

КЭНДО - ПУТЬ МЕЧА



ИИТИРО МАСАТОШИ

ТЕХНИКА НУНЧАКУ

* * *

КЭНДО - ПУТЬ МЕЧА



(Серия "Будо")

"Российский Запад" / СП "Драккар"

Калининград

1993 г.

ББК 84.7 (США)



Серия “Будо”

Перевод осуществлен по изданию:

Masatoshi Iitiro

NUNCHAKU TECHNIQUES. KENDO - PATH OF THE
SWORD.- N.Y.:New Library, 1970, 1973

Масатоши Итиро

ТЕХНИКА НУНЧАКУ. КЭНДО - ПУТЬ МЕЧА.
/Н.-Й.: Нью Лайбери, 1970, 1973/

(Перевод с английского С.Артюшенко)

Рецензенты: д.п-ф н. А. Калинец-Брюханов
к.п-ф н. Л. Ткачук

Художники: С.Ситников, И.Шаганов, И.Ковальчук

Изд. “Черноморье” 5561—30000.

Форм. бум. 84 х 108 1/32; усл.-печ. л.—10,7; уч.-изд. л.—10,9. Бумага книжно-журнальная. Печать офсетная. Зак. 4870—50000. Отпечатано в издательстве “Черноморье”, г. Одесса, пл. 50-летия СССР, 1.

ISBN 5-8294-0068-5

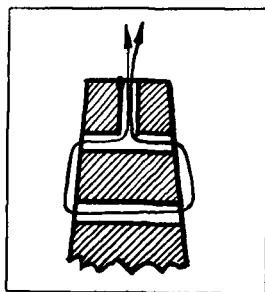
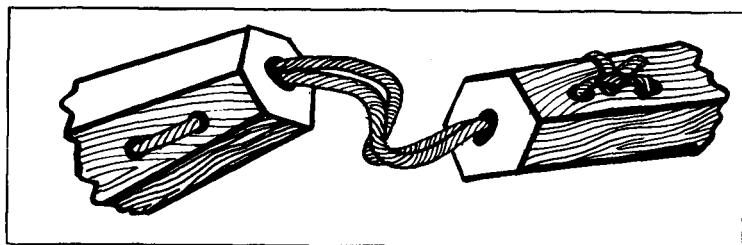
© — СП “ДРАККАР”, Одесса, 1992

© — “Российский Запад”, Калининград, 1992

ВСТУПЛЕНИЕ .

Освоение восточных воинских искусств издревле включало в себя владение различными видами холодного оружия, в том числе и, так называемого, подручного, к которому относится, в частности, и нунчаку. Нунчаку представляет собой две палки из твердой древесины длиною в локоть, скрепленные между собой прочным шелковым шнуром. Иногда вместо шнура используется тонкая цепь, крепящаяся на торцах при помощи штифтов. Длина шнура или цепи не превышает 10... 12 см. Палки могут быть шести- и восьмигранные с небольшим утончением к крепежному концу или же круглые, равной толщины, диаметром 3.. 3,5 см.

Схема крепления нунчаку.



Нунчаку является по сути ничем иным, как модификацией сельскохозяйственного инструмента, которым крестьяне издавна молотили рис.

основной вклад в разработку техники боя нунчаку внесли мастера „окинава-тэ" - воинского единоборства, развившегося на островах архипелага Рюкю.

С виду довольно безобидный предмет, в руках профессионала превращался в грозное оружие, которым можно было наносить мощнейшие удары, способные расколоть стальной самурайский шлем, использовать тычки по открытым болевым точкам, удушение, болевые захваты суставов и эффективные блоки против ударов рук, ног и холодного оружия. Часто нунчаку использовали в паре и эффективность его соответственно возрастала.

Со временем владение техникой нунчаку было канонизировано, а громадное количество приемов систематизировано в ката. Освоение нунчаку считалось обязательным для мастеров окинава-тэ и сейчас входит в программу многих современных школ каратэ.

При работе с нунчаку используются основные базовые стойки, а главный принцип всех действий - вращение оружия по траектории „восьмерки" в разных плоскостях с различными перехватами.

В комплексе также применяются блоки и удары руками и ногами, броски и болевые приемы.

Освоение техники нунчаку довольно сложно и требует нескольких лет настойчивых тренировок. Кроме собственно прикладного значения нунчаку является ценным средством в развитии общей ловкости и координации движений.

В последнее время нунчаку стало не только одним из самых популярных, но и одним из самых спорных видов оружия ко-будо. Из-за популяризации в различных боевиках и некоторых статей в печати, где сообщалось об единичных фактах использования нунчаку разного рода хулиганами, этот благородный и древний вид воинского искусства подвергается сильной дискриминации. В некоторых странах вообще запрещено хранение и использование нунчаку. А неплохо было бы задуматься над тем фактом, что обычный кухонный нож, палка или обрезок трубы и т. д. используются в преступных действиях неизмеримо чаще и с более трагическим эффектом. И тогда мы видим, что ответственность лежит не в природе предмета, а в природе тех, кто им пользуется. Преступнику ведь проще взять в руки нож, чем потратить годы на освоение техники нунчаку.

Эта книга предназначена тем, кто интересуется восточными воинскими искусствами, хочет разнообразить и дополнить свои тренировки, включив в них работу с нунчаку. Во второй части книги вы сможете ознакомиться с другим видом воинского искусства - кэндо - фехтованием на самурайских мечях, а также философией кэндо, которую в полной мере можно отнести и к нунчаку, и к любому другому виду восточных боевых систем, так как все они базируются на дзен-буддизме.

Огромный интерес, в частности, представляет знаменитое письмо дзэнского наставника Такуана, адресованное мастеру фехтования Дзяпо Тадзима-но-ками, датированное ХУП веком, в котором и раскрывается основной секрет всех воинских единоборств.

Секрет этот прост и лежит на поверхности, хотя и не всем сразу доступен. И все же мы рекомендуем по мере освоения техники вновь и вновь обращаться к этому трактату, который обязательно поможет в вашем продвижении к совершенству.

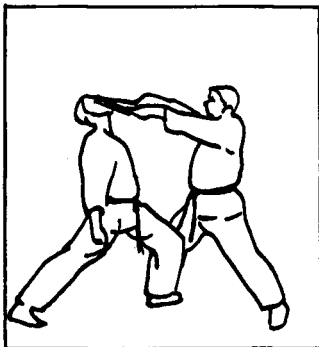
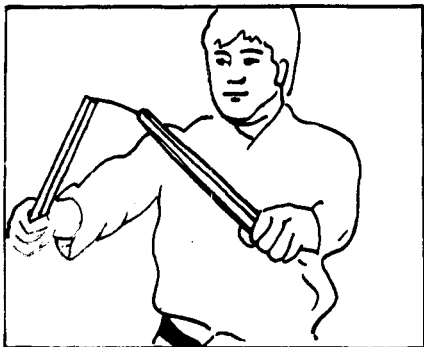
И помните, что, занимаясь боевыми единоборствами, вы не только осваиваете технику блоков и ударов, но и приобщаетесь к великому искусству, рожденному неустанным рвением великих мастеров древности, которые искали в нем Путь к гармонии человека с самим собой, с обществом и окружающей его природой.

Успехов!

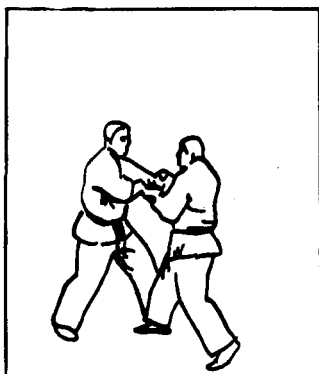
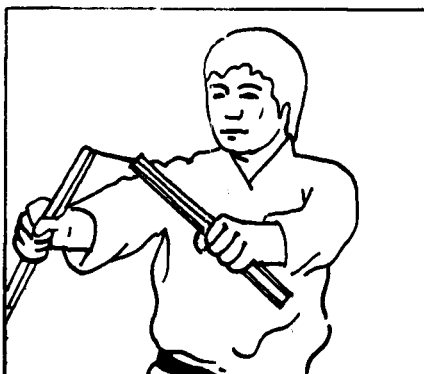
Глава I. МЕТОДЫ ДЕРЖАНИЯ НУНЧАКУ

Прежде, чем начать более сложную технику ударов и перехватов, ознакомьтесь с нижеприведенными способами держания нунчаку. Примеры применения этих способов иллюстрируют лишь немногие возможности. Через практику вы сможете найти большое число новых.

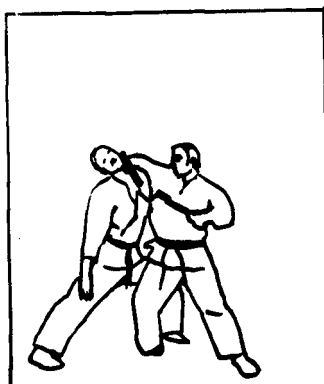
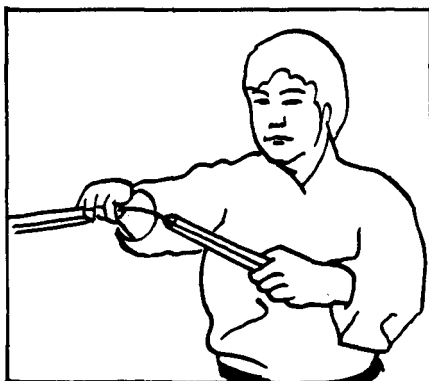
Захват на нижнем конце.



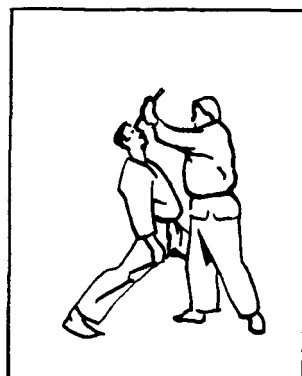
Захват в середине.



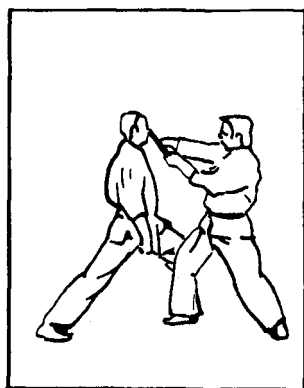
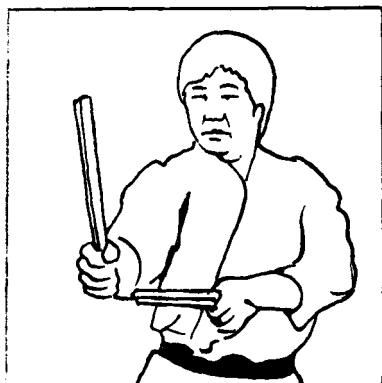
Захват на верхнем конце.



Обратный захват в середине.



Обратный захват
на верхнем конце.



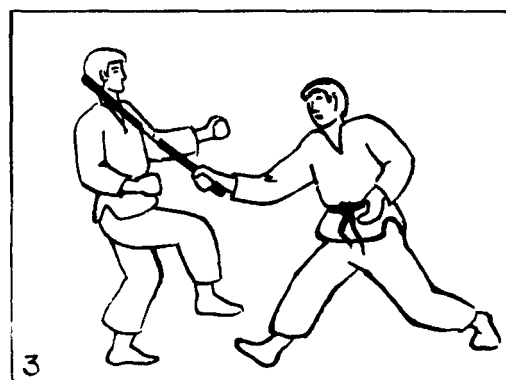
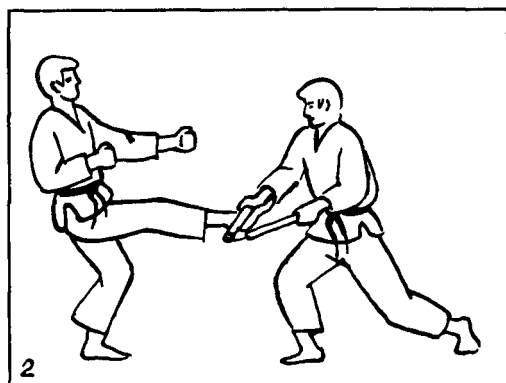
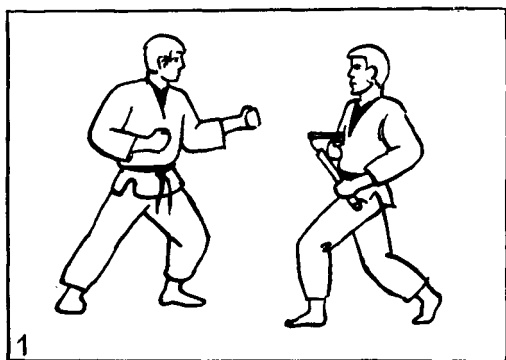
Глава II.

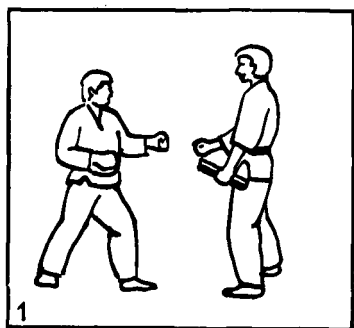
БЛОКИ НУНЧАКУ.

В этом разделе вы познакомитесь с основными блокирующими действиями, которые можно проводить с помощью нунчаку. Эта техника требует хорошей реакции на действия противника и хладнокровия. Все блоки могут выполняться как с право- так и с левосторонней стойки.

*Отводящий
блок вниз.*

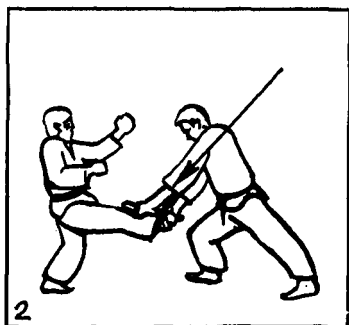
Вы стоите с противником в одноименной стойке, левая нога впереди (1). Противник наносит удар правой ногой вниз. Вы, отставляя правую ногу назад и не давая противнику сократить дистанцию, блокируете его удар рукояткой нунчаку в правой руке, тем самым разворачивая нападающего боком к себе (2). Затем, освобождая рукоятку нунчаку из левой руки, наносите удар в голову сбоку (3).

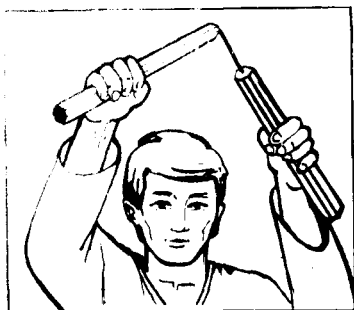




Жесткий блок вниз.

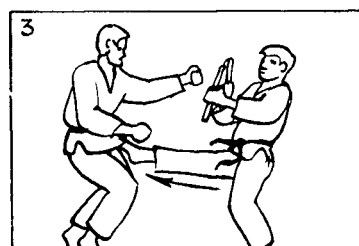
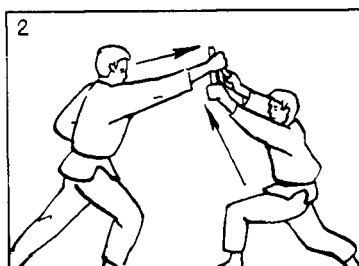
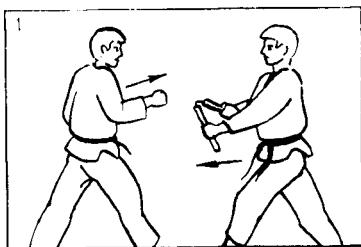
Вы стоите в свободной стойке, обе рукоятки нунчаку находятся в одной руке захватом на нижнем конце (1). Противник бьет ногой в нижнюю часть корпуса. Отставляя одну ногу назад и захватывая другой свободные концы нунчаку, проводите жесткий блок в голень противника (2).





Верхний блок.

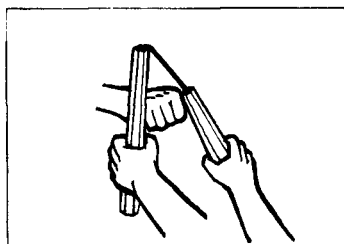
Вы находитесь в свободной стойке, держа нунчаку в обеих руках за нижние концы перед собой (1). Противник наносит вам удар кулаком в лицо. Подшагивая немного передней ногой к противнику, блокируете его рукояткой нунчаку способом, указанным на поз. 2а. Ваше туловище при этом не должно отклоняться назад. Затем задней ногой проводите прямой удар в корпус противника (3).



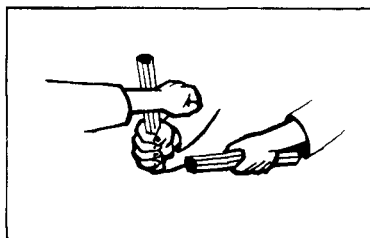
Боковые блоки.

Ниже показано несколько вариантов боковых отводящих блоков с разных захватов нунчаку.

Отводящий блок с захватом нунчаку в середине.



Отводящий блок с обратным захватом на верхнем конце.



Глава III. МАХОВЫЕ УДАРЫ.

Маховые удары составляют основу приемов нунчаку. В то время как в отдельных случаях нунчаку можно использовать для укола, удара или блока, лучше всего оно служит в маховых движениях.

Очень важно возвращение после маха. Если вы используете оружие в полную силу и не можете искусно его возвратить, то можно ударить и поранить себя. Безопасный возврат может быть обеспечен простым продолжением маха, отводом оружия или закручиванием его вокруг части тела или захватом его под другим углом.

Этот раздел включает маховые удары нунчаку и безопасные возвраты. Показано также, как передавать оружие из руки в руку, как менять тип захвата. Помните, маховое движение должно обеспечить нанесение удара противнику и возврат подвижной части нунчаку к вам без опасности получить удар самому.

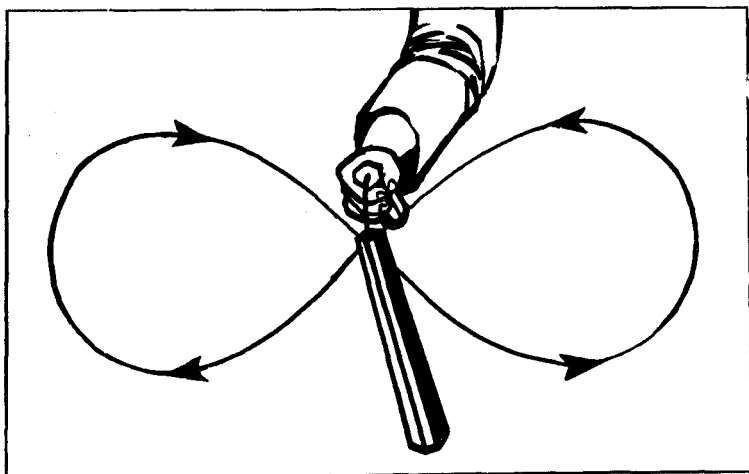
Практикуя эти и другие приемы, проводите их как бы действительно нанося удар реальному противнику. Это придаст силу вашим движениям и прояснит цель каждого действия.

Все приемы можно проводить как в правую, так и в левую стороны. На начальном этапе, чтобы не поранить себя, пользуйтесь защитными приспособлениями: шлемом, наколенниками, налокотниками и паховым щитком.

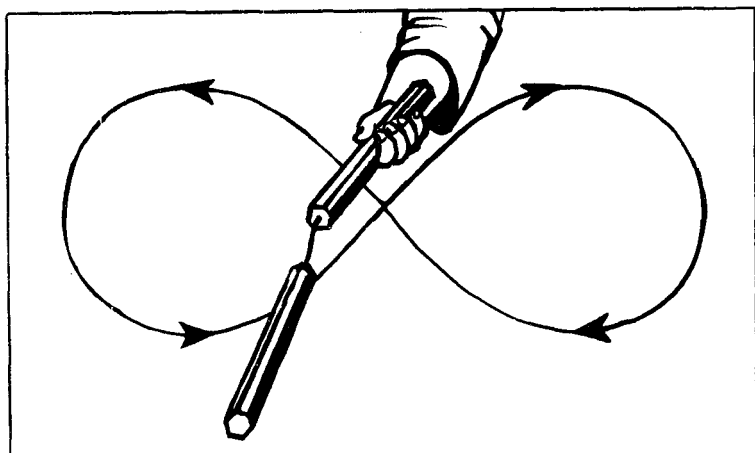
Базовое движение нунчаку.

Базовое движение нунчаку идет по траектории „восьмерки” и может быть как прямым, так и обратным. Его необходимо хорошо освоить, прежде чем переходить к изучению маховых ударов. Хотя сама по себе траектория „восьмерки” не является особо сложной, особое внимание обратите на то, чтобы рука была расслабленной и в движение последовательно включались плечо, предплечье и кисть. Центр вращения находится в кистевом суставе. Начинать изучение можно без снаряда или же взяв в руку кусок веревки длиной в 50 см.

Прямая „восьмерка”.



Обратная „восьмерка”.



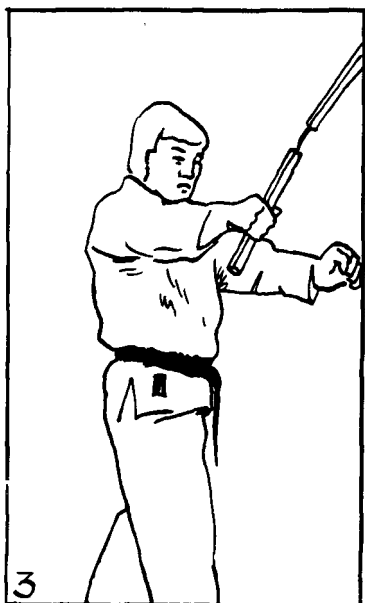
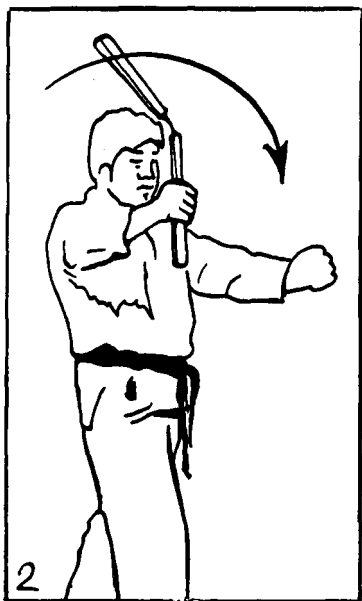
Вертикальный мах.

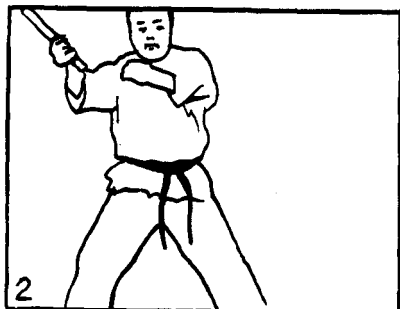
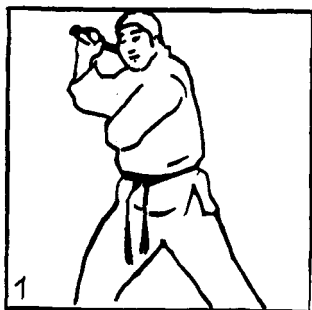
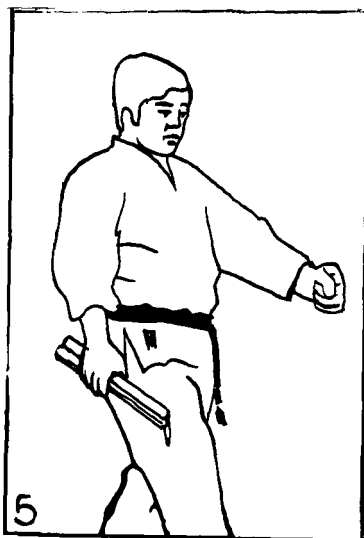
(1) Примите положение готовности. Захватите правой рукой одну рукоятку, чтобы другая висела позади правого плеча.

(2-3) Атакуйте, посылая нунчаку вперед и вниз.

(4) Как только снаряд завершит движение, раскройте пальцы правой руки.

(5) При возврате рукоятки нунчаку ударяют друг о друга. Затем сомкните правую руку, захватив обе рукоятки.





Боковой возврат.

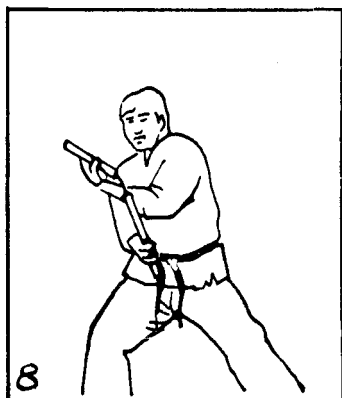
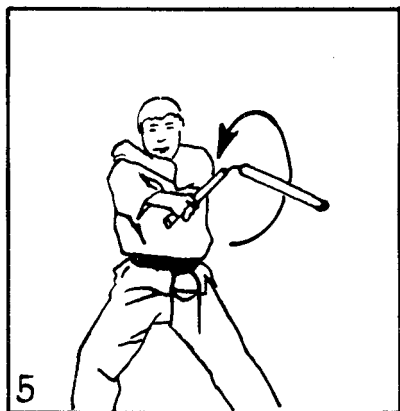
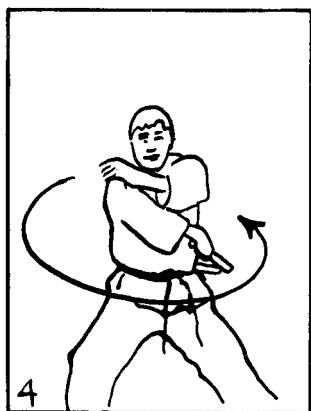
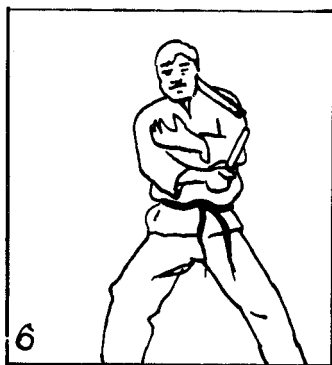
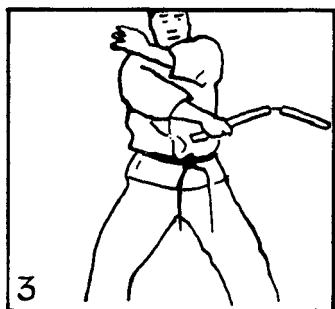
(1) Правой рукой держите одну рукоятку крепко над правым плечом. Левой держите другую рукоятку свободно за собой.

(2-3) Освободите лезвую руку и ударьте по диагонали влево.

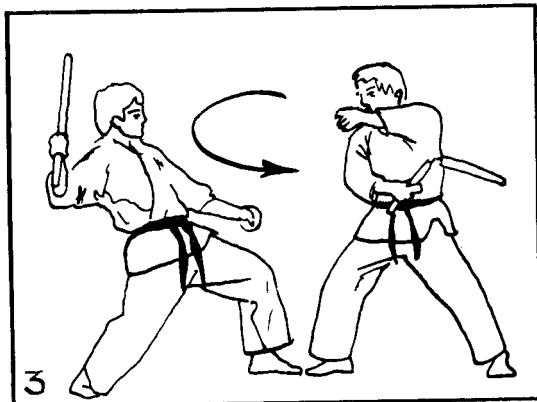
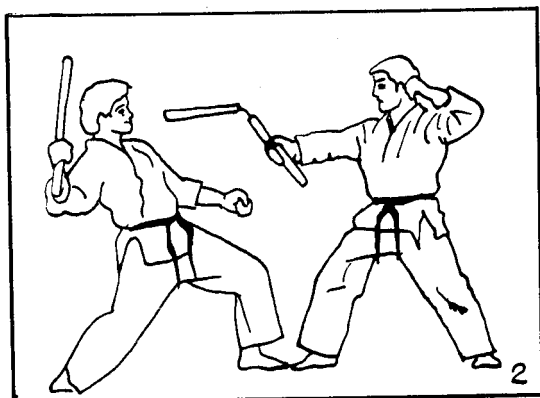
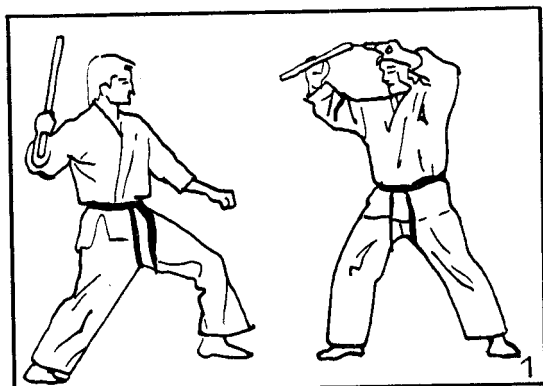
(4-5) Дайте свободной рукоятке ударить и отскочить от левого бока. Затем для возврата длинным движением пошлите нунчаку в обратном направлении.

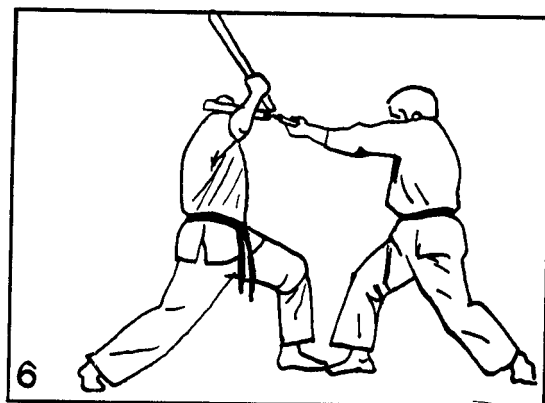
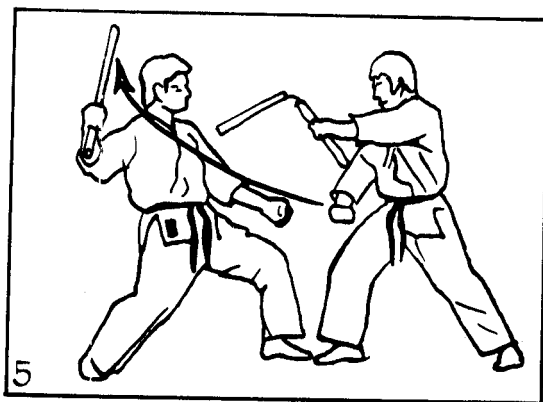
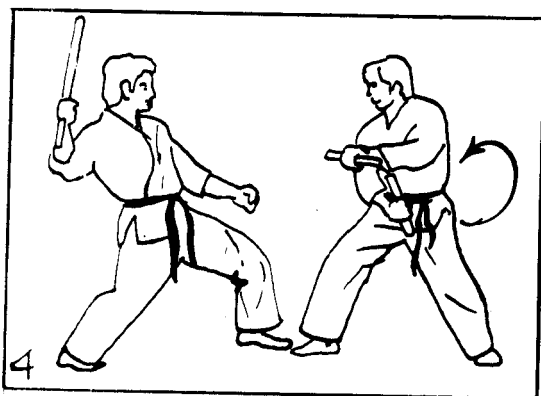
(6) Держите левую руку наготове.

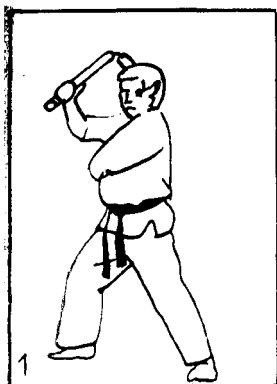
(7-8) Как только свободная рукоятка вернется вправо, крепко схватите ее.



**Применение
бокового
возврата.**







Внутренний бедровый возврат.

(1) Займите широкую стойку. Правой рукой крепко держите одну рукоятку над правым плечом.левой рукой держите другую рукоятку свободно за собой.

(2-3) Освободите левую руку и ударьте вниз.

(4-5) Дайте свободной рукоятке ударить и отскочить от внутренней стороны правого бедра. Затем длинным движением пошлите нунчаку в обратном направлении.

(6) Держите левую руку наготове и (7) как только свободная рука вернется вверх, крепко схватите ее.



Плечевой возврат.

(1) Займите широкую стойку. Правой рукой держите одну рукоятку крепко над правым плечом.левой держите другую рукоятку свободно за собой.

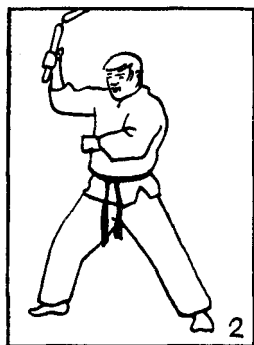
(2-4) Освободите левую руку и ударьте вниз, давая свободной рукоятке ударить и отскочить от внутренней стороны правого бедра.

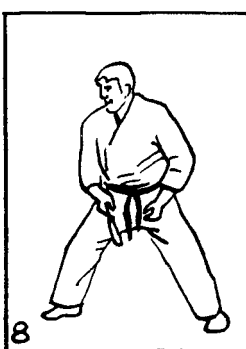
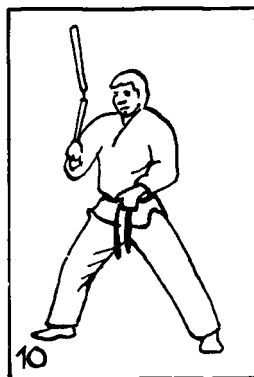
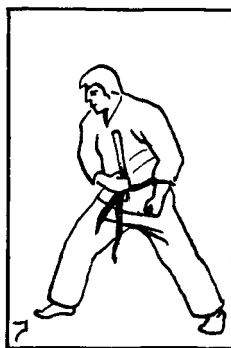
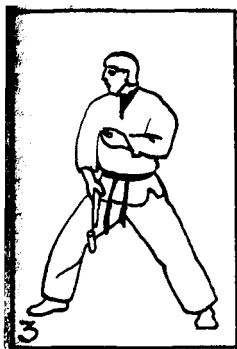
(5-6) Плавно пошлите нунчаку вверх и дайте отскочить от левого плеча.

(7-8) Ударьте вниз и дайте свободной рукоятке ударить и отскочить от внутренней стороны правого бедра.

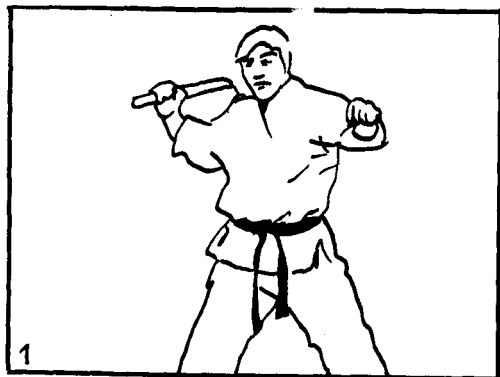
(9-10) Пошлите нунчаку вверх.

(11) Верните свободную рукоятку в исходное положение.





Шейный захват.

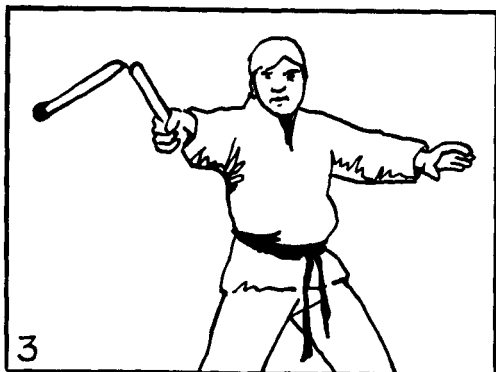
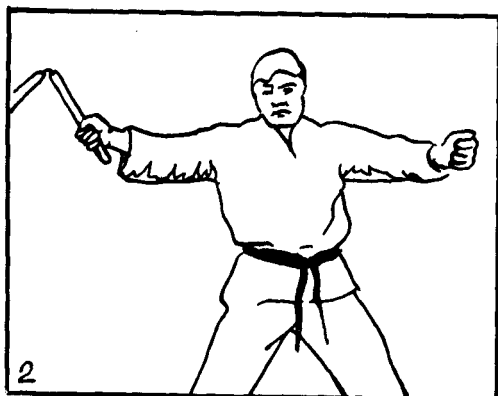


(1) Захватите правой рукой одну рукоятку и дайте другой свисать вниз за правым плечом.

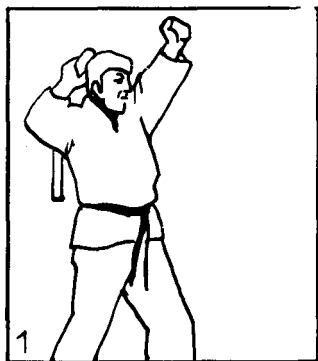
(2-4) Взмахните нунчаку наружу и горизонтально круговым движением.

(5) Когда оно достигнет левого края, заведите правую руку глубоко назад, оборачивая нунчаку сзади вокруг шеи.

(6) Скрестите левую руку над правой и схватите свободную рукоятку.







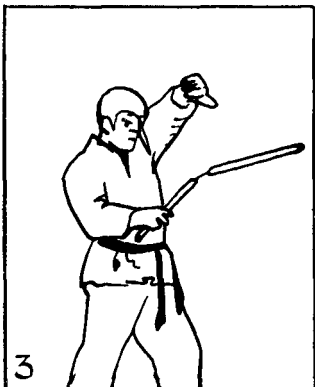
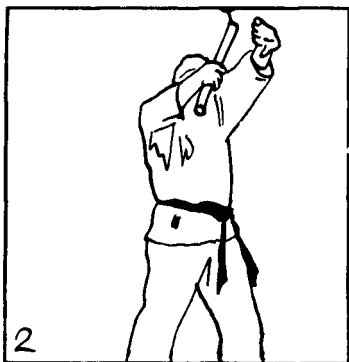
Восходящий возерат.

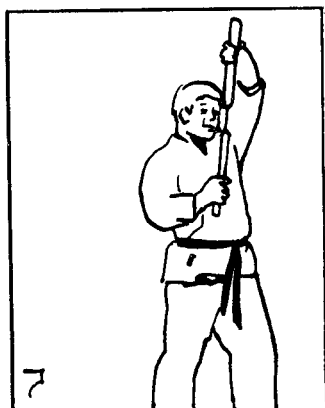
(1) Захватите правой рукой одну рукоятку и дайте другой свисать вниз за правым плечом. Держите раскрытую левую руку вытянутой высоко перед собой.

(2-4) Резко пошлите нунчаку вперед, вниз и назад справа.

(5-6) Затем, резким движением кисти „щелкните” оружие вперед.

(7) Как только рукоятка будет вверху, схватите ее левой рукой.





Коленный возерат.

(1). Примите правую переднюю стойку. Правой рукой держите одну рукоятку крепко над правым плечом.левой рукой держите другую рукоятку свободно за собой.

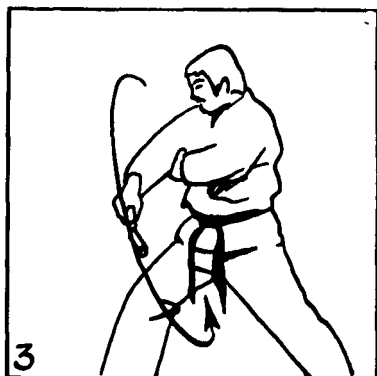
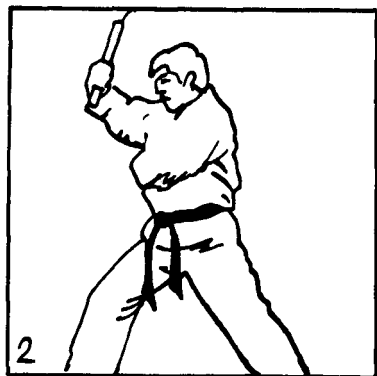
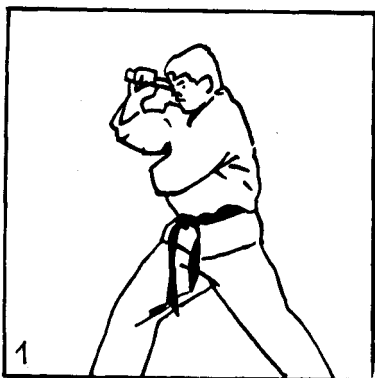
(2-3) Освободите левую руку и пошлите нунчаку внутрь и вниз.

