книге, стремитесь каждый день быть лучше вчерашнего себя.

«В большинстве случаев неудачи происходят из-за спешки. Если спокойно обдумать ситуацию, ошибки едва ли возможны».

Книга Самурая

Секреты свитков Натори-Рю

«Таирен (##) – интенсивная самурайская тренировка: обучение в течение ста дней называется тан, в то время как тренировка в течение тысячи дней называется рен».

Книга Самурая

В средневековой Японии самураи погружались в свой жизненный путь с момента рождения и изучали его, уже будучи воинами. Хотя у базовых самурайских учений отсутствовала четкая структура, образование было комплексное, существовали даже самурайские университеты, или «школы», так же как и писания, на которых основана эта книга.

Натори-Рю – самурайская школа, которая сперва подчинялась выдающемуся *даймё* (или военачальнику) Такэда Сингэну в XVI веке, а затем – дому Кисю-Токугава, одной из самых значительных самурайских семей в Японии. Школу реорганизовал ее третий великий мастер Иссуй-сэнсэй, и она стала одной из важнейших тактических военных школ в провинции Кию. Сейчас это место находится в префектуре Вакаяма в южной оконечности острова Хонсю. В школе как часть ее учения хранятся одни из известнейших свитков ниндзя, *Сёнинки*. Семья Натори благословила меня на распространение древних учений их школы по всему миру, чтобы они достигли людей вне Японии, и написать о них в этой

книге – честь для меня.

Книга Самурая, которую я цитирую здесь, состоит из серии книг, основанных на переведенных свитках Натори-Рю, и содержит тайные учения самураев Вакаямы. Свитки были написаны в 1670-е годы и затрагивают многие темы, о каждой из которых одни самураи писали, чтобы другие глубже познали свой Путь.

Заметка о переводах

Кроме уроков и цитат из серии «Книга Самурая» вы увидите здесь афоризмы из других древних источников, включая японскую военную поэзию. Стихотворения, которые цитируются в книге, взяты из труда *Цугуда га Гунка* (или «Военные стихи Цукуда» – #####) XVII века, их перевел Ёсиэ Минами, а я адаптировал. Мало что дошло до нас об авторе и собрании стихотворений, но в Японии периода Эдо этот документ был весьма знаменит. Такая поэзия отличается специфическим размером и количеством слогов, напоминает лаконичные *хайку* и бывает следующих видов:

- *бугу танка* (####) – стихи об оружии и боевом оснащении;
- *буси танка* (####) – стихи о воинских выражениях и поговорках;
- *буко танка* (####) – стихи о военных достижениях;
- *хэйси гундзинка* (#####) – стихи о воинах в бою;
- *икки утадзукуси* (####) – воинские стихи.

Это традиционные формы. Однако, вместо того чтобы представить их точный перевод, в этой книге я перефразировал их для современного читателя. Например, в своей оригинальной форме цитата из стихотворения знаменитого военачальника Такэды Сингэна выглядит так:

#####

Буквально это переводится так:

Самоубийственно не использовать в битве разведку: это подобно тому, как если бы генерал прыгал в воду, сжимая камни в руках.

Для доступности в книге перевод выглядит так:

Не зная намерений врага, ты прыгаешь в реку в каменных сапогах.

Вторая версия корректнее выражает современный смысл, хотя оригинальное значение остается тем же.

Подход Чистоты и Подход Разрушения

Есть два подхода к Пути Самурая – они очень разные: либо вы выбираете Подход Чистоты, либо Подход Разрушения. Пусть вас не смущают термины: Подход Разрушения не означает воинственность, а Подход Чистоты – пацифизм. Разница между ними лежит в самом корне помыслов.

Подход Разрушения основан на том, что вы получаете результат за счет других, в то время как Подход Чистоты – на том, что вы достигаете целей, выстраивая мощную сеть контактов, и побеждаете вместе. У обоих подходов есть исторические предпосылки, оба требуют усердия и стратегического мышления. Оба могут привести человека к вершинам в его области, но один путь оставляет за собой разрушение, другой – поднимает к вершинам всех вовлеченных в процесс.

Однако Подход Разрушения не обязательно значит, что вы сровняете все с землей. Он означает, что вы будете брать необходимые вам ресурсы у других либо вытеснять их с мест, которых они уже достигли. Хотя это может прозвучать сурово, Подход Разрушения наиболее распространен в современном обществе: большинство корпораций, политических групп и индустрий борются с конкурентами за потребителя, продвигая таким образом свои продукты или послания. Как часто вы слышали о компаниях, которые стреми-

лись бы поделиться долей рынка с конкурентом?

Подход Чистоты, наоборот, предполагает, что мы стараемся достичь цели, не причиняя вреда другим, но в то же время готовы защищать свой путь от любой внешней угрозы, применяя силу. Это Подход Веры, в соответствии с Десятой Ступенью, и этот путь выбрал для себя я. К концу книги вы будете достаточно сильны, чтобы понять, какой подход соответствует лично вам, если такой найдется.

Подойдет ли вам Путь Самурая?

«Любого, включая самурая, кто не определился или не изучал искусства до двадцати четырех или двадцати пяти лет, может пригласить участвовать в изучении искусства друг. Такой человек может внезапно и сам принять решение изучать искусство, сильно увлечется, будет преданно тренировать тело и разумленно и ночью на протяжении полугода, а может даже года или двух. Но затем такому человеку станет скучно на этом пути, и он его бросит. Из такого человека не выйдет ни по-настоящему тренированного воина, ни мастера своего пути».

Книга Самурая

Все жизненные пути, в соответствии с пониманием Великого Пути, в итоге ведут к развитию человека до уровня, где он контролирует свои действия, ведет наполненную смыслом жизнь и служит вдохновляющим примером для других. Когда вы прочтете эту книгу, а потом перечитаете ее, наступит время глубоко и честно задуматься, а для вас ли Путь Самурая? Вы сможете принять решение ступить на него, найти другой путь или оставить идею следовать любому пути и вернуться к блаженному невежеству.

Даже если вы поймете, работая с Десятью Ступенями, что Путь Самурая не для вас, чтение этой книги все равно оста-

нется ценным опытом, потому что знать чужие пути, даже если вы выбрали другой, – отличная практика.

Если вы решите следовать Пути Самурая, воспринимайте книгу всерьез, зная, что эти учения помогли другим стать хозяевами своей жизни и лидерами в самых тяжелых ситуациях. Полученные вами уроки и идеи заслуживают уважения и преданности и проведут вас через годы.

Решение уйти с Пути Самурая весьма значительно, и многие самураи, даже величайшие, в конце концов так и поступали. Самурай мог отказаться от образа жизни воина, уйдя на небольшую пенсию по старости, или отказаться от меча, обрить голову и отправиться в религиозное служение. Не было такой обязанности – быть самураем, и до укрепления классовой структуры в конце XVI века существовала возможность перемещаться между классами. Но отказ от самурайского образа жизни был трудным решением. Если решите сдать, признайте, что именно это вы и сделали и что это – конец вашего путешествия на Пути Самурая. Вы или находитесь на Пути, или нет.

Если вы останетесь на выбранном курсе, то обнаружите, что в Ступенях и уроках содержатся ключи к глубокой личной трансформации. Следуйте им, и они помогут изменить ваш образ мышления, действий и взаимодействий с миром, так как Путь Самурая – это образ жизни.



Китайская идеограмма «Путь», происходящая от пиктограммы человека в капюшоне, идущего по тропе.

Ступень 1. Контролируйте свой разум

«Укрепляя свои дух и тело, становишься как ястреб, что летит выше всех птиц, сторонящихся его; идти этим путем – значит быть грозным, не нуждаясь в доказательстве силы».
Истинный Путь Ниндзя

В средневековой Японии самураи были одним из «элементов» японского военного класса. Существовали еще полупрофессиональные бойцы под названием *асигару* («легконогие») – пехотинцы. Самураи исторически выделялись тем, что были по большей части независимыми землевладельцами и могли действовать как автономно, так и в группе. *Асигару* же тренировали как подразделения вспомогательных войск. Лучше подражать именно историческим самураям по причине их независимости и критического мышления, потому что *асигару* была свойственна конформность¹.

Прежде всего самураи были самостоятельными воинами, которые тренировали свой ум думать и действовать определенным образом и в итоге приобретали набор когнитивных

¹ Свойство личности, выражающееся в склонности к конформизму, то есть изменению индивидом установок, мнений, восприятия, поведения и так далее в соответствии с теми, которые господствуют в данном обществе или в данной группе. – *Прим. ред.*

навыков, помогавших им править опасным феодальным миром. Мышление самурая устроено двояко.

Внутренняя сосредоточенность. Самураи стремятся к совершенствованию внутренней мудрости и поддержанию сбалансированного мировоззрения без искажений. Учения самураи используют для очищения мыслей.

Внешняя осознанность. Кроме того, самураи концентрируют внимание на понимании внешнего мира, определяя ложь и правду, чтобы тактически и логически взаимодействовать с другими и из этого контакта выходить победителями и уважаемыми людьми.

Самураи должны были тренировать свое тело так, чтобы реагировать на внешние угрозы не задумываясь, и одновременно тренировать свой ум так, чтобы *не* реагировать на внешние угрозы бездумно. Таким образом, их задача заключалась в объединении двух противоположностей ради достижения совершенства.

Тренируйте свой разум

Как и самураям древних времен, нам приходится идти против своей природы для достижения целей. В этой главе я расскажу о двойном навыке – внутренней сосредоточенности и внешней осознанности – как о фундаменте, на котором вы сможете построить самурайский образ мышления. А он, в свою очередь, станет крепкой базой для ваших отношений

с миром, поможет навести порядок в жизни и обрести понимание.

Урок 1. Перенастройте свое внимание

«Помни эти древние поговорки: “Если прикоснешься к красному, на тебе останется красное” и “вода принимает форму сосуда”».

Книга Самурая

Вы должны целиком изменить свое мировоззрение. Неважно, какова ваша цель – подняться по карьерной лестнице или исполнить мечту – что бы это ни было, сфокусируйтесь на нем. Теперь эта цель – ваша путеводная звезда во тьме мира, единственная точка вашего внимания.

Направьте все стратегии и методы на достижение задуманного. Устремите все, что вы делаете, к этой единственной цели. Найдите все пути к ней и примите решение достичь ее или умереть, пытаясь сделать это.

Чтобы достичь такой концентрации, вам придется рассмотреть как свой внешний, так и внутренний мир.

Каннин

Японский религиозный термин *каннин* (##) означает стойкость, собранность и твердость в достижении своих целей. Убедитесь, что у вас достаточно *каннин*, абсолютной решимости.

Японская идеограмма каннин включает в себя слово *синоби* (ниндзя), что подразумевает стойкость ниндзя перед трудностями.



Внутренняя сосредоточенность

Основные цели, которых здесь нужно достичь:

- спокойный разум и трезвый взгляд на мир вокруг;
- умение сдерживать рефлекторные реакции на внешние стимулы;
- способность не накапливать переживания до эмоционального взрыва, умение поддерживать внутреннее спокой-

ствие.

Первый шаг к внутренней сосредоточенности – быть честным с самим собой и знать, что за одну жизнь этот подход полностью не освоить, но можно приблизиться к его пониманию. Ваш разум словно корабль, он постоянно сбивается с курса и нуждается в его корректировке, чтобы оставаться на Пути.

Урок 2. Стремитесь к абсолютному спокойствию, но примите тот факт, что никогда его не достигнете

«Некоторые говорят, что нельзя работать быстро, сохраняя разум спокойным; однако у тех, кого ведет безмятежный разум, тело испускает hiho no ho – путь летящих птиц».
Книга Самурая

Спокойный разум реалистично воспринимает мир вокруг, не реагирует импульсивно на ситуации и не позволяет эмоциям одержать верх над действиями.

Но не ждите, что путешествие к идеальному спокойствию будет коротким или вообще когда-нибудь завершится. Один из первых шагов на Пути Самурая – осознание того, что вы никогда не достигнете полной постоянной отрешенности от своих переживаний и реакций на внешние события. Если вашей целью будет не конец путешествия, а сам путь и корректировка курса на пути к цели, тогда вас вознаградят моменты абсолютного покоя.

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.