

侘  
寂

# WABI SABI

ЯПОНСКИЕ СЕКРЕТЫ  
ИСТИННОГО СЧАСТЬЯ  
В НЕИДЕАЛЬНОМ МИРЕ

БЕТ КЕМПТОН

**Бет Кемптон**  
**Wabi Sabi. Японские**  
**секреты истинного счастья**  
**в неидеальном мире**  
**Серия «Хюгге. Уютные**  
**книги о счастье»**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=40189139](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=40189139)*

*Wabi Sabi. Японские секреты истинного счастья в неидеальном мире:*

*Эксмо; Москва; 2019*

*ISBN 978-5-04-099803-6*

### **Аннотация**

Ваби-саби – это стиль жизни, вдохновленный многовековой японской мудростью. Хотя жители Страны восходящего солнца редко говорят о нем вслух, именно ваби-саби пронизана вся жизнь японца.

Ваби-саби – альтернатива современному ритму жизни и ценностям, основанным на потреблении и стремлении к идеалу. Видеть красоту в несовершенстве, ценить простоту и радость момента, ощущать связь с природой и принимать мимолетность жизни, отбросить лишнее и сосредоточиться на важном – основные принципы этой вневременной концепции.

Эта книга – предложение расслабиться и ощутить красоту собственного бытия в каждом моменте, избавить его от всего напускного и открыть то, что внутри. Впустите ваби-саби в свою жизнь и найдите счастье прямо там, где вы находитесь.

***В формате PDF A4 сохранен издательский дизайн.***

# Содержание

СЕКРЕТЫ СЧАСТЬЯ ИЗ РАЗНЫХ СТРАН	6
Как использован японский язык в этой книге	10
Предисловие Хидетоси Накаты	12
Вступление	16
Что такое ваби-саби	19
Почему ваби-саби?	21
Определить неопределяемое	23
Секрет ваби-саби	25
Как пользоваться этой книгой	28
Отправляйтесь со мной	30
Глава 1	32
Происхождение ваби-саби	35
Контекст	36
Чайные связи	39
Простота как эстетический идеал	42
Истоки ваби	44
Истоки саби	47
Рождение ваби-саби	50
Жизненные уроки ваби-саби	53
Конец ознакомительного фрагмента.	54

**Бет Кемптон**  
**Wabi Sabi. Японские**  
**секреты истинного счастья**  
**в неидеальном мире**

*Посвящается моей семье.*

*Я люблю вас такими, какие вы есть.*

Beth Kempton

WABI SABI

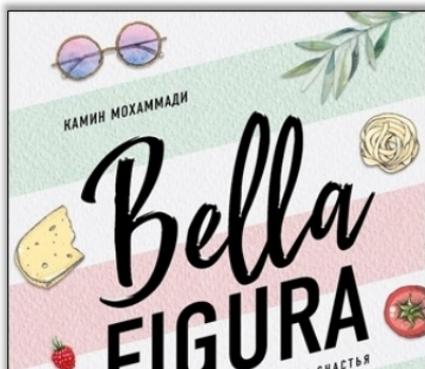
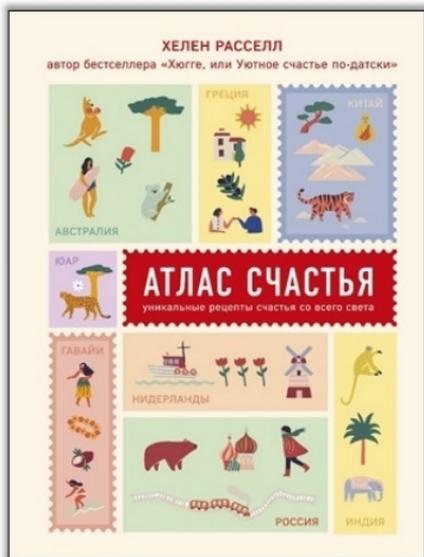
Copyright © Beth Kempton 2018

© Новикова Т. О., перевод на русский язык, 2019

© ООО «Издательство «Эксмо», 2019

\* \* \*

# СЕКРЕТЫ СЧАСТЬЯ ИЗ РАЗНЫХ СТРАН



## **Атлас счастья. Уникальные рецепты счастья со всего света**

От Австралии до Уэльса, от Испании до Японии – Хелен Расселл, автор бестселлера «Хюгге, или Уютное счастье по-датски» раскрывает секреты благополучия и гармонии 33 стран. Благодаря «Атласу счастья» вы почувствуете себя счастливым в любую минуту и в любой точке мира. Чувствуете себя потерянным? Обратитесь к китайской концепции Синфу и увидите, как ваша жизнь наполняется смыслом. Переживаете из-за собеседования? Исландский принцип Техта Реддаст позволит осознать, что все скоро наладится. А одиночество легко лечится ирландским Креиком.

### **Coorie. Шотландское искусство счастья**

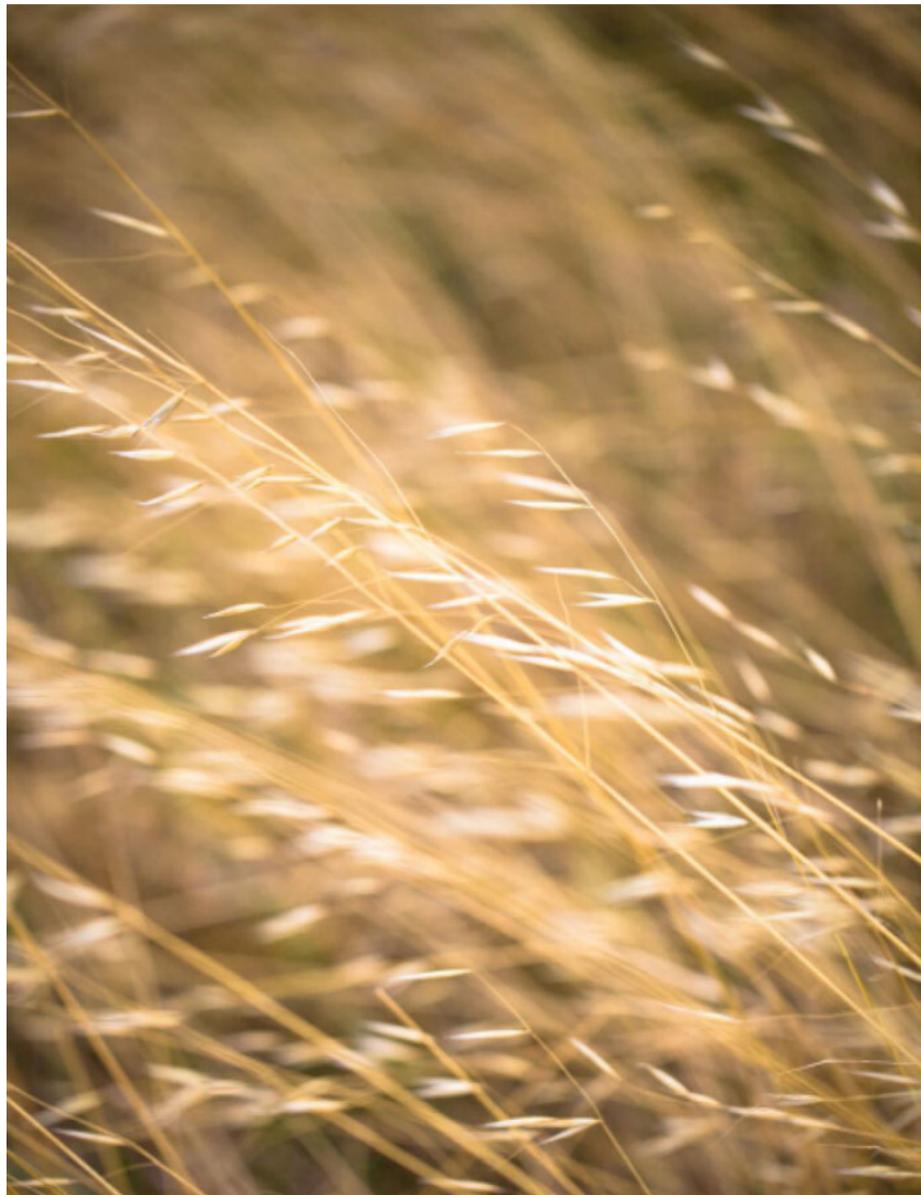
Кюри – это шотландский стиль жизни, помогающий создавать ощущение счастья и незабываемые моменты, ценить свое наследие и наслаждаться родной природой. Книга Габриэллы Беннетт поможет вам почувствовать Шотландию, проведет по средневековым замкам и современным кемпингам, познакомит с национальными традициями и рецептами, расскажет все о шотландской идентичности и менталитете, стиле жизни и искусстве счастья. Ведь не обязательно говорить с шотландским акцентом, чтобы добавить в свою жизнь кюри!

### **Кинцуги. Японское искусство превращать неудачи в победы**

Кинцуги – древнее японское искусство реставрации разбитых вещей. Его суть в том, что поломки и трещины неотделимы от истории самой вещи. Их нужно не скрывать, а, наоборот, выставлять в лучшем свете. Трещины становятся золотыми лучами, пересекающими изделие. Точно так же травмы, которые ты получала и недостатки делают тебя собой. Учат быть совершенной в своем несовершенстве. Кинцуги поможет тебе обрести внутреннюю силу, научиться благодарности и открыть свое сердце.

**Bella Figura, или Итальянская философия счастья. Как я переехала в Италию, ощутила вкус жизни и влюбилась**

Камин Мохаммади, редактор глянцевого журнала из Лондона, решила на невероятное приключение и оказалась во Флоренции. Её книга – это манифест красивой и яркой жизни, гид по спокойствию для вечно суетящихся людей и история о том, как найти любовь – к мужчине и к себе.

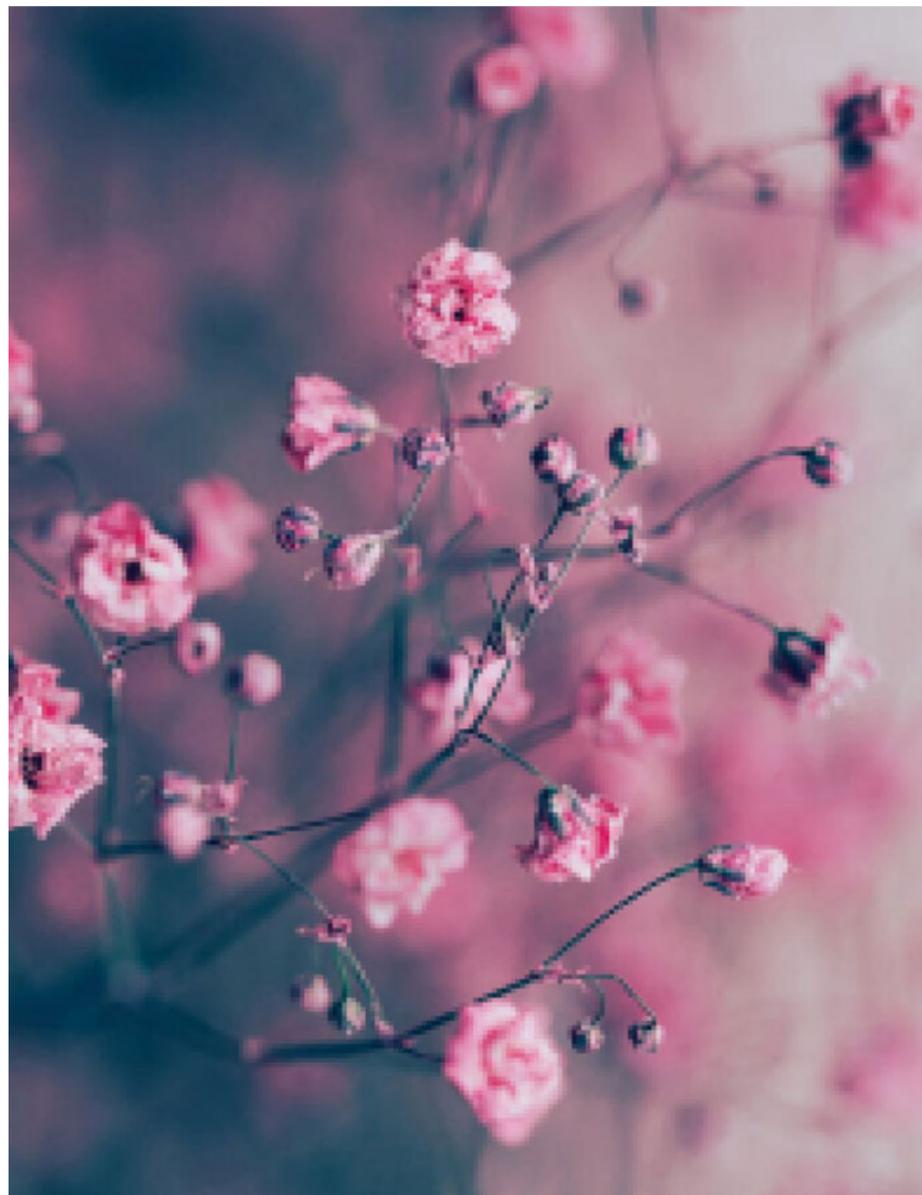


# Как использован японский язык в этой книге

Японские имена даются в стандартном написании для упрощения использования указателя (сначала имя, затем фамилия). Исключение составляют исторические личности, более известные под традиционными именами (сначала фамилия, а потом имя): Мацуо Басё (Мацуо – это фамилия).

Для передачи японских иероглифов за основу взята модифицированная система Хепберна.

Когда в книге упоминаются люди, иногда используется суффикс «-сан». Это форма вежливости – заменяет слова «господин» или «госпожа». Суффикс «-сенсей» означает «учитель» или «профессор».

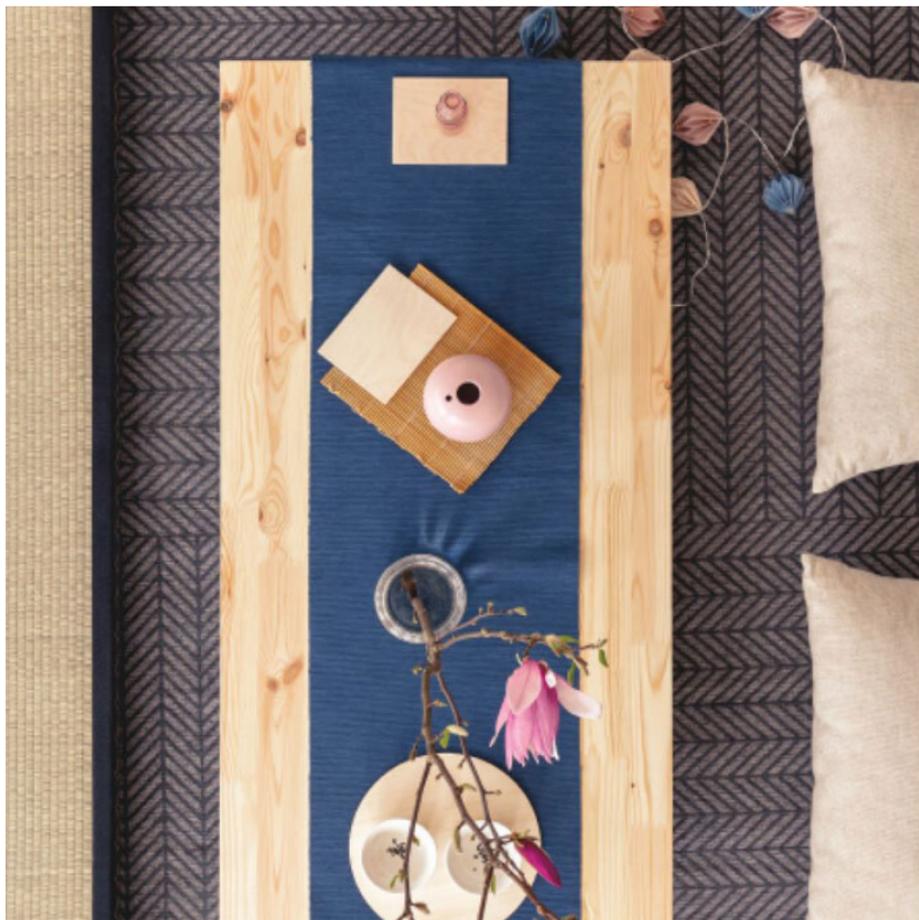


# Предисловие Хидетоси Накаты

#

#

#



Я покинул Японию, чтобы проложить путь в большом мире, когда мне шел двадцать первый год. Восемь лет играл в матчах итальянской лиги А и в английской премьер-лиге в качестве профессионального футболиста, и это были самые важные годы в моей спортивной карьере. Жизнь за границей помогла расширить кругозор и выйти за пределы привычного образа жизни.

Все это время я усердно учил сначала итальянский, потом английский. И чем больше учился, тем лучше понимал, что языки – это окна в другие культуры. А еще они могут стать дверью, ведущей к крепкой дружбе на всю жизнь.

После чемпионата мира 2006 года я завершил футбольную карьеру. Несколько лет путешествовал по всему миру, встречаясь с людьми из самых разных сфер жизни. И куда бы ни приехал, все говорили об искреннем интересе к Японии. Мне задавали множество вопросов, и на многие не удавалось ответить. Тогда я понял, что моя культура обладает огромной глубиной и богатством, которых даже рожденный там не осознает полностью. И захотелось понять, что же привлекает этих людей, так что я решил вернуться домой, чтобы вникнуть во все тонкости самостоятельно.

Я задался вопросом: «Что же такое культура?» Культура питания, культура моды, японская культура... Мне хотелось лучше разобраться в вопросе. Когда люди произносят это слово, они имеют в виду определенный образ жизни, который ведут в течение длительного времени, – нечто такое, что

мы сами создаем. И я решил сосредоточиться не на местах и городах, а на людях.

Следующие семь лет были посвящены поездкам по самым дальним уголкам Японии. Я побывал во всех сорока семи префектурах, общался с ремесленниками, фермерами, изготовителями саке, монахами дзен, священниками синто (Shintoï) и обычными людьми. Хотелось больше узнать о японской культуре, а в конце концов мне открылась сама жизнь.

Каждый раз, когда я просыпался до рассвета, чтобы пообщаться с фермерами, собирающими рис, вдыхал утренний воздух перед дождем или наблюдал за тем, как мастера творят красоту из самых скромных материалов, мне открывалась поразительная истина. Пришло понимание, что значит жить в гармонии с самой землей. Сочный плод, только что сорванный с дерева, пойманная рыба, тщательно приготовленное саке – каждый кусочек и глоток открывал истину подлинного вкуса.

Шло время, я стал замечать, что втягиваюсь в ритм жизни – ритм времен года и японской природы. Живя в городах, мы имеем множество замечательных вещей, но в то же время отделены от природы, а искусственная среда высасывает нашу энергию. Проведя много месяцев «на воле», я стал замечать, насколько улучшилось самочувствие, ощутил прилив энергии, мысли прояснились, я стал счастливым.

Когда мы уходим от природы, то пытаемся ею управлять,

контролировать ее. Но она в любой момент может проявить свою поразительную силу и мощь. А когда живешь в гармонии с ней, уважаешь и следуешь ее ритмам, то начинаешь прекрасно себя чувствовать и ценить каждый день и каждое мгновение.

Понятие ваби-саби неразрывно связано с этим фундаментальным отношением к природе, с принятием быстротечности всего сущего и с восприятием жизни всеми своими чувствами. Надеюсь, эта книга вдохновит вас на поиски собственного тонкого ритма и поможет обрести счастье.

Я знаком с Бет уже более двенадцати лет и знаю ее преданность делу изучения японской жизни. И знаю, что она – тот самый человек, который сможет помочь в этих поисках.

*Хидетоси Наката Токио (Тоїкьої), 2018*

# Вступление

#

#

#

#



Холодный декабрьский вечер в Киото, древней столице Японии. Я еду на велосипеде к Сёрэн-ин. Этот небольшой храм расположен в стороне от туристических троп, у подножия гор Хигасияма. Сегодня вечером храмовые сады красиво подсвечены, приглушенный свет плетет таинственную паутину вокруг темных сосен и химерических бамбуковых рощ.

Я снимаю обувь и вхожу в храм, ступая на пол, который за восемьсот лет отполировали до зеркального блеска ступни и подола кимоно. Широкие доски потемнели от времени и покрылись пятнами. Их доставили сюда прямо из императорского дворца. Сажусь на крытой веранде в задней части храма. Пальцы на ногах немеют от холода. От губ поднимается пар.

Воздух напоен благовониями. Запах кажется мне фиолетовым, но объяснить это я не могу. Маленькие фонарики в саду блекнут и гаснут, тысяча звезд дышит в унисон. Всего в десяти минутах езды отсюда квартал развлечений Гион бурлит энергией возбужденных туристов, пьяных бизнесменов и внимательных гейш. Но здесь, куда меня привела узкая дорожка, уходящая наверх от восточной окраины города, я обрела покой.

Бледная луна подсматривает за мной сквозь кроны деревьев, отбрасывая серебристые блики на пруд. Осенние листья скользят по поверхности воды. Цветные карпы кои выплывают из молочной воды и толкают их носами. Через неде-

лю ветки многих деревьев обнажатся. А через месяц все покроет снег.

Я поднимаю упавший лист момидзи (японский клен), темно-алый, с загнутыми краями. Это настоящее сокровище, хрупкое и чуть сморщенное, как рука моей бабушки. Сердце раскрывается. Сейчас у меня есть все, что нужно. Я чувствую тихую радость и в то же время легкую печаль – ведь это мимолетное мгновение никогда больше не вернется.

Это мир ваби-саби.

# Что такое ваби-саби

Ваби-саби – это фундаментальное понятие эстетического чувства и тонкой природы японцев, взгляд на мир, который направляет восприятие жизни. Хотя говорят об этом крайне редко. Его влияние ощущается во всем, но вы нигде не сможете его заметить. Люди инстинктивно понимают, что такое концепция ваби-саби, но лишь немногие говорят о ней вслух – это поразительная загадка, которая шепотом сулит глубокую мудрость тем, кто сможет замедлиться настолько, чтобы услышать этот шепот и воспринять его с открытым сердцем.

Я езжу в Японию уже более двадцати лет и треть этого времени прожила там. Меня всегда тянуло к японцам, сердце давно поселилось в тех краях, на другом конце света. Я погрузилась в эту культуру, жила в японских семьях, где не говорили по-английски, работала в сложном мире их бизнеса и местного управления, более десяти тысяч часов провела за учебой и поездками по всей стране. И все же истинный смысл таинственной концепции от меня ускользал. Я чувствовала ее, но не находила слов, чтобы объяснить.

Многие неяпонцы уже погружались в мир ваби-саби до меня. Большинство сосредоточивалось на физических характеристиках предметов и среды, которую они связывали с этой идеей. Но такие объяснения всегда казались неполными. У меня давно было ощущение, что ваби-саби – это нечто

значительно более глубокое, чем мы привыкли думать, концепция охватывает многие сферы жизни. Но пока я не начала собирать материал для этой книги, даже не представляла, насколько глубока эта река.



## Почему ваби-саби?

В последние годы общество набрало темп, уровень стресса стал зашкаливать. Мы постоянно думаем о деньгах, карьерном статусе, внешности и накоплениях, не зная пределов. Мы напрягаемся, чтобы больше работать и больше получать, это порождает чувство неудовлетворенности и досады. Слишком много работаем, слишком много напрягаемся – и слишком мало живем.

Как человек, который почти десять лет помогал другим определять свои приоритеты и строить жизнь, основанную на любимых занятиях, я понимаю, что многие страдают из-за огромного количества принятых на себя обязательств, постоянного сравнения с другими, слишком суровых суждений и негативного внутреннего диалога. Мы бредем по жизни, как лунатики, заглушив чувства, тратя время в душных коробках-офисах, обращая больше внимания на знаменитостей, рекламу и социальные сети, чем на исследование собственной жизни и ее колоссального потенциала.

Не так давно я начала слышать разговоры о медленной революции, о тяге людей к более простой и осмысленной жизни. Жизни, наполненной красотой и природой, пронизанной энергией повседневного благополучия и построенной на том, что по-настоящему важно. Чем больше измученных, уставших и несчастливых людей ко мне приходило, тем

сильнее я ощущала потребность в новом отношении к проблемам и сложностям и в доступных средствах, которые помогли бы им вести подлинную и глубокую жизнь.

Это напомнило мне о внутренней благодати, покое и тихой радости, которые я ощущала в Японии. Нигде больше не чувствовалось ничего подобного, словно эти жизненные уроки скрывались в широких рукавах традиционного кимоно. Мне казалось, что это связано с той самой неуловимой концепцией ваби-саби. И тогда я решила открыть эту тайну.

# Определить неопределяемое

Как уже говорилось, дать определение ваби-саби очень нелегко. Эта идея сродни любви – я могу сказать, что означает любовь для меня и как я ее ощущаю, но вы поймете истинный смысл, только прочувствовав ее самостоятельно. Когда я заводила об этом разговор с японцами, почти все говорили: «Ваби-саби? Гмммм... Это очень трудно объяснить». И это действительно так. Большинство никогда и не пыталось – им это и не нужно. Люди выросли с этим ощущением. Так они ориентируются в мире и ценят красоту. Ваби-саби у них в крови.

Однако ни один не уклонился от беседы. Я настаивала. Вообще, скорее ждала, наблюдала и слушала. Чем больше времени и свободы давала своим собеседникам для анализа невыразимой идеи, столь им знакомой, тем интереснее становилось. Появлялись метафоры, жесты, наклоны головы, руки, прижатые к сердцу, долгие паузы, постоянное возвращение к чаю, дзен и природе. И почти всегда разговор заканчивался словами: «Я хочу прочесть вашу книгу».

В действительности универсального определения ваби-саби в японском языке нет. Любые попытки дать его всегда связаны с точкой зрения человека, который такие попытки делает.

Мое определение – это понимание человека, находящегося

ся в необычном положении: я одновременно и японовед, и коуч (психолог). Пытаясь вычленить принципы ваби-саби и перевести их в доступные жизненные уроки, я беседовала с людьми из самых разных сфер жизни, рылась в книгах, найденных в старых библиотеках, посещала музеи, медитировала в темных храмах, держала в руках чашки с чаем, проводила время на природе и любовалась старинной японской архитектурой. После сотен разговоров и долгих исследований я все же выделила ряд основополагающих принципов, которые, надеюсь, будут полезны для всех нас. Их вы и найдете в этой книге.

# Секрет ваби-саби

Медленно снимая с идеи покровы тайны, я поняла следующее: истинная прелесть кроется не в вещах, но в самой природе жизни.

**ВАБИ-САБИ – ЭТО ИНТУИТИВНАЯ РЕАКЦИЯ НА КРАСОТУ, КОТОРАЯ ОТРАЖАЕТ ИСТИННУЮ ПРИРОДУ ЖИЗНИ.**

**ВАБИ-САБИ – ЭТО ПРИНЯТИЕ И ГОТОВНОСТЬ ОЦЕНИТЬ НЕПОСТОЯННУЮ, НЕСОВЕРШЕННУЮ И НЕЗАВЕРШЕННУЮ КРАСОТУ ВСЕГО СУЩЕГО.**

**ВАБИ-САБИ – ЭТО ПРИЗНАНИЕ ДАРОВ ПРОСТОЙ, НЕСПЕШНОЙ И ЕСТЕСТВЕННОЙ ЖИЗНИ.**

Ваби-саби – это состояние сердца. Это глубокий вдох и медленный выдох. Это состояние ощущается в момент истинного счастья – в идеальный момент в неидеальном мире. Эту способность можно развить в себе, будучи готовым замечать детали и культивировать в себе наслаждение. Мы испытываем это чувство в самые подлинные, самые вдохновенные моменты собственной жизни.



Это умение ощущать мир, погружаясь в него целиком и полностью, а не оценивая со стороны. Это умение отказаться от стратегии, отдавшись чувству. Это готовность выделить время на то, чтобы обратить внимание.

Принципы ваби-саби учат отказаться от совершенства и принять себя такими, каковы мы есть. Они помогают избежать от хаоса и материального давления современности и довольствоваться малым. Они напоминают, что мы должны искать красоту в повседневности, позволить себе растрогаться от этой красоты и в этом состоянии ощутить благодарность за саму жизнь.

СЕКРЕТ ВАБИ-САБИ В ТОМ, ЧТОБЫ  
ВОСПРИНИМАТЬ МИР НЕ ЛОГИЧЕСКИМ  
РАЗУМОМ, НО ЧУТКИМ СЕРДЦЕМ.

# Как пользоваться этой книгой

Чтобы понять всю глубину и богатство ваби-саби, начнем с короткого урока истории, который задаст тон всему остальному. Хотя книга не является монографией о японской эстетике, культуре, философии и религии, все это важнейшие нити многоцветного гобелена японской жизни. В разделе «Библиография» я перечислила ряд произведений, которые будут интересны в ваших собственных исследованиях. А тем, кто захочет побывать в этой удивительной стране, дам ряд полезных советов.

Поняв происхождение ваби-саби, мы обсудим характеристики понятия и научимся думать и говорить о нем. А затем побеседуем о том, почему древняя мудрость так важна для нашей сегодняшней жизни. Этому посвящена первая глава, и советую начать именно с нее.

Со второй главы начну делиться с вами историями, притчами и советами, которые помогут применить эту концепцию в каждой сфере жизни. Вы можете читать главы по порядку или так, как вам захочется. Конечно же, идеального способа изучения этой книги нет. Возьмите то, что для вас важнее всего прямо сейчас.

**ЭТА КНИГА – ПРЕДЛОЖЕНИЕ РАССЛАБИТЬСЯ И ОЩУТИТЬ КРАСОТУ СОБСТВЕННОЙ ЖИЗНИ В КАЖДОМ МОМЕНТЕ, ИЗБАВИТЬ ЕЕ ОТ ВСЕГО**

НАПУСКНОГО И ОТКРЫТЬ ТО, ЧТО ВНУТРИ.

# Отправляйтесь со мной

Эта книга – приглашение. Отправляйтесь вместе со мной и становитесь любознательным исследователем далекой страны. Рядом со мной вы всегда будете в безопасности. Я нарисовала карту, которая проведет нас неизбитыми тропами, по узким, извилистым тропинкам, через старые деревянные ворота, в древние леса, по берегам бурных рек и по высоким горам.

Мы будем останавливаться в придорожных чайных домиках, чтобы отдохнуть и подкрепиться, поговорить с другими странниками и обрести неожиданную мудрость от новых друзей. Иногда будем петь в пути – это помогает справиться с усталостью и страхами. Можем остановиться, чтобы погрузиться в горячий источник или поваляться в пушистом снегу. Иногда будем подниматься на рассвете, а в другие дни засыпать под звездами. В пути я буду рассказывать знакомое и неизвестное, старое и новое. Порой это будет потрясать самые основы того, во что вы привыкли верить. И всегда буду рядом в этом путешествии.

Будем продвигаться медленно, далеко и глубоко. Я поделюсь с вами древней мудростью Японии.

Изучение ваби-саби – это путь к сердцу самой жизни. Откройте же глаза и примите тайну, которая раскрывается перед вами.

*Бет Кемптон Киото. 2018*

# Глава 1

## Происхождение, характеристики и актуальность ваби-саби

#

#

#

#

#

#

#



Вы можете всю жизнь провести в обществе японцев и ни разу не услышать слов «ваби-саби». А если откроете Кодзиэн (самый авторитетный на сегодня японский словарь), не найдете этого понятия и там.<sup>1</sup> Есть отдельные объемные статьи на слова «ваби» и «саби», но самого сочетания нет. Оно существует в разговорном языке, ему посвящено несколько книг на японском, но в целом можно сказать, что это понятие живет в сердцах и умах, а не на бумаге. Не могу даже припомнить, когда впервые с ним столкнулась. Мне кажется,

---

<sup>1</sup> В основном словаре Японии Кодзиэн 2018 года издания понятие «ваби-саби» отсутствует.

что я впитала философию ваби-саби, просто живя в Японии.

Как я уже говорила, японцы не смогут объяснить вам, что это такое. У них понимание интуитивное, потому что является отражением совершенно иного образа мыслей. Ваби-саби не преподается – большинство населения впитывает его через наблюдение и опыт. Для логически мыслящего представителя западного мира такая задача сложна. Нам нужно все объяснить – шаг за шагом, этап за этапом. Нужны точные инструкции и совершенно точный перевод. Но это не по-японски. Чтобы по-настоящему оценить мудрость их культуры, нужно понять, что истина чаще всего кроется в невысказанном.

# Происхождение ваби-саби

**Ваби-саби** (## или ####)<sup>2</sup> состоит из двух отдельных слов, каждое из которых имеет собственное эстетическое значение и уходит корнями в литературу, культуру и религию. Ваби – это красота в простоте, обретение духовного богатства и безмятежности через отстранение от материального мира. Саби связано с течением времени: все растет, меняется, стареет, распадается. И старение изменяет визуальную природу всего сущего.

Обе концепции очень важны для японской культуры, но, пожалуй, самое интересное – это смысл, который оба слова приобретают в сочетании.

ДЕЛО НЕ В ТОМ, ЧТО МЫ ВИДИМ, А В ТОМ,  
КАК МЫ ЭТО ВИДИМ.

---

<sup>2</sup> То, что мы сегодня знаем как письменные японские иероглифы кандзи, зародилось в Китае. Почти каждый из 1850 стандартных символов, которые используются сегодня, может читаться двумя разными способами: один от оригинального китайского (он'ёми), другой – от коренного японского (кун'ёми). Некоторые символы читаются несколькими способами. Когда два кандзи создают слово, обычно используется он'ёми. Но из этого правила есть исключение: наш основной термин «ваби-саби» можно написать так: ##, а можно и вот так: ####. Если вас заинтересовал увлекательный мир кандзи, советую взять хороший словарь – например, The Modern Reader's Japanese-English Character Dictionary или NTC's New Japanese-English Character Dictionary.

## Контекст

Представьте, если удастся, мир в середине XVI века. Это время Великих географических открытий: европейцы вышли в океан, испанцы и португальцы открыли мировые торговые пути. Это время колониализма и меркантилизма. Экономическая политика многих стран сводилась к максимальному накоплению золота и серебра.

Еще не просохла краска на «Моне Лизе» Леонардо да Винчи, Давид Микеланджело только-только освободился из мраморного блока... Все это произошло несколькими десятилетиями ранее, на рубеже века. А в Англии Шекспир писал свой новейший шедевр.

Китай процветал при династии Мин и намного превосходил Запад в технологическом отношении. Их культура находилась на очень высоком уровне. Правительственные чиновники в перерывах между заседаниями и совещаниями сочиняли стихи и занимались каллиграфией.

Тем временем средневековая Япония переживала период войн и разрушения. Страну часто накрывал голод, пожары, природные катаклизмы. Народ страдал от высоких налогов, повсюду царила нищета. Общество было настолько истерзано, что многие простые люди искали утешения в буддизме, что и оказало значительное влияние на образ жизни народа.

В стране были император и придворные, но истинной вла-

стью обладал сёгун (военачальник). Японией управляли воинственные феодальные правители – даймё. Они владели значительными территориями и правили из недавно построенных замков. В городах, окружающих эти замки, жили воины-самураи, которые защищали даймё и служили в их армиях.

Высокопоставленные самураи были людьми хорошо образованными и влиятельными. Они славились абсолютной преданностью и верностью своему даймё. Многие из них были дзен-буддистами, поскольку в этой религии большое значение отводилось дисциплине и медитации. Великие храмы столицы Японии, Киото, имели собственные карэсансуи (сады камней), отражавшие самую суть природы и способствовавшие созерцанию.

Самураи интересовались чайной церемонией. Этот напиток помогал им бодрствовать во время долгих ночных дежурств. В то же время сама церемония создавала моменты покоя и гармонии в повседневности, наполненной насилием и жестокостью. Воины были готовы умереть и высоко ценили возможность насладиться красотой в жизни, которая могла оборваться в любую минуту.

Это был период развития крупных городов. В Японии зародился класс торговцев. Они делали состояния, ссужая деньги самураям, которым позволялось иметь только строго фиксированное жалованье. Такое занятие граничило с нарушением закона, и торговцы могли в любой момент лишиться-

ся всех богатств, поэтому тоже хотели насладиться им, пока была возможность.

В результате, хотя многие простые люди жили в относительной бедности, правящий и торговый классы тратили деньги не жалея. В роскошных замках стояли ширмы, украшенные золотом. Богачи устраивали экстравагантные приемы, в частности чайные церемонии. Те, кто был наделен властью, высоко ценили китайские чайники и предметы для церемонии, которые быстро стали символом статуса. Можно почувствовать конфликт между самой идеей чайной церемонии как духовного опыта и собирательством чашек и чайников для демонстрации своего состояния.

А теперь, памятуя обо всем этом, давайте совершим короткое путешествие в историю чая.

# Чайные связи

Для понимания происхождения слова «ваби» мы должны отправиться в мир этого напитка. Зеленый порошок чай матча, который сегодня прочно ассоциируется с чайной церемонией, появился в Японии лишь в 1191 году – привезли из Китая во времена правления династии Сун. Его доставил монах Миёан Эйсай, которого считают основателем школы Риндзай в японском дзен-буддизме. Семена посадили в трех местах, в том числе в Удзи близ Киото – это место на протяжении веков остается центром производства чая высшего качества. В то время дзен и чайный идеал распространялись стремительно.

В XV веке монах и мастер чайной церемонии Мурата Дзюко понял, что процесс приготовления и питья может стать отражением принципов дзен. Он сыграл важную роль в создании и развитии процесса. Сёгун Ёсимаса, большой ценитель культурного отдыха, заказал Дзюко ритуал чайной церемонии,<sup>3</sup> что позволило перевести напиток на более высокий уровень. Как пишет в знаменитом эссе «Книга чая» Оакура Какудзо, в Японии культ «чаизма» быстро превратился в настоящую религию эстетизма... основанную на поклонении прекрасному, невзирая на печальные обстоятель-

---

<sup>3</sup> Фамилия Мурата Дзюко – Мурата, но обычно его называют по имени – Дзюко. Так часто бывает с именами исторических деятелей.

ства повседневного существования».<sup>4</sup>

Дальнейшему развитию помог Такэно Дзёо. В первой половине XVI века он учился у двух учеников Дзюко. Дзёо был поэтом и искусно изложил чайные идеалы в стихах. Он изменил чайную комнату, чтобы материалы в ней находились в естественном состоянии. Позже оказал значительное влияние на Сэн-но Рикю, торговца и чайного мастера при Тоётоми Хидэёси, одного из самых знаменитых сёгунов.

Со временем Сэн-но Рикю стали считать истинным отцом чая.

---

<sup>4</sup> Okakura, The Book of Tea, p. 3.



# Простота как эстетический идеал

Ко второй половине XVI века чайная церемония стала важным социальным событием, которое давало возможность обеспеченным людям демонстрировать богатство. Хидэёси наполнил свой роскошный золотой чайный домик дорогими вещами, по большей части привезенными из Китая. В то же время его чайный мастер, Сэн-но Рикю, начал тихую революцию. Он уменьшил физическое пространство комнаты, чтобы изменить фундаментальные принципы связанных с церемонией эстетических идеалов. Теперь в ней осталось только то, что было действительно необходимо: пространство, где могли расположиться гости, элементы природы, чайник и чайные принадлежности – и время для чая.

Его комната была чуть больше трех квадратных метров – почти вдвое меньше традиционной. Крохотные окна сводили освещенность к минимуму, чтобы у гостей обострились другие чувства. Хозяин и гости располагались очень близко – они могли даже слышать дыхание друг друга. Дорогую селадоновую (разновидность фарфора) вазу для цветов заменил бамбуковой, а еще более дорогую китайскую чашу керамической, которая была выполнена мастером Сёдзиро.<sup>5</sup> Вме-

---

<sup>5</sup> Начав скромным учеником, Сёдзиро стал делать пиалы для чая раку. В конце XVI века он стал основоположником семейства Раку. Эта семья стала хранителем уникальной гончарной традиции раку-яку. Мастер керамики Раку Кицидза-

сто черпака из слоновой кости взял бамбуковый и заменил причудливую бронзовую емкость для воды скромным ведром от колодца.

Рикю ввел еще одно новшество. Теперь все предметы приносили в самом начале церемонии и убрали в конце. Благодаря этому комната стала чистой и простой, а гости могли целиком сосредоточиться на процессе приготовления, любовании нежной, естественной красотой тщательно подобранных по сезону цветов и обдумывании смысла каллиграфической поэтической надписи в алькове. Ощущение было общим и переживалось одновременно всеми.

Одним решительным движением Рикю изменил культуру чая, превратив ее из поклонения богатству в поклонение простоте. Контраст с эстетическим выбором Хидэеси не мог быть более разительным. Это был смелый, радикальный отход от традиции и общего восприятия желаемого. В те времена, когда народ вел суровую, бедную жизнь, Сэн-но выступил против господствующей культуры избыточного богатства правящего класса и вернул эстетику к основам: к простой, аскетичной красоте, которая пробуждает размышления о природе самой жизни.

---

эмон XV – глава пятнадцатого поколения семьи. Чайные пиалы, созданные каждым поколением, можно увидеть в музее Раку в Киото ([rakuyaki.or.jp/e](http://rakuyaki.or.jp/e)).

# Истоки ваби

Хотя Рикю не был изобретателем чайной церемонии, в последние годы жизни он вернул ее к философии простоты и естественности, по сей день господствующей в японской культуре. Чай он называл «чай ваби».

Слово «**ваби**» (# или ##) означает «приглушенный вкус». <sup>6</sup> Изначально оно лингвистически было связано с понятиями бедности, недостатка и отчаяния. Происходит от глагола «**вабиру**» (###) – беспокоиться или томиться. <sup>7</sup> Его можно связать с прилагательным «**вабисии**» (####) – несчастный, одинокий, бедный. <sup>8</sup>

Само слово существовало в японской литературе за много веков до периода Рикю: например, оно встречается в древнейшем сборнике японской поэзии Манъёсю («Собрание десяти тысяч листьев»), знаменитом небольшом дневнике Камо-но Тёмэя Ходзёки («Записки из кельи») 1212 года и в стихах Фудзивара-но Тэйки (1162–1241). <sup>9</sup> Но именно в

---

<sup>6</sup> Nelson (ed.), The Modern Reader's Japanese-English Character Dictionary, p.141.

<sup>7</sup> Сочетание ###, омофон для глагола «вабиру», означает «извиняться». Его можно связать с духом ваби, хотя установить этимологическую связь по надежным источникам довольно трудно.

<sup>8</sup> По главному японскому словарю Кодзиэн «вабисии» означает «ощущение потери энергии» или «чувство тревоги или печали». Но японцы чаще используют его в значении «несчастный», «одинокий» или «бедный».

<sup>9</sup> Чтобы лучше разобраться в эстетике ваби, я советую превосходное эссе «The

чайной церемонии Рикю ваби приобрело значение эстетической ценности простоты.

При глубоком осмыслении красота ваби кроется во внутреннем мраке. Это высшая красота среди суровых реалий жизни. Как семь веков назад писал буддистский монах Ёсида Кэнко: «Должны ли мы любоваться весенними цветами только в полном цвету, а луной только на безоблачном и ясном небе?»<sup>10</sup> Красота живет не только в очевидном, радостном и громком. Ваби подразумевает покой, умение подняться над повседневной суетой. Это принятие реальности и осознание, что она в себе несет. Ваби позволяет нам помнить, что в любой ситуации скрывается красота. И надо уметь ее видеть. Это чувство спокойного созерцания, умение избегать ловушек материалистического мира. На протяжении многих лет вкусы менялись, и сегодня можно найти очень красивые декоративные предметы для чайной церемонии. Но идеал по-прежнему остается частью философии чая в Японии.

---

Wabi Aesthetic Through the Ages' by Haga Koïshiroï, in Hume, Japanese Aesthetics and Culture, p. 275.

<sup>10</sup> McKinney (trans.), Essays in Idleness and Hoïjōiki, p. 87.



Ваби – это образ мышления, опирающийся на смирение, простоту и бережливость. Именно эти качества ведут к безмятежности и удовлетворению. Дух ваби неразрывно связан с осознанием того, что наши истинные потребности очень просты, что нужно быть скромным и благодарным за красоту, которая уже существует там, где мы есть.

# Истоки саби

Слово «саби» (# или ##) означает «патину», старинную, элегантную простоту.<sup>11</sup> Тот же иероглиф можно перевести как «безмятежность».<sup>12</sup> Прилагательное «сабисии» (###) означает «одинокий», «тоскующий», «отшельнический».<sup>13</sup> Сущность саби отражена в хайку Мацуо Басё. Эти короткие стихи были написаны в XVII веке и до сих пор пользуются популярностью во всем мире благодаря своей невыразимой красоте. Существует также глагол – «сабиру» (###). Он пишется иначе, но читается так же. Означает «ржаветь», «разрушаться», «проявлять признаки старения», то есть еще больше расширяет значение.

Со временем слово «саби» стало олицетворять глубокую, безмятежную красоту, которая возникает с течением времени. Визуально мы воспринимаем ее как благородную патину времени, следы влияния погоды и других факторов, старение.

---

<sup>11</sup> Nelson (ed.), The Modern Reader's Japanese English Character Dictionary, p.323. Символ # представляет собой чтение «саби» в стиле кун'ёми и чтение «яку» («безмятежность» в стиле он'ёми, о чем мы поговорим в главе 6. См. примечание 2 выше, где дается разъяснение кун'ёми и он'ёми в японском языке.

<sup>12</sup> Nelson (ed.), The Modern Reader's Japanese-English Character Dictionary, p.323. В сочетании с «яку» символ # означает «безмятежность», как говорится в примечании 11.

<sup>13</sup> Там же.

Саби – это состояние, порождаемое временем, а не рукой человека, хотя часто проявляется на качественных предметах. Они интересны рафинированной эlegantностью времени. Их красота раскрывается в процессе использования и старения – например, тусклый блеск старого дерева столешницы любимого кухонного стола.

Классическая книга знаменитого писателя Дзюньитиро Танидзаки «Похвала тени» будит много мыслей. В ней описано, как японцы находят красоту в саби:

«Я не хочу этим сказать, что мы не любим вообще ничего блестящего, но мы действительно отдаем предпочтение тому, что имеет глубинную тень, а не поверхностную ясность. Это тоже блеск, но с налетом мути, которая неизбежно вызывает в представлении лоск времени, безразлично, будет ли это натуральный камень или же из искусственного материала сделанный сосуд... Мы действительно любим вещи, которые носят на себе следы человеческой плоти, масляной копоти, выветривания и дождевых подтеков. Мы любим расцветку, блеск и глянец, вызывающие в нашем представлении следы подобных внешних влияний».<sup>14</sup>

Хотя саби связано с физическим проявлением течения времени в предметах, его глубинный смысл, как это часто бывает в японской эстетике, лежит в том, что скрыто под поверхностью реального предмета, на который мы смотрим.

---

<sup>14</sup> Tanizaki, In Praise of Shadows, p. 19.

Это представление того, как все сущее развивается и исчезает, будя в нас эмоциональный отклик, часто окрашенный печалью от раздумий о мимолетности жизни.

Красота саби напоминает о нашей связи с прошлым, о естественном цикле жизни и смерти.

# Рождение ваби-саби

Сердце ваби узнает красоту саби, и оба они идут рука об руку на протяжении жизни многих поколений.<sup>15</sup> Сущность их учения уходит в глубину веков, но сам по себе термин появился лишь в последние сто лет, «в результате желания понять, что скрывается за психологией японцев».<sup>16</sup> Нужно было как-то назвать то, что люди знали всегда.

Ваби-саби одновременно живет и на краю человеческого сознания, и в сердцах людей. Моя подруга Сэцуко, которой уже за семьдесят, говорила, что никогда не произносила эти слова вслух, пока я не спросила о них. Это понятие является частью ее сущности, и она сразу же осознала его значение для себя самой.

---

<sup>15</sup> Мацуо Басё, стихи которого часто считаются образцом литературы в духе саби, вел жизнь вабибито – человека ваби. Хотя он и не был совершенно беден, но много странствовал на природе, беря с собой лишь самое необходимое. Эти странствия вдохновили его на знаменитые стихи.

<sup>16</sup> Morigami, Wabi sabi yuĭgen no kokoro, p. 19.



Ваби-саби выходит за рамки красоты отдельного предмета или места. Это реакция человека на истинную, глубокую красоту. Это нематериальное чувство. У каждого оно индивидуальное, потому что каждый воспринимает мир по-своему. Мы ощущаем ваби-саби, когда вступаем в контакт с сущностью истинной красоты – красоты без претензий, несовершенной и оттого еще более прекрасной. Оно пробуждается естественной красотой, суровой и неприукрашенной.

В английском языке для подобного состояния есть свое понятие – «стазис эстетического наслаждения», его использовал Джеймс Джойс в романе «Портрет художника в юно-

«...это миг, когда высшее качество красоты, светлое сияние эстетического образа отчетливо познается сознанием, остановленным его целостностью и очарованным его гармонией; это сияющий немой стазис эстетического наслаждения, духовный момент, очень похожий на сердечное состояние, для которого итальянский физиолог Луиджи Гальвани нашел выражение не менее прекрасное, чем Шелли, – замороженность сердца».

*(Пер. М. Богословской-Бобровой)*

Но даже здесь подразумевается физическая реакция, а не глубокая философия ваби-саби, связанная с самой природой жизни.

---

<sup>17</sup> Joyce, *A Portrait of the Artist as a Young Man*, p. 231. (Джеймс Джойс, Портрет художника в юности). ГЛАВА 2: УПРОЩЕНИЕ И КРАСОТА

# Жизненные уроки ваби-саби

Ваби-саби связано с тем видом красоты, которая напоминает нам о мимолетности жизни. Эта концепция опирается на три буддистских символа существования: **мудзе (##, эфемерность), ку (#, страдание)**

# 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.