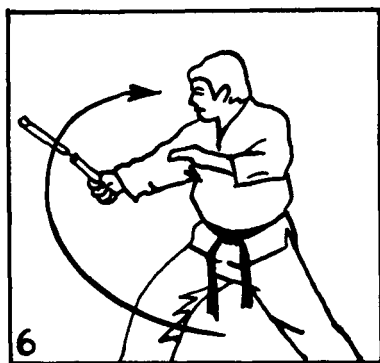
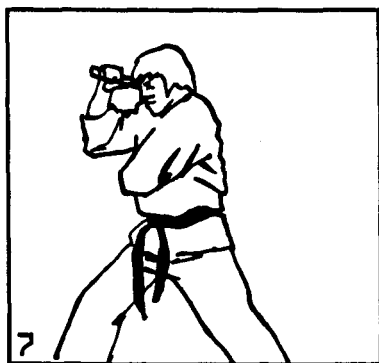
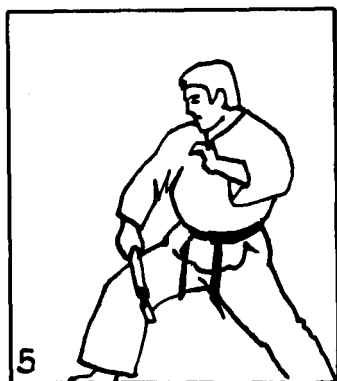
(4) Свободная рукоятка нунчаку наносит удар и отскакивает от правого подколенного сгиба.

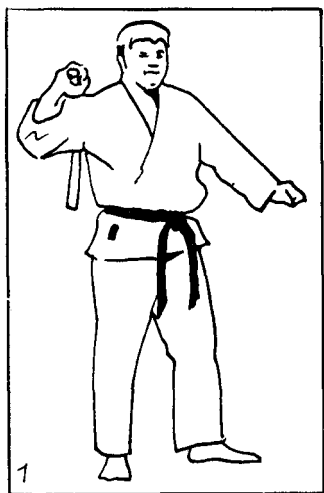
(5-6) Поменяйте направление.

(7) Верните нунчаку в исходное положение.

Можно повторить этот прием, попеременно давая отскакивать свободной рукоятке от колена и от плеча.







Возврат стопой.

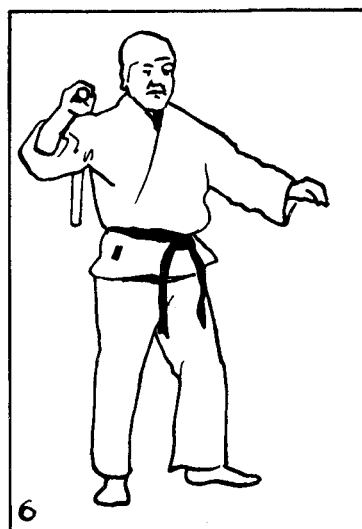
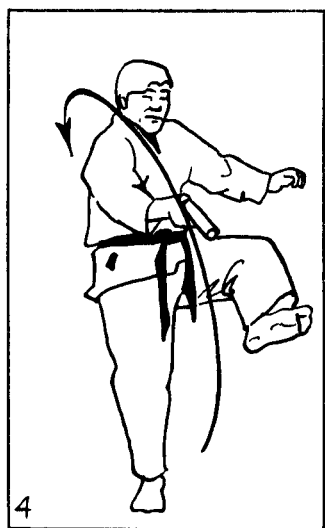
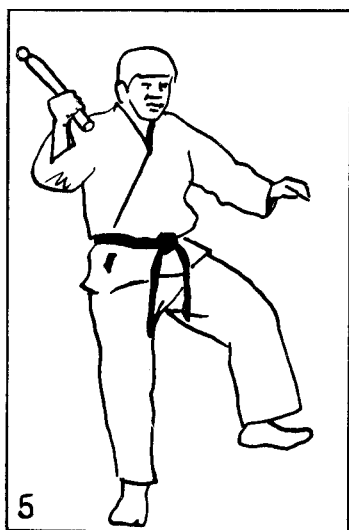
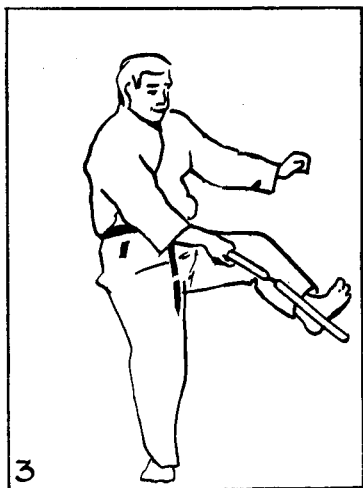
(1) правой рукой захватите одну рукоятку и дайте другой свисать вниз за правым плечом.

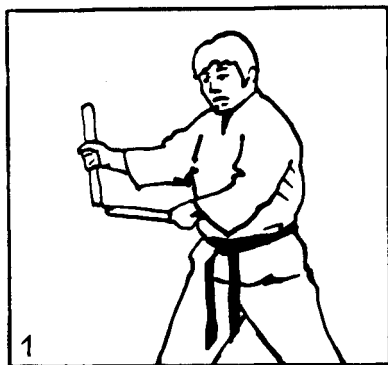
(2) Махните нунчаку наружу и вниз. Одновременно поднимите левую ногу для возврата.

(3) Свободная рукоятка отскакивает от левой ступни.

(4–5) Поменяйте направление движения и вернитесь в исходное положение.





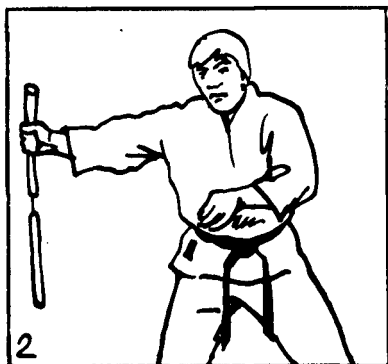


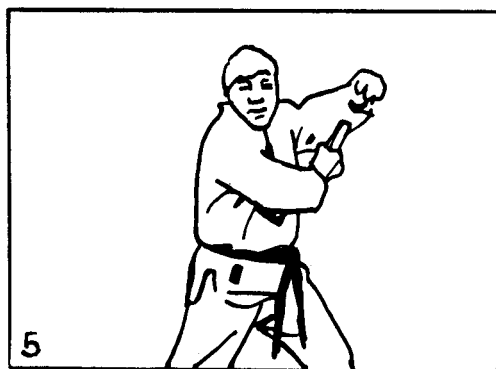
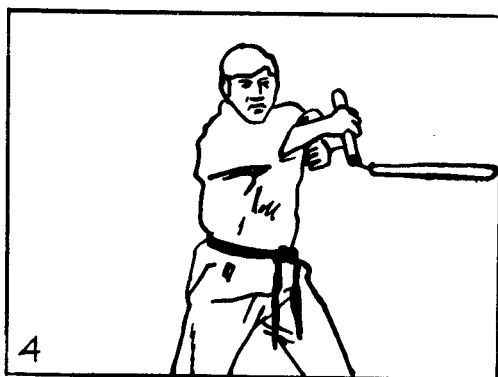
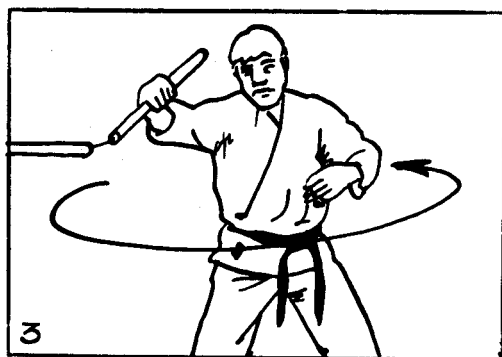
*Боковой возврат
с обратным захватом.*

(1) Правой рукой сделайте обратный захват одной рукоятки, чтобы ее нижний конец был направлен вверх с правой стороны.левой рукой держите другую рукоятку в горизонтальном положении.

(2-4) Отпустите левую руку и пошлите оружие круговым горизонтальным движением вперед.

(5) Дайте свободной рукоятке ударить и отскочить от левого бока ниже подмышки.





Подручный захват.



(1) Правой рукой свободно держите одну рукоятку над правым плечом.левой крепко держите другую рукоятку за собой.

(2) Отпустите правую руку и пошлите нунчаку вперед и вверх.

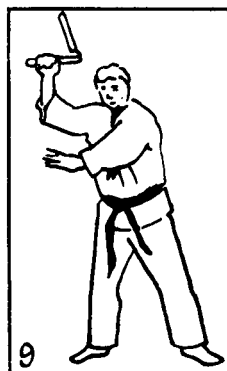
(3-4) Продолжайте движение, проводя оружие вверх кругом и за левое плечо.

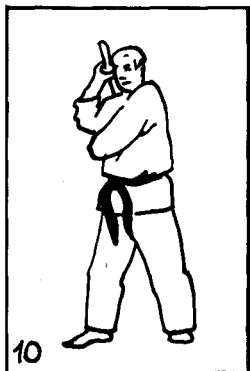
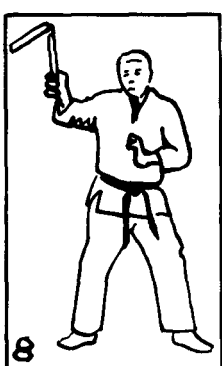
(5) Пропустите правую руку под левую и крепко схватите свободную рукоятку.



(6-9) Отпустите левую руку. Правой взмахните снарядом в обратном направлении, заводя его за правое плечо.

(10) Пропустите левую руку под правую и крепко схватите свободную рукоятку, чтобы вернуться в исходное положение.





Задний захват.

(1) Правой рукой сделайте обратный захват, держа одну рукоятку перед собой нижним концом под углом вверх. Лево́й рукой держите другую рукоятку нормально у левого бока.

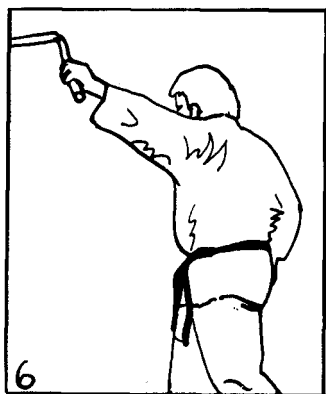
(2) Отпустите левую руку и ударьте вперед.

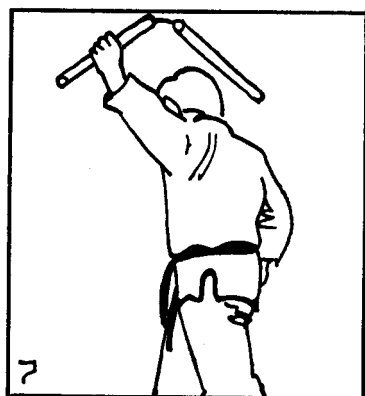
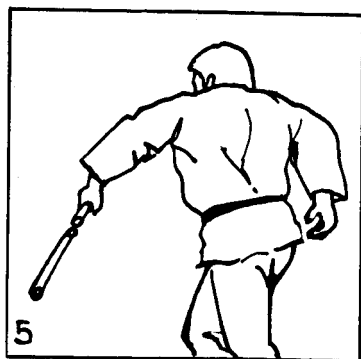
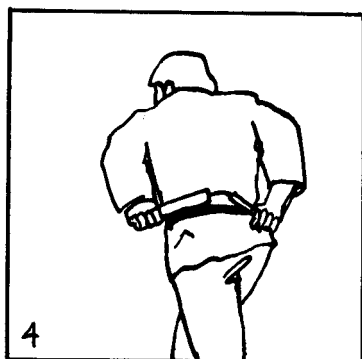
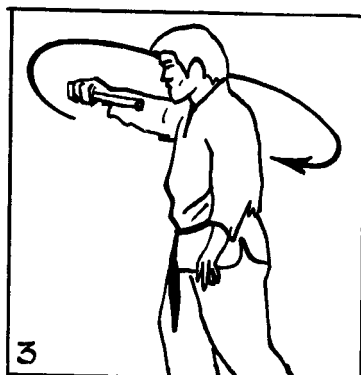
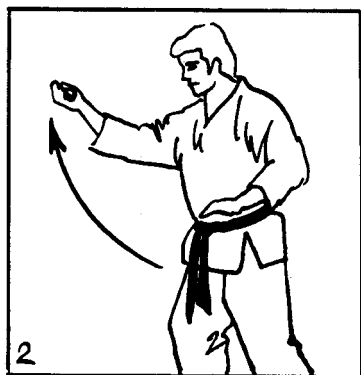
(3) Пошлите снаряд наружу кругом и вниз, назад по диагонали. Начните заводить левую руку за спину.

(4) В то время как правая рука движется за спиной, левой, повернутой ладонью вверх, схватите свободную рукоятку нормальным захватом.

(5-6) Отпустите правую руку. Пошлите нунчаку вперед наружу и вверх по диагонали, поворачивая левую руку против часовой стрелки на 180° .

(7) Плавнó переведите снаряд высоко над левым плечом для последующего удара левой рукой.





Глава IV.
СМЕНА ЗАХВАТОВ
ОДНОЙ РУКОЙ

Изучение передачи нунчаку из одной руки в другую, смены одного захвата на другой является очень важным. Однако в равной мере необходимо знать как менять захваты только одной рукой. В ситуациях, когда свободна только одна рука — это умение позволит вам менять положение и эффективно готовить различные типы ударов.

Вращение.

(1) правой рукой, вытянутой вперед ладонью вниз, держите одну рукоятку под углом вниз. Другая рукоятка свободно висит.

(2–6) Вращайте нунчаку против часовой стрелки.

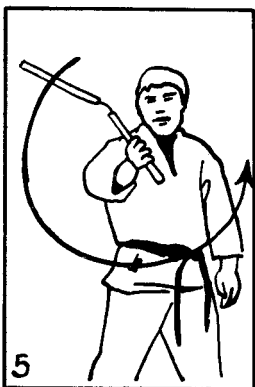
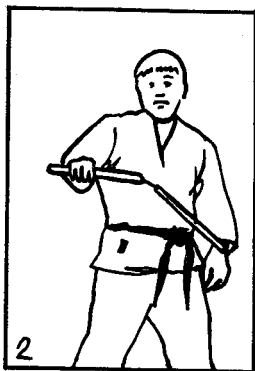
(7) Свободная рукоятка движется над, вокруг и под правым запястьем.

(8) Когда снаряд сделает оборот в 360° , раскройте правую руку.

(9–10) Затем, в то время, как нунчаку продолжает вращение, быстро и крепко захватите обратным хватом первоначально свободную рукоятку.

Выполнение этого приема требует манипулирования нунчаку продолжительным, плавным круговым движением.





Обратное вращение.

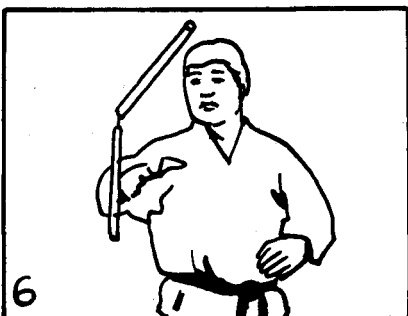
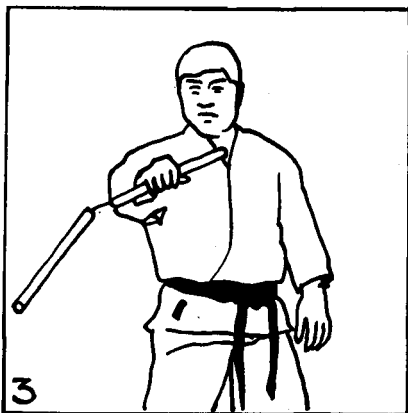
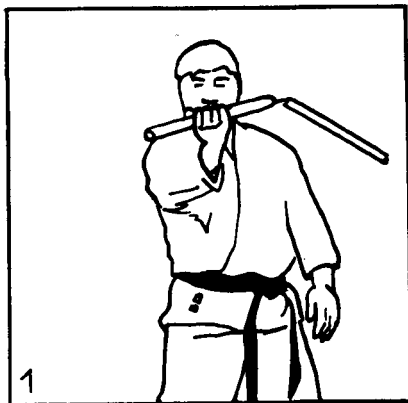
(1) Правой рукой, вытянутой вперед ладонью вверх, держите одну рукоятку обратным хватом параллельно полу. Другая рукоятка висит свободно.

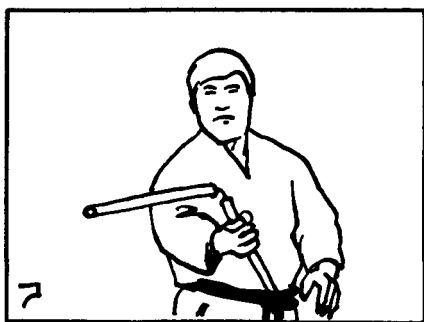
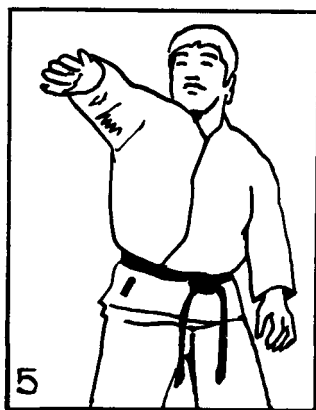
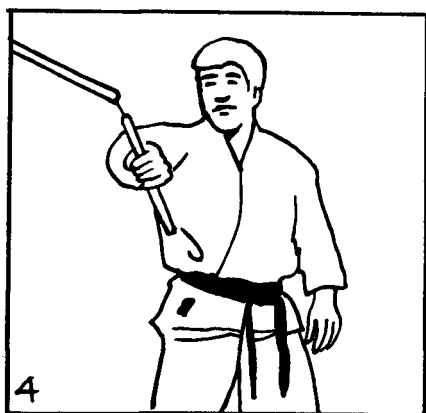
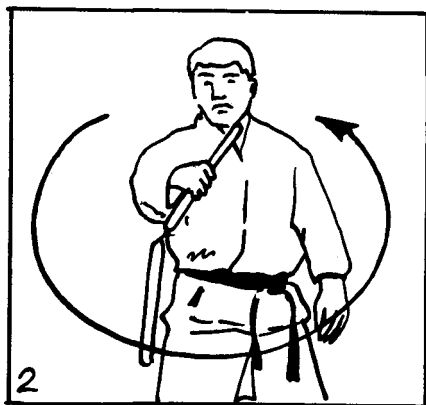
(2-4) Вращайте нунчаку против часовой стрелки, давая свободной рукоятке двигаться наружу, кругом и над правым запястьем.

(5) Когда снаряд сделает оборот в 360° , раскройте правую руку.

(6-7) Затем, в то время как нунчаку продолжает вращение, быстро и крепко захватите нормальным хватом первоначально свободную рукоятку.

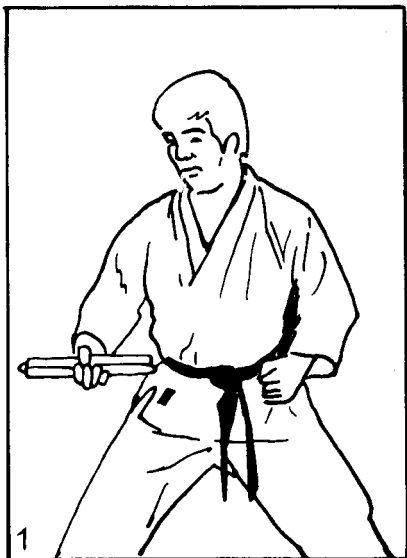
Как и в случае обычного вращения, выполнение обратного требует продолжительного кругового движения нунчаку.





ДВОЙНЫЕ УДАРЫ.

Двойные короткие „щелкающие” удары можно использовать для запугивания противника или для развития большей скорости и неожиданности удара. Атакуя, можно использовать их для того, чтобы поразить цель или укоротить первый удар для опробывания дистанции, с тем, чтобы нанести по цели второй удар.



„Щелчок” одной рукой.

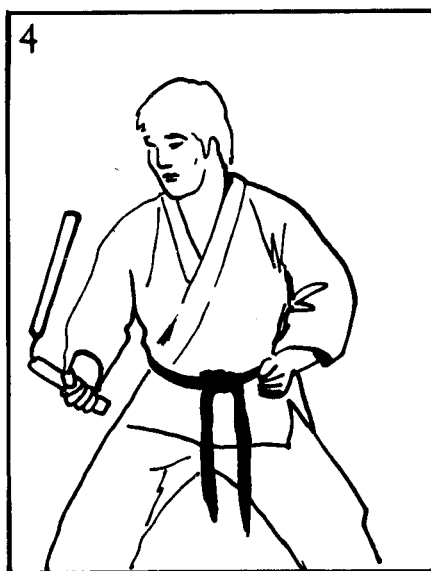
(1) Правой рукой держите обе рукоятки перед собой параллельно полу.

(2-4) Отпустите одну из рукояток, пошлите ее маленьким, круговым движением вниз, наружу, вверх и назад в плоскости, перпендикулярной вашему телу.

(5) Плавно начните второй круг.

(6) Как только свободная рукоятка будет завершать второе вращение, раскройте правую руку и крепко схватите ее.





*Мах с обратным
захватом.*

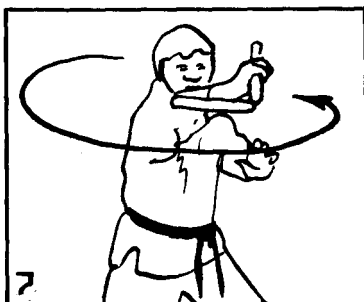
(1) Правой рукой обратным захватом держите одну рукоятку, отведя ее вправо нижним концом вверх.левой рукой нормальным захватом держите другую рукоятку в горизонтальном положении.

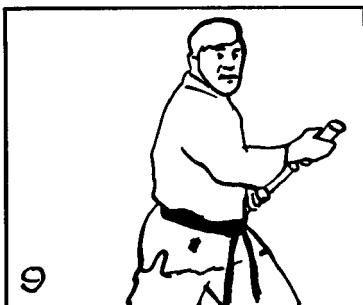
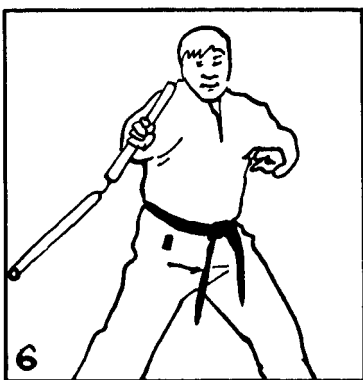
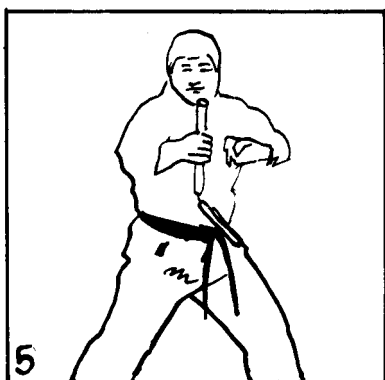
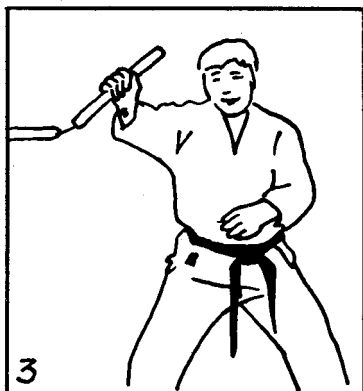
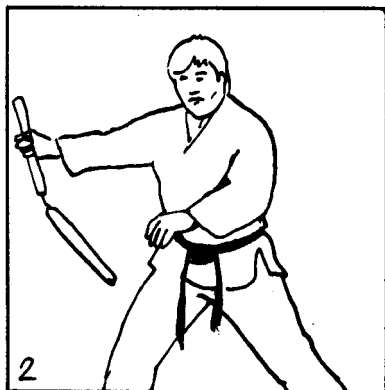
(2-5) Отпустите левую руку и на плоскости примерно параллельной полу, пошлите снаряд перед собой круговым движением против часовой стрелки.

(6-8) Плавно переходите ко второму кругу. Держите раскрытую левую руку отведенной в сторону.

(9) Как только свободная рукоятка будет завершать второй круговой мах, крепко захватите ее слева левой рукой.

В добавление к двум кругам против часовой стрелки можете использовать также общий прием два круга по часовой стрелке или две „восьмерки”.





Мах вниз.

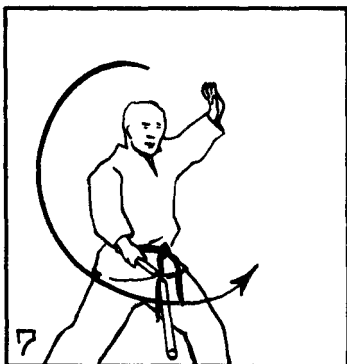
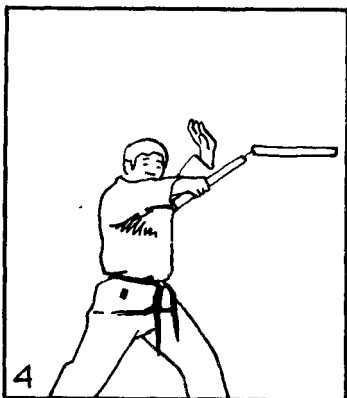
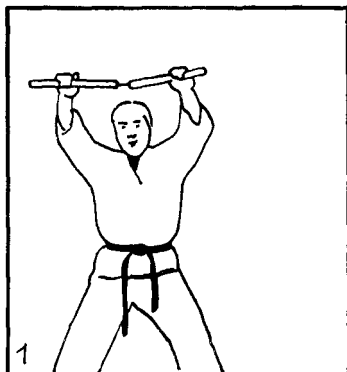
(1) Захватив обеими руками рукоятки ближе к нижним концам, держите нунчаку над головой горизонтально.

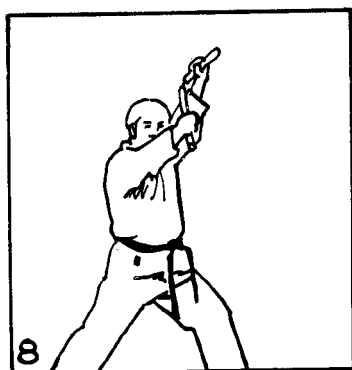
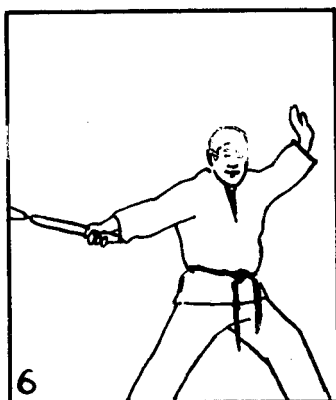
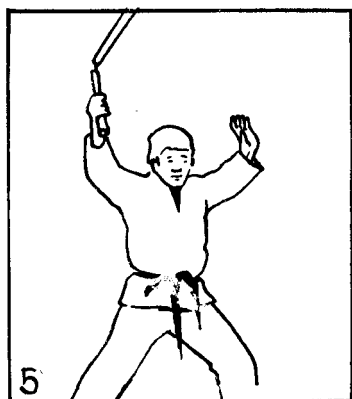
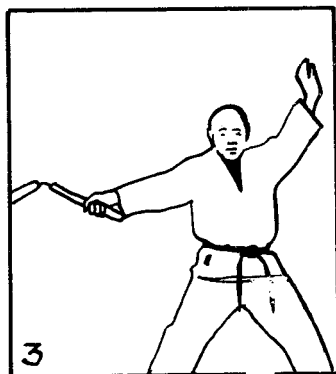
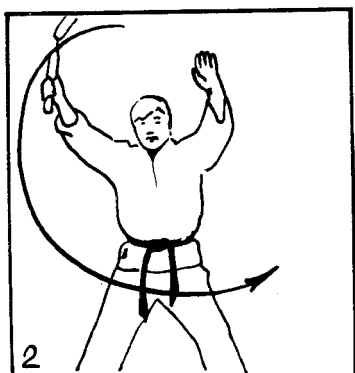
(2-5) Отпустите левую руку и держите ее над головой. Пошлите нунчаку перед собой наружу, вниз, вперед и до предела влево широким круговым движением по часовой стрелке.

(6-7) Плавно переходите ко второму кругу.

(8) Как только свободная рукоятка будет завершать второй круг, крепко схватите ее над головой левой рукой.

Во время маха вниз широким круговым движением свободная рукоятка может быть нацелена в ногу или колено противника.





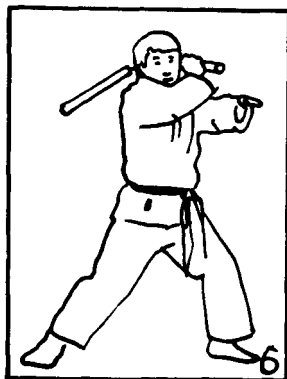
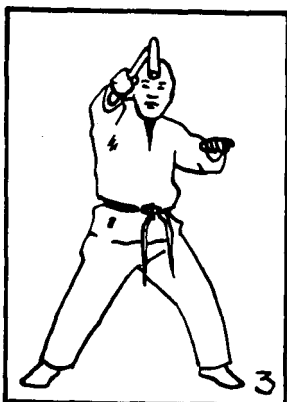
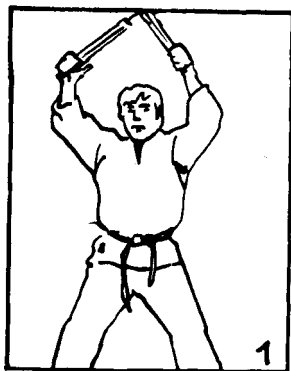
*Круг над головой /
шейный захват.*

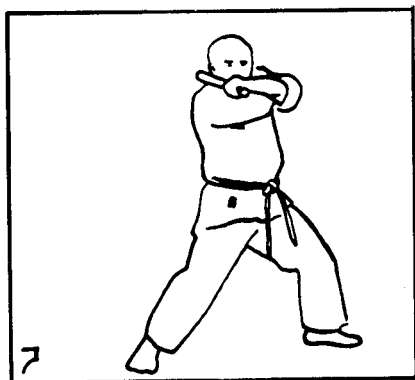
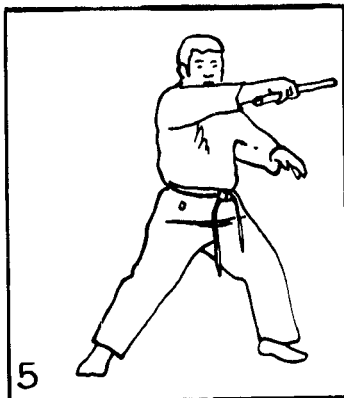
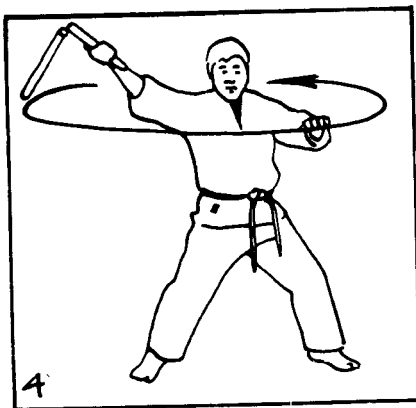
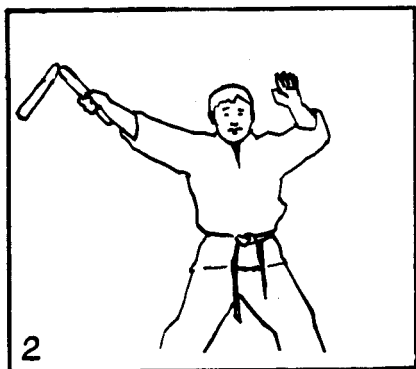
(1) Захватив рукоятки ближе к нижним концам обеими руками, держите нунчаку горизонтально над головой.

(2-4) Отпустите левую руку и пошлите нунчаку над головой широким круговым движением по часовой стрелке.

(5) Начните второй круг, но как только оружие приблизится к крайнему пределу слева, опустите его до уровня шеи.

(6) Заведите правую руку глубоко назад, оборачивая нунчаку сзади вокруг шеи. Для возврата перекрестите левую руку над правой рукой и крепко схватите рукоятку.





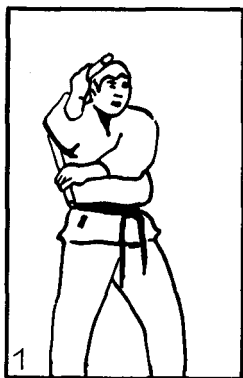
Двойные боковые круги.

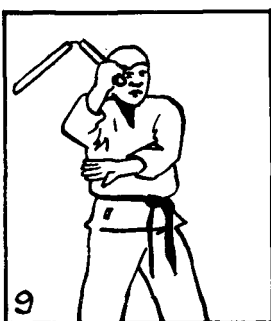
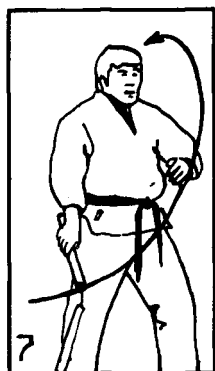
(1) Правой рукой крепко держите одну рукоятку над правым плечом.левой рукой держите другую рукоятку позади себя справа.

(2-5) Отпустите левую руку и ударьте вперед, вниз и кругом, завершая широкий мах против часовой стрелки на 360° справа.

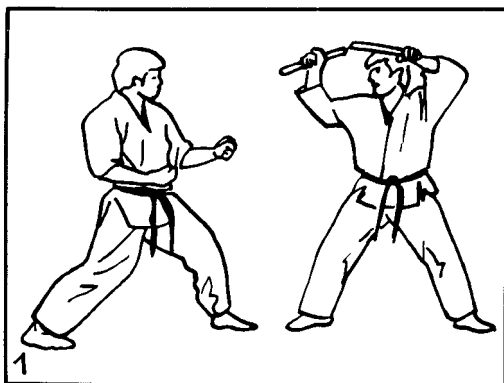
(6-7) Плавно начните второй мах, переводя нунчаку вниз, чтобы она свесилась у правой ноги. Пауза.

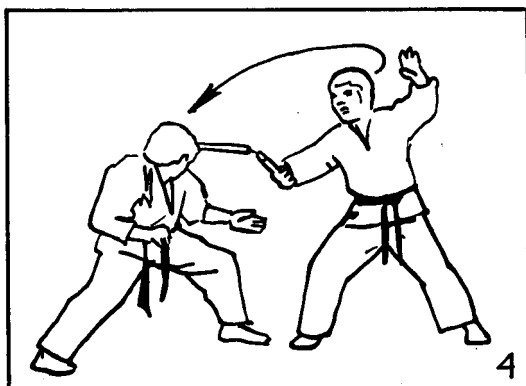
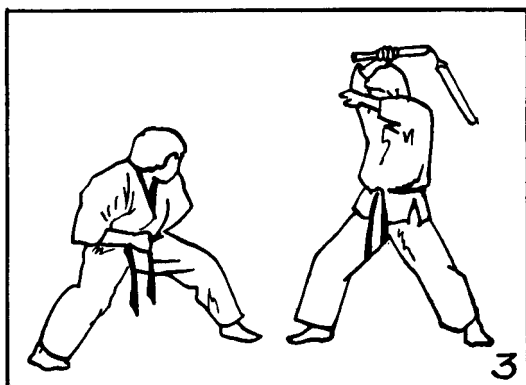
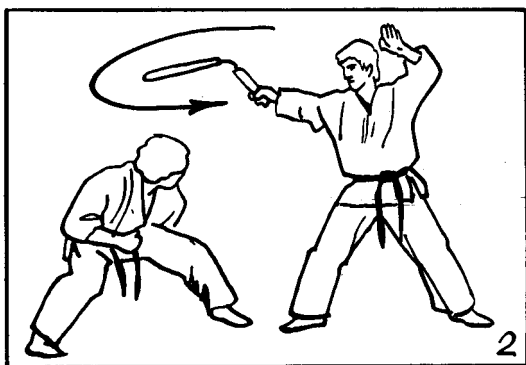
(8-10) Поменяйте направление и дошлите снаряд вверх за правое плечо. Подведите левую руку под правую, ловя свободную рукоятку, чтобы вернуться в исходное положение.





*Применение двойных
кругов над головой.*





Глава VI. КОМБИНАЦИИ.

Этот раздел включает различные комбинации захватов и ударов. Сноровка в использовании комбинаций наилучшим образом готовит вас для неожиданных атак. Она позволяет вам гибко контратаковать их различных положений и под разными углами.

Быстрые, плавные комбинации нунчаку сводят к минимуму возможность поражения и в дополнение к примерам, данным здесь, рекомендуется работать над созданием собственных связок.

Боковой возврат / ручной захват.

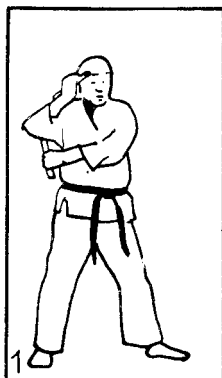
(1) Правой рукой крепко держите одну рукоятку над правым плечом. левой держите другую рукоятку свободно за собой.

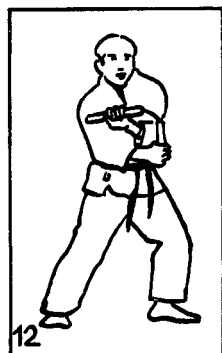
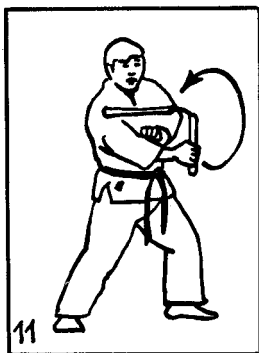
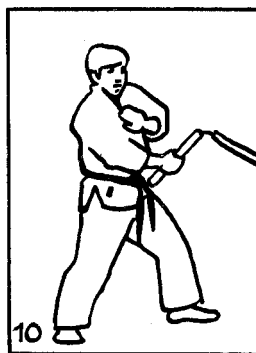
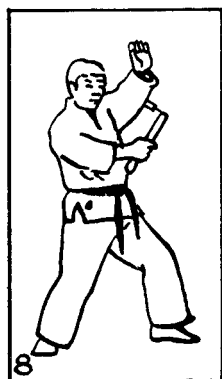
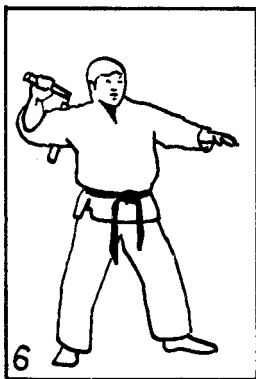
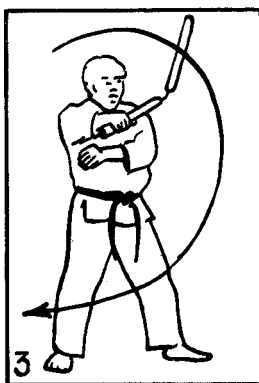
(2-4) Отпустите левую руку и ударьте вперед и вниз наружу вправо.

(5-6) Поменяйте направление и „щелкните” снаряд вперед и вверх, давая ему возможность ударить и отскочить от правого плеча.

(7-9) Теперь плавно пошлите нунчаку вперед влево, на этот раз давая ударить и отскочить от левого бока.

(10-12) При возврате „щелкните” свободную рукоятку вверх и вправо, хватая ее крепко левой рукой.





*Внутренне-бедровый
возврат / захват
противоположной рукой.*

(1) Правой рукой держите одну рукоятку над правым плечом.левой рукой держите другую рукоятку свободно за собой. Примите широкую стойку.

(2-3) Отпустите левую руку и ударьте вниз, давая рукоятке удариться и отскочить от внутренней стороны правого бедра.

(4) Длинным движением поменяйте направление и „щелкните” нунчаку вперед и вверх.

(5-6) Схватите свободную рукоятку левой рукой.

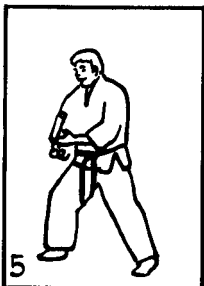
(7-8) Отпустите правую руку и пошлите оружие вверх и назад.

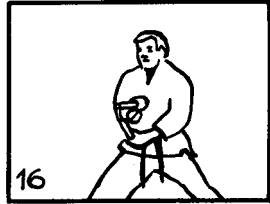
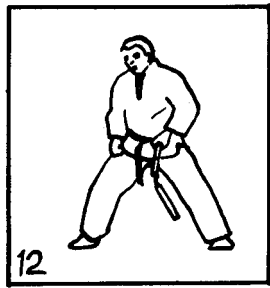
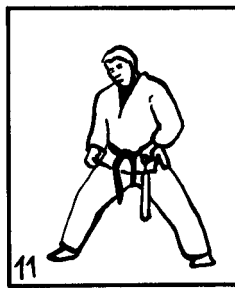
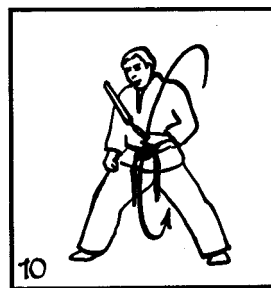
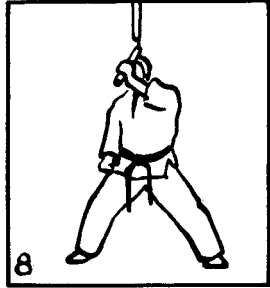
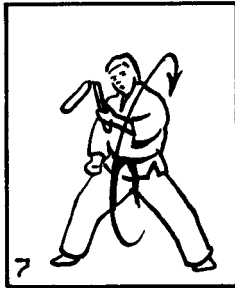
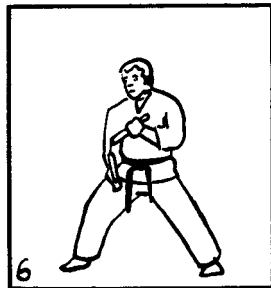
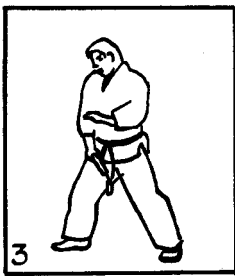
(9) Свободная рукоятка ударяет и отскакивает от левого плеча.

(10-11) Поменяйте направление и снова ударьте вниз плавно, на этот раз давая свободной рукоятке ударить и отскочить от внутренней стороны левого бедра.

(12-13) Длинным движением поменяйте направление нунчаку вперед и вверх.

(14-16) Схватите свободную рукоятку правой рукой.





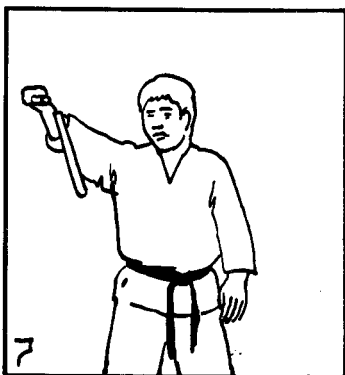
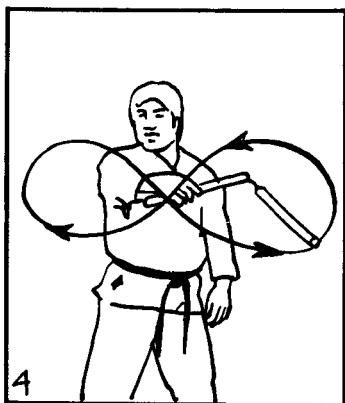
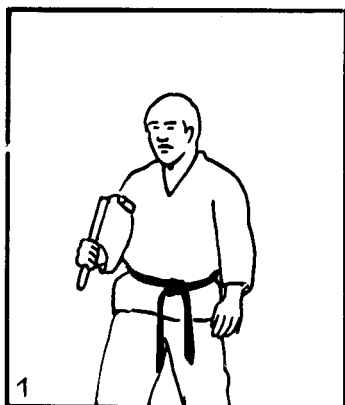
Подмышечный захват.

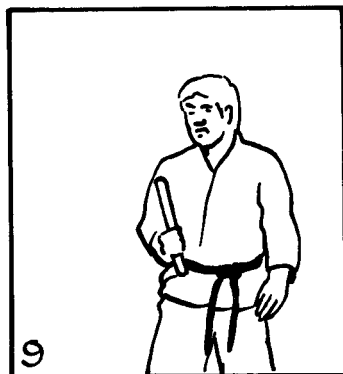
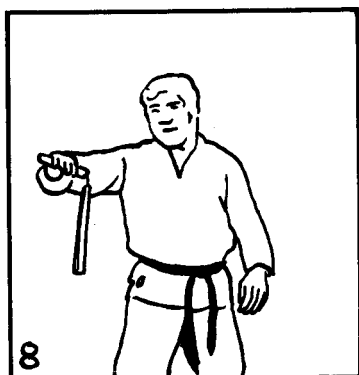
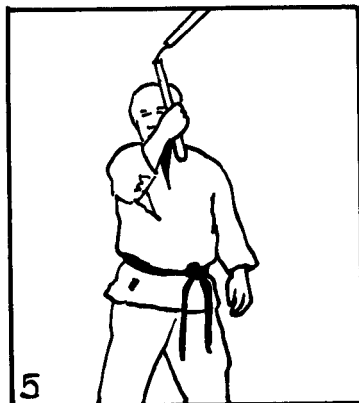
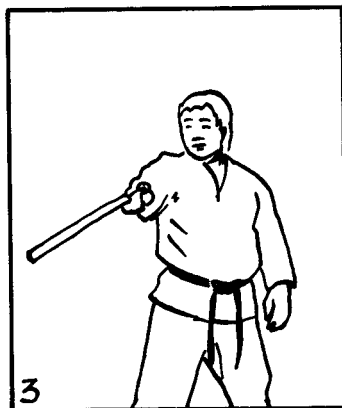
(1) Зажмите одну рукоятку плотно подмышку правой руки и держите другую рукоятку крепко правой рукой.

(2) Отведите правый локоть в сторону и быстро щелкните рукояткой из подмышки вперед.

(3–7) Вытяните правую руку и сделайте „восьмерку“, начиная движение справа.

(8–9) Завершая „восьмерку“, поднимите правый локоть и „щелкните“ свободную рукоятку в исходное положение.





*Ручной возврат /
боковой круг.*

(1) Правой рукой держите одну рукоятку нунчаку над плечом. Левой держите другую рукоятку свободно за ней.

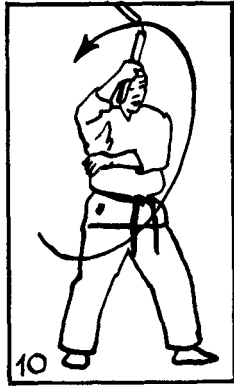
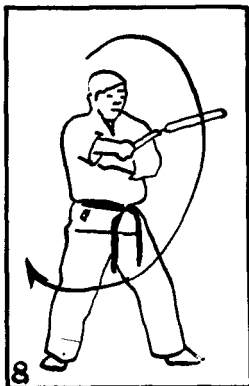
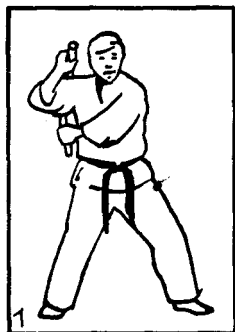
(2-4) Отпустите левую руку и пошлите нунчаку наружу и кругом горизонтально, давая свободной рукоятке ударить и отскочить от верхней части левой руки.

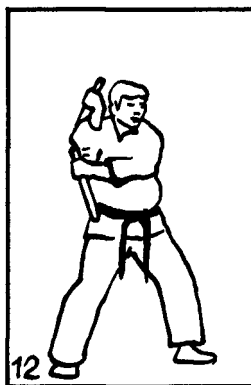
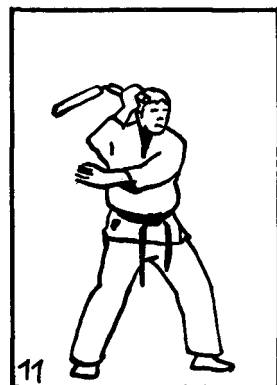
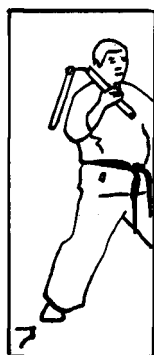
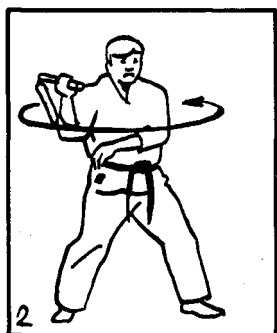
(5-6) Поменяйте направление и пошлите снаряд назад вправо, на этот раз давая свободной рукоятке ударить и отскочить от верхней части правой руки.

(7-10) Теперь ударьте вперед и вниз наружу вправо.

(11) Поменяйте направление снова и пошлите оружие вверх, над и за верхнюю часть правой руки.

(12) Подведите левую руку под правую, хватая свободную рукоятку для возврата в исходное положение.





Глава VII.

ДВОЙНОЕ НУНЧАКУ.

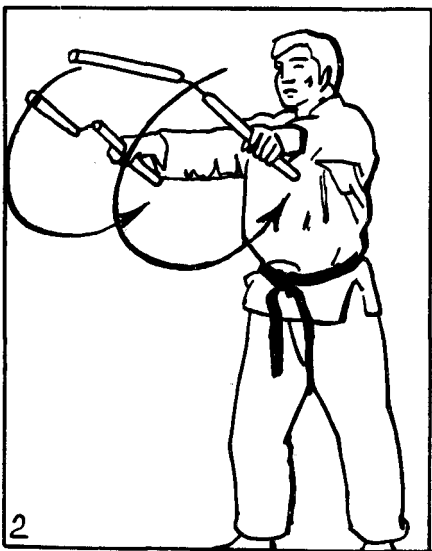
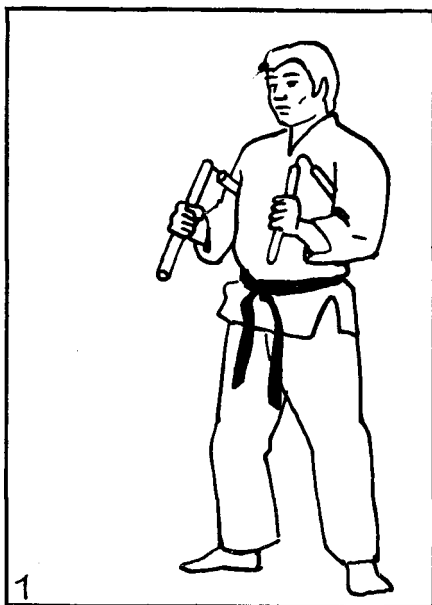
Как и большинство видов оружия ко-будо, нунчаку часто используются в паре, для обеих рук.

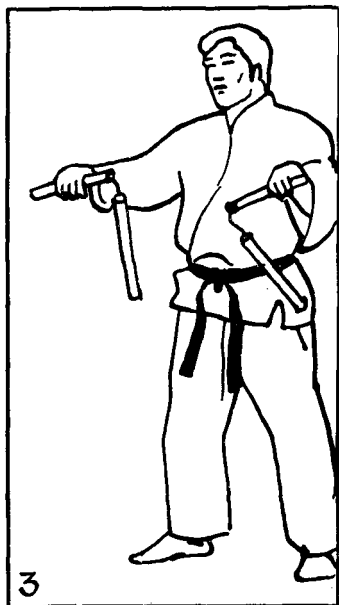
Преимущества использования двух нунчаку очевидны. Это не только удваивает ударную мощь, но и позволяет одновременно наносить удар и блокировать удар противника. Конечно, очевидный недостаток работы двумя нунчаками состоит в увеличении риска ударить или поранить себя. Использование двух нунчаку требует значительно большего умения и практики, но поскольку приемы „двойных нунчаку” и впечатляют и являются высокоэффективными, овладеть ими также стоит.

Вначале практикуйте приемы „двойных нунчаку”, представленные здесь, используя только одно оружие, выполняя движение сперва одной, затем другой рукой. Затем, немного освоив все элементы, используйте два снаряда. Помните, что вначале эти приемы будут облегчены, если захватывать середину рукоятки, а не их концы.

Подмышечный захват.

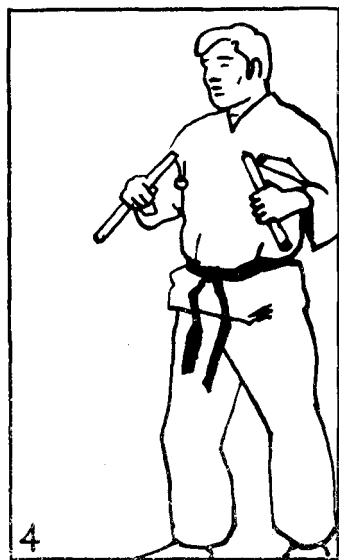
(1) Жажмите одну рукоятку каждого снаряда под мышками. Крепко держите другие рукоятки руками.





(2-3) Толкните локти в стороны и быстро „щелкните” рукоятки из подмышек вперед и вниз круговым движением.

(4) Когда они пойдут назад и вверх, слегка приподнимите локти и зажмите свободные рукоятки подмышками, чтобы вернуться в исходное положение.



„Восьмерочный” мах.

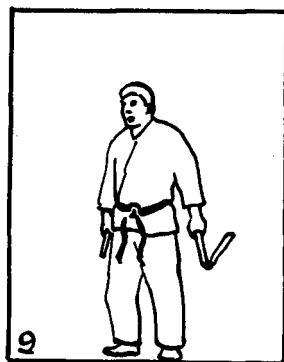
(1) Крепко схватите одну рукоятку каждого нунчаку и держите их над плечами. Дайте другим рукояткам свисать позади.

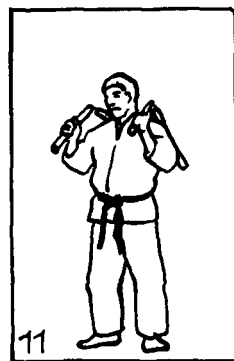
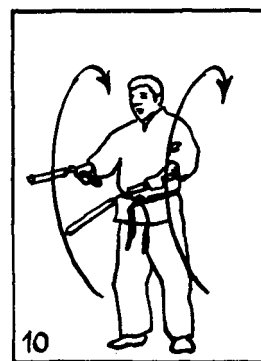
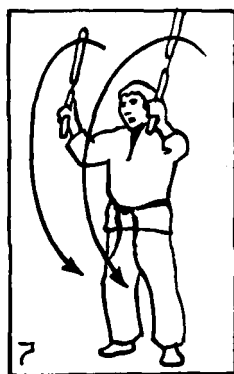
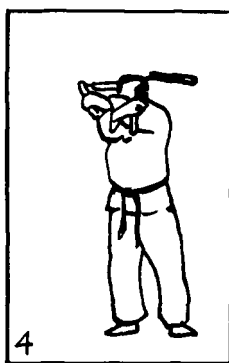
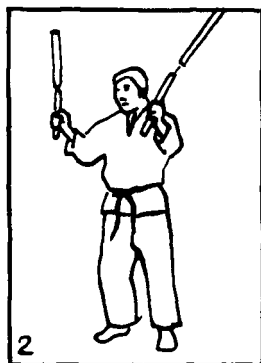
(2-6) Двигая ими внутрь, вниз, вверх и назад, сделайте „восьмерки”. Скрестите и разведите левую руку над правой.

(7) Завершая фигуры, держите нунчаку в вертикальном положении, вытянутыми в одну линию.

(8-9) Ударьте вниз сбоку.

(10-11) Поменяйте направление и пошлите нунчаку в исходное положение.



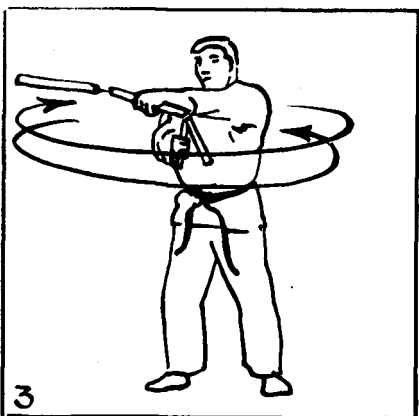
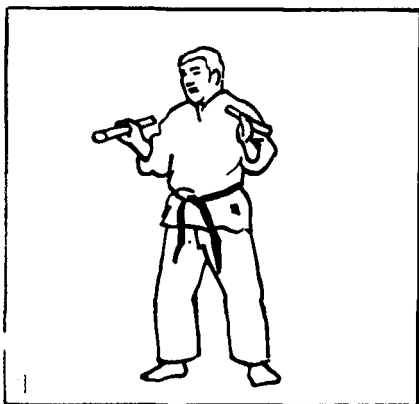


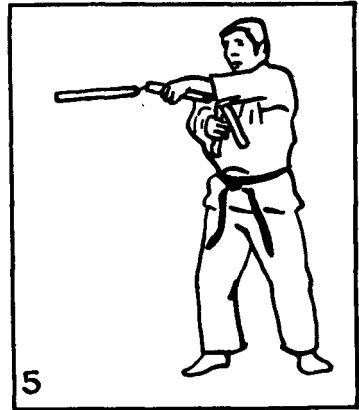
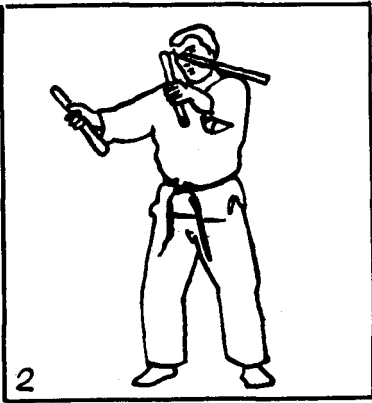
Боковой возврат.

(1) Крепко схватите одну рукоятку каждого нунчаку и держите их над верхней частью рук. Дайте каждой другой рукоятке свисать позади вниз.

(2-4) Махните вперед, перекрещивая руки перед собой, левую над правой. Дайте снаряду ударить и отскочить от боков (нунчаку в правой руке — от левого бока; нунчаку в левой руке от правого бока).

(5-7) Поменяйте направление, переводя снаряды в исходное положение.





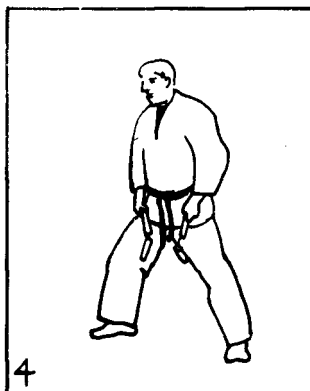
*Обратный боковой круг /
внутренне-бедровой возврат.*

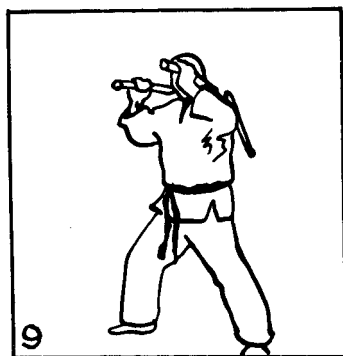
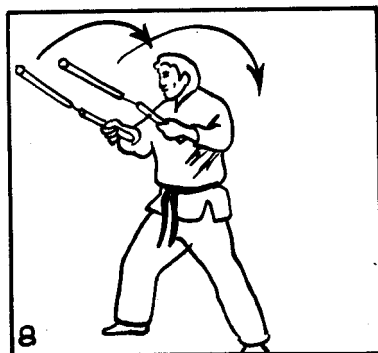
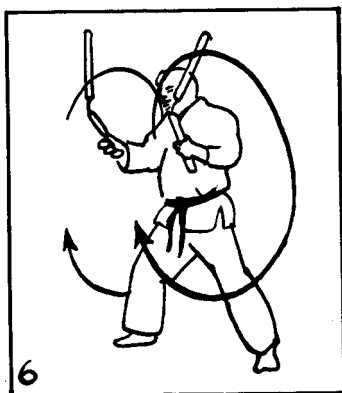
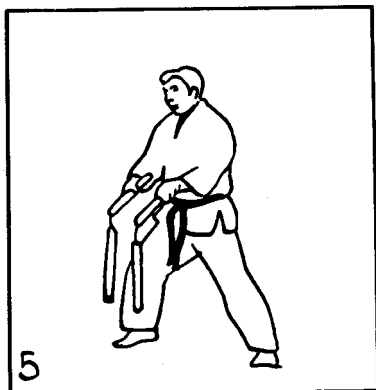
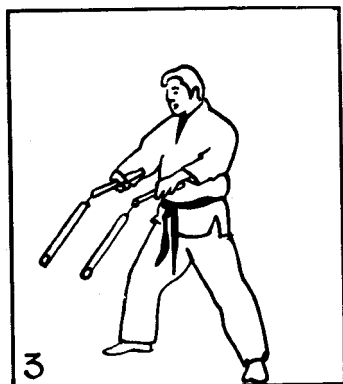
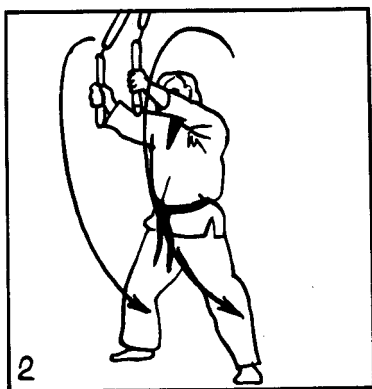
(1) Крепко схватите одну рукоятку каждого снаряда и держите их над плечами. Дайте каждой другой рукоятке свисать позади.

(2-4) Ударьте вниз, давая нунчаку ударить и отскочить от внутренней стороны бедер.

(5-7) Меняя направление, пошлите нунчаку кругами с обеих сторон.

(8-9) Завершая круговое вращение на 360°, пошлите снаряд вверх, чтобы вернуть их в исходное положение.





*Внутренне-бедровый возврат
/плечевой возврат/
подмышечный захват.*

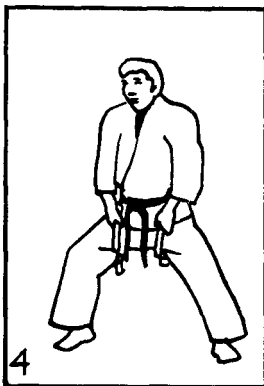
(1) Зажмите одну рукоятку каждого нунчаку подмышку. Крепко держите каждую рукоятку руками. Примите широкую стойку.

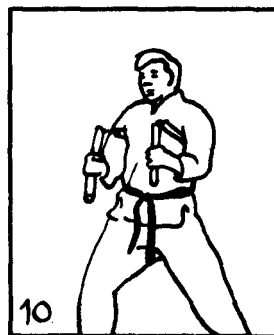
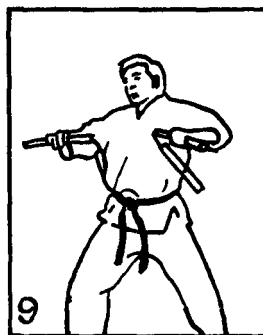
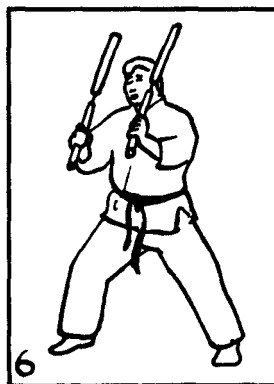
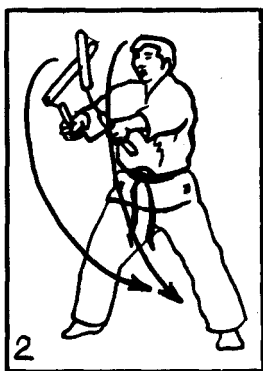
(2-4) Толкните локти наружу и быстро „щелкните” рукоятки из подмышек вперед и вниз, давая им ударить и отскочить от внутренней стороны бедер.

(5-7) Поменяйте направление и пошлите нунчаку вверх, давая им ударить и отскочить от плеч.

(8) При возврате пошлите снаряды вперед и вниз круговыми движениями.

(9-10) Когда свободные рукоятки пойдут назад и вверх, слегка поднимите локти и зажмите свободные рукоятки подмышками, чтобы вернуться в исходное положение.





Глава VIII.

ПРИЕМЫ САМОЗАЩИТЫ.

Этот раздел включает в себя несколько способов самозащиты, которые вы сможете изучить и освоить, хотя и все остальные разделы этой книги служат тем же целям. Различных вариантов тут может быть очень много, не исключено, что у вас появятся и собственные приемы.

Защита и контратака.

(1) Захватив каждую рукоятку рукой ближе к нижним концам, держите нунчаку горизонтально над головой.

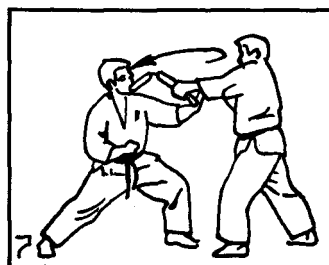
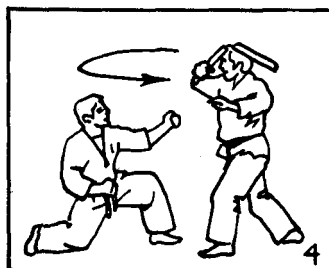
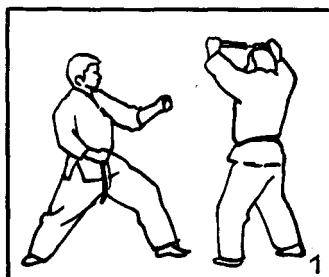
(2) Отпустите левую руку и, целясь в голову противника, махните нунчаку над головой кругом по часовой стрелке.

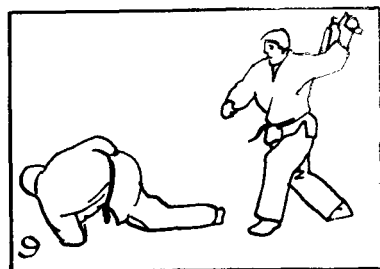
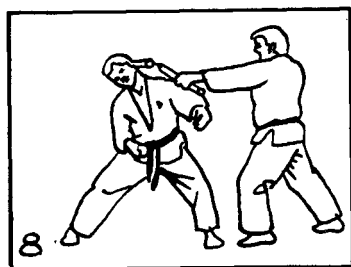
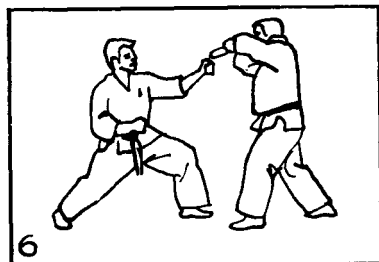
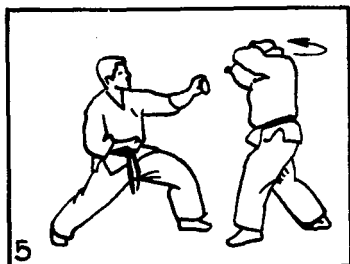
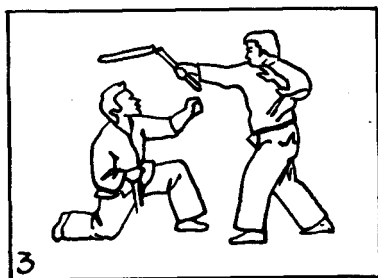
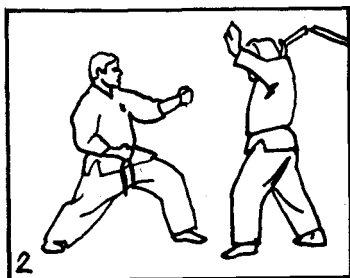
(3-4) Если противник уклонился от удара, продолжайте мах.

(5) Нунчаку оборачивается сзади вокруг шеи. Переkreшивая левую руку над правой, крепко схватите свободную рукоятку.

(6) Отпустите правую руку.

(7-9) Наотмашь ударьте противника по лицу.





Защита от захвата руки.

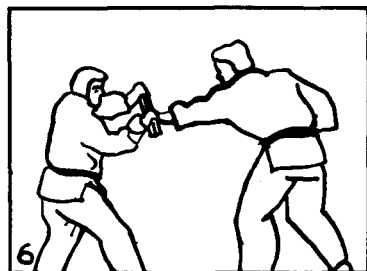
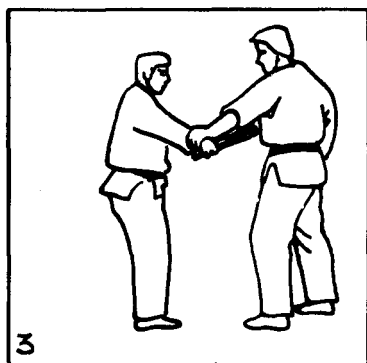
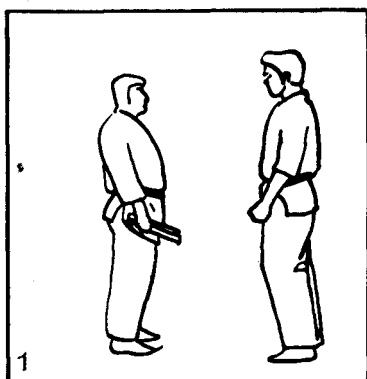
(1) Держите нунчаку (рукоятки вместе) в правой руке и смотрите на противника.

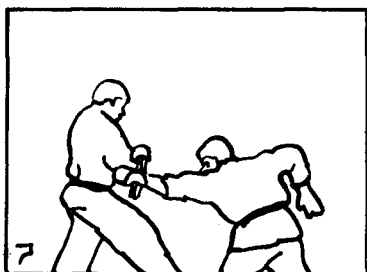
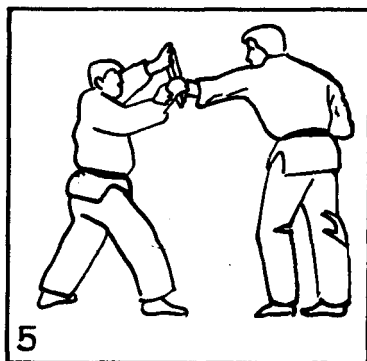
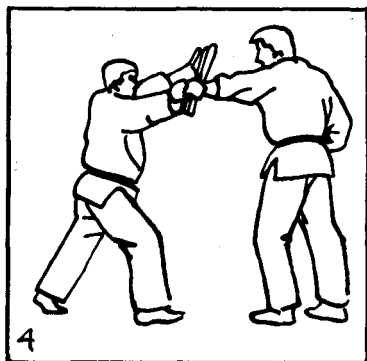
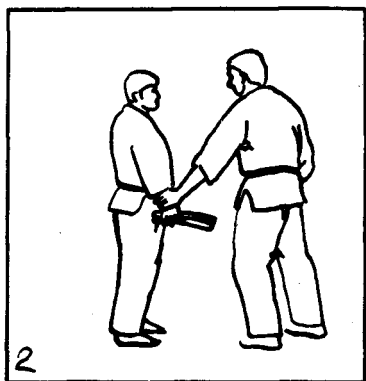
(2) В то время как противник захватит ваше правое запястье,

(3-4) скрутите кисть так, чтобы нунчаку проскользнуло наружу, вокруг и над запястьем противника. Одновременно сделайте шаг назад левой ногой.

(5) Схватите снаряд также левой рукой.

(6-7) Держа рукоятки на запястьях руки противника, резко нажмите вниз, выводя его из равновесия и разрывая его захват.





*Защита при захвате нунчаку.
Вариант I.*

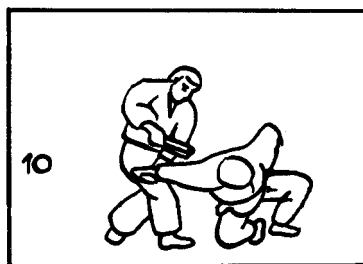
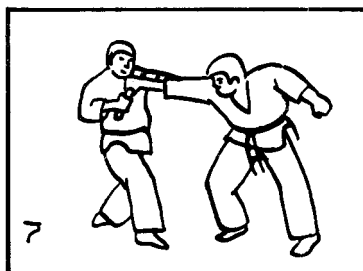
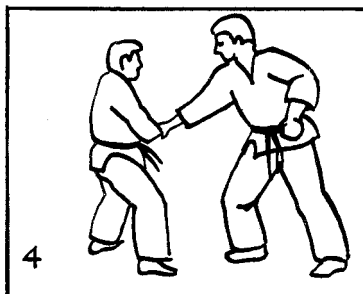
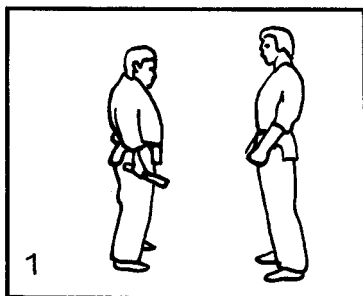
(1) Держите нунчаку (рукоятки вместе) в правой руке и смотрите на противника.

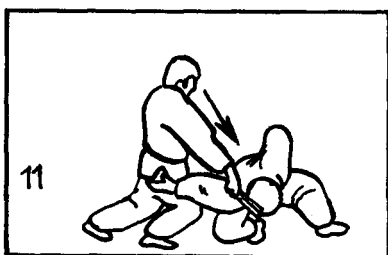
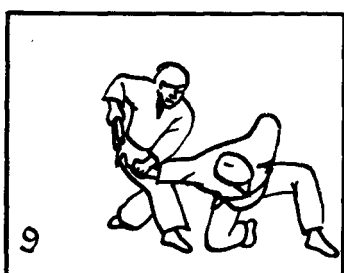
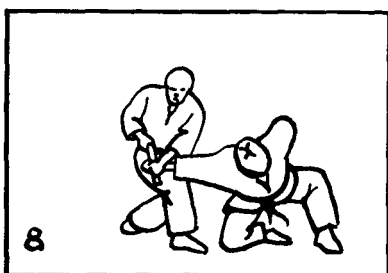
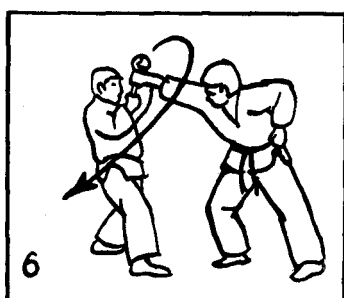
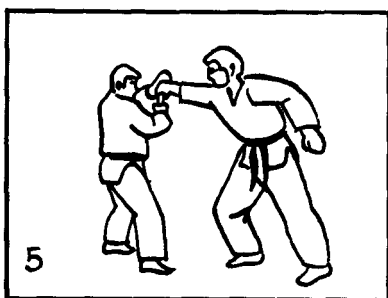
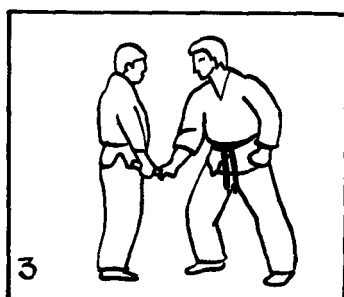
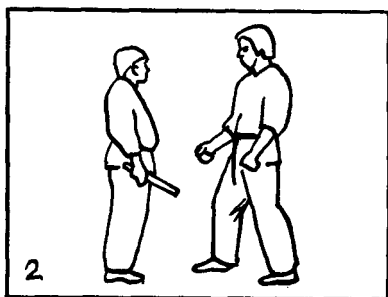
(2-3) Как только противник шагнет вперед и схватит снаряд правой рукой, (4) схватите концы нунчаку левой рукой, помещая свои руки, таким образом, по обеим сторонам от его руки. Одновременно сделайте шаг назад левой ногой.

(5-7) Начните вращение нунчаку по часовой стрелке. Одновременно потяните рукоятки вверх, затем, толкните вниз и наружу на запястье противника.

(8) Когда он упадет на колено, потяните снаряд назад к правому бедру и разорвите его захват (9).

(10-11) Нанесите сбоку удар по лицу.





*Защита при захвате нунчаку.
Вариант II*

(1) Держите нунчаку (рукоятки вместе) в правой руке и смотрите на противника.

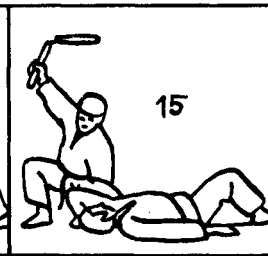
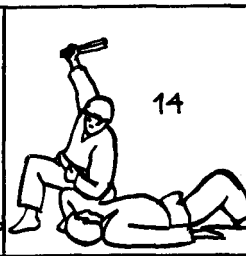
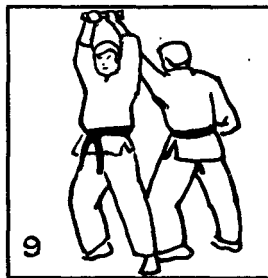
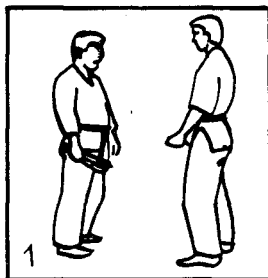
(2-3) Противник делает шаг вперед и хватает снаряд левой рукой.

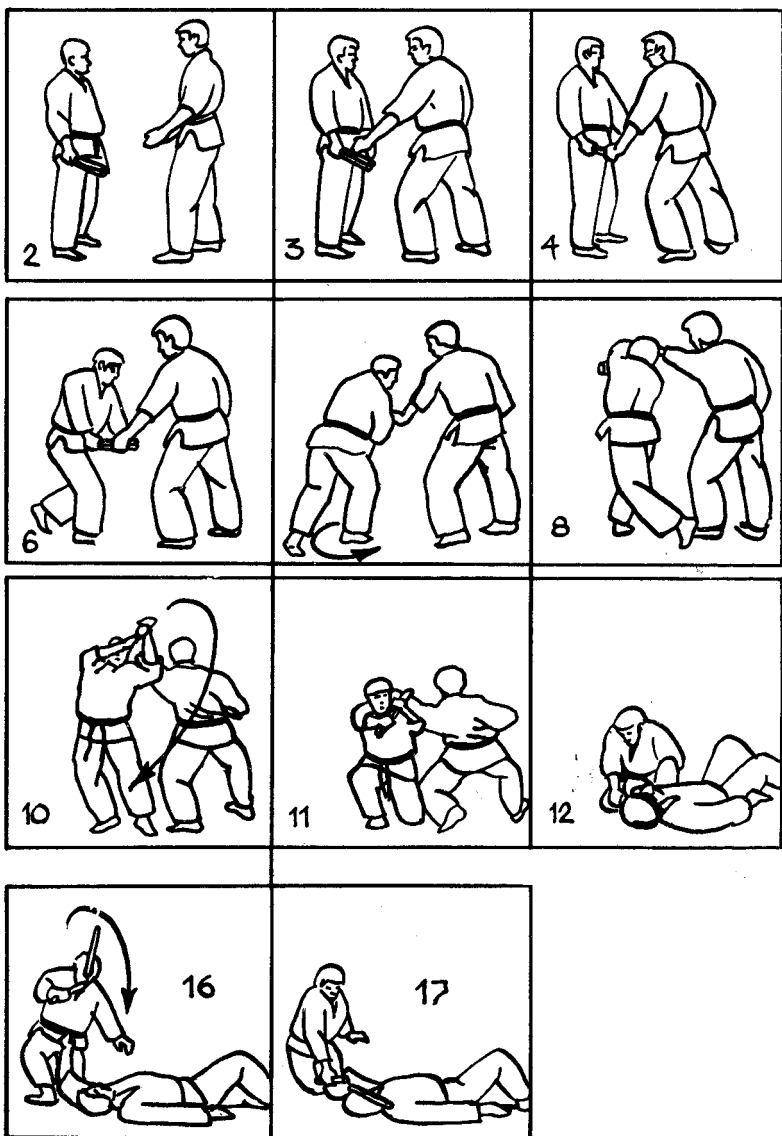
(4-9) Схватите его запястье левой рукой. Одновременно, отводя левую ногу наружу кругом и назад повернитесь против часовой стрелки на 180° на правой ноге. Во время поворота поднимите левую руку противника высоко над головой.

(10-12) Опустите тело и резко потяните руку, выводя его из равновесия и бросая на землю на спину.

(13-14) Потяните освобожденное нунчаку и, захватив обе рукоятки правой рукой, поднимите высоко снаряд, чтобы ударить противника в лицо.

(15-17) Вместо атаки двумя рукоятками, можно опустить одну и ударить ею по лицу.





*Защита при захвате
за отворот одежды.*

(1) Держите нунчаку (рукоятки вместе) в правой руке и смотрите на противника.

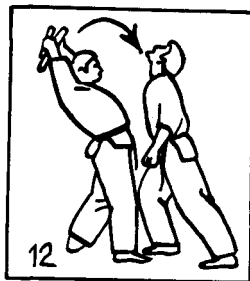
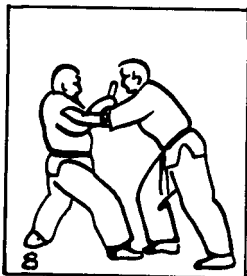
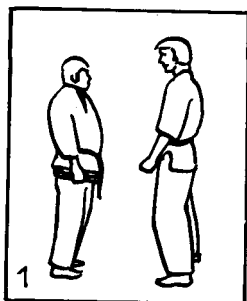
(2-4) Как только он захватит обеими руками ворот, поменяйте захват нунчаку, держа по одной рукоятке в каждой руке. Затем, проведите нунчаку вверх между предплечьями противника.

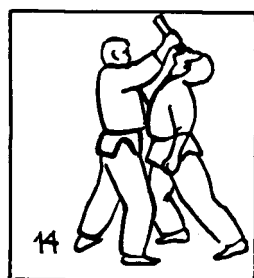
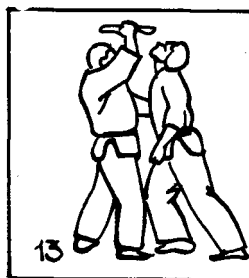
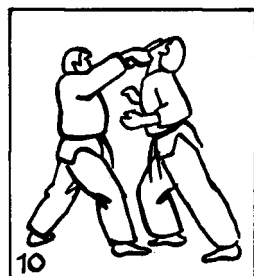
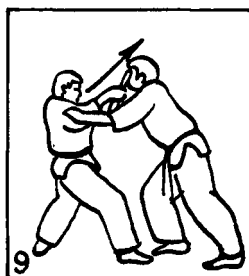
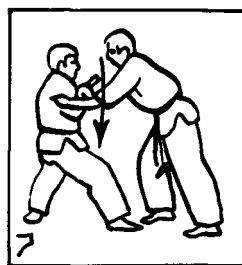
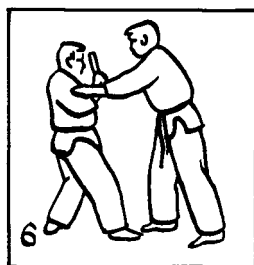
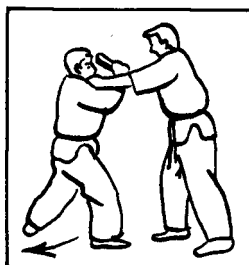
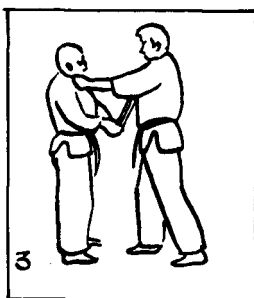
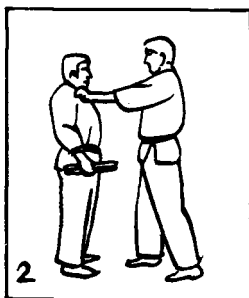
(5-8) Сделайте шаг назад левой ногой. Одновременно заведите рукоятки над и вокруг предплечий, выводя его из равновесия. Добавьте резкий нажим вниз, чтобы разорвать захват.

(9-10) Быстро „выстрелите” концы рукояток в его глаза или горло.

(11) Вместо удара концами рукояток, можете контратаковать коротким ударом вверх нижними концами в горло или подбородок.

(12-14) Продолжить ударом в глаза или лицо.





*Защита при захвате
туловища сзади.*

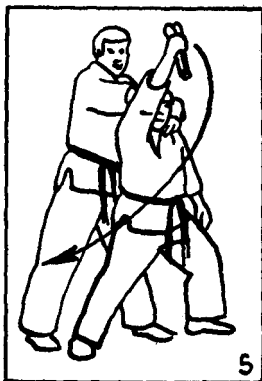
(1) При захвате (за корпус) сзади держите нунчаку (рукоятки вместе) в правой руке.

(2-3) Поднимите снаряд и ударьте нижними концами по его рукам.

(4-7) Сделайте шаг левой ногой в сторону и ударьте нунчаку назад и вниз в пах.

(8) Теперь, прежде чем он придет в себя, быстро отпустите одну из рукояток.

(9-11) „Щелкните” рукояткой вверх, ударяя противника по лицу





Защита при ударе кулаком.

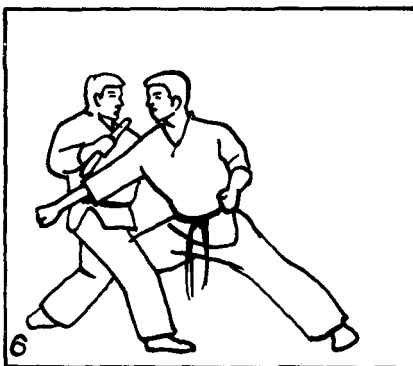
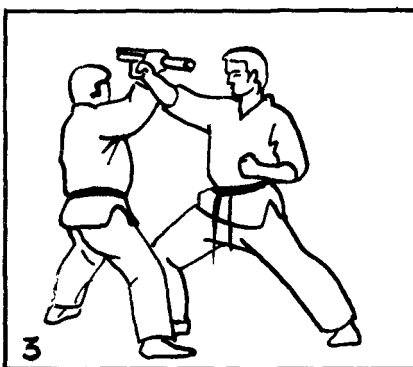
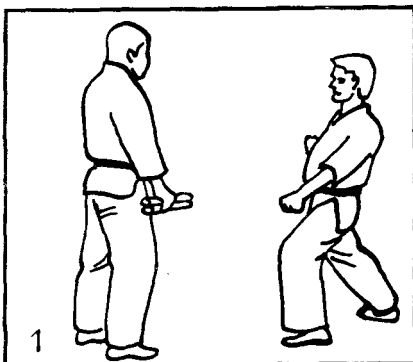
Вариант I.

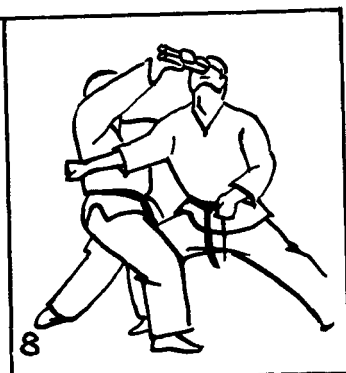
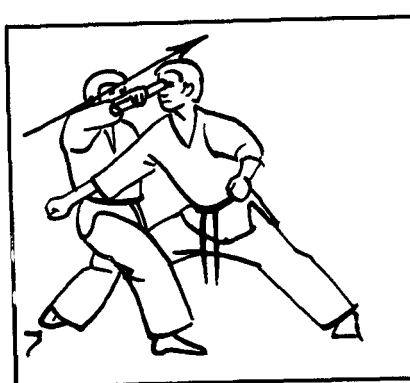
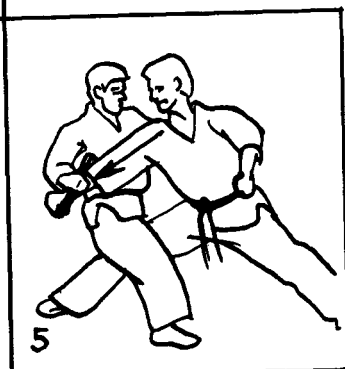
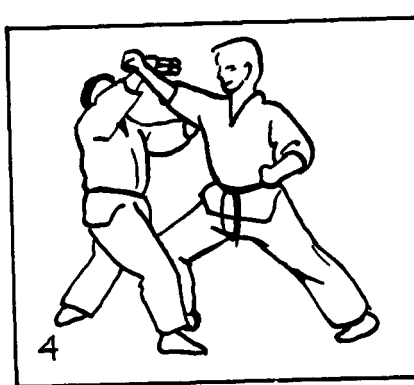
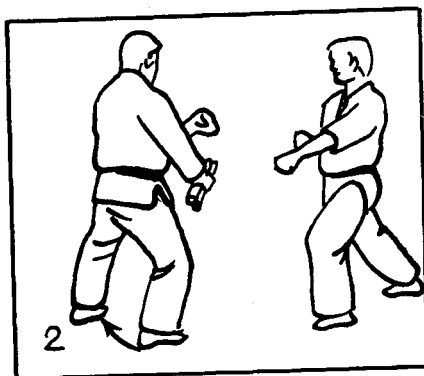
(1) Противник готовится атаковать правой рукой – держите нунчаку (рукоятки вместе) правой рукой.

(2) Сделайте шаг левой ногой в сторону.

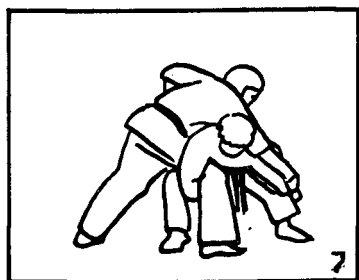
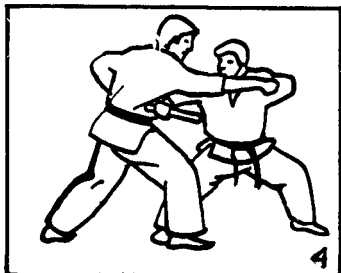
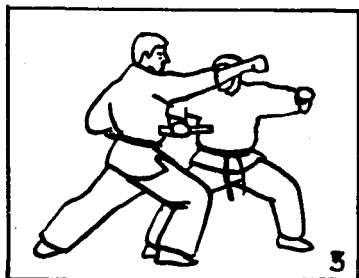
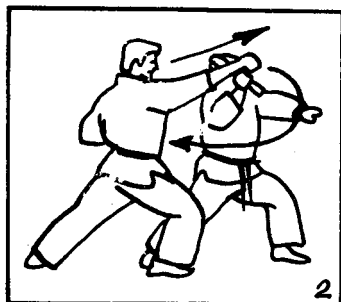
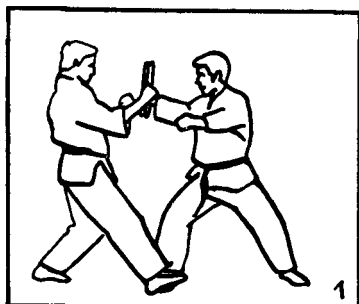
(3–6) С помощью нунчаку твердо парируйте удар вправо вниз.

(6–9) Прежде чем противник сможет прийти в себя, быстро и плавно ударьте верхними концами рукояток в глаза.





*Защита с броском
при ударе кулаком.*



Вариант II.

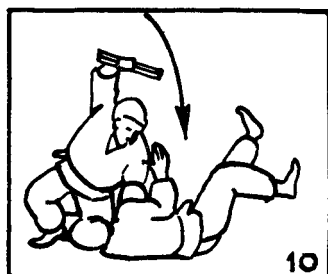
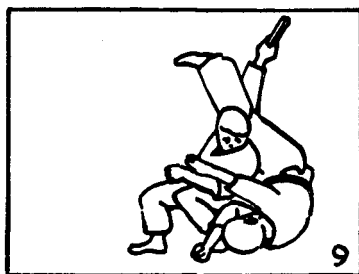
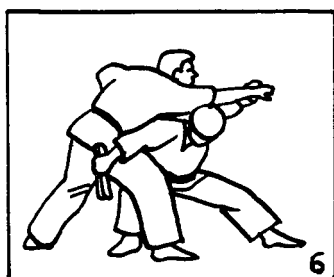
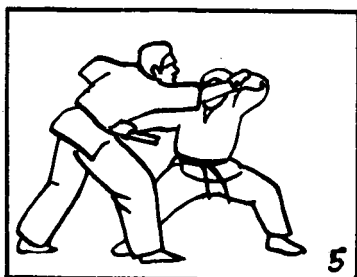
(1) Противник готовится атаковать правой рукой, — держите нунчаку (рукоятки вместе) правой рукой.

(2) При его движении вперед и приближении удара, делайте шаг назад левой ногой и повернитесь против часовой стрелки в заднюю оборонительную стойку. Одновременно махните нунчаку внутрь, чтобы блокировать удар.

(3–5) Прежде чем противник придет в себя и уберет правую руку, быстро схватите левой его правое запястье. Одновременно присядьте и сильно ударьте нижними концами в ребра.

(6–9) Плавным, текучим движением нырните под его правую руку и заведите нунчаку снаружи под правое колено и, натягивая правую руку противника своей левой, перекатите его через спину, бросив на землю.

(10) Нанесите нунчаку удар противнику в лицо.



Защита при ударе ногой.

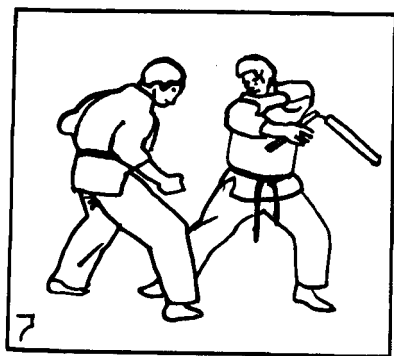
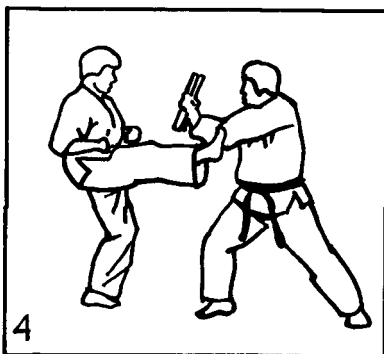
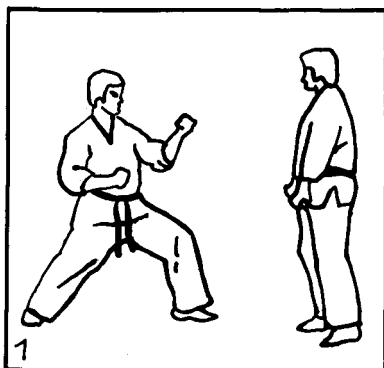
(1) Противник готовится атаковать правой ногой – держите нунчаку (рукоятки вместе) в правой руке.

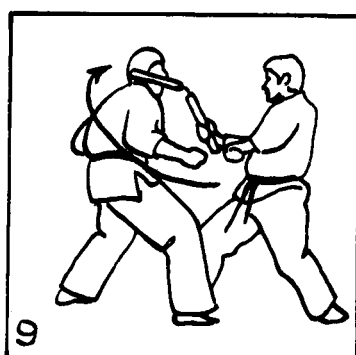
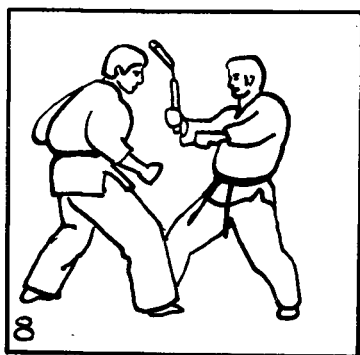
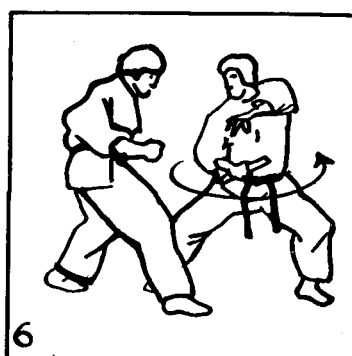
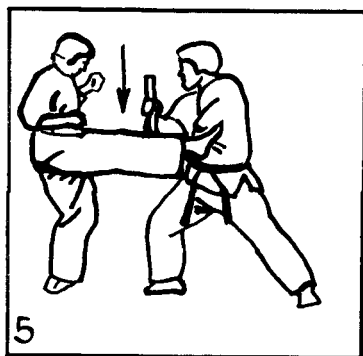
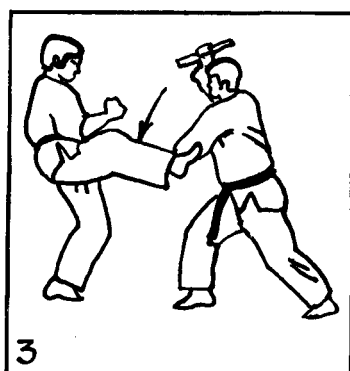
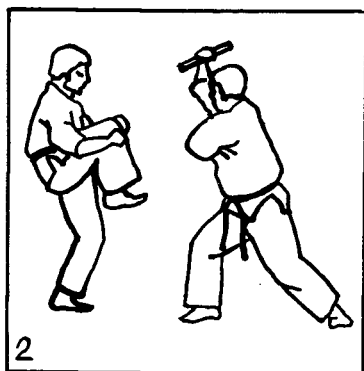
(2–3) При приближении ноги противника сделайте шаг назад и в сторону левой ногой. Одновременно поднимите нунчаку над головой правой рукой и парируйте удар левой.

(4–5) Продолжайте контролировать правую вытянутую ногу противника и ударьте нижними концами рукояток по его голени.

(6) Отпустите ногу и повернитесь против часовой стрелки в заднюю оборонительную стойку.

(7–9) Отпустите одну из рукояток и ударьте противника по лицу наотмашь. Во время удара повернитесь по часовой стрелке.





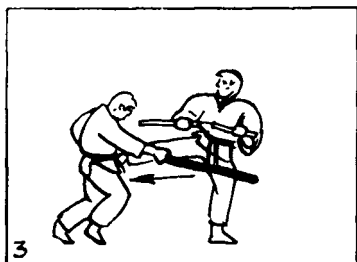
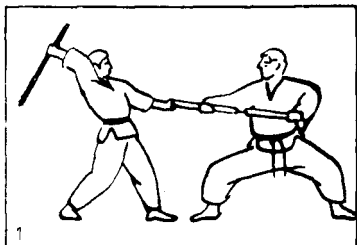
**Защита
с боковым ударом ног и
от удара палкой.**

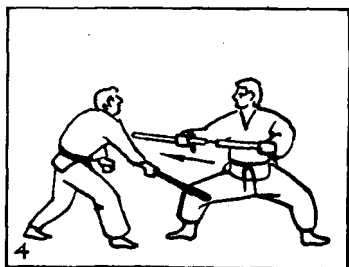
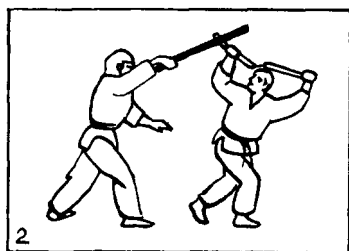
(1) Вы стоите в широкой боковой стойке правым боком к противнику, правой рукой захватив одну рукоятку нунчаку на верхнем конце, левой другую – на нижнем. Противник наносит удар палкой сверху.

(2) Передвигая левую ногу вперед к противнику, блокируете нижним концом правой рукоятки палку ближе к руке нападающего.

(3) Перенося массу тела на левую ногу, правой проводите боковой удар в низ живота противника.

(4) Наносите тычок торцом правой рукоятки нунчаку в лицо.





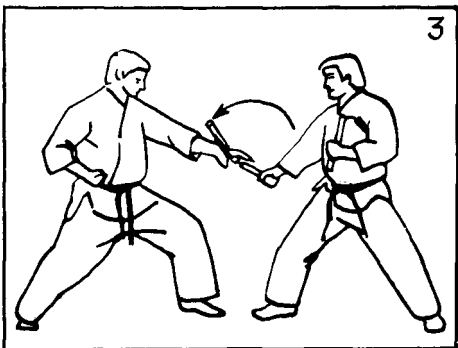
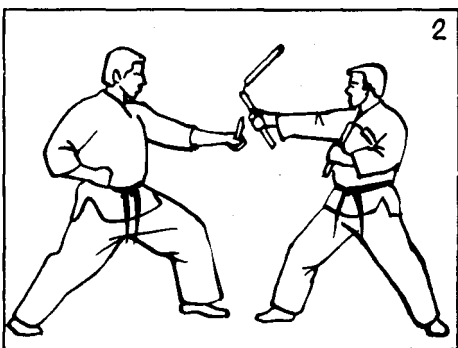
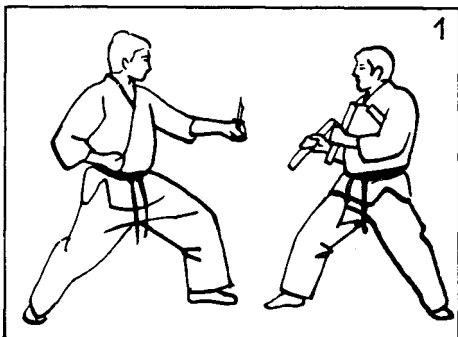
*Защита двойными нунчаку
при атаке ножом.*

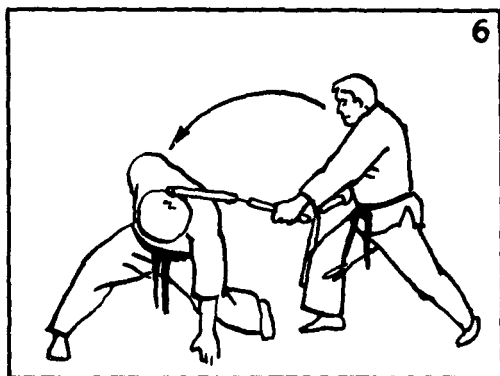
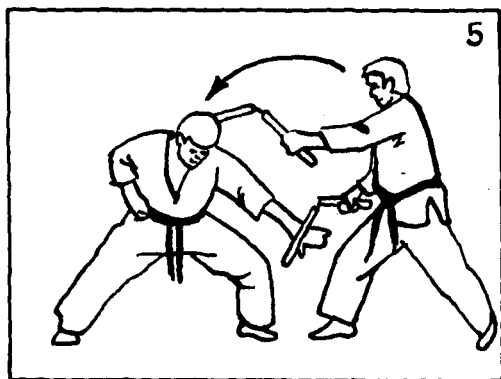
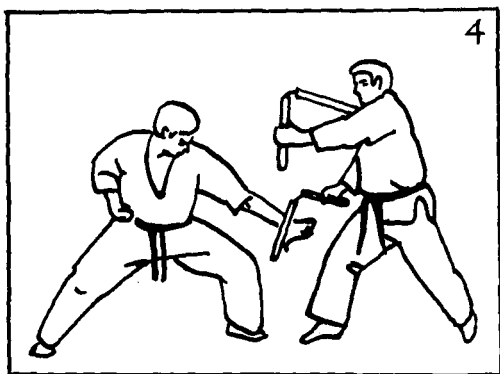
(1) Противник готовится атаковать ножом — зажмите одну рукоятку каждого оружия под мышкой. Крепко держите руками другие рукоятки.

(2–3) Толкните правый локоть наружу и быстро „щелкните” нунчаку в правой руке вперед и вниз, чтобы обезоружить противника.

(4–6) Прежде чем он придет в себя, толкните левый локоть наружу и „щелкните” нунчаку в левой руке вперед и вниз, ударяя противника по шее или по лицу.

Как показано, использование двух нунчаку позволяет более успешно контратаковать. Увеличивая действие наступательных приемов, оно помогает оставаться вне досягаемости противника.





Глава IX.

КАТА.

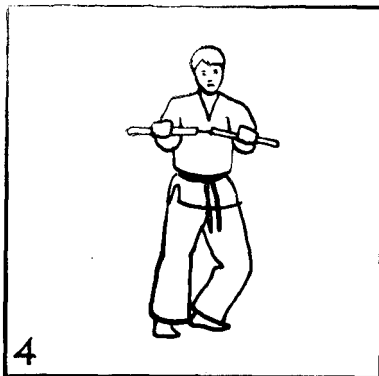
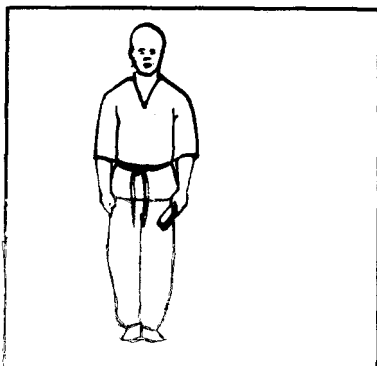
В отличие от каратэ, ко-будо, в частности нунчаку, не имеют стандартизованных форм. Ката варьируется от одной системы к другой, даже от одного мастера к другому. Уделяется большое внимание скорости вращения, а о четкости исполняемой ката мастер может судить по гудению рассекаемого воздуха. Две фундаментальные ката, включенные в этот раздел преподаются автором, чтобы развить владение нунчаку. Изучение их поможет вам двигаться искусно и плавно во всех направлениях и обороняться от многочисленных противников.

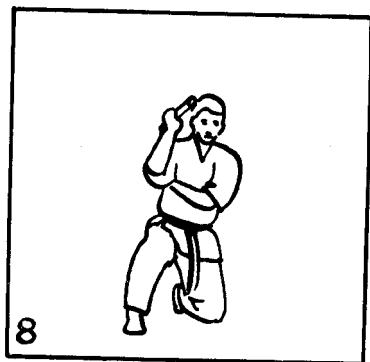
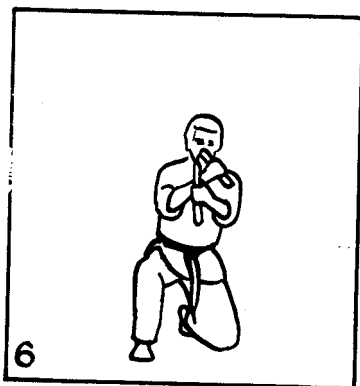
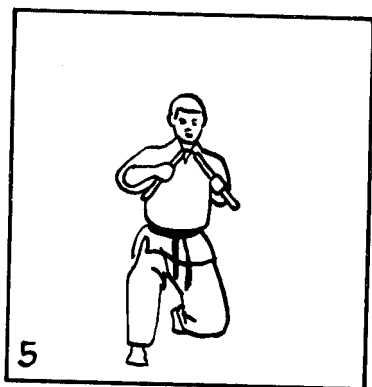
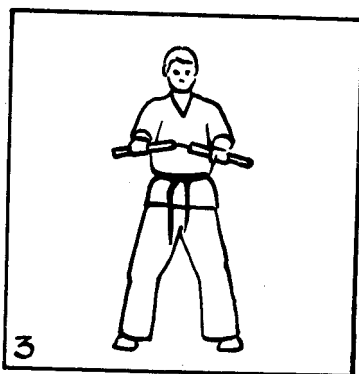
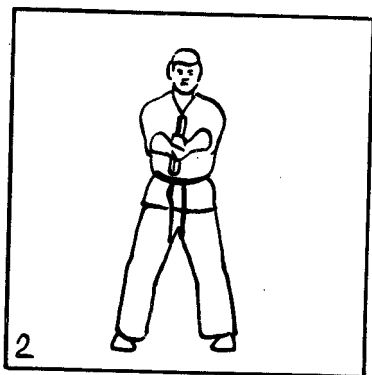
Ката I.

(1) Займите стойку готовности. Руки естественно свисают по бокам, нунчаку (рукоятки вместе) в левой руке.

(2-3) Сделайте шаг левой ногой в сторону. Одновременно перейдите в защитную позицию. Переведите руки вперед и держите снаряд (рукоятки еще вместе) перед собой. Затем схватите каждой рукой рукоятку и разведите их перед собой.

(4-8) Сделайте шаг вперед правой ногой и опуститесь на левое колено. Одновременно выполните верхний плечевой блок, маневри-





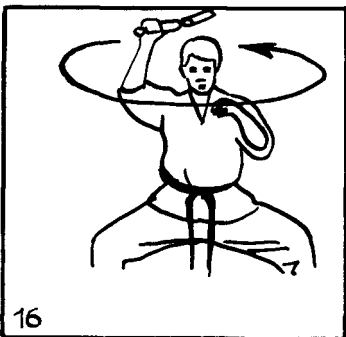
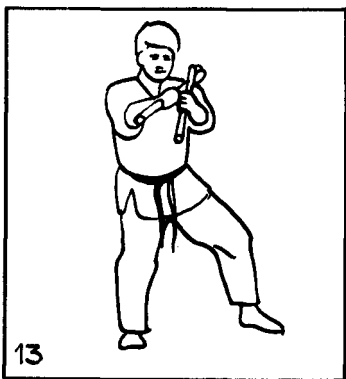
руя рукояткой в правой руке вверх над правым плечом, рукоятка в левой руке обводит правую руку — в положение за правым плечом.

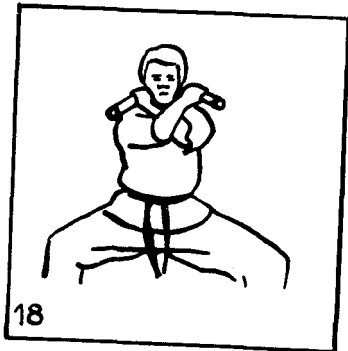
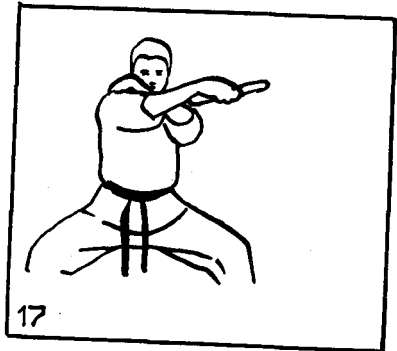
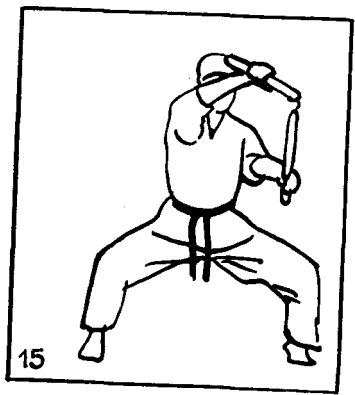
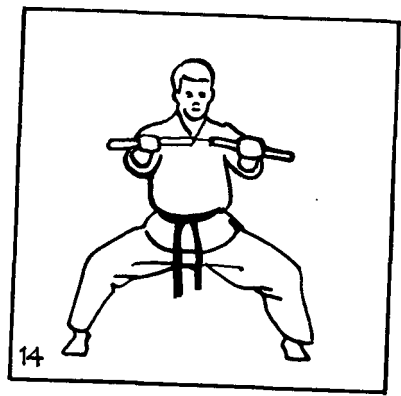
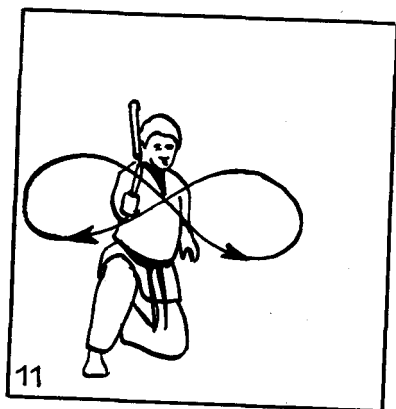
(9–12) Отпустите левую руку и сделайте „восьмерку”. Затем, длинным движением пошлите свободную рукоятку влево, хватая ее крепко левой рукой.

(13–14) Поднимитесь с колена. Сделайте шаг вперед и в сторону левой ногой в широкую стойку. Держите нунчаку перед собой горизонтально.

(15–16) Отпустите левую руку. Ударьте назад через правое плечо.

(17–18) Пошлите снаряд вперед и влево на уровне шеи. Проведите правую руку глубоко назад, давая нунчаку обернуться сзади вокруг шеи. Скрестите левую руку под правой и схватите свободную рукоятку.



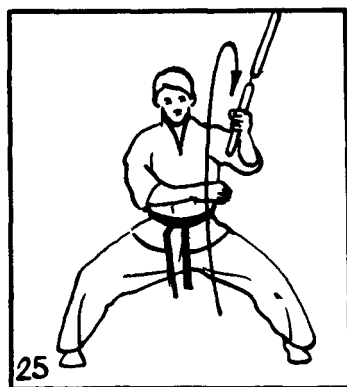
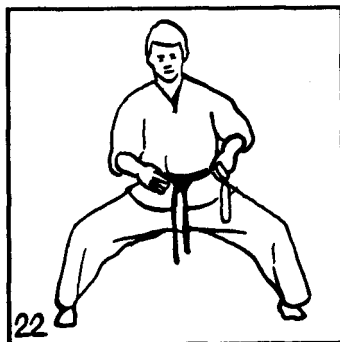
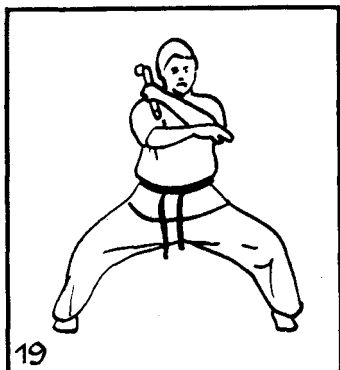


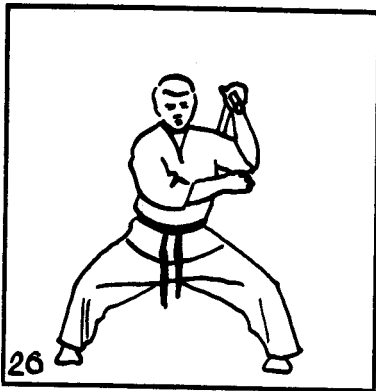
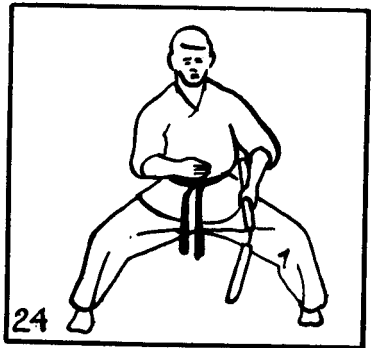
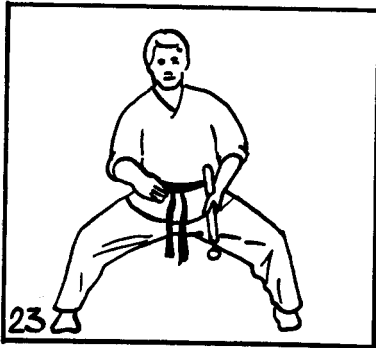
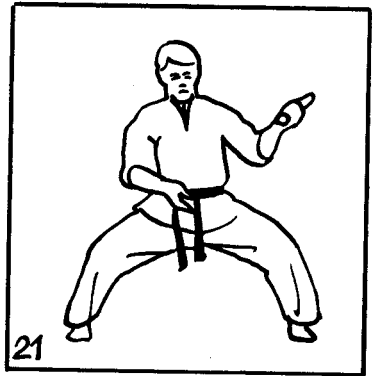
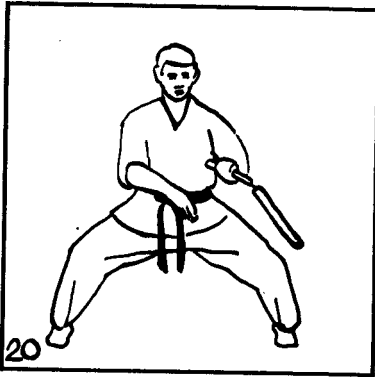
(19) Отпустите правую руку.

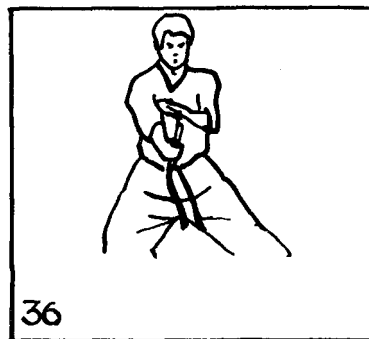
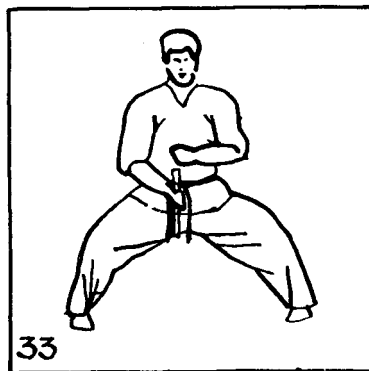
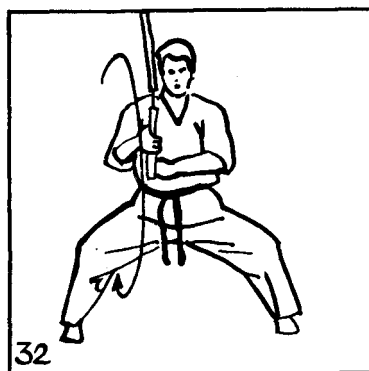
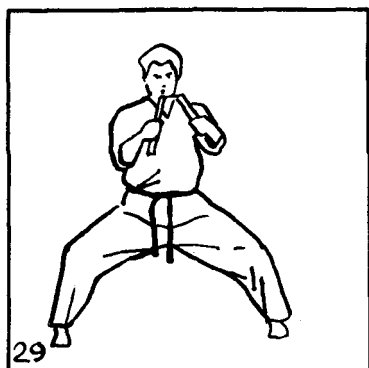
(20-21) Переведите снаряд вверх и кругом влево.

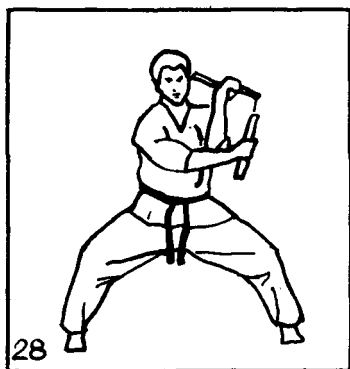
(22-24) Выполните удар вниз, давая нунчаку ударить и отскочить от внутренней поверхности левого бедра.

(25-27) Ударьте вверх. Перекрестите правую руку под левой подмышкой и схватите свободную рукоятку, когда она будет двигаться над и за левое плечо.







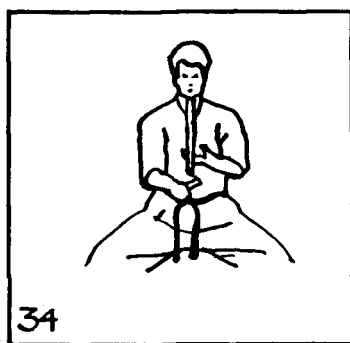
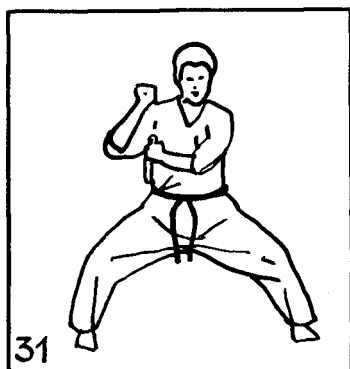


(28–29) Пропустите нунчаку вперед и вокруг левой руки и плеча. Разведите руки и переведите снаряд в положение перед собой – рукоятки врозь, руки ладонями друг к другу.

(30–31) Выполните правый плечевой блок, маневрируя рукояткой в правой руке над правым плечом, рукоятка в левой руке обводит правую руку до положения позади правого плеча.

(32–33) Отпустите левую руку и ударьте вниз, давая нунчаку ударить и отскочить от внутренней стороны правого бедра.

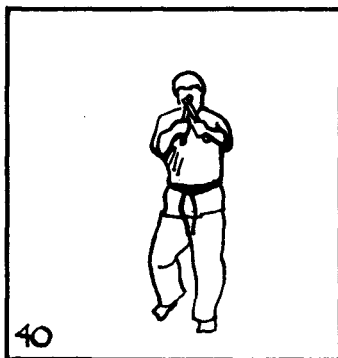
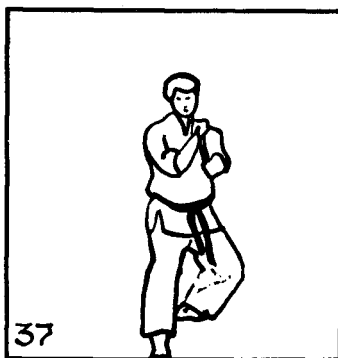
(34–35) Поменяйте направление и махните свободной рукояткой вверх. Схватите ее крепко левой рукой. Переместите вес на правую ногу.

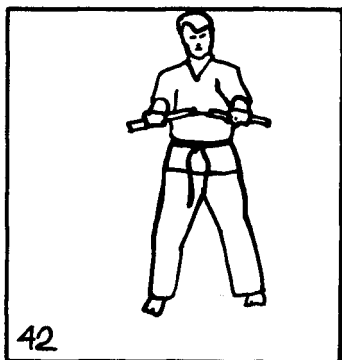
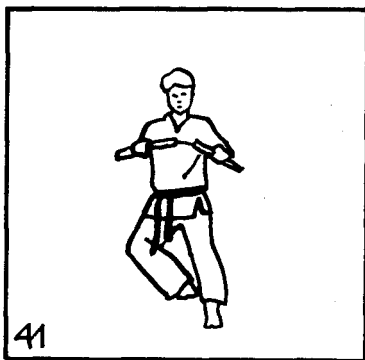
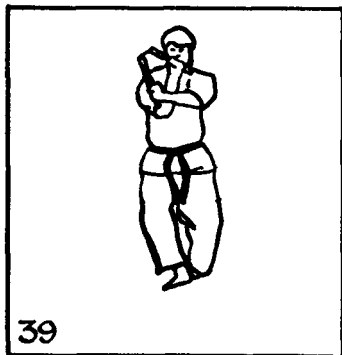


(37–38) Сделайте шаг назад левой ногой, перемещая на нее вес и примите левую стойку с опорой на заднюю ногу. Одновременно переведите нунчаку назад вокруг правого плеча в правый плечевой блок.

(39–41) Скользните правой ногой назад и правую стойку с опорой на заднюю ногу. Одновременно пропустите нунчаку вперед и вокруг правой руки и плеча. Разведите руки и поместите нунчаку перед собой, рукоятки разведены, руки также, ладони обращены вниз.

(42) Сделайте шаг вперед правой ногой и примите положение готовности.





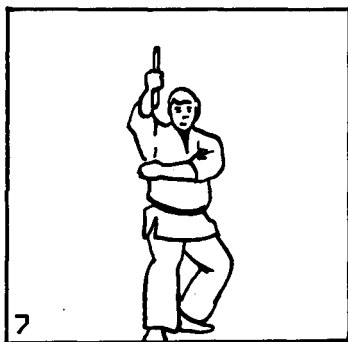
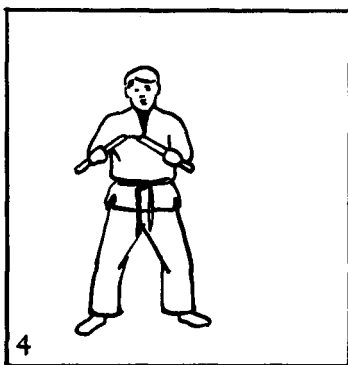
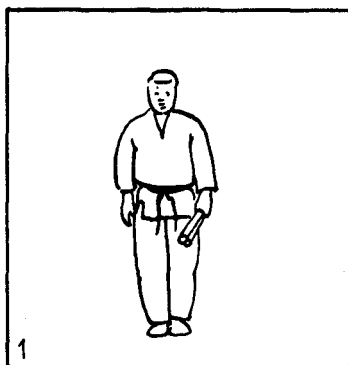
Ката II.

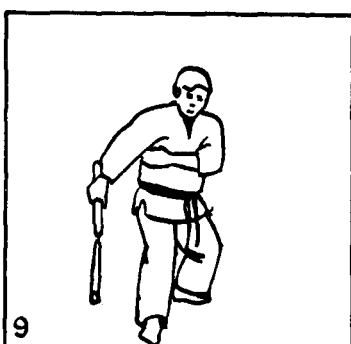
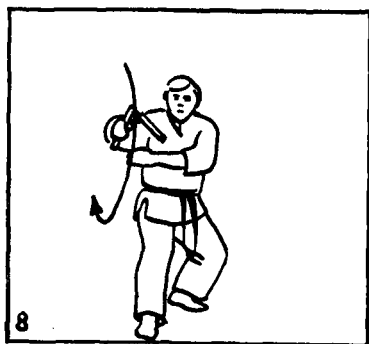
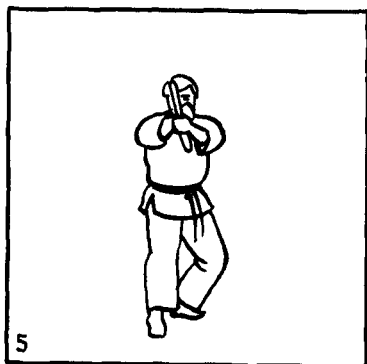
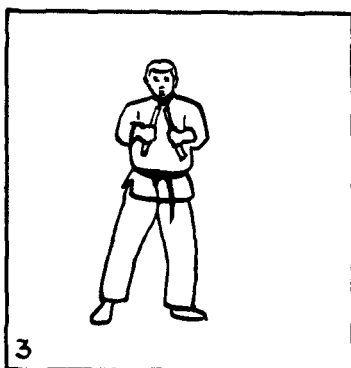
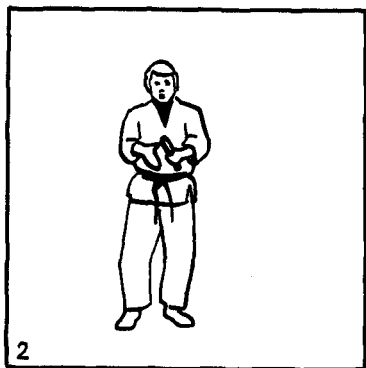
(1) Займите стойку готовности. Руки естественно опущены по сторонам, обе рукоятки нунчаку в левой руке.

(2-4) Примите защитную позицию. Сдвиньте правую ногу в естественную стойку. Одновременно хватая каждой рукой рукоятку, разведите руки с нунчаку перед собой.

(5-6) Скользя правой ногой вперед в левую стойку с опорой на заднюю ногу, выполните правый плечевой блок, маневрируя рукояткой в правой руке над правым плечом, рукоятка в левой руке обводит правую руку в положение под правым плечом.

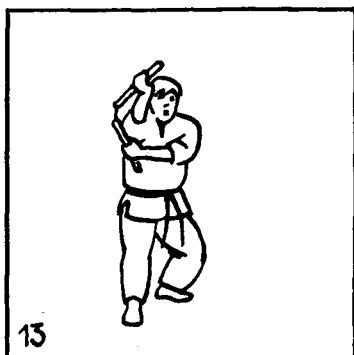
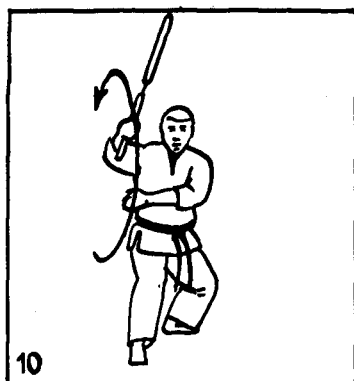
(7-9) Отпустите левую руку. Быстро щелкните нунчаку через плечо вниз резким ударом по голове.

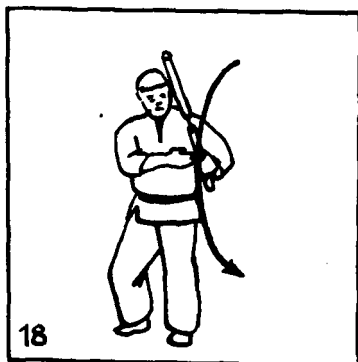
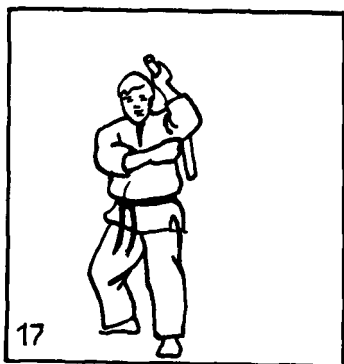
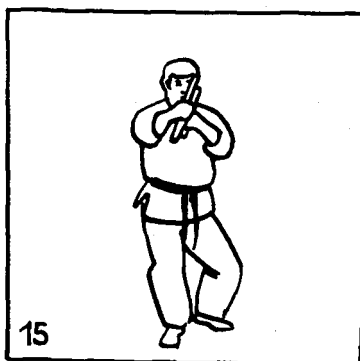
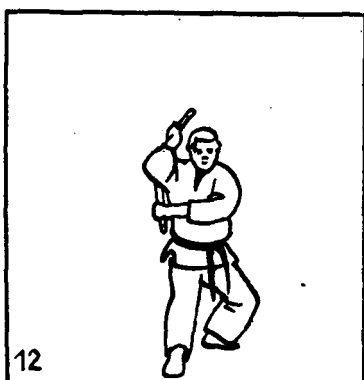




(10–12) Завершив движение, поменяйте направление и махните снарядом вверх и назад. Подведите левую руку под правую. Схватите свободную рукоятку, движущуюся над и за правое плечо и вернитесь в позицию верхнего плечевого блока.

(13–16) Скользя левой ногой вперед в правую стойку с опорой на заднюю ногу, переведите нунчаку вперед и вокруг правой руки и плеча в позицию перед собой. Затем плавно переведите снаряд назад, вокруг левой руки и плеча в левый плечевой блок, маневрируя рукояткой в левой руке над левым плечом, рукояткой в правой руке обведите вокруг левой руки в позицию за левым плечом.



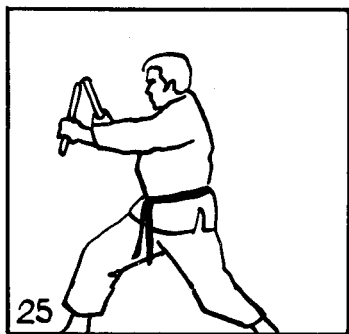
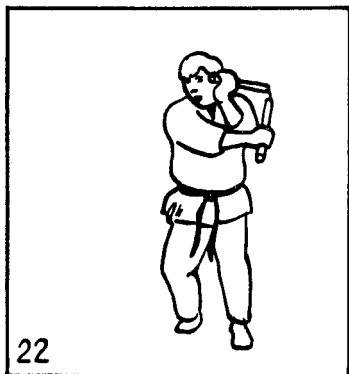


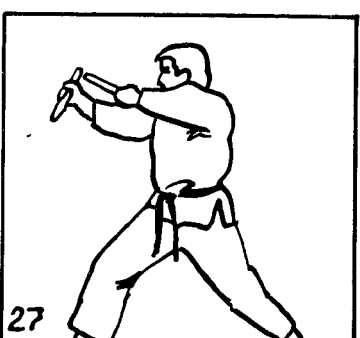
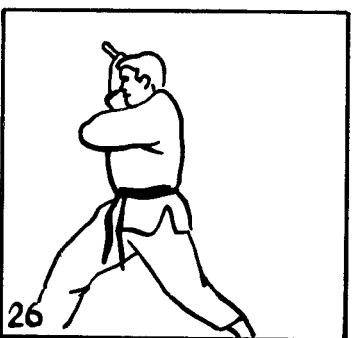
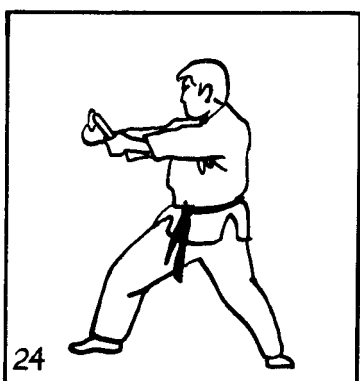
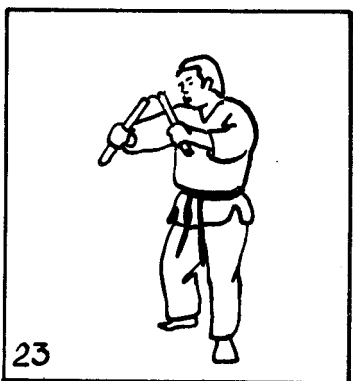
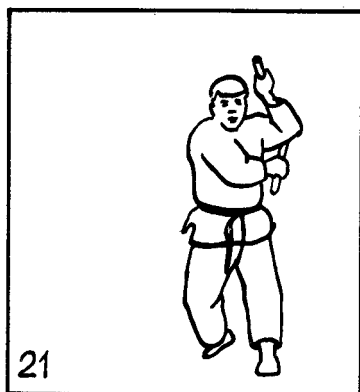
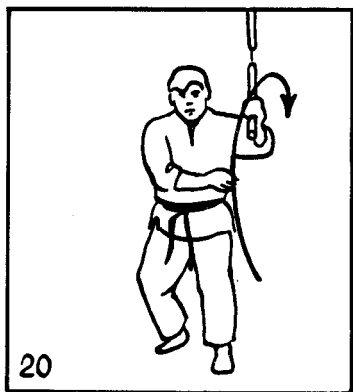
(17–21) Повторите движения 7–12 левой рукой.

Освободите правую руку и ударьте вниз слева. Затем поменяйте направление и махните нунчаку вверх над левым плечом, проведя правую руку под левую, чтобы схватить свободную рукоятку.

(22–24) Скользите правой ногой вперед и вправо. Одновременно поверните по часовой стрелке на 90° в левую стойку с опорой на заднюю ногу. В этот момент переместите нунчаку вперед и вокруг левой руки и плеча в положение перед собой.

(25–26) Плавно переведите снаряд назад и вокруг правой руки и плеча в правый плечевой блок.

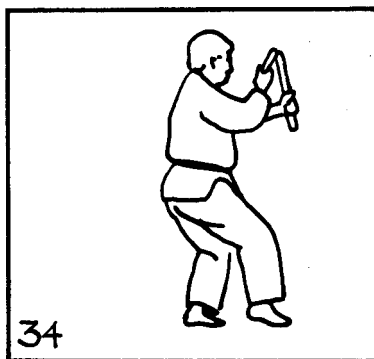
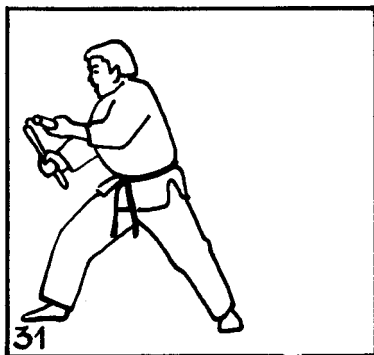
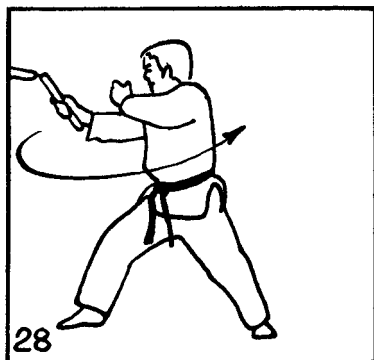


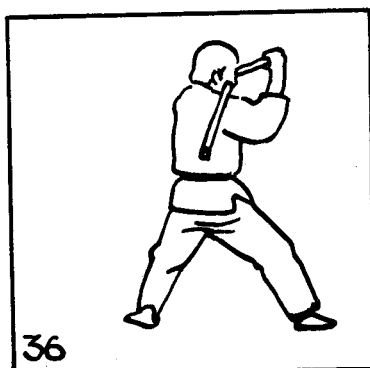
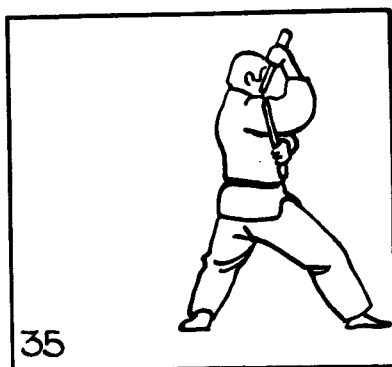
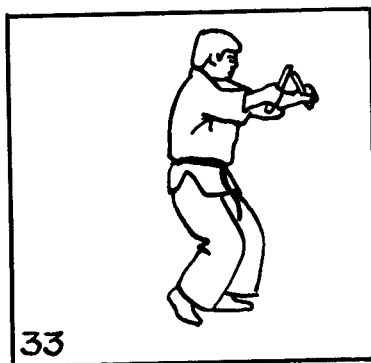
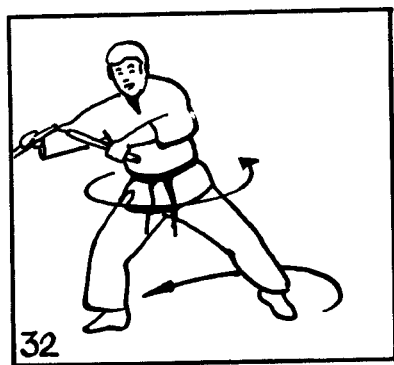
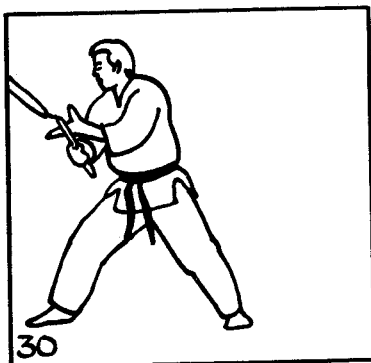
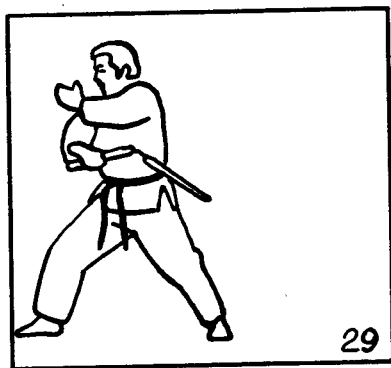


(27–29) Опустите левую руку. Хлестните нунчаку наружу, горизонтально влево и дайте ударить и отскочить от левого бока.

(30–31) Поменяйте направление во время бокового удара и поймайте свободную рукоятку левой рукой.

(32–35) Поворачиваясь по часовой стрелке на 180°, скользните левой ногой кругом и назад. Переместите на нее вес тела и сдвиньте правую ногу вперед в левую стойку с опорой на заднюю ногу. Одновременно, маневром нунчаку вперед и вокруг правой руки и плеча сделайте правый плечевой блок.



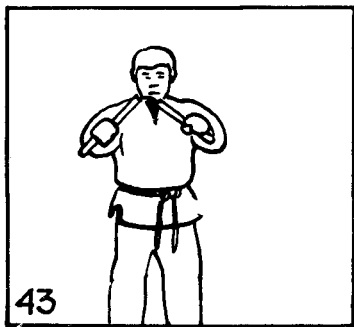
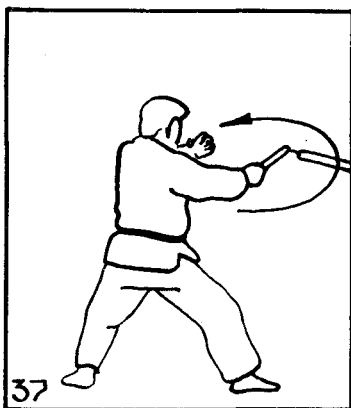


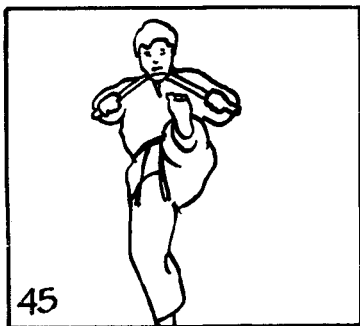
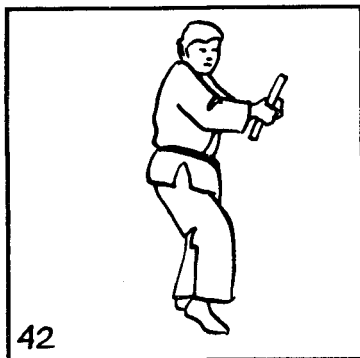
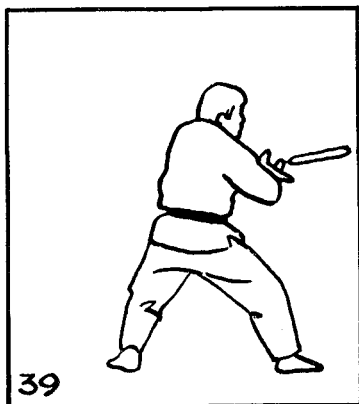
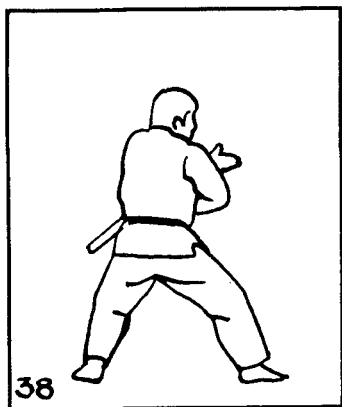
(36–40) Повторите движения 27–31. Отпустите левую руку и хлестните нунчаку горизонтально влево, давая ей ударить и отскочить от левого бока. Затем поменяйте направление и схватите свободную рукоятку левой рукой.

(41–43) Во время поворота по часовой стрелке на 90° переведите правую ногу наружу и кругом в правую боевую стойку. Разведите руки и держите их перед собой, когда повернетесь.

(44) Сместите вес на правую ногу и поднимите левую ногу для удара ногой вперед.

(45) Проведите удар.





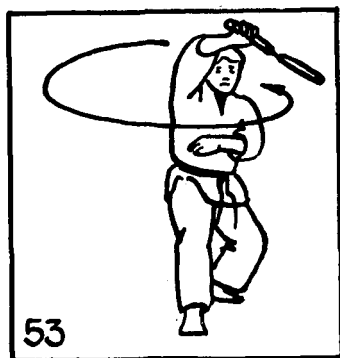
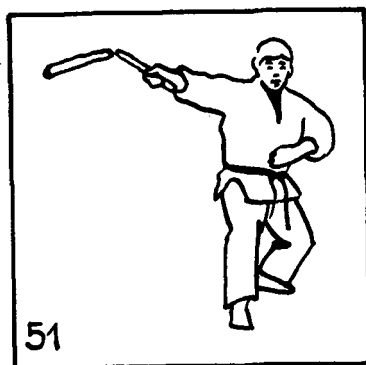
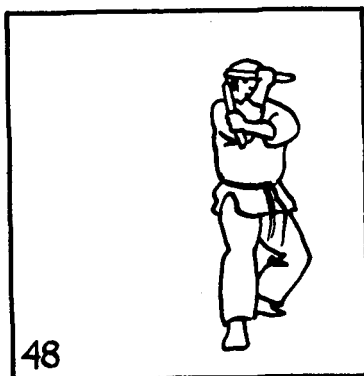
(46) Отдерните ногу в промежуточное положение.

(47-49) Теперь поставьте левую ногу назад в левую стойку с опорой на заднюю ногу. Одновременно переведите нунчаку назад и вокруг правой руки и плеча в правый плечевой блок.

(50-52) Отпустите левую руку и горизонтально пошлите нунчаку наружу влево боковым ударом.

(53-54) Продолжая движение, направьте снаряд через голову кругом по часовой стрелке.

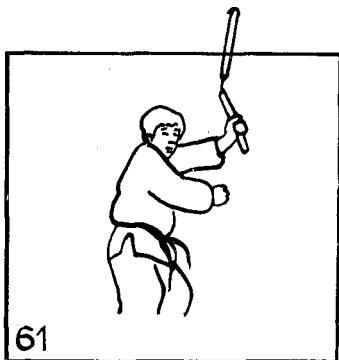


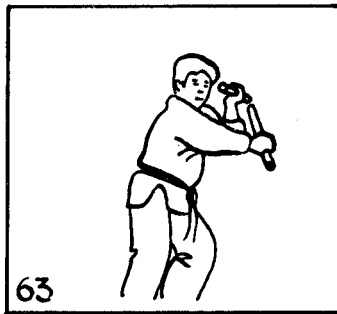
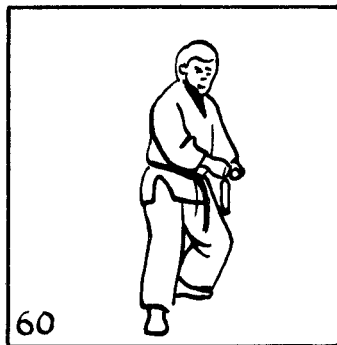
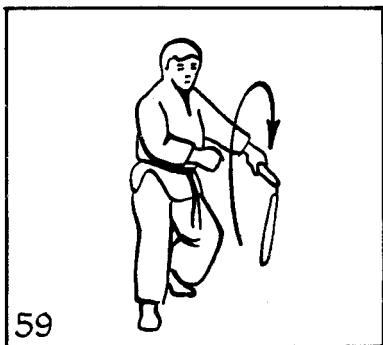
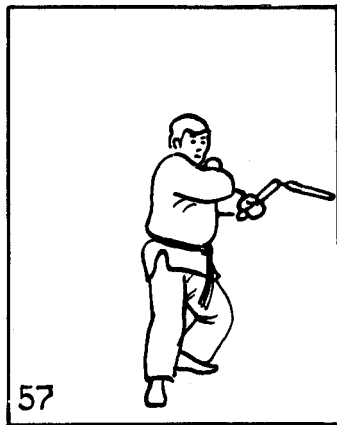
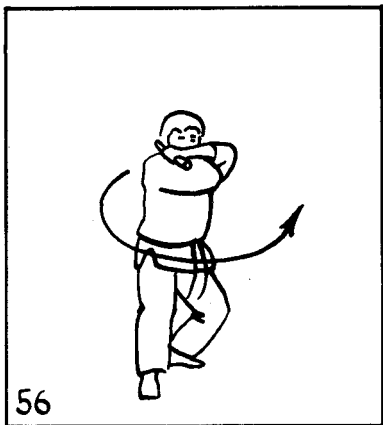


(55–56) При завершении вращения заведите правую руку глубоко назад, давая нунчаку обернуться сзади вокруг шеи. Скрестите левую руку над правой и схватите свободную рукоятку.

(57–59) Отпустите правую руку и пошлите снаряд по часовой стрелке кругом влево.

(60–62) При опускании его около левой ноги поменяйте направление и ударьте вверх. Скрестите правую руку под левой подмышкой, хватая свободную рукоятку во время движения над и за левое плечо, и выполните левый плечевой блок.

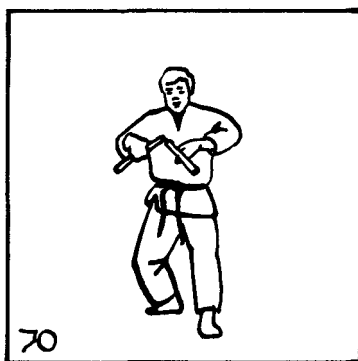
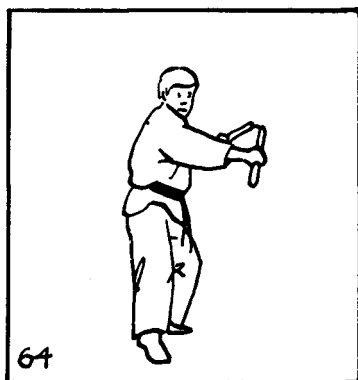


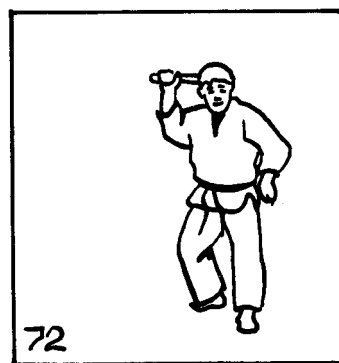
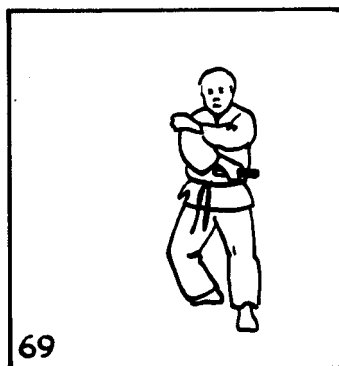
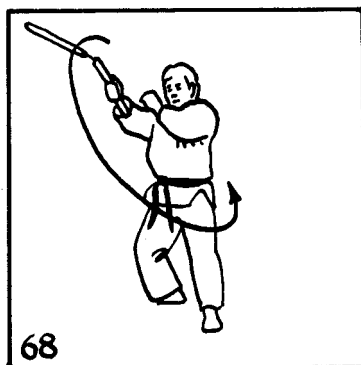
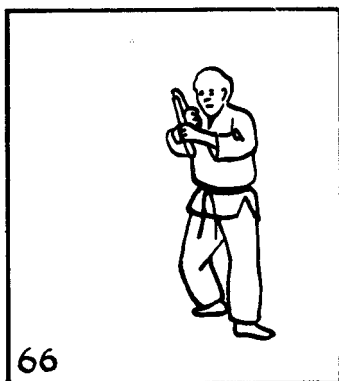
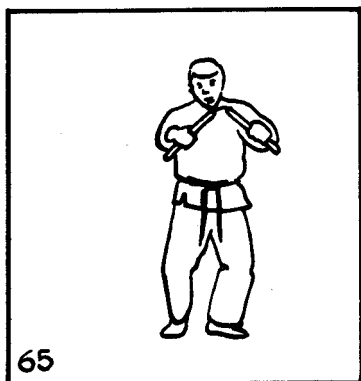


(63–67) Сдвиньте правую ногу назад и примите правую стойку с опорой на заднюю ногу. Делая это, передвиньте нунчаку вперед и вокруг левой руки в положение перед собой. затем плавно переведите ее назад и вокруг правой руки и плеча в правый плечевой блок, маневрируя рукояткой в правой руке над правым плечом, рукояткой в левой руке вокруг правой руки в положение за правым плечом.

(68–69) Отпустите левую руку и выполните диагональный боковой удар, давая нунчаку ударить и отскочить от левого бока.

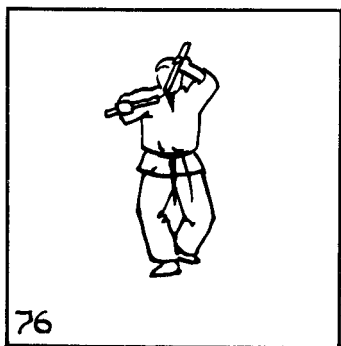
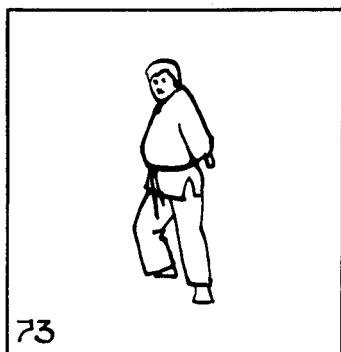
(70–73) Быстро поменяйте направление и пошлите снаряд над правым плечом и вниз позади себя. Протяните левую руку назад ладонью вверх и схватите свободную рукоятку.

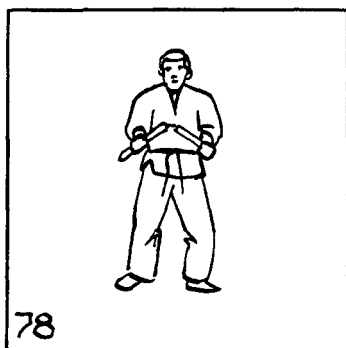
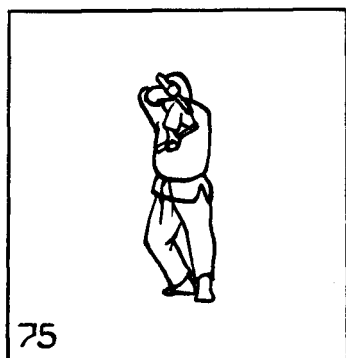
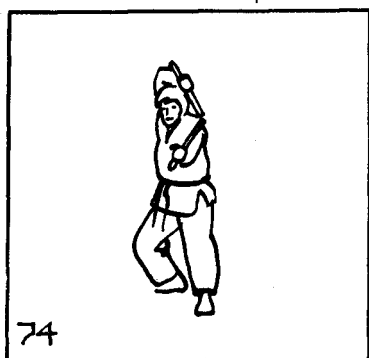




(74–77) Скользните левой ногой назад и примите левую стойку с опорой на заднюю ногу. Делая это, поднимите правую руку над головой и проведите вперед и вокруг левого плеча. Вытяните снаряд перед собой, рукоятки разведены, ладони обращены вниз.

(78) Преведите левую ногу вперед и примите положение готовности.





ЧАСТЬ II

КЭНДО - ПУТЬ МЕЧА



Сжимаю меч -
Он верный друг громам -
И в бой готов,
Отважен и упрям.
Иные зря
Свои проводят дни,
Отважных духом
Не поймут они.

(Цао Чжи II в.н.э.)



Глава 1. ПРОИСХОЖДЕНИЕ КЭНДО

Термин "кэндо - путь меча" появился не сразу. Ему предшествовала длительная история возникновения и развития самурайства в Японии.

Средневековая Япония была чрезвычайно богата междуусобными войнами, в ходе которых самураи разных кланов отстаивали свои интересы. Из всех видов воинских искусств самураи более всего почитали искусство владения мечом. Меч был основным оружием воина, считался душой самурая и играл в японской культуре необычайно важную роль. Он также являлся произведением искусства и символом многовековой традиции самураев. Меч был постоянной регалией власти, как корона в европейской культуре. Члены императорской семьи всегда носили при себе дорогие мечи длиной около 120 см (тати) со слегка изогнутым клинком. Меч висел на искусно изготовленной шелковой бахrome или ленте.

Интересным представлялся тот факт, что императрица, несмотря на свое "божественное" происхождение, часто участвовала в изготовлении шелка, а император - в изготовлении мечей.

Мечи были обязательной частью наряда во время всевозможных торжеств. Самураи пристегивали два меча: длинный - **катана** и короткий - **вакидзаси**, острием вверх, что позволяло мгновенно вытащить их и нанести молниеносный удар. Дети носили деревянные мечи, форма и размер которых определялись общественным положением отца.

Женщины, как правило, не носили мечей, хотя девушки, принадлежащие к знатному роду, всегда были вооружены коротким кинжалом **кайкэн**.

В доме самурая мечи находились на специальной подставке, располагавшейся напротив входа.

Все японские мечи делятся на три группы. Самые ценные старые мечи (кото), изготовлены до 1573 года. более поздние (синто) приходятся на период с 1573 года до конца эпохи Токугава. И третья группа (си-синто) - мечи, относящиеся к началу эпохи Мэйдзи и до настоящего времени.

Самурайское искусство меча, зародившееся приблизительно в X-XI в.в., весьма существенно отличается от всех других методов владения холодным оружием принятых как в Европе, так и в Азии. В кэн-дзюцу, как в древности называли этот вид искусства (другие термины: **гэккэн, татигаки, хэйхо**) сравнительно мало фехтовальных элементов к которым привыкли европейцы.

Бойцы, как правило, становились в исходную позицию и выжидали, когда противник откроется для нанесения удара. Затем следовал решающий удар или серия ударов. Чем меньше было взмахов мечом - тем выше ценилось искусство бойца. Такая схема поединка была основной для более чем 1500 школ кэн-дзюцу, а позднее и кэндо.

Меч принято было держать двумя руками, хотя допускается фехтование и одной рукой и фехтование двумя мечами. сразу - большим и малым.

Школы кэн-дзюцу различались между собой стойками, которых насчитывалось около трехсот и приемами (их было несколько тысяч), но в каждой отдельной школе (рю) основных стоек и ударов предусматривалось не так уж и много - от 10 до 15. Считалось, что при твердом усвоении этого вполне достаточно, чтобы выйти победителем из любой схватки.

На протяжении многих веков обучение кэн-дзюцу шло с максимальным приближением к реальным условиям, то есть на стальных мечах и чаще всего без доспехов. Только в XVII в. Наканиси Тjuta, основатель школы Наканиси Итто-рю внедрил в практику тренировок защитные приспособления для головы, рук и тела, скопировав настоящие доспехи, а также заменил стальной меч на **синаи** - легкий, удобный меч из плотно перевязанного в нескольких местах пучка бамбуковых полос. До нашего времени синаи используется как основное учебное оружие кэндо.

Почему же кэн-дзюцу считалось искусством?

С началом периода Токугава феодальная система приобрела полностью сформировавшийся вид, установилось жесткое деление всего общества на классы, и высшим классом в иерархической лестнице становится класс самураев. И, если раньше кэн-дзюцу могли заниматься и крестьяне и горожане, то теперь по закону только воины (буси) имели на это право. В это время кэн-дзюцу слилось с морально-этическим кодексом самурайской чести - бусидо (путь воина) и философией дзен-буддизма, которые внесли в японское фехтование богатое духовное и теоретическое

содержание, подняв его от обычного вида единоборства на уровень таких искусств как живопись, каллиграфия, поэзия и т. д.

А само искусство меча в свою очередь стало рассматриваться как важнейший путь (до) духовного воспитания личности и одним из видов динамичной медитации.

Идеальный самурай на протяжении всех тринадцати веков становления, развития и упадка этого воинского сословия должен был служить воплощением канонических конфуцианских добродетелей. Прошедшие суровую школу дзенского психотренинга, самураи уже с 15 лет становились "рыцарями без страха и упрека", готовыми идти на "горы мечей" и сложить голову на поле брани. Жизнь и смерть самурая были подчинены единственному непререкаемому закону - закону чести (гири). Перед ним отступали на задний план любовь и ненависть, нежность и сожаление, страх и восторг. Идеальный самурай должен был стать, и порой действительно становился, сверхчеловеком. Душой его был меч, профессией - война, постоянным занятием - воинские искусства. Философия входила в его плоть и кровь под сводами дзенских и синтоистских храмов в долгие часы медитации и упражнений с оружием. Физическое совершенство, моральная чистота, возвышенность помыслов - таким представляется настоящий самурай, о таком самурае слагались легенды, песни, героические рассказы. "Среди цветов - вишня, среди людей - самурай" гласит японская пословица.

История 47 ронинов является ярким тому подтверждением. В 1701 году в замке сегуна один из самураев по имени Кира Есихиса спровоцировал ссору с самураем Асано Наганори. Асано выхватил меч и ранил обидчика, что было расценено как страшное преступление, т. к. дворец сегуна считался священным местом, где нельзя обнажать меч под страхом смерти. Асано тут же схватили стражники и по приговору сегуна он был вынужден совершить ритуальное самоубийство - сэппуку (харакири). Все имущество Асано было конфисковано, а 300 его вассалов из замка Ако стали самураями без сюзерена - ронинами. После траурной церемонии они разошлись кто куда. Все, кроме сорока семи. Ведь согласно кодексу чести, хотя Асано и смыл свою "ошибку" кровью, он завещал своим верным вассалам отомстить за себя. Они должны были либо сразу последовать за своим господином в загробный мир, либо смыть оскорбление, павшее на их

клан. Сорок семь самураев во главе с Оиси Кураноскэ поклялись во что бы то ни стало отомстить за своего господина. Но так как Кира Есихиса ожидал мести и устроил охрану своего замка, сразу осуществить задуманное оказалось не под силу. Тогда ронины решили усыпить бдительность противника и разошлись в разные концы страны и занялись кто чем, предварительно назначив время и место встречи. Стали нарочно распускать слухи, что ронины из Аки забыли своего господина и их больше волнует собственное благополучие, чем память об Асано. Но за Оиси Кураноскэ неотступно наблюдал посланный Кира шпион. И Оиси проводил время в злчных кварталах Киото, предаваясь пьянству и разгулу, дабы усыпить подозрения соглядатая. В течение двух лет ронины скитались по стране. Их очевидное забвение своего господина вызывали ненависть и презрение других самураев. Над ними все потешались настолько, что Кира Есихиса забыл свои страхи и убрал охрану.

И вот декабрьской ночью по сигналу предводителя 47 воинов из замка Аки собрались вместе и направились к замку обидчика. После короткого штурма Кира был схвачен и обезглавлен. Один из самураев отправился известить семью Асано о справедливом возмездии. После этого самураи отправились к храму Сэнгакудзи, где был похоронен Асано и позже сдались властям. Эта история имела огромный резонанс во всей Японии. Сам сегун выразил восхищение столь беспредельной храбростью и верностью. Но закон был непримерим и всех 47 человек приговорили к харакири. Их похоронили рядом с господином.

Могила 47 ронинов и поныне почитаема в Японии, их печальную историю изучают в школах дети. И разве не достойны искреннего и проникновенного сочувствия 47 человек начала XVIII века, которые знали чувство долга и выполнили этот долг целиком без остатка. Сорок семь человек нерасторжимо связавших друг друга братской клятвой, безукоризненно проводивших от начала и до конца изумительную конспирацию, сокрушивших все заставы бдительности влиятельного врага, не дрогнувших ни разу с первой минуты заговора и до последней секунды жизни, давших незабываемый пример монолитно спаянного коллектива, доведших дело своей жизни до испепеляющего конца.

После революции Мэйдзи (1868 г.), когда самураи лишились права на ношение меча, кэн-дзюцу временно

увяло, но вскоре возродилось уже под новым именем - кэндо и было принято как обязательный предмет в средних школах.

Всеяпонская федерация кэндо возникла в 1928 году и с тех пор процветает, несмотря на тяжелые испытания военных лет и запрета американских оккупационных властей в послевоенные годы. В наше время интерес к кэндо неуклонно растет. В этом издании вы сможете ознакомиться только с основами кэндо.

В матчах кэндо побеждает выигравший два очка из трех возможных. Очки присуждаются за поражение трех опасных участков головы, а также правого или левого запястий, которые в момент касания меча находятся не ниже уровня плеча, горла и двух определенных участков корпуса.

Техника кэндо включает в себя стойки, удары, защиту (блоки), уходы и некоторые другие элементы. Большое внимание уделяется формальным упражнениям (ката) и тестам на эффективность ударов с настоящим мечом (тамэси-гири). Мастера высокого класса демонстрируют чудеса, перерубая толстый слой соломы, молодое деревце, бамбук, подброшенный волос, летящую стрекозу. В среде мастеров ценилось умение нанести несколько ударов на одном или разных уровнях - например, разрубить стоящую палку на четыре части. Предания гласят, что иные мастера проделывали такие трюки с завязанными глазами, используя свое "внутреннее видение" и экстремальный разум. В наши дни это искусство осталось достоянием единиц.

Глава 2. СНАРЯЖЕНИЕ И ДОСПЕХИ

Основная одежда кэндоиста - черная, белая или голубая куртка (кэйкоги) и черные либо белые широкие брюки (хакама), (рис. 1). Остальная одежда, упомянутая ниже является средством защиты - доспехами. Надевают ее в такой последовательности: **тара, до, тэнугун, мэн, котэ.**

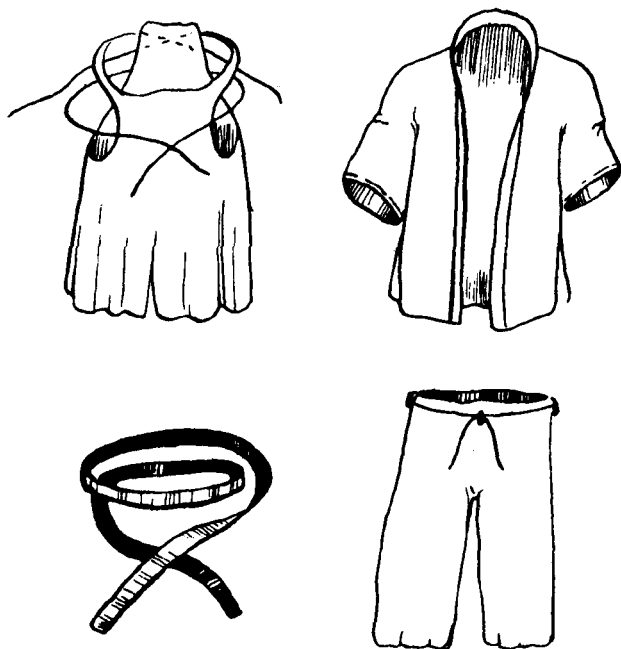


РИС. 1

Тарэ (рис. 2) - это защита бедер, нижней части живота и области паха. Состоит из трех пластин. Их можно свободно передвигать вдоль пояса, на котором они крепятся. Пояс завязывается на бедрах.

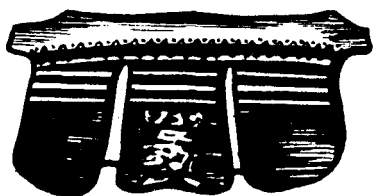


Рис. 2

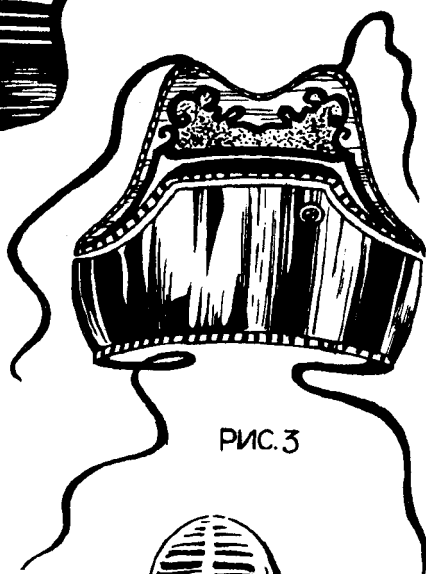


Рис. 3

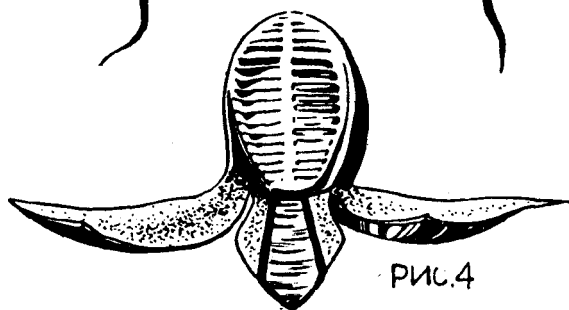


Рис. 4



Рис. 6

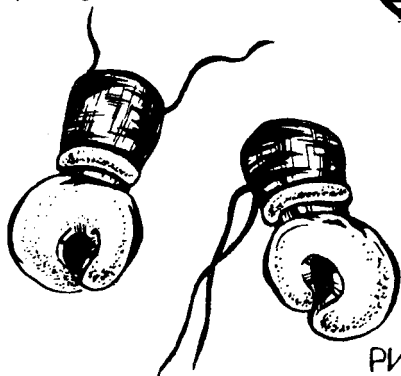


Рис. 5

До (рис. 3) - это панцирь, защищающий живот и грудную клетку. Сделан из твердых полосок бамбука, покрытых кожей и многократно лакированных. Цвет - черный либо коричневый. Две верхние ленты, служащие для крепления до, располагаются перекрестно на спине. Две нижние, связанные на поясе сзади предотвращают движение панциря вперед.

Тэ-ну-гун - платок, защищающий голову и шею от натирания маской, а глаза от пота.

Мэн (рис. 4) - стальная маска на лицо, к которой пришиты полосы толстой хлопчатобумажной ткани, защищающие шею и ключицы. Маска завязывается широкими лентами на шее и затылке.

Котэ (рис. 5) - толстые кожаные рукавицы, состоящие из двух частей - ладонной и предплечной. Внутренняя часть рукавиц выполнена из мягкой кожи, которая дает возможность хорошо держать меч.

Синай (рис. 6) - меч кэндоиста - сделан из четырех стержней бамбука. Они укреплены в длинном кожаном чехле, выполняющем функцию рукоятки. Рукоятка заканчивается кожаной гардой. Кроме того стержни бамбука связаны узлом, а сверху на них насаживается кожаный колпак. Длина синая должна быть в пределах 118 см, а вес не менее 415 грамм. Помните, что брать в руки бамбуковый меч вы должны с таким чувством, как будто это - настоящий меч катана, который является вашей душой и от которого зависит вся ваша жизнь (рис. 7).

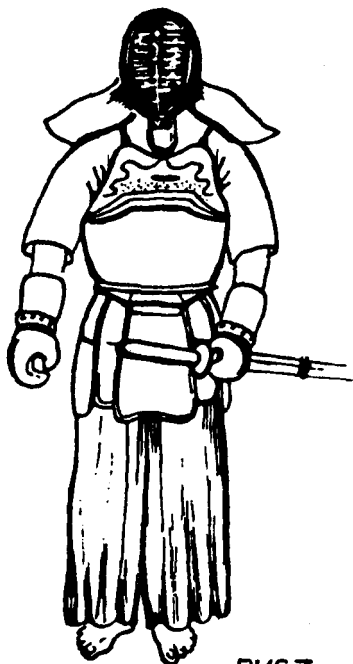


РИС.7

Глава 3. ЦЕРЕМОНИАЛ

В додзэ, где занимаются кэндо, обязательным является строгий этикет, основные принципы которого сводятся к двум положениям:

1) все правила поведения соответствуют представлению, как будто борьба ведется настоящим оружием;

2) поведение характеризуется хорошими манерами, принятыми в японском обществе; особой привелегией пользуются старшие и хорошо подготовленные кэндоисты.

Кроме того обязательными являются некоторые частные запреты:

- нельзя проходить между фехтовальщиками, когда они одеты и сидят друг против друга в полных доспехах;

- нельзя переступать через синай, тем более касаться его стопой, особенно, когда он находится с левой стороны от кэндоиста;

- без специального разрешения нельзя прикасаться к любым доспехам другого кэндоиста.

Кэндоисты выходят на тренировку в зал одетые в тарэ и до. В это время раздаются громкие звуки барабана. Когда барабан прекращает бить, все становятся в шеренгу. Затем кэндоисты садятся на корточки в позу дза-дзен. Меч лежит параллельно левой голени, маска и рукавицы возле правого колена. Раздается команда старшего кэндоиста: "Сидеть прямо. Внимание" (Ки о цуке!). По команде "Рэй" выполняется поклон в сторону того, кто проводит занятие. Далее следует неторопливое одевание и проверка снаряжения. Когда кто-либо из бойцов готов, он встает и взглядом выбирает себе противника. Подходит к нему и делает поклон. Соперник отвечает ему поклоном. Оба кланяются инструктору, после чего удаляются на место поединка. Все это время меч находится в левой руке под углом 45 градусов к полу.

Глава 4. ОСНОВЫ КЭНДО

Искусство кэндо состоит из стоек, передвижений, приемов атаки и приемов защиты.

Камаэ - стойки с мечом.

В кэндо существует пять основных камаэ.

Тюдан-но-камаэ (рис. 8) (камаэ среднего уровня) - состоит в держании оружия вдоль средней линии туловища. Тюдан-но-камаэ - основная стойка в кэндо. Ею следует овладеть в первую очередь. Она одинаково подходит и для защиты и для нападения. Из нее очень удобно передвигаться, и в нее кэндоист возвращается после каждого действия. Все кэндо начинается именно с этой стойки. Острие меча направлено в точку цуки. Нажимают на оружие тремя пальцами. Большой и указательный лишь слегка касаются рукоятки. Вес тела распределен равномерно на обе ступни, находящиеся в 50 см одна от другой, причем пятка левой стопы приподнята приблизительно на 2 - 4 см над полом.

Дзедан-но-камаэ (рис. 9) - меч держат над головой. Данная стойка исключительно атакующая, принимать ее надо с чувством уверенности и стремлением подавить волю противника, не допуская ни малейшего колебания в своих силах. Левая рука держит оружие сильнее, правая легче и с большим ощущением. Правая ступня сзади, на нее приходится 55% веса тела.

Гэдан-но-камаэ (рис. 10) - стойка в которой меч держат опущенным вниз. Данная камаэ - исключительно оборонительная. Кончик меча колеблется в пределах 20 см от пола. Левая ладонь сильно сжимает рукоятку, правая слегка поддерживает оружие ниже гарды.

Хассо-но-камаэ (рис. 11) - стойка при которой меч держится вертикально с правой стороны головы. Эта стойка воздерживающаяся. Приняв ее, обычно наблюдают за действиями противника.

Вакикамаэ (рис. 12) - стойка, при которой меч держится с правой стороны тела, конец его обращен назад, а лезвие не видно противнику. Вакикамаэ подходит для любых действий.

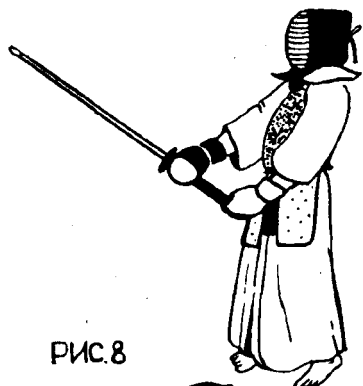


Рис.8



Рис.9



Рис.10



Рис.11

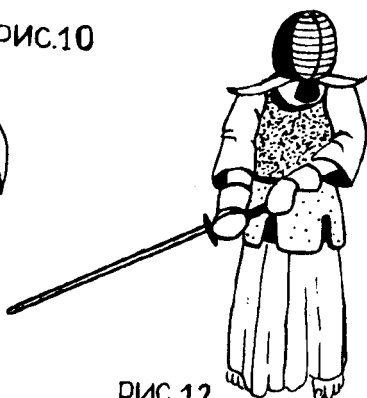


Рис.12

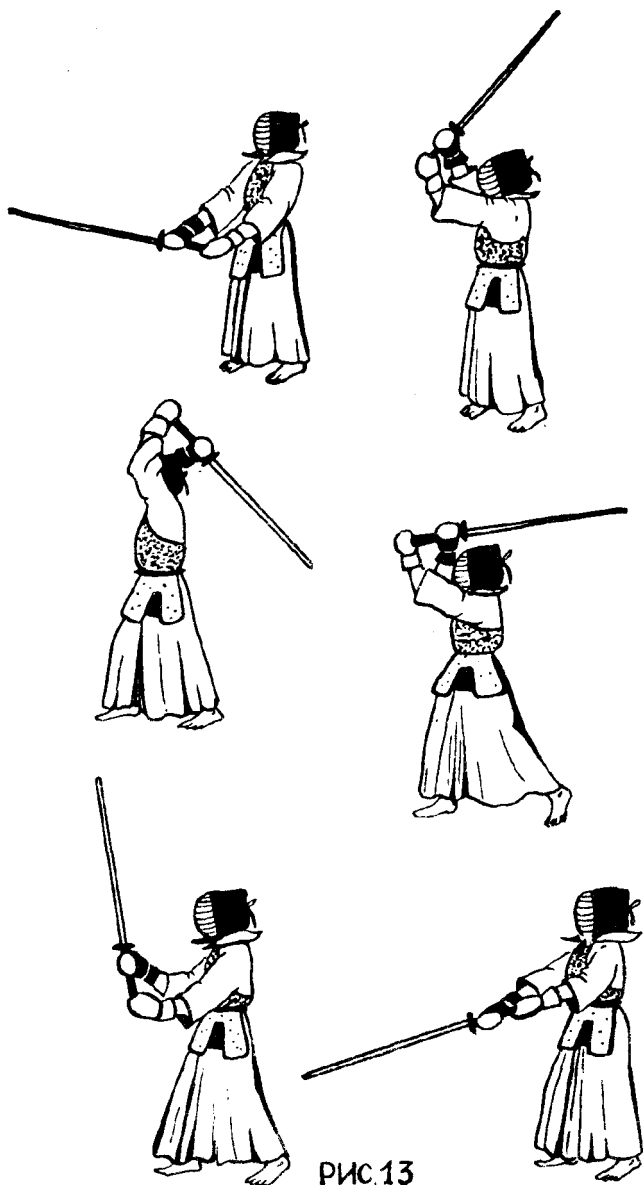


Рис.13

Окури-аси.

Окури-аси - это основной способ передвижения в кэндо, при котором движение вперед и отступление назад совершается всегда с правой ноги, а левая подтягивается вслед за правой. Можно перемещаться этой походкой вперед-назад, вправо-влево, вправо-вперед и влево-вперед, а также вправо-назад и влево-назад. Движение от начала и до конца выполняются на одном дыхании и делается серия шагов без остановок.

Существуют также способы передвижения такие как аюми-аси, цуги-аси, хираки-аси.

Движения мечом - субури

Дзегэ субури (рис. 13)

Из стойки тюдан-но-камаэ делаем большой замах мечом, как показано на рисунке, и, не останавливая меч, опускаем его до тех пор, пока локти обеих рук не выпрямятся, а левый кулак практически не коснется нижней части живота. В момент опускания рук необходимо сделать выжимающее движение кистями внутрь. Это упражнение повторяется до полной усталости. При замахе и в начале опускания меча тело и руки находятся в расслабленном состоянии, а в конце движения следует выдох и напряжение. Меч должен двигаться по прямой линии, не отклоняясь ни вправо, ни в лево. Это упражнение можно делать и в стойке и в движении.

Нанамэ сабури (рис.14)

Из стойки тюдан-но-камаэ делается большой замах и опускается меч вниз под углом 45 градусов влево, затем вправо. Упражнение делать без перерыва. Между замахом и ударом не должно быть паузы, кисти рук делают выжимающее движение внутрь, как в предыдущем упражнении. По мере увеличения вашего мастерства, нужно увеличивать силу и скорость удара и сочетать его с передвижениями.

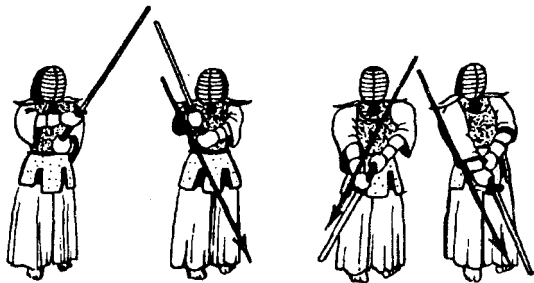


РИС.14

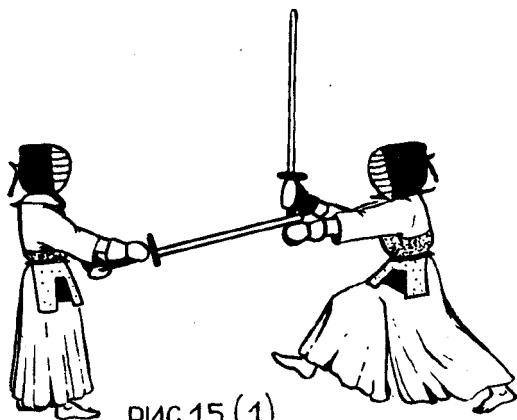
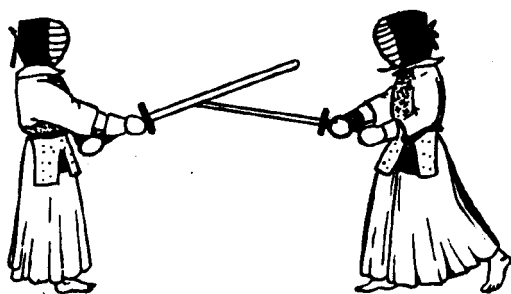
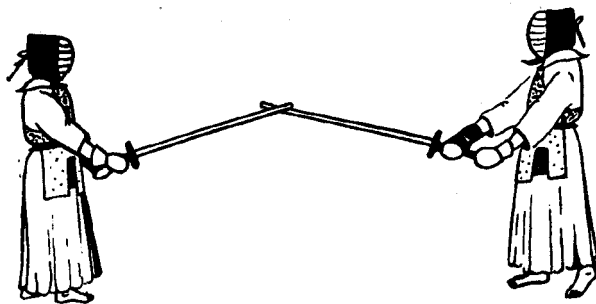


рис.15 (1)

Основные удары в кэндо

В кэндо различают восемь основных ударов.

Семэн-ути (рис. 15)

Из стойки тюдан-но-камаэ делают замах мечом до тех пор, пока из-под левого кулака не покажется голова противника. Затем делая шаг вперед с правой ноги и выпрямляя руки, наносим удар прямо в центр головы.

При этом обратите особое внимание на следующее:

- оба кулака должны проходить по центральной линии тела;

- плечи при ударе не должны быть напряжены;

- спину следует держать прямо, не наклоняя корпус;

- замах и нанесение удара выполняется неразрывно одним движением;

- при выпаде не следует сильно поднимать правую ногу, а левую быстро подтягивать к правой;

- не забывать о выжимающем движении кистями рук.

Саюмэн-ути

Этот удар выполняется также, как и предыдущий, с той лишь разницей, что меч при ударе опускается не прямо, а справа либо слева под углом примерно 45 градусов. Удар выполняется с равномерным вложением силы в обе руки. Левая рука опускается по центру тела.

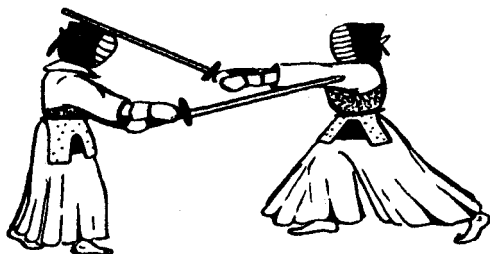


РИС.15 (2)

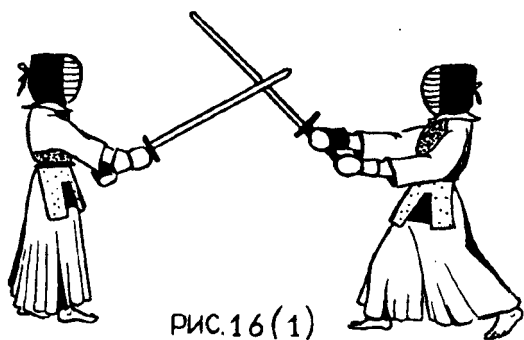
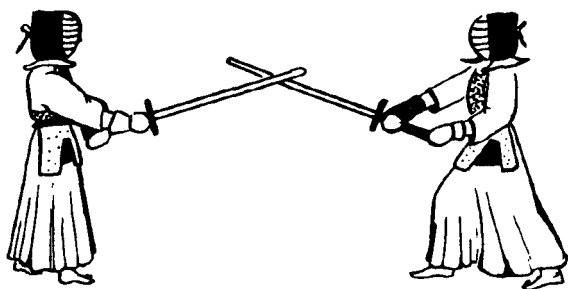
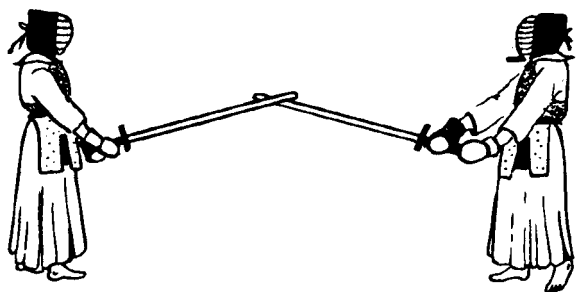


РИС.16(1)

Котэ-ути (рис. 16)

Находясь в стойке тюдан-но-камаэ, с правой ноги делаем выпад и бьем мечом по перчатке - котэ. Замах делаем до тех пор, пока из-под своих рук не увидим перчатку противника. Меч при ударе опускается прямо вдоль меча соперника. При ударе выпрямляем обе руки и следим за тем, чтобы спина не оставалась сзади, а шла вперед вместе с руками. Корпус при ударе держать прямо.

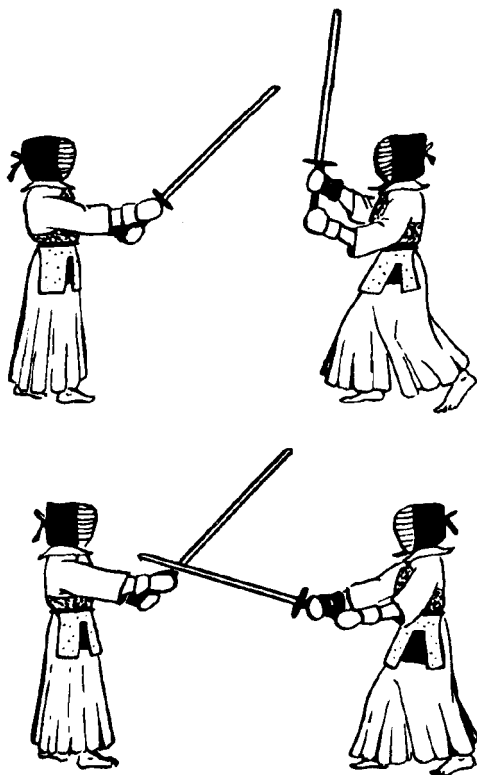


РИС.16 (2)

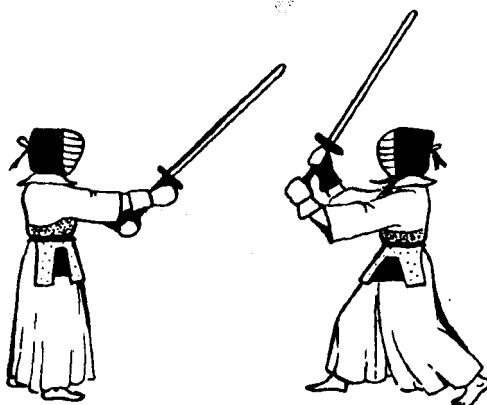
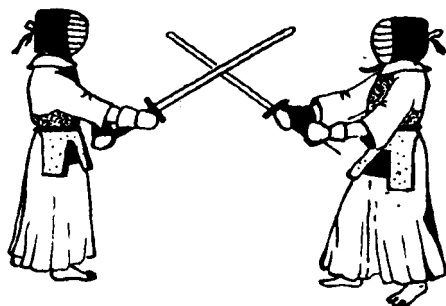
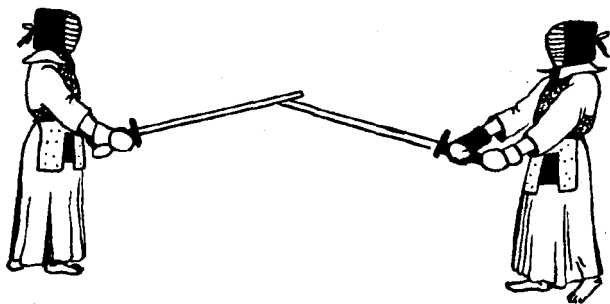


Рис. 17 (1)

До-ути (рис. 17)

Делаем взмах мечом, пока из-под рук не увидим соперника. Затем, делая выпад правой ногой вперед, наносим удар справа, либо слева, как показано на рисунке. Спину держим прямо и не забываем о выжимающем движении кистями.

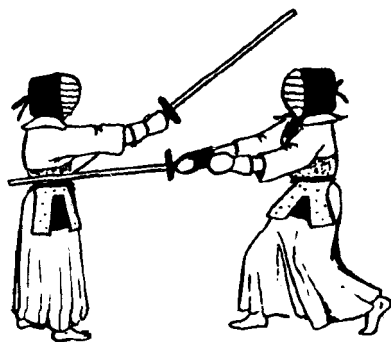


РИС.17 (2)

Цуки (рис. 18)

С правой ноги делаем выпад и, выполняя выжимающее движение, выпрямляем обе руки нанося колющий удар в горло противника. Очень важно делать толчок не только руками, но вкладывать в удар силу всего тела.

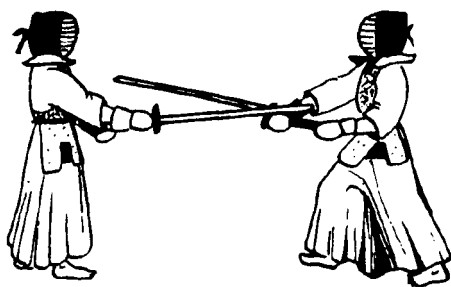
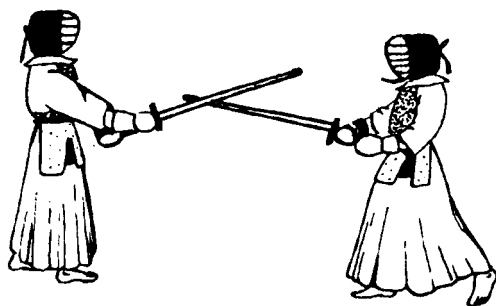
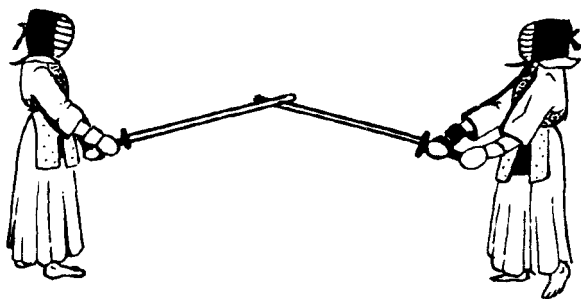


Рис.18
(1)

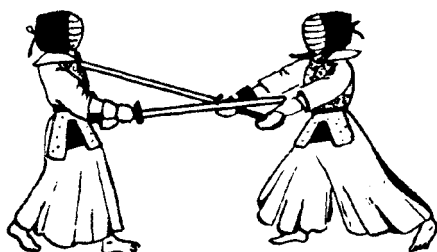


РИС.18 (2)

Кирикаэси (рис. 19) - серия ударов.

Одним из важных упражнений в кэндо является нанесение серии ударов. Оно позволяет использовать на тренировке весь комплекс основной техники. Один из вариантов кирикаэси представлен на рисунке. В кирикаэси один из бойцов выступает сначала как нападающий, а затем, как защищающийся.

Из стойки тюдан-но-камаэ атакующий наносит удар семэн-ути, приближается вплотную к противнику его мечом в нижнюю часть корпуса и бьет, наступая, удар саюмэн-ути слева и справа. Обороняющийся, в свою очередь, отходит, принимая удары.

Серия повторяется несколько раз, затем кэндоисты меняются ролями. Можно применять серии, состоящие из различных ударов, используя свои варианты:

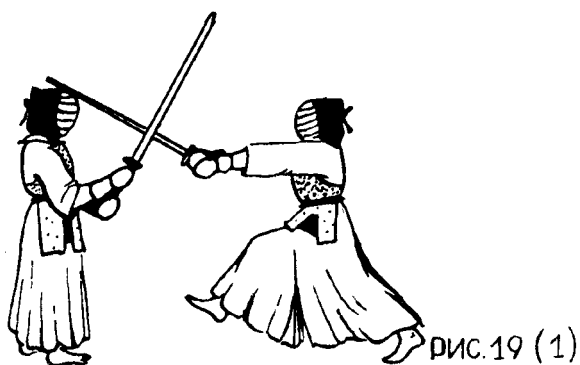
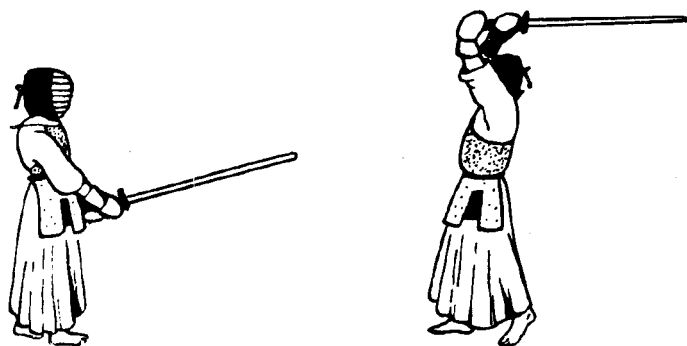
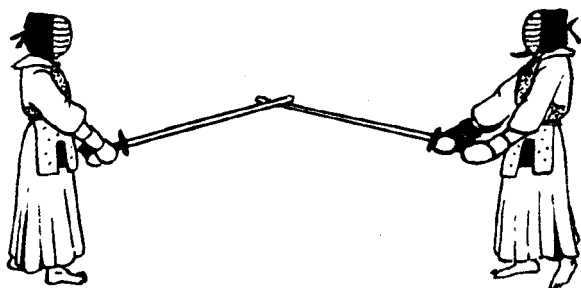


РИС.19 (1)

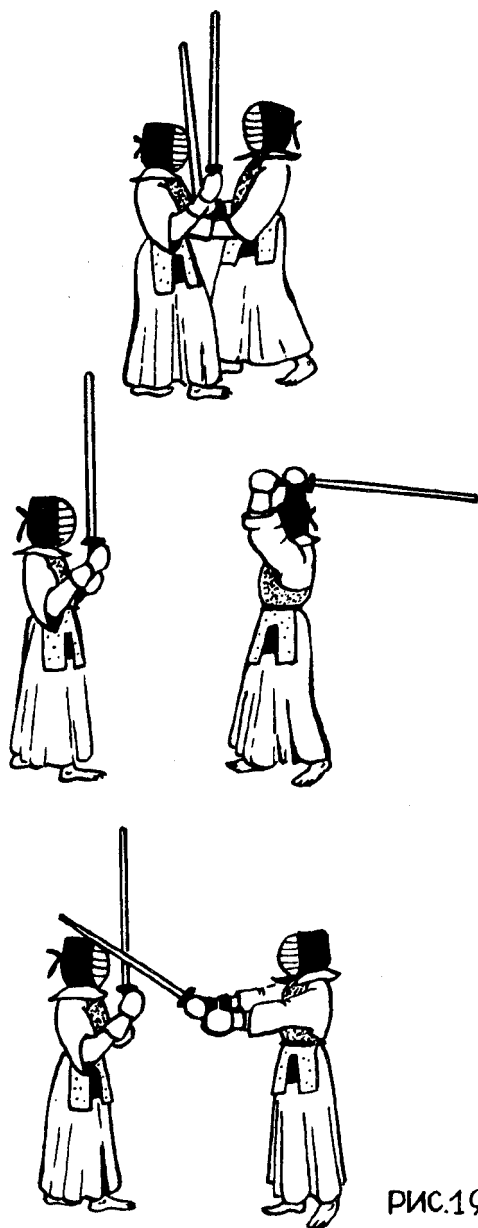


Рис.19 (2)

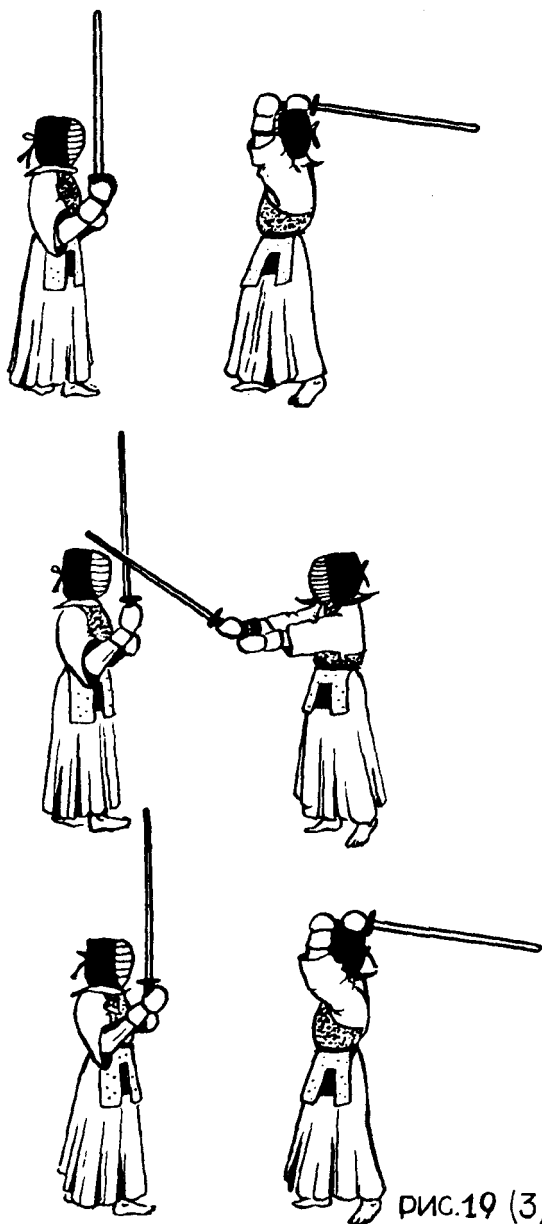


рис.19 (3)

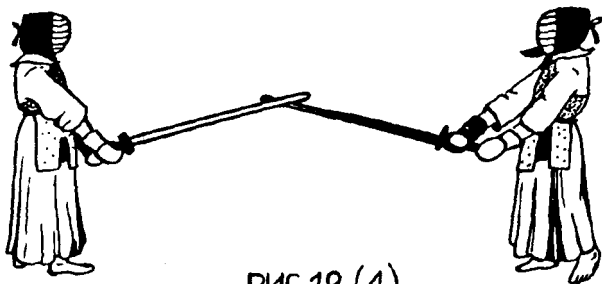


РИС.19 (4)

Сикакэ-вадза - приемы атаки

Харай-вадза (сметающий меч) - прием, при котором меч противника отбивается в сторону - влево или вправо. При этом нарушается стойка соперника и открывается для удара одна из частей тела. Одновременно с отбиванием меча наносится один из основных ударов, описанных выше.

Харай-мэн (рис. 20)

Из стойки тюдан-но-камаэ, выдвигая вперед правую ногу, отбиваем меч противника влево либо вправо-вверх, и, делая выпад, наносим удар семэн-ути. Особенно эффективен для отбивания тот момент, когда соперник собирается нападать либо отступать. Между отбиванием и движением вперед не должно быть паузы, эти движения сливаются и делаются на одном выдохе. Одновременно с движением вперед наносится удар.

Аналогично проводится прием харай с ударом котэ-ути, саюмэн-ути, до-ути и цуки.

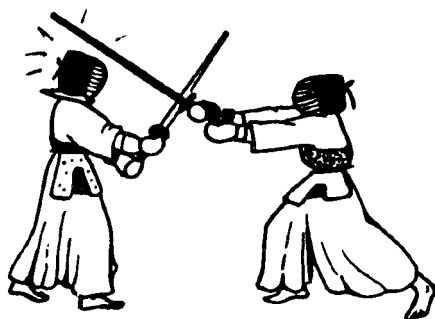
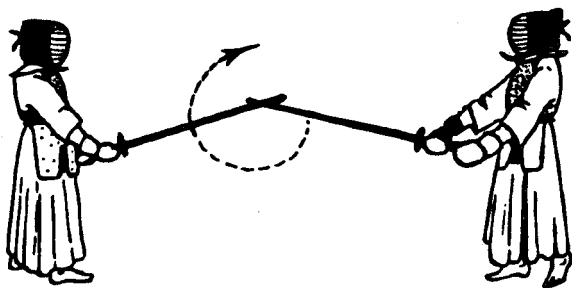


рис.20

Дэбана-вадза - один из главных приемов кэндо при котором вы, уловив момент, когда противник собирается вас остановить, делаете выпад и, упреждая его действия, наносите удар. Для выполнения этого приема необходимо постоянно следить за действиями соперника, мгновенно реагировать и наносить удар.

Нидан-вадза (двойной удар) - прием, при котором ваш первый удар не достиг цели, но вы мгновенно находите еще одну цель и наносите туда второй удар. Варианты ударов могут быть различны, главное, чтобы не было паузы между ударами, они должны совершаться мгновенно, на одном выдохе.

Хики-вадза - прием, при котором вы находитесь вплотную к сопернику и, отступая назад, влево либо вправо наносите удар.

Хики-мэн. В момент сближения с противником, увидев подходящий момент, отскакиваете назад и бьете удар

семэн-ути либо отступаете влево или вправо и бьете удар саюмэн-ути.

Если вы касаетесь с противником рукоятками мечей, то резко нажимаете на его меч сверху своим мечом и, отскакивая от него бейте в голову. Очень важно следить за расстоянием между собой и противником и всегда находиться лицом к нему, а не боком. Удар должен быть коротким. Помните о выжимающем движении кистями.

Существуют также и другие методы атаки. Вы должны помнить, что атаковать лучше всего, когда:

- соперник открыл свою стойку;
- соперник собирается атаковать;
- делает вдох;
- вы уклонились от атаки противника;
- соперник закончил какой-либо прием;
- соперник потерял равновесие.

Одзи-вадза - приемы защиты

Приемы защиты заключаются в нейтрализации атаки противника и нанесении ответного удара. Ниже мы рассмотрим несколько видов защитных приемов.

Суриагэ-вадза

Противник начинает атаку и его меч отбивается вправо либо влево-вверх. После нейтрализации удара наносите ответный удар в какое-либо открывшееся место.

Мэн-суриагэ-мэн (рис. 21)

Противник атакует вас ударом семэн-ути. Вы отступаете с левой ноги и отбиваете меч противника вправо либо влево-вверх. Затем делаете выпад с правой ноги и наносите ответный удар в голову.

Ути-отоси-вадза

Атакующий меч противника сбивается вниз и после этого наносите ответный удар.

До-ути-отоси-мэн (рис. 22)

Соперник атакует ваш корпус справа. Отходя левой ногой немного влево-назад, поворачиваем корпус вправо и сбиваем меч противника вправо-вниз. После этого мгновенно делаем выпад правой ногой и наносим удар семэн-ути. Важно сбить меч противника в тот момент, когда его руки выпрямляются.

Нуки-вадза

Этот прием, при котором вы уворачиваетесь от удара противника и наносите ему свой удар.

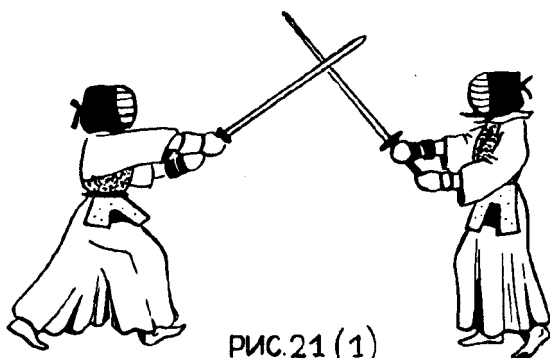
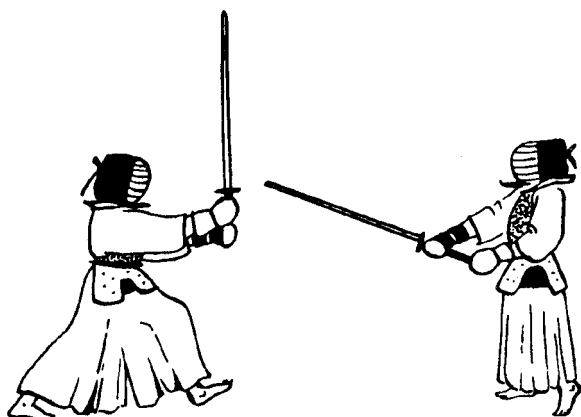
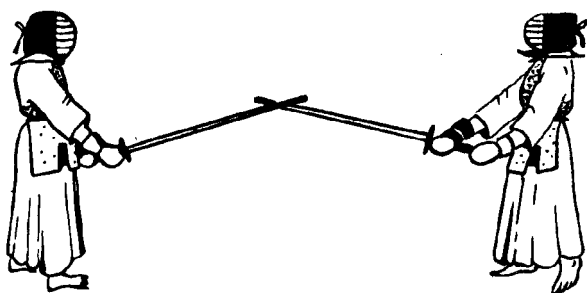


Рис.21 (1)

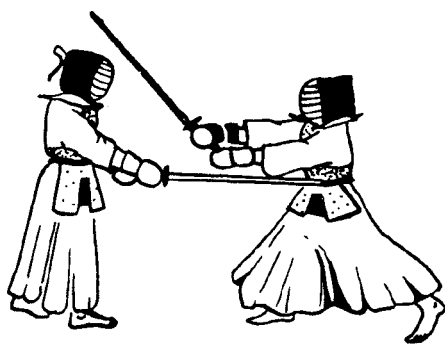
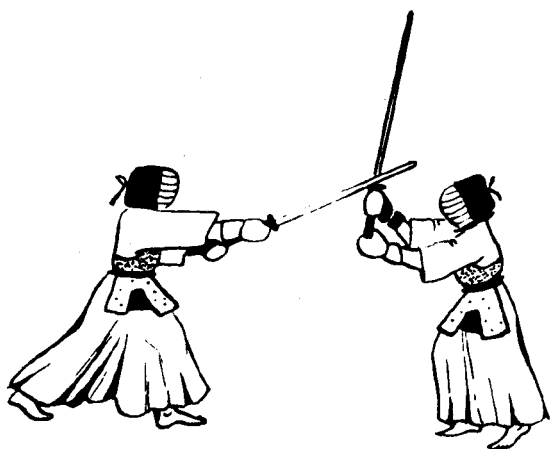


РИС.21 (2)

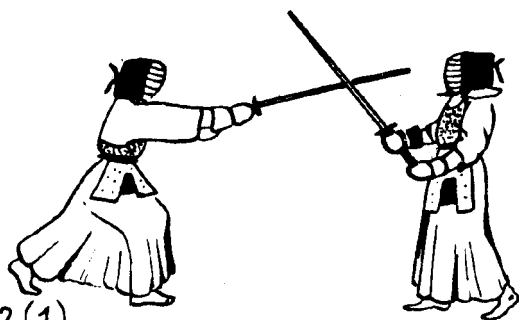
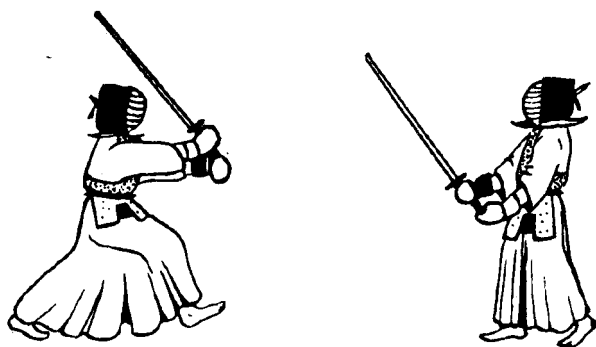
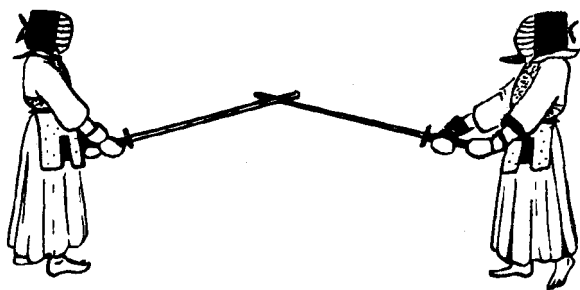


Рис. 22 (1)

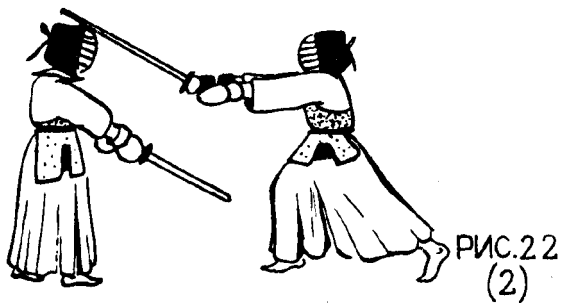
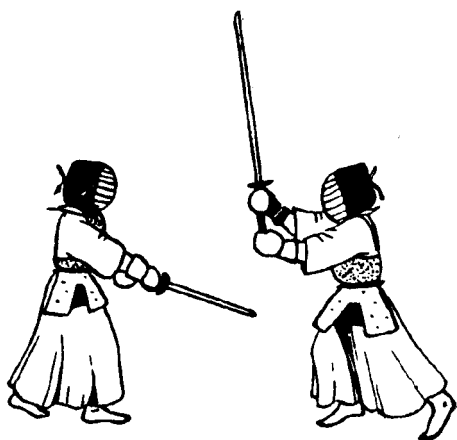
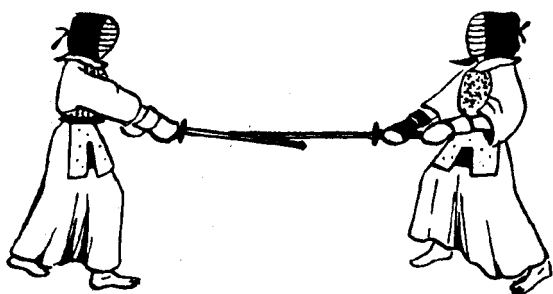


Рис.22
(2)

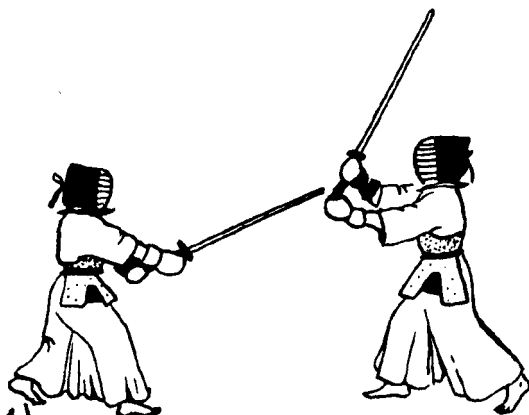
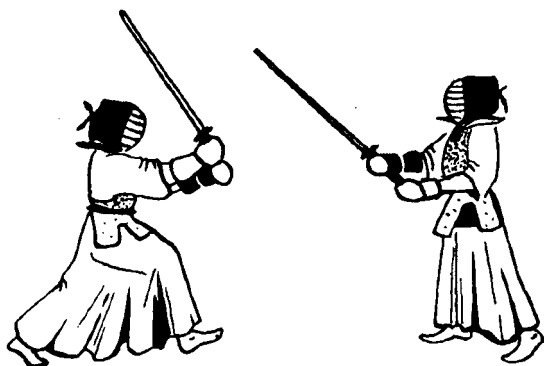
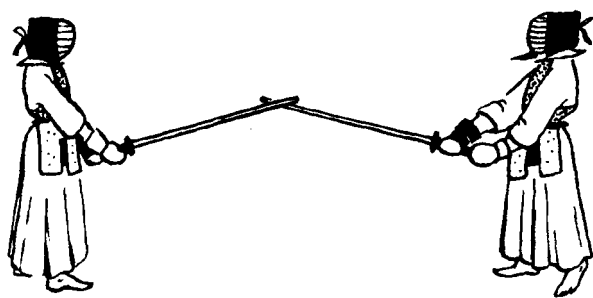


Рис. 23(1)

Котэ-нуки-мэн (рис. 23)

Соперник атакует ваше запястье. С левой ноги отступаем на шаг назад и поднимаем свой меч над головой. В результате удар противника не достигает цели. Немедленно, делая выпад с правой ноги наносим удар в голову. Возможны и другие варианты ответного удара.

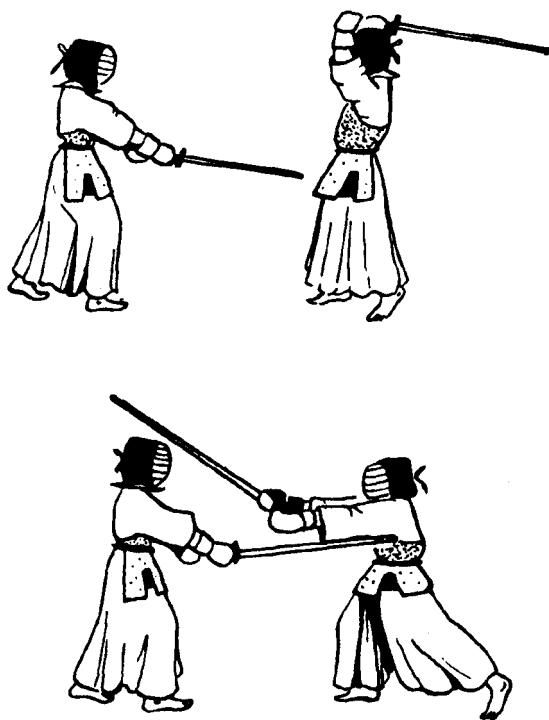


РИС. 23 (2)

Часть III

ДЗЕН И ФЕХТОВАНИЕ

Вступление

Итак, в предыдущей главе вы познакомились с элементами базовой техники кэндо. И, хотя отработке основных приемов во всех видах восточных воинских единоборств уделяется огромное значение, а на шлифовку техники уходят многие годы, все же далеко не только техника определяет успех.

В схватке боец должен атаковать одновременно меч противника и его психику. Острые меча, согласно канонам, служат точкой приложения энергии ки (кит. чи). В поединке борьба сводится к установлению контроля меча одного из партнеров над жизненно важными центрами другого. Затем необходимо выявить коронные приемы противника, определяемые школой. В прошлом мастера могли по исходной стойке определить все поведение противника в схватке. Основной же предпосылкой успеха было умение вывести соперника из душевного равновесия, нарушить его уверенность в своих силах, смутить его взглядом, жестом или боевым выкриком. И наоборот, залогом успеха было умение сохранить в любой ситуации хладнокровие и непоколебимое спокойствие, находясь в полной отрешенности (му-син). Достижение му-син гарантировало бойцу победу в столкновении даже с несколькими противниками, нападающими с разных сторон. Такое состояние достигалось с помощью специального психофизического тренинга, основывающегося на дзен-буддизме.

Ниже приводится знаменитое письмо мастера дзен Такуана* к Дзягю Тадзима-но-ками**, в котором и раскрывается основной секрет фехтования. А нижеследующие комментарии и дополнения помогут лучше разобраться в этом вопросе.

*Такуан (1573 - 1645 г.г.) - знаменитый мастер дзен, настоятель монастыря Дайто-кудзи в г. Киото.

**Дзягю Тадзима-но-ками Мунэнори (1571 - 1646 г.г.) - мастер кэн-дзюцу, принадлежал к знаменитому роду фехтовальщиков, процветавшему в начале эпохи Токугава. Изучал дзен под руководством Токкуана.

Глава 1.
Письмо* Такуана
Дзягю Тадзима-но-ками Мунэнори о тайне
недвижимой праджни

"Неведение" (авидья) - значит отсутствие просветления или пребывание в заблуждении. "Пребывающая стадия" означает момент (точку), где ум останавливается и не пребывает в объектах. В буддизме говорится о 52 стадиях, из которых одна - состояние, где ум не привязывается ни к одному из объектов, с которыми встречается. Эта привязанность (прилипчивость) называется "томару" - "остановка" или "пребывание". Ум останавливается на одном объекте вместо того, чтобы плавно протекать от объекта к объекту, как это свойственно его природе.

Взять, к примеру, фехтование: когда противник хочет вас ударить, ваши глаза сразу ловят движение его меча, и вы пытаетесь следовать за этим движением. Но, как только вы это делаете, вы себе уже не хозяин, и, будьте уверены, вас настигнет удар. Это называется "останавливание". Но есть и иной способ встретить меч противника.

Вы, конечно, видите, как меч стремится нанести удар, но не позволяете ему "остановиться" на этом. Не думайте отвечать атакой на угрожающее движение противника, не лелейте ни каких преднамеренных мыслей. Просто воспринимайте движение противника, не фиксируя ум на этом, двигайтесь навстречу противнику таким, каким вы являетесь, как всегда. Этим вы направите его нападение против него самого. Тогда его смертоносный меч станет вашим и падет на голову вашего противника.

Вдзен это называется "перехватить копьё и нанести им смертельный удар". Идея такова, что меч противника, попав в ваши руки становится орудием его собственного уничтожения. Это уже "не-меч". Как только ум останавливается на объекте любой природы, будь то меч противника или ваш меч, так сразу же вы перестаете

*Подлинник письма Такуана перемежается с пояснениями и комментариями Т. Судзуки, данными современным языком, в связи с тем, что оригинал может вызвать непонимание читателя

владеть собой. В такой ситуации объект владеет вами и вы наверняка падете жертвой меча противника. Не должно быть противопоставления субъекта и объекта. Не беспокойтесь за свою безопасность.

Для начинающих неплохо сосредоточить свой ум на самодисциплине. Важно, чтобы ваше внимание не стало пленником чужого меча или оценки движений. Когда ваш ум пленен мечом, вы становитесь собственным пленником. Ум, плененный чем-то внешним, теряет свое мастерство. Я думаю, вам это прекрасно известно, но я только хочу обратить на это внимание с дзенской точки зрения. В буддизме "останавливание ума" называется заблуждением, отсюда и "аффекты", сопутствующие пребывающему состоянию "неведения".

Не путайте "бессознательное" фехтовальщика и "бессознательное" в психологии. Первое свободно от "знания" о себе. Достигая совершенства, фехтовальщик не обращает никакого внимания на личность врага или на себя. Он безразличный наблюдатель фатальной драмы жизни и смерти, в которой, однако, принимает самое активное участие. Несмотря на отношение к происходящему, которое у него есть или должно быть, он превышает себя, он выходит за рамки двойственного обоснования события, но при этом он не избегает его.

В искусстве фехтования, где принцип противостояния очевиден, заинтересованному лицу следует освободиться от заинтересованности, отбросить двойственное мышление.

Праджней обладают все будды и все живые существа. Это трансцендентальная мудрость, текущая через относительность всех объектов, и при этом она остается недвижимой. Эта неподвижность не похожа на неподвижность камня или деревянного чурбана. Подобная неподвижность является самим умом, наделенным бесконечной подвижностью; он движется вперед и назад, влево и вправо, в каждую из десяти сторон и не знает никаких препятствий ни в каком направлении.

Есть у буддистов бог, называемый Фудо Мео - Недвижимый. Его изображают держащим меч в правой руке и веревку в левой. Зубы его оскалены, а глаза зло сверкают. Его грозная позиция говорит о готовности уничтожить все злые силы, вредящие буддийскому учению.

Хотя он изображен в реалистической форме, его нет нигде на земле. Он - символический защитник буддизма, по сути своей воплощение недвижимой праджни для нас, - чувствующих существ. Когда перед ним стоят обычные люди, они вспоминают о его назначении и опасаются препятствовать буддийскому учению. Но человек, обладающий мудростью, и приближающийся к буддийскому состоянию просветления, сознает, что Фудо Мео символизирует неподвижную праджню и является разрушителем иллюзий. Того, кто становится просветленным и ведет свою жизнь по примеру Фудо, уничтожив все свои заблуждения, не коснутся злые духи. Мео - символ недвижимости ума и тела. Не двигаться - значит не "останавливаться" на видимом объекте. Увидев что-то, глаза следуют дальше и ум не привязывается. Когда ум останавливается на каждом стоящем перед ним объекте, то его волнуют всевозможные мысли и чувства, и "останавливание" неожиданно ведет к движению, т.е. волнению. Хотя ум есть субъект остановок т.е. подвержен "остановкам", он, хотя это и кажется сверхестественным, при всей своей внешней подвижности на самом деле остается неподвижным.

Допустим, перед вами 10 человек и каждый из них пытается по очереди нанести вам удар мечом. Как только вы избавитесь от одного, нужно сразу же переходить к следующему. Нельзя позволять уму ни на одном противнике останавливаться ни на одно мгновение. Как бы быстро удар не следовал за ударом, вы не задерживайтесь между двумя ударами, ни на миг не вступайте в схватку сразу с двумя противниками. При таком подходе каждый из десяти противников будет успешно отражен. Это возможно лишь в том случае, если ум свободно движется от объекта к объекту без всяких остановок, без привязанности. В обратном случае подобная игра закончится поражением.

Каннон Босацу (Авалокитешвара) иногда изображается с тысячей рук, и каждая из них держит свой инструмент. Если ум "останавливается" на использовании, скажем, лука, все остальные руки (числом 999) окажутся бесполезными. Только потому, что ум не останавливается на использовании одной руки, а движется от одного орудия к другому, все руки оказываются в высшей степени полезны. Но даже от Каннон нельзя ожидать, чтобы на ее теле была тысяча рук. Просто ее образ демонстрирует, что недвижимая праджня осознана и при этом даже тысяча рук не мешает.

Вот другой пример. Я смотрю на дерево и вижу один красный лист. Мой ум останавливается на нем. При этом все остальные листья исчезают. Но если я смотрю на дерево без предвзятых мыслей, я вижу сразу все листья. Один лист "останавливает" мой ум на себе и не дает ему видеть все остальные листья. Но если ум движется без "остановок", он успешно воспринимает сотни тысяч листьев. Когда мы пребываем в таком состоянии ума, мы сами - Каннон.

Простодушный поклоняется Каннон, считая ее сверхъестественным существом с тысячей рук и глаз. Другие, чей ум заходит не слишком далеко, вообще отрицают реальность Каннон, говоря: "Как это может быть у одного тысяча рук?" Те, кто знает причину вещей не станут ни слепо верить, ни напрочь отрицать. Для них это совершенный символ - свидетельство мудрости буддизма. Тому же учат и другие школы, а в особенности синтоизм. Его символические фигуры не следует отвергать, но и не следует воспринимать буквально. Нужно понимать их смысл. Значения могут быть разные, но все они непреложно указывают на одну истину.

Все начинающие поднимаются от первой ступени неведения и аффектов, и в итоге достигают недвижимой праджни. И, когда они добираются до последней ступени, то видят, что находятся совсем рядом с началом. В этом глубокий смысл.

В фехтовании это проявляется в том, что подлинный начинающий понятия не имеет как правильно держать меч, фехтовать, и того меньше знает о том, как ему вообще вести себя во время боя. Когда противник пытается его ударить, - он инстинктивно парирует удар. Вот и все, что он может сделать. Но, когда начинается тренировка, его учат, как держать меч, куда направлять ум, и множеству технических приемов - что заставляет его ум "останавливаться" на стыках различных действий. Поэтому, когда он пытается нанести удар по противнику, он чувствует себя ужасно скованно - ведь он утратил чувство неискушенности свободы. Но проходят дни и годы, тренировка приводит его в состояние полной зрелости, его движения и владение мечом достигают состояния "не-ума" (неумности). Это состояние сходно с тем, которое у него было в начале его пути, когда он еще ничего не знал, не ведал об этом искусстве. Начало и конец - ближайшие соседи. Попросту говоря, когда достигнута высшая стадия изучения буддизма, человек становится вроде простака,

который ничего не знает о Будде, о его учении и избегает знания всяких научных достижений, всякой учености. Неведение и аффекты, характеризующие первую ступень, вливаются в недвижимую праджню, последнюю ступень буддийской дисциплины. При этом интеллектуальные расчеты отходят в сторону, и преобладает состояние неумности (мусин) или не-мыслия (мунзн). Когда конечное совершенство достигнуто, тело и его органы действуют сами по себе, как им и полагается, без вмешательства ума. (Техническое совершенство достигает полной автономии, освобождается от сознательных усилий.)

Человек обретает бессознательный или рефлекторный тип деятельности тела, а ум не останавливается ни на чем. Он существует сам по себе, без мыслей, без аффектов, подобно пугалу среди рисовых полей. Человек становится простодушным, его чистый ум особенно не выделяется и кажется наивным, держится сам по себе, не отличается самоуверенностью. Несамуверенность характерна для тех, кто достиг высшего состояния ума.

Нам следует различать два направления тренировки: духовная и практическая. Что касается духовной, то это становится понятным, если человек отказывается от своего собственного неведения и аффектов и достигает состояния "не-ума". Но нельзя отвергать и тренировки технического плана. Если принцип ясен, этого еще не достаточно для мастерства движений. Практическими деталями технического совершенства я считаю, например, то, что называется пятью способами постановки тела в зависимости от характера человека. Принцип духовности должен присутствовать без всякого сомнения, но фехтовальщик должен владеть и техническими навыками. Тренировка никогда не должна становиться односторонней. Ри (ли) и дэн (ши), как два колеса одной повозки.

Существует способ выражения мысли "не оставляющий ни малейшего промежутка". Когда кремень ударяется о сталь, не проходит и мгновения, как стремительно появляется искра. Это относится и к уму, который не "останавливается" на объекте, не тратит времени на обдумывание (ибо аффекты любого рода отстаивают свои права). Это не значит, что события проходят буквально одновременно или мгновенно следуют одно за другим. Важно не давать уму на чем-либо фиксироваться (останавливаться). Мгновенность сама по себе бесполезна, если ум "останавливается" хоть на мгновение. Пока есть хоть мгновение остановки, ваш ум уже не ваш, поскольку

он попадает под контроль чего-то иного. Когда ум размышляет, как ему совершать быстрое движение, сама эта мысль уже сковывает его. (Вы себе уже больше не хозяин.)

Вопрошающий дзенского мастера: "Что есть Будда?", может в ответ получить поднятый кулак. Или: "В чем конечный смысл буддийского учения?" - учитель может ответить еще прежде, чем вопрос дозвучит до конца: "Ветка цветущей сливы!" или "Кипарис во дворе!" Дело не в том, чтобы дать буквальный ответ, нужно только, чтобы ум вопрошающего ни на чем не остановился. Такой ум не "останавливается" ни на цвете, ни на звуке, ни на запахе. Этот неостанавливающийся ум в его таковости благословляется как Бог, и почитается как Будда. Это и есть дзенский ум или конечная суть искусства. Ответ на вопрос, подобный приведенным выше, данный после раздумья, может быть прекрасен и полон мудрости, но, в конце концов, он еще находится на стадии неведения и аффектов (авидья).

Дзен интересуется то мгновение, в котором кремень, ударяясь о сталь, высекает искру. Чей-то голос зовет: "О, Уэмон!", - и человек сразу откликается: "Да!" Это недвижимая праджня. Иногда человек останавливается в сомнении и размышлении: "К чему бы это было?" или "Кто это мог быть?" - и наконец ответит: "Что?" Такой человек исходит от ума, пребывающего на стадии недеяния и аффектов. Где бы и когда ум не останавливался - это знак, что им движет нечто внешнее, т.е. человек находится в заблуждении.

С другой стороны, то, что где-либо не задерживается и сразу же реагирует (в частности на окрик) - есть праджня всех Будд. Будда и все существа не есть "два", как нет богов и людей. Бог или Будда - имя данное уму, тождественному праджне.

Существует много путей. Путь богов, Путь поэзии, Путь Конфуция - но все они лишь иллюстрация к единому уму.

Когда люди следуют только букве и не обладают истинным пониманием того, что есть Единый Ум (недвижимая праджня) - тогда всю свою жизнь всеми возможными путями они этим злоупотребляют. День и ночь они совершают добрые и злые дела, согласно своей карме. Они оставляют семью, разрушают целую нацию или совершают еще что-нибудь, противное воле единого ума. Они совершенно запутываются и не могут узреть Единый

Ум. К несчастью, так мало людей, действительно проникших в глубины Единого Ума. Остальные, увы, совершенно сбились с пути.

Но мы должны знать, что недостаточно видеть этот ум. Мы должны практиковать его в нашей повседневной жизни. Мы можем бойко о нем говорить или писать книги, но этого недостаточно. Сколько бы мы ни говорили о воде, как бы умно ее не описывали, она от этого не станет настоящей водой, жажды не утолит. И так же огонь. От одних разговоров об огне рот не загорится. Узнать, что такое огонь и вода, значит испытать их в действительной конкретности.

Часто задают вопрос: "Куда направлять ум (внимание)?" Когда ум направлен на движение противника, он захвачен ими. Когда направлен на его меч - скован мечом. Когда направлен на то, чтобы нанести противнику удар - захвачен мыслью об ударе. Когда направлен на собственный меч, захвачен собственным мечом. Когда направлен на положение тела, которое принял противник - захвачен им. Во всех случаях говорят, что не знают, куда следует направлять ум.

Некоторые говорят: "Куда бы ни был направлен ум, человек неизбежно следует этому направлению, и враг, конечно, использует это, т.е. поражение неминуемо. Поэтому лучше всего держать ум в нижней части живота, как раз под пупком, тогда он сможет приспособиться к различным ситуациям."

Если вы пытаетесь удержать ум, заключить его в нижнюю часть живота - сама идея его удержания, фиксация в определенном месте не позволит ему действовать в другом месте, и результат не преминет сказаться. Тогда возникает вопрос: "Если удержание ума ниже пупка препятствует его свободному движению, то где же его следует удерживать?" Отвечаю: "Если вы берете его в правую руку, он становится пленником правой руки, а остальные части тела терпят неудобства. Тот же результат, если поместить ум в глаза или правую ногу, как и в любую ограниченную часть тела. Тогда остальные части тела будут ощущать его отсутствие".

Тогда возникает вопрос: "Так на чем же, в конце концов, сосредотачивать ум?" Ответ таков: "Не в том суть, где разместить свой ум, а в том, чтобы чувствовать его всем телом, дать ему течь через все ваше существо. Если это происходит вы пользуетесь руками, глазами, ногами тогда, когда они нужны, и не тратите зря ни лишнего времени, ни

лишней энергии". (Локализация ума означает его замораживание. Когда он перестает свободно течь, как это необходимо, он больше не ум в своей таковости.) Локализация бывает не только в физическом пространстве. Ум может быть скован и психологически. Например, можно задуматься, когда нужно действовать немедленно. Размышление "останавливает" движущийся ум. Не раздумывайте, не проводите различий. Дайте уму течь спокойно, без задержек, по всему телу, нигде не "останавливаясь". Дзен-буддисты в своем учении говорят о правильном или истинном (се) и частичном (хэн). Когда ум совершенно наполняет тело, он правильный; когда помещается в какой-то части тела, он частичный или односторонний. Правильный ум равномерно распределен по всему телу и нисколько не частичен. Частичный же ум разрознен и односторонен. Дзен не любит частичность или локализацию. Когда ум прикован к какому-то месту, он не может проникать или течь во все части тела. Когда его не делают преднамеренно частичным, он естественно распространяется по всему телу. Обладая таким умом, человек может спокойно встречать нападающего противника, вооруженного мечом. В любое мгновение ваши руки смогут среагировать на ваш приказ. Ноги и все другие части тела безошибочно действуют, согласно обстоятельствам. Уму не нужно выбираться из какой-либо ограниченной части, куда его перед этим поместили на стоянку.

С умом нельзя обращаться как с кошкой, привязанной за веревочку. Ум надо предоставить самому себе, чтобы он мог свободно действовать согласно своей природе. Нигде не ограничивайте ум, не делайте его частичным - вот верная духовная тренировка. Когда он нигде - он везде. Когда он занимает одну десятую, его нет в девяти десятых. Фехтовальщик должен дать уму двигаться, как ему естественно, а не пытаться его намеренно ограничивать.

Может показаться, что текучесть и недвижимая праджня вступают в противоречие, но в реальной жизни они идентичны. Когда у вас есть одно, то есть и другое, ибо Ум в его таковости одновременно подвижен и неподвижен, он постоянно течет, никогда и нигде не "останавливается", и помимо всего у него есть центр, который никогда и нигде не вступает ни в какое движение, оставаясь всегда самим собой. Трудность в том, чтобы почувствовать тождество этого центра неподвижности с его непрерывными движениями. Таким образом, фехтовальщик находится

перед лицом логического противоречия. Как только он начинает обращать внимание на противника, начинает логически осмысливать ситуацию - его движения становятся затруднительными (это называется "суки"). И враг, конечно, пользуется этим. Фехтовальщик не должен задумываться ни на секунду, ибо момент "суки" противник не преминет использовать. Вы не можете ни расслабиться, ни сохранять напряженность хоть какое-то время, ибо это заставляет ум "останавливаться", и он теряет свою текучесть. Как же можно одновременно расслабляться и напрягаться? Это все то же старое противоречие, только в другой форме.

При интеллектуальном анализе ситуации противоречие в той или иной форме неизбежно; движение и в то же время не движение, напряжение и расслабление; видеть, как все происходит, и в то же время нисколько не беспокоиться о том, как все это повернется. Не нужно иметь намерений, сознательных расчетов, предчувствий, ожиданий - короче говоря, быть невинным, как дитя, и при этом владеть всей ловкостью, хитростями, проницательнейшей сообразительностью вполне созревшего ума, и все это перед лицом противника. Как этого достичь? Интеллект в такой предсказательной ситуации помочь не может. Единственный способ достичь результата - это куфу. Куфу - нечто глубоко личное, индивидуальное, его необходимо развить внутри себя. Если говорить языком психологии, - это значит устранить все препятствия, как интеллектуальные, так и аффективные и эмоциональные, - на пути того, что скрыто в бессознательном, и дать ему двигаться совершенно независимо, без вмешательств интеллекта. Куфу может, минуя анализ, достичь полной свободы движения, преодолеть все, что сдерживает. Куфу наступает, когда воля напряжена до предела, когда человек захвачен весь целиком, т.е. он целен и растет из глубины собственного бытия.

Заблуждающийся ум можно определить как ум, обремененный идеями и аффектами. Такой ум не может двигаться от одного к другому без остановки, не оглядываясь на себя, и это препятствует его природной текучести. Такой ум, прежде чем сделать движение, образует сгусток, потому что первое движение все еще тянется. Это суки фехтовальщика - то, чего нужно старательно избегать. Это же относится и к самоосознанному уму. Сознать себя сам может только ум человека, в отличие от ума животного. Но ум, сознающий, что он делает, перестает быть

инстинктивным, его распоряжения окрашены расчетами и раздумьями, а это значит, что связь между ним и органами тела уже не прямая, поскольку утрачено единство между руководителями и исполнителями. Когда существует двойственность, индивидуальность никогда не проявляется в целом; такой, как она есть.

Осознающий ум - усин но син, - противоположен мусин но син, уму не создающему себя. Мусин - буквально означает "не-ум", это ум, отрицающий себя, дающий себе уйти от себя, расслабиться до состояния совершенной несдержанности, несвязанности.

Ум, неосознающий себя, не нарушается никакими аффектами. Это ум изначальный, а не заблуждающийся. Он всегда течет, никогда не останавливается, никогда не становится твердым. Поскольку он ничего не выбирает, не ищет, куда надо двигаться, - он наполняет все тело, проникает в каждую его часть и нигде не останавливается. Он никогда не становится подобным камню или куску дерева. Если он отыскивает где-то место для отдыха это не ум не-ума. Не-ум ничего в себе не хранит. Его также называют мунэн, "не-мысль". Мусин и мунэн синонимы.

Главное достичь мусин или мунэн. Тогда сознание течет от предмета к предмету, как поток воды, заполняя все уголки. Поэтому ум может выполнять все, что от него требуется. Но когда течение где-то останавливается, в другие места оно уже не доходит, и в результате наступает общая заостренность. Колесо может вращаться, когда оно не слишком плотно связано с осью. Если связь слишком тесная, оно не будет двигаться. Если ум чем-то занят, он перестает работать, он не может ни слышать, ни видеть, даже если звук проникает в уши и свет вспыхивает перед глазами. Когда у вас что-то на уме, ум предвзят и у него нет больше ни на что времени. Но пытаться устранять мысль, которая поселилась в уме, значит наполнить ум чем-то другим. Это вызывает порочный круг. Лучше всего с самого начала не давать в уме пристанища ничему. Может быть это и трудно, но если вы продолжите упражняться в куфу, то через некоторое время достигнете этого состояния. Но, конечно, для этого не надо торопиться.

Поднятый меч не имеет собственной воли, он весь из пустоты. Он, как сверкающая молния. Человек, который сейчас будет повержен ударом - тоже пустота, и такая же пустота - поднявший меч. Ни один из них не обладает умом, наделенным субстанциональностью (постоянством, твердостью). Поскольку каждый из них состоит из пустоты

и не обладает умом (кокоро), то человек, который наносит удар, не человек; меч в его руках - не меч, и то "Я", которое сейчас будет повержено - подобно весеннему ветерку, рассеянному проблесками молнии. Когда ум не останавливается, то меч, наносящий страшный удар, не что иное, как дуновение ветерка. Ветер не осознает себя, когда мчит над вершинами деревьев, нарушая их покой. Так же и меч.

Эта пустота "не-умности" относится ко всем видам деятельности, а так же к танцам и фехтованию. Танцор поднимает веер и топает ногой. Если он хоть чуть-чуть думает о том, как ему это надо сделать хорошо, он перестает быть хорошим танцором и его ум останавливается на каждом моменте. Во всех действиях необходимо забыть свой "ум" и стать единым с тем, что ты в этот миг делаешь.

Если мы привязываем кошку, чтобы она не схватила птичку, она будет вырываться на свободу. Но научите кошку не замечать присутствия птички, и тогда животное свободно может отправляться, куда захочет. Иными словами, когда ум привязан, он чувствует себя ограниченным в каждом движении и тут нечего говорить о каком-то чувстве спонтанности.

Итак, не позволяйте уму останавливаться на поднятом мече, забудьте, что делаете, и бейте врага. Не удерживайте ум на том, кто стоит перед вами. Все происходит из пустоты, но остерегайтесь, чтобы ваш ум не попался в сети самой пустоты.

Конец письма Такуана:

Глава 2

Комментарии к письму Такуана.

На последней стадии обучения фехтовальщика существует тайное знание, даваемое лишь тем ученикам, кто достиг высшего уровня. Одной технической подготовки недостаточно. Совершенствование в технике не определяет высокого уровня. Тайное учение известно лишь среди мастеров определенной квалификации. Это учение - "Луна в Воде". Один из авторов объясняет это так:

"Что означает "Луна в Воде"?"

В разных школах фехтования это объясняется по-разному, но основная идея в том, чтобы понять, как луна отражается везде, где только есть вода, а это достигается лишь в состоянии мусин (не-умности). Одно из стихотворений Хоросавы, сочиненное у водоема, гласит:

Луна не собирается отбрасывать тень,
И пруд не думает отразить луну.
Как ясны воды Хиросава!

Сквозь это стихотворение нужно прозреть тайну мусин, в котором нет следов искусственных затей, а все передается самой Природой. Одинокая луна отражается в сотнях потоков. Свет луны не разделен на множество призраков, это рябь на поверхности искажает сияние, дробя луну на множество осколков. Свет луны так же существует, когда нет воды, его отражающей. Точно таким же остается свет луны, когда воды много или только есть маленькая лужица. Эта аналогия делает более понятной тайну ума. Луна и вода - предметы осязаемые, тогда как ум не имеет формы, и его работу трудно проследить. Таким образом, символы не есть истина, а только намек на нее.

Пока состояние мусин не осознано, не реализовано, ум всегда сознает, что делает - это Такуан называется "умо-останавливанием". При этом, вместо течения, ум начинает размышлять о том, что он собирается сделать или уже сделал. Воспоминание и ожидание - это прекрасные качества человеческого ума, которые отличают его от животных. Они очень полезны в определенных отношениях, но когда каждое движение решает, - жить или умереть, - эти

свойства ума следует отбросить, чтобы они не впутывались в течение мысли и молниеносную скорость движений. Человек должен обратить себя в игрушку в руках бессознательного. Бессознательное должно возобладать над сознанием. Говоря метафизически, это философия шуньяты (пустоты). Техника фехтования основана на этой психологии, а психология - конкретное применение метафизики.

Автор недавно вышедшей книги "Путь меча" Такано Хиромаса пишет: "В кэндо (Пути меча), чтобы достичь полного совершенства, необходимо не только до конца овладеть техникой, но и духовностью, которая контролирует все искусство фехтования в целом. Это необходимое фехтовальщику состояние ума называется мусин или мусо, т.е. "не-мысль" или "не-размышление", "не-рефлексия". Отсюда, конечно, не следует, что не нужно совсем никаких мыслей, идей и чувств, когда вы стоите перед противником. Нужно предоставить возможность вашим естественным качествам естественно действовать у вас в сознании, свободном от мыслей, рефлексии и аффектов любого рода. Такое состояние ума называется "отсутствием Я", не эгоистичным состоянием (муга или анатман - не-атман), в котором нет эгоистических мыслей, нет осознания своих достижений. Это дух саби-сиори (одиночества), текущий сквозь поэзию Сайге и Басе. Он тоже возникает из состояния отсутствия "Я". Его часто уподобляют отражением луны в воде. Ни луна, ни вода не собираются создать то, что мы называем отражением луны в воде. Вода, как и луна, находится в состоянии не-ума. Но когда есть хоть маленькая полоска воды, в ней видна луна. Луна одна, но ее отражение везде, где есть вода. Когда это достигнуто, ваше искусство совершенно. Дзен и Путь меча в этом едины, их цель - преодоление двойственности жизни и смерти. Исстари это понимали мастера фехтования, и самые великие из них стучались в ворота дзен."

Автор вышеупомянутой книги раскрывает интересную вещь: в феодальную эпоху в Японии мастер меча или копья часто назывался "осе" (мастер или учитель, на санскрите упадхьяна) - т.е. титулом, обычно даваемом буддистским монахам. Истоки этого обычая можно проследить до того момента, когда в охране Кофукудзи в Наре жил один великий монах. Он жил в маленьком храме Дзидзоин, находившемся под юрисдикцией Кофукудзи и был мастером во владении копьем. Все монахи Дзидзоина учились у него этому искусству. Естественно, что он был осе для своих

учеников, и далее этот титул стал переходить ко всем мастерам копья и меча уже не зависимо от их буддийской квалификации.

Есть и другой аспект, который фехтовальщики переняли у дзен. В старое время, чтобы усовершенствоваться в искусстве фехтования, было принято путешествовать по стране, преодолевая трудности, которые встречались на пути, и проходить обучение в различных школах. Дзен-буддисты тоже бродили по стране до тех пор, пока не достигали просветления. Среди монахов эта практика называлась "путешествие пешком", фехтовальщики называли это муся-сюге - тренировка в воинственности.

Не знаю как давно возникла эта практика среди фехтовальщиков, но мы знаем об основателе Синкагэ-рю, путешествовавшем по стране. Одно событие связало его с дзенским монахом. Однажды он проезжал по маленькой деревушке в одном из отдаленных горных районов и увидел, что ее жители чем-то встревожены. Дело было в том, что доведенный до отчаяния разбойник скрылся в пустом доме, захватив, как заложника, маленького деревенского мальчика, и поклялся убить его, если на него нападут. Исэ-но-ками оценил серьезность ситуации и увидев проходящего мимо буддийского монаха (а это без сомнения был дзен-буддист), попросил его ненадолго одолжить монашеское одеяние. Чтобы выглядеть, как настоящий монах, он побрил себе голову и направился к заброшенному дому с двумя коробами для еды. Там он сказал разбойнику через закрытую дверь, что родители мальчика боятся, как бы тот не умер с голоду, и поэтому поручили ему передать еду. Сказав это, он кинул один из коробов преступнику, а затем продолжал: "Может, ты и сам голоден, так вот для тебя другая коробка". А когда головорез протянул к ней руку, он, не теряя времени, схватил его за руку и швырнул на землю. Так разбойник стал его пленником. Затем он вернул монашеское одеяние монаху и тот сказал: "Ты поистине человек меча", и дал ему кakra (или ракасу) - символ монашества, который носят на груди дзенские монахи. (Это разновидность сокращенного "кеса", на санскрите сасайа). Говорят, что Исэ-но-ками больше никогда с этим монахом не встречался. Этот путешествующий монах не мог быть новичком в дзен, он был одним из понимающих. "Человек меча" - это выражение, широко используемое в дзен, чтобы указать на опытного монаха, который уже вышел за пределы жизни и смерти. Исэ-но-ками, должно быть, имел серьезные основания,

чтобы ценить и хранить какра, дар монаха, "путешествующего пешком". Возможно нижеследующая история ходила среди монахов где-то в семнадцатом веке. Она свидетельствует о большом интересе, который был у них к взаимоотношению дзен и фехтования. Как указывает автор книги, эта история может быть и выдумана, но, как бы там ни было, факт, что фехтовальщики ее разыскивали, говорит о том, что они считали дзен невероятно таинственным и наделяющим практикующего чудесными силами.

Эта история взята из книги, скомпилированной в 1844 году Минамото Токусю, изданной в пяти выпусках и называемой Гэккен Содзи. Это сборник разных историй о фехтовании, в нем повествуется о разных школах, их основателях и событиях, происшедших с ними. В конце семнадцатого и в восемнадцатом веках, к западу от Киото находилась школа Тэссин-рю. Основателем ее был Оцука Тэссин. Он очень любил фехтование и еще юношей стал выдающимся знатоком. Оцука очень гордился своим умением и, чтобы прославить свое имя жаждал сразиться с другими искусными фехтовальщиками. Будучи в хороших отношениях с настоятелем близлежащего дзенского монастыря, он, перед тем как отправиться в путешествие, зашел к нему попрощаться. Настоятеля звали Рюко, он был известным учителем школы Сото. Когда Тэссин рассказал ему о своем намерении, настоятель посоветовал юноше не покидать провинции: "Мир, в котором мы живем, гораздо больший, чем ты себе представляешь, и там должны быть фехтовальщики гораздо искуснее тебя, поэтому твои приключения завершатся бедой или гибелью". Юноша, однако, упрямылся и не желал слушать своего наставника. Рюко продолжал: "Взгляни на меня, я тоже желал большой известности в этом мире. И вот последние несколько десятков лет я практиковал медитацию здесь, а сколько учеников у меня теперь? Что касается тебя, то вряд ли кто-то назовет тебя своим учителем. Мы всегда должны знать, кто мы и всегда довольствоваться тем, что есть".

Это так рассердило Тэссина, что он воскликнул: "Так ты думаешь, что мой меч никуда не годится?! Разве можно сравнить фехтование с твоим занятием?! Если я выйду из своего округа, схвачусь с кем-нибудь хорошо известным в другой местности и побью его, тогда все будут об этом говорить - и его друзья и ученики. Если я встречу еще одного человека в другом районе и одержу победу и над ним, слава моя будет расти, и я стану известен и там. Я

уверен в своем мастерстве и не боюсь сразиться ни с кем!"

В ответ на такое самомнение Рюко мог только улыбнуться. "Знаешь что, - сказал он, - начни прямо с того, кто перед тобой. Если ты меня победишь, можешь отправляться в путешествие по всей стране. Если проиграешь, обещаю стать монахом и моим учеником."

От души рассмеявшись, Тэссин сказал: "Может ты и велик в своем дзен, но ведь ты не фехтовальщик. Впрочем, если хочешь попытать удачи, я готов".

Рюко дал ему бамбуковую палку, которая валялась поблизости, а сам вооружился хоссу (короткой палкой с пучком из конского хвоста на конце. Ее обычно носят дзенские монахи. Первоначально она использовалась, чтобы отгонять комаров). Тэссин, полный уверенности в успехе, попробовал первым же ударом свалить на землю дзенского монаха. Но промахнулся. Противник был уже совсем в другом месте. Снова и снова он пытался попасть в цель и нанести удар, но было бесполезно. А в это время конский хвост частенько шлепал его по лицу. "Ну, что ты теперь скажешь?" - спросил наконец Рюко. Тэссину нечем было хвастаться и он скромно признал свое поражение. Не теряя времени, Рюко позвал своих послушников и они принесли все необходимое, чтобы обрить волосы Тэсси́на и сделать его таким же монахом, как и другие.

Минамото, автор сборника, комментирует: "Весьма вероятно, что эта история сфабрикована дзенцами. Если бы Рюко, помимо того, что был дзенским учителем, не занимался фехтованием, ему бы Тэсси́на никогда не победить. Иначе Тэссин ничего не смыслит в фехтовании".

Но верно, что во многом дзен и фехтование шли рука об руку. К примеру, когда говорится о том, что нельзя "оставить промежутка и для волоска" или об искре кремня, ударяющего о сталь, - эти высказывания относятся как к дзен, так и фехтованию, ибо ни одна школа не может игнорировать тренировку в мгновении реакции. Однако, как бы ни был хорошо подготовлен дзенский мастер, ему не выиграть схватку у полностью подготовленного фехтовальщика. Высокое мастерство фехтования требует овладения и техникой боя, и принципом. И духовная тренировка, и технические детали - все должно быть едино.

Думаю, что с профессиональной точки зрения идея Минамото правильна: реальная тренировка техники и принципа дополняют друг друга. Однако, есть по крайней мере одна школа, которая делает основной упор именно на духовной тренировке, хотя не отвергает и технику. Лидер

этой школы Хори Кинтаю (1688 - 1755) хотел использовать фехтование, как способ помочь человеку в духовных достижениях и формировании характера. Его соображения рассмотрим с нескольких точек зрения, ибо они проливают свет не только на фехтование, но и на самурайство в целом. На Западе существует непонимание духа, функции и дисциплины самураев, которые были правящим классом Японии во времена феодализма и особенно при режиме Токугава. Точка зрения Кимуры, развитая в Кэндзюцу Фусики Хэкэ, как ее подает Хори в своем рассуждении о фехтовании, может быть изложена примерно так:

Совершенный фехтовальщик избегает ссор и схваток. Схватка означает убийство. Как можно довести себя до того, чтобы убить ближнего? Все мы хотим любить ближнего, а не убивать. Мы нравственные создания и не станем опускаться до скотского состояния. Что толку быть прекрасным фехтовальщиком, если теряешь человеческое достоинство? Лучше всего быть победителем без схватки.

Меч - зловещее оружие, если он убивает при безвыходных ситуациях. Используя его, делайте мечдающим жизнь, а не несущим смерть. Если человек родился в самурайской семье, он должен изучать фехтование, такова его профессия. Все дело в том, что фехтование надо использовать в изучении Пути (Дао). Правильно используемый меч поможет развить ваш дух.

Большое преимущество меча перед книгами в том, что одна ошибка позволит противнику сразу же нанести вам удар. Поэтому вы вынуждены быть все время начеку, и не только во время фехтования. Вы всегда должны быть правдивы по отношению к себе и не допускать праздномыслия. Думать, конечно, очень полезно, но бывают случаи, когда мысли мешают работе, когда их нужно отстранить и дать двигаться бессознательному. В таких случаях вы перестанете управлять своим сознанием и становитесь орудием в руках неизвестного. Неизвестное не обладает эгоистическим сознанием и не содержит мысли о победе, ибо действует в сфере недвойственности, где нет субъекта и объекта. Именно поэтому меч движется как должно и схватка оканчивается победой. Это практическое приложение Лао-Цзы о "деянии недеяннием". Сун-пу - великий авторитет в военных искусствах - говорит: "Вовсе не самое лучшее побеждать в каждой схватке; самое лучшее - побеждать, не думая победить. Вот совершенная победа".

Быть бдительным - значит быть совершенно серьезным;

быть совершенно серьезным - значит быть совершенно искренним с самим собой и эта искренность, в конце концов, ведет к раскрытию Небесного Пути (Дао). Небесный Путь превыше "Я", это мусин, "не-ум" или мунэн - "не-мысль". Когда мусин осознан, ум не знает препятствий и задержек, он свободен от мыслей о жизни и смерти, достижении и потере, победе и поражении. Пока человек думает о том, чтобы победить врага, его ум полностью забит всякими схемами о том, как это сделать, но если враг лучше владеет техникой, или применит что-либо неожиданное, - а это вполне вероятно, - тогда схемы окажутся непригодными и человек, вооруженный этими схемами, погибнет. Если оба подготовлены одинаково, тогда схватка закончится взаимным убийством. Когда схема встречается со схемой, трудно предвидеть исход поединка. Итак, совершенный фехтовальщик выходит из двойственности, и тогда он уже не просто владелец меча.

Самурай носит два меча - длинный и короткий. Знать, как ими пользоваться - это и есть профессионализм. Самурай должен не только тренировать силу и думать о мече, который убивает, ибо ощущением силы всегда склонны злоупотреблять. Меч должен убивать эгоизм - корень всех ссор и сражений. Школа Дзягю дает возможность "одним глотком выпить воды Западной Реки", что является кульминацией тренировки фехтовальщика. Технические детали должны подчиняться этому принципу, который определяет будущий духовный облик фехтовальщика. Школа, представляемая Хори Кинтаю, происходит из школы Дзягю Тадзима-но-ками, который связал все стадии тренировки фехтовальщика с тренировками дзен-буддиста, как его учил Такуан. Ранее я уже говорил, что выражение "воды Западной Реки" взяты из ответа Басе на вопрос мирянина Хо: "Кто тот, кто стоит среди ста тысяч объектов?" Не думаю, что фехтовальщики, повторяющие это выражение, его понимали. Если судить по тому, что они как-то связывали "воды Западной Реки" с тем конечным принципом, который руководит неосознанными процессами фехтовальщика. Даже изучив все малейшие технические тонкости, фехтовальщик не может считаться совершенным, пока не погрузится глубоко в "воды Западной Реки" и не встретится с тем, "кто стоит одиноко среди ста тысяч объектов". Может быть, основным мотивом, который побудил Кимуру Кюхо, ученика Кинтаю, написать это короткое исследование о фехтовании и назвать его "Неизвестное в искусстве фехтования" было то, что в его

дни, видимо, очень немногие из фехтовальщиков действительно понимали Басе.

Позвольте мне закончить цитатой, подводящей итог диалога Кимуры, - вернее Хори.

Вопрос. Вы прекрасно сказали. Я с вами совершенно согласен. Но как приложить все это к практическим деталям искусства?

Ответ. Самое главное осознать, что все, что может быть выражено символами или словами - вторично, что это не более чем следы. Поэтому дзенские учителя отказываются считать литературу или слова окончательными. Важно достичь конечной субстанции посредством этих следов, букв или символов. Сама конечная реальность не есть символ. Она не оставляет следов и не может быть передана ни письменно, ни устно, но мы приходим к ней, прослеживая следы до их источника, из которого они происходят. Если мы остановимся на символах и умозаклчениях, нам этот принцип не осознать.

Вопрос. Когда мы отказываемся от символического языка или от умозаклчений, разве мы при этом не остаемся в абсолютном небытии вещей?

Ответ. Да. И это самое трудное в достижении осознания. Поэтому хороший тренер очень осторожно занимается с начинающим, чтобы упражнения в технике шли параллельно с пониманием принципа. Бывает, что человек за всю свою жизнь так и не постигает принципа. Главное - искать принцип не вовне, а внутри себя.

Вопрос. Но тогда в фехтовании нет такой передачи?

Ответ. Самое последнее невозможно передать от человека к человеку. Оно у каждого находится внутри. Вся техническая дисциплина служит тому, чтобы фехтовальщик в конце концов это увидел. То же самое с обучением вообще. В самой учености не много толку. Вы можете прочесть все, что написано о духовной тренировке и духовном достижении, но главное - осознать мистирию бытия. Осознание этой тайны возможно лишь в глубинах самого себя, извне его не получишь. Если осознание происходит извне, оно не ваше, а чужое.

Вопрос. А что вы можете сказать об этой тайне?

Ответ. Все, что я могу о ней сказать, это то, что я не знаю, или что это непостижимо.

Вопрос. Значит нам нужно оставаться невеждами?

Ответ. Нет, не значит. Это значит знать и не знать.

Вопрос. Почему?

Ответ. Ни почему. Это знать, как бы не зная. Все, что

я могу объяснить, это вне знания (фусихи или фури).

В фехтовании борьба происходит между жизнью и смертью. Борьба буддиста происходит больше в плане концепций, борьба фехтовальщика более реальна и остро переживается. Но если борьба понимается и переживается двойственно, тогда лучшим и единственным путем считают обычно выбрать что-нибудь одно и, не думая о последствиях, смело ринуться вперед. Но для фехтовальщика это, конечно, погибель. Пока мысль о смерти сидит в сознании фехтовальщика, она неосознанно и неизбежно будет вести в том направлении, которого он всеми силами пытается избежать. Другая возможность, если оставить выбор в стороне, это совсем отказаться от мысли остаться в живых после схватки. Ибо часто случается, что те, кто любит жить, теряют жизнь, а те, кто ненавидят ее, обретают, как бы сказали христиане. Но вот истина: "Вы можете что-то любить и ненавидеть, но любое из этих чувств, проникая в ум, будет неизбежно как-то окрашивать ваше сознание и подобное поведение отразится на вашем мече. Истинный фехтовальщик должен быть совершенным человеком в даосском смысле, и должен быть над жизнью-и-смертью, как буддийский философ над нирваной и сансарой."

Никакая борьба хорошо не кончится, пока не достигнут момент, где любая из сторон не может омрачающе влиять на другую. Не нейтральность, индифферентность, но трансцендентальность - вот что необходимо. Это цель фехтовальщика. Может показаться странным, что фехтовальщик хочет быть философом, но в Японии, как и в Китае, искусство - дело не технологии, а духовного прозрения, духовной практики. И фехтование не исключение.

Тот, кто преодолел границы двойственного представления о жизни-и-смерти, тот живет в подлинном смысле слова. Там, где есть мысль о жизни или смерти, отрицательном или положительном, там нет истинного пути. Когда фехтовальщик достигает недвойственного сознания, он становится "великим гением" или "совершенным человеком" в искусстве фехтования.

Сам фехтовальщик может и не желать для себя вечной жизни или бессмертия, но должен надеяться, что его меч будет полон жизни, чтобы он смог проявить все тайное ме, доверенное ему, ибо жизнь фехтовальщика целиком от этого зависит, хотя и не принадлежит ему. До тех пор, пока человек прибегает к приобретенной технике, чтобы нанести

поражение противнику, ему придется неотрывно следить за каждым движением меча противника. Это приведет его в конце концов к "остановке ума", какой бы краткой она не была. Надо сохранять свой ум в постоянной текучести так, чтобы ударить врага в тот миг, когда он допустит "суки", т.е. прилипнет к мечу взором.

Это прилипание и есть "остановка", а остановиться хоть на мгновение, - значит, дать врагу возможность нанести удар. Это и есть суки. Суки буквально значит "интервал расслабления". В борьбе не на жизнь, а на смерть, человек испытывает величайшее напряжение, и миг расслабления влечет за собой смертельный удар.

То, что можно назвать "физической остановкой", исходит из гораздо более глубокого источника. Достаточно малейшего ощущения страха смерти или ничтожнейшей привязанности к жизни - и ум теряет свою текучесть. Текучесть - это беспрепятственность. Если ваш ум лишен страха, свободен от всех форм привязанности и является сам себе хозяином, тогда он не знает препятствий, промедления, остановок и увязания. Тогда он следует своим путем, как вода. Он, как ветер - дует, куда пожелает. Его можно уподобить и кругу, с центром где угодно, ибо у него нет окружности, нет и центра. Онтологически, буддийские философы называют это состоянием пустоты (шуньята). Художники могут и не достигать этой высоты сознания, которая не является сознанием в обычном смысле. Но они должны испытывать нечто сходное с этим, не вполне это осознавая. Когда фехтовальщик, подобно тому, как это делают дзенские мастера, сравнивают свое искусство с отражением луны в воде, он передает свое состояние неосознаваемого, в котором держит свой меч, будто не держит, и фехтует, будто не фехтует.

С духовной точки зрения, это состояние не-эгоизма или отсутствия "Я". Именно это противостоит всему, что приходит извне. Именно эта жесткость не дает нам принять все, с чем мы встречаемся и что нам противостоит. В детях естественно преобладает бессознательное, что их выгодно отличает от нас. В нас преобладает интеллект, который выбирает и решает, и эти его качества отвращают нас от "да будет так". Без чувства эго или "Я" - нет моральной ответственности, но божественное превосходит мораль. Так и искусство. Оно пребывает в абсолютной свободе, но там, где нет свободы - нет и искусства. Свобода, творчество, мею - синонимы. Таково и искусство фехтования. Пока фехтовальщик не достиг состояния свободы, в котором нет

жесткого эго, у него не будет меча, который дает жизнь, а будет только орудие убийства.

Меч в основном ассоциируется с убийством и большинство людей недоумевают, что у него общего с дзен, одной из школ буддизма - несущей любовь и милосердие. Искусство фехтования различает меч, несущий жизнь от меча, который несет смерть. Меч, используемый владельцем только в техническом аспекте, дальше убийства не идет, ведь его используют только тогда, когда собираются убивать. И совсем другое дело там, где вынуждены поднять меч. В этом случае не человек убивает - меч. Такой человек никому не желает вреда, но появляется враг, и тогда меч автоматически исполняет функцию справедливости, а это есть функция милосердия. С таким мечом прошел среди нас Христос. Такой меч не для того, чтобы нести покой слезливо лелеянный sentimentalными людьми. Таким мечом совершил самопожертвование мастер чайной церимонии Рикю. Этот меч Ваджрараджи рекомендовал дзенцам Риндзай (Линь-Цзы). Этим мечом Вандзян Ходзяку размахивал бы независимо от его применения. Когда меч призван играть такую роль в жизни человека, он уже не средство самозащиты и не оружие убийства, фехтовальщик при этом превращается в высочайшего художника, создающего произведения подлинной оригинальности.

Может возникнуть вопрос: как это меч, который служит убийству, может убивать сам по себе, а не по приказу того, кто держит меч? Как неодушевленное, механическое орудие может создать подлинно самобытное творческое произведение? Когда он выполняет возложенную на него функцию, можем ли мы называть его чем-то оригинальным?

Дело в том, что если меч находится в руках лишь технически совершенного фехтовальщика, тогда он только инструмент и никаким собственным умом не обладает. И то, что он делает, он делает технически, поэтому никакого мёо в нем нет. Когда же меч в руках духовно совершенного фехтовальщика, который держит его так, будто не держит - тогда меч отождествляется с самим человеком, он обретает душу и движется со всем искусством, присущим ему, как фехтовальщику. Человек освобождается от всех мыслей, всех чувств, порождающихся страхом, от всей своей неуверенности, от желания победить. Человек начинает не осознавать, как он действует мечом; и человек, и меч, если так можно высказаться, соучастники неосознаваемого и именно неосознаваемое может создать чудо творчества. Именно тут фехтование становится искусством.

Когда меч неотделим от человека, он становится продолжением его рук, частью его тела. Более того, тогда не разделяются ум и тело, как это бывает, когда мы рассуждаем. Тело и ум двигаются в полном согласии без помех интеллекта и эмоций. Исчезает даже различие между субъектом и объектом. Движения противника, как таковые, тоже не воспринимаются и так называемый субъект отвечает на то, что ему диктуют обстоятельства. Он не осознает, как ему отвечать. Обо всем автоматически заботится его неосознаваемое, мгновенно реагируя на все происходящее.

Фехтовальщик называет это неосознаваемое "умом не-ума" (мусин но син) или "умом, который не знает остановок" (тамарану кокоро) или "умом покинутым и непокинутым" (сутэту сутэпу кокоро) или "обыденным умом" (хэйдзе син). Секрет фехтования состоит именно в достижении этого состояния ума или состояния духа, потому что это состояние выходит за пределы чисто психологических состояний.

Дзягю Тадзима-но-ками- Мунэнори (1571-1616), один из величайших фехтовальщиков за время существования этого искусства, обучал Токугава Иэмицу (1604-1651) - третьего сегуна правления Токугава. Сам Тадзима-но-ками изучал дзен у Такуана (1573-1645) и включил в тренировку фехтовальщика многие элементы учения дзен. Он говорил, что последняя ступень овладения искусством фехтования - это состояние ума не-ума. "Не-ум" (мусин) по существу значит "обыденный ум" (хэйдзе син), и, когда он достигнут, то задача выполнена. В начале каждый пытается овладеть только мечом, причем как можно лучше. Это естественно. Техникой овладеть необходимо, но пока ум хоть на чем-то фиксирован, пока фехтовальщик стремится все совершить на высшем уровне или проявить свое искусство, или превзойти других, или слишком беспокоится, как он продвигается к мастерству, - он будет совершать гораздо больше ошибок. Почему? Потому что его самосознание или эго-сознание слишком подозрительно наблюдает за полем его внимания, а это препятствует свободному проявлению мастерства, которого он достиг. Он должен избавиться от жестокого само- или эго-сознания и положиться на естественный ход событий, ибо все, что необходимо, должно быть сделано, потому что ничего особенного, по сути дела, и не предстоит сделать. Когда все совершается в состоянии не-ума или не-мысли, т.е. отсутствуют все формы само- и эго-сознания, тогда

действующий совершенно свободен от всех помех и ничто не нарушит линию его поведения. Если он стреляет из лука, он просто снимает лук, накладывает на него стрелу, натягивает тетиву, прицеливается и, когда чувствует, что все в порядке, дает стреле лететь. Он не чувствует, что совершает что-то особенно хорошее или особенно плохое, важное или самое обычное. Это подобно тому, что, услышав звук, повернуться и увидеть во дворе птицу. Это и есть "обиденный ум". Даже в смертельной схватке фехтовальщик сохраняет такое состояние ума. Он забывает серьезность ситуации, не думает о жизни и смерти. Он есть "недвижимый ум" (фудо-син). Фудо-син подобен луне, отраженной в потоке. Вода потока находится в движении, но луна сохраняет свое спокойствие. Ум движется в ответ на десять тысяч ситуаций, но остается тем же самым. Это вершина искусства. Все интеллектуальные схемы, все, что искусственно, в бою не должно существовать.

Дзягю Тадзима-но-ками приводит в связи с этим слова мирянина Хо Кодзи: "Подобно деревянной лошади перед цветами и птицами." Это и есть состояние мусин (не-ум). У деревянной лошади нет ни ума, ни чувств, и когда она смотрит на цветы или слышит пение птиц, она совершенно неподвижна. Человек вовсе не похож на деревянную лошадь. У него есть чувства, он подвержен множеству самых различных воздействий, но если его движения вызываются внешними причинами, если он управляется извне - тогда с ним все кончено. Даже в схватке за жизнь фехтовальщик должен оставаться самим собой, быть господином самому себе. Как деревянный конь, он должен быть нечувствителен ни к чему вокруг.

Однако не следует думать, что Дзягю Тадзима-но-ками ставит в пример нечувствительность лошади и деревянного петуха, чтобы мы дошли до полной умственной атрофии или недоразвитости ума. Напротив, он хочет, чтобы наш ум вернулся к своей природной чистоте, совершенно освободился от всех психических блоков, от всех помех, и до предела раскрыл все, чем он обладает. Фехтовальщику нужно научиться владеть собой так, чтобы акт видения моментально превращался в действие. Восприятие и действие сливаются в единый процесс. Тадзима-но-ками считает, что видение должно сначала возникнуть в уме, оттуда оно передается глазам, а затем туловищу и конечностям. Вот тогда видеть и значит действовать. Если не глаза, а сам ум в глубине первым открывает или схватывает движения противника, тогда тело не теряет

времени, чтобы приспособиться к обстоятельствам. Впрочем, современные психологи и врачи описывают процесс зрения совершенно по-иному, т.е. сначала внешний мир воздействует на наши органы восприятия, а затем уже полученный импульс передается дальше вглубь. Но для фехтовальщика в смертельной схватке, когда все решает одно мгновение, этот путь слишком извилист. И нам нет нужды заниматься интеллектуальными фокусами ума.

Глава 3.

В связи с вышеизложенным интересно процитировать работы Дзягю Тадзима-но-ками о фехтовании¹, которые дают возможность понять философию и психологию этого искусства. Автор глубоко проникает во внутренний опыт своей профессии и показывает, как можно проникнуть в духовное начало этого искусства, ибо оно не просто сумма или система технологий. Владеть мечом - значит не только сражать им врага. Владение мечом связано с деятельностью Дао и гармоническим воздействием Инь и Ян в их космическом движении. Метафизика является неотъемлемой частью фехтования.

Дзягю Тадзима-на-ками был хорошим учеником дзенского учителя Такуана, а тот хорошо наставлял его духовной стороне фехтования. Согласно Такуану, это искусство нельзя понять до конца, пока в результате тренировки не проникаете в систему буддийской практики и мировоззрения. Таким образом, описание Дзягю перекликается с уже процитированной точкой зрения Такуана. Это подтверждается и тем, что Дзягю делит свое исследование на три части, озаглавленные терминами, часто используемыми в дзенских текстах, особенно в таком, как "Собрание Синей горы": "Меч, который убивает", "Меч, который дает жизнь" и "Меч не меча". Часть первая повествует в основном о технике фехтования, часть вторая касается мистической стороны дзен, ведущей к конечной стадии, и третья передает понимание автором дзенского опыта в приложении к искусству фехтования.

¹Была написана автором в 1632 г. и посвящена его сыновьям. Манускрипт был передан им как тайна, которую необходимо сохранить. В 1937 г. Фукуи Кюдзо опубликовал часть подобных манускриптов.

Дзягю Тадзима-но-ками о "Мистическом мече"

Всякое оружие, которое служит для убийства, сулит недоброе, и им можно пользоваться только в случае крайней необходимости. И если оружием все-таки приходится пользоваться, то лишь для наказания зла, а не для того, чтобы лишить кого-нибудь жизни. Чтобы понять это, нужно учиться. Но одного учения недостаточно. Учение лишь двери к учителю. Учитель есть Дао (Путь и Истина). Дао превыше любой учености, но без учености никто не достигает непреложного Дао. Дао достигается, когда ум совершенно опустошен от вводящих в заблуждение мыслей, от завлекающих чувств. Когда Дао осознано до конца, вы приобретаете всезнание, но оно не препятствует вам жить в Дао. Ибо учение и знание должны быть, в конце концов, "забыты" и, когда вы осознаете это, вот тогда вы можете заниматься любым делом без всяких помех. Пока у вас есть чувство, что вы что-то упускаете или чем-то связаны, вы будете поглощены чувством неудовлетворенности ("опутанности"), и вы несвободны.

Когда жизнь человека только начинается, он не ведаёт ни о чем и у него нет сомнений, препятствий и тормозов. Но потом он начинает учиться и становится робким, предусмотрительным, осторожным, в голове у него появляется торможение, и оно не даёт ему двигаться вперед так, как это он делал раньше, до обучения. Учение необходимо, но весь секрет в том, чтобы не стать его рабом. Нужно стать его господином и пользоваться тогда, когда оно нужно. Этот взгляд следует распространять и на фехтование. Фехтовальщик должен сохранять свой ум от всего внешнего и лишнего, его ум должен быть совершенно свободен от эгоцентризма и эмоций. Когда фехтовальщик достиг этого и ум "потерян", тогда дьяволу за ним не уследить. Только тогда фехтовальщик сможет до конца раскрыться как мастер. Но может пойти и дальше, забыв все, чему учился. Теперь вы изучаете себя, и тут уж нет разделения на того, кто изучает, и того, кого изучают. Действительно, конечная цель овладения искусством есть тот момент, когда достигнутые познания есть потерянные познания.

Однако, как бы ни был фехтовальщик натренирован, он никогда по-настоящему не овладеет техническими навыками, пока не избавится от всех психических затруднений и не сможет удержать свой ум в состоянии пустоты, забыв о всей изученной технической премудрости. Только в этом случае его тело сможет проявить все, что накоплено за годы тренировок. Его туловище, его руки и ноги будут двигаться сами по себе, автоматически, без всяких сознательных усилий фехтовальщика. Тогда его действия будут совершенным образцом фехтования. Это совершенная тренировка, но ум о ней не имеет представления. Можно сказать, что ум не знает, где он. Когда это осознано, когда это станет реальностью, вся тренировка брошена неизвестно куда. Вот где искусство фехтовальщика достигает совершенства, и тот, кто этим обладает, зовется майдзин (гений).

Изучение техники фехтования соотносится с обучением философии и мировосприятия дзен, однако, достигнутый в этом уровень все равно не покрывает все учение в целом - ни в дзен, ни в фехтовании. Для этого необходимо достичь конечной реальности, т.е. Пустоты или Абсолюта. Абсолют выходит за все пределы относительности. В фехтовании вся техника должна быть забытой, Неосознаваемое представлено само себе, и ему же поручена вся ситуация. Только при этом условии техника будет совершать чудеса автоматически и спонтанно. Так же и с концентрациями в дзен, в любой форме. Их нужно выбросить из головы, когда раскрывается путь Пустоты, освещая мир множества. Только поэтому мы утверждаем, что дзенский принцип проникает во все искусства Японии. Личное переживание внутреннего смысла во всяком искусстве - это все, но и технику не следует отвергать, в конце концов она вторична. "Болезни", которые перечисляет философ фехтования, встречаются в любом виде искусства и значение их очень поможет в понимании всей японской культуры.

Любая идея, какой бы она не была ценной или желанной, становится болезнью, когда ум ею одержим. Болезни и навязчивые идеи, от которых должен избавиться фехтовальщик, следующие:

- 1) желание победить,
- 2) желание прибегнуть к техническим трюкам,
- 3) желание продемонстрировать все, что выучил, все, что знаешь,
- 4) желание держать противника в страхе,
- 5) желание играть пассивную роль,

б) желание избавиться от болезни, которой, вероятно, подвержен; одной из выше перечисленных.

Если фехтовальщиком овладела хотя бы одна из этих идей, он теряет свободу и становится ее рабом, а это крайне нежелательно в его профессии.

Так как же нам избавиться от этих болезней и навязчивых идей? Если любое желание, даже желание освободиться от всех желаний, препятствует спонтанной активности и внутренней гармонии - что же нам делать? В некоторых ситуациях желание просто необходимо, иначе ничего не достичь; иногда следует желать и безжеланности. Так как же разрешить эту дилемму? Клин клином вышибают, но как избавиться от второго клина, если не третьим? Это может продолжаться до бесконечности, если мы не откажемся от желания выбивать последний клин. Такова "болезнь", от которой Дзягю Тадзима хочет избавиться фехтовальщика. Ни одного мгновения не будет фехтовальщика без болезни, потому что желание быть без болезней уже есть болезнь. Это погоня за собственной тенью - как быстро за ней ни беги, все равно, пока жив, не догонишь.

И в дзен та же проблема. До тех пор, пока есть желание избавиться от всех привязанностей, избавиться от них невозможно. В логике это желание может быть выражено неким заявлением, положительным или отрицательным. К примеру, можно сказать: "Я хочу это" или "Я этого не хочу". Хотеть - это привязанность, не хотеть - тоже привязанность. Быть непривязанным, значит быть свободным от всех заявлений, позитивных и негативных. Иными словами, это быть одновременно в "да" и "нет", что с точки зрения формальной логики и рассудка совершенно невозможно и абсурдно. Дзенский учитель поднимает палку и спрашивает: "Я называю это палкой, а ты как назовешь?" Или он может сказать так: "Я держу лопату и все же с пустыми руками, ибо так достигаю переворота души". От учеников требуется постижение этой невозможности.

Тот, кто продолжает учиться и дисциплинировать себя, желая избавиться от болезней и приобретая достаточный опыт в практике, у того болезни уйдут сами. Он даже не заметит как. Дзен в таких случаях использует термин "куфу" (по кит. "кун-фу"). Это синоним тренировки и дисциплины (сиге). Куфу означает - "усердно заниматься, чтобы открыть путь к объективному". Это похоже на блуждание в темноте - ничего определенного не разберешь,

только потеряешься в тумане. Боюсь, что дальше этого не может повести своих учеников ни один учитель дзен, или учитель фехтования. Он их ведет, пока можно вести, а остальное - это дело их собственной изобретательности. Если бы дело было в интеллекте, то пути к цели могли бы быть "окончательно и определенно" предписаны раз и навсегда. Но когда дело касается личного опыта, собственных переживаний, тогда все, что может сделать учитель - это дать ученикам понять, что они во тьме лабиринта, и единственное, на что они могут уповать, это то, что лежит гораздо глубже интеллекта и чего у других не занять. Путь к объективному - это тот самый объект, о котором они раньше думали, что он находится где-то в стороне от пути. "Искание" и "желание" - это, конечно, необходимая первоначальная ступень, но она не ведет куда-нибудь вовне, она ведет внутрь ищущего или желающего. Искание и ищущий, желание и желающий - одно. Тогда, естественно, не может быть никаких указательных интеллектуальных знаков. Когда путь и ищущий - одно, то чем может помочь посторонний? Указания интеллекта и логики - это не более чем указания постороннего наблюдателя. Праджня, мудрость, интуиция и личный опыт - одно.

Когда меч в руках, он представляет собой центр круга, не имеющего окружности. Он готов и утверждать себя и отрицать. Отрицать - это небытие, утверждать - бытие. Меч может быть и тем, и другим, в зависимости от ситуации, в которую попадает. Ординарные люди всегда односторонни. Когда они видят отрицание (небытие), они предпочитают видеть утверждение (бытие) и наоборот. Но опытный фехтовальщик всегда видит обе стороны, он воспринимает отрицание не как отрицание, а при этом включает для себя и утверждение. И то же с утверждением. В этом Тайна.

"Там, где вечное пребывает в состоянии небытия, мы видим тайну бытия; там, где вечное в состоянии бытия, мы можем видеть пределы небытия". Этим Лао-Цзы хочет показать взаимопроникновение бытия и небытия. Бытие не остается как таковое и, соответственно, небытие. Оба они готовы переходить из одного состояния в другое. В этом "текучесть" вещей, и фехтовальщик должен быть всегда начеку, чтобы встретить взаимопревращение противоположностей. Но как только ум приостанавливается на одной из противоположностей, он теряет вою текучесть. Фехтовальщик должен всегда держать свой ум в состоянии пустоты, чтобы не возникало препятствий свободе его

действий. Текучесть и пустота - это взаимобратимые термины.

Когда никаких препятствий не существует, движение фехтовальщика подобно вспышкам молнии или зеркалу, отражающему в один миг все, что появляется перед ним. Между этим движением и следующим не должно быть ни малейшего интервала. Когда ум испытывает хотя бы немного сомнения, хоть малейшее чувство страха и неуверенности, это сразу же скажется на движениях фехтовальщика и повлечет за собой его гибель. Когда "меч тайны" вне своего изначального "места", никакое ме (мею) не проявится.

Этот меч стоит символом невидимого духа, поддерживающего полную активность ума и тела. Но мы никогда не можем сосредоточить его в какой-то ограниченной части тела. Он подобен духу дерева. Если у дерева не будет этого духа, не будет ни набухших почек, ни распускающихся цветов. Его можно сравнить с духом или энергией ки (ци) неба и земли. Если этого духа не будет, не будет грома и молнии, ливней и дуновения ветра. Хотя дух этот бесплотен и его не ощуаешь, он, вне всякого сомнения, контролирует наше существование. "Меч тайны" должен занять место этого духа и взять на себя контроль каждого мгновения в происходящем, в том, что может случиться вовне. Для этого меч должен стать черезвычайно подвижным, ни на мгновение не должно возникнуть "остановки". Как только луна появляется из-за туч, не теряя ни мгновенья, она отбрасывает свое отражение всюду, где есть вода, независимо от размера водной поверхности. И расстояние от луны до земли - не препятствие для лунного света. Таким же должен быть дух фехтовальщика. Вести себя так в любой ситуации, которая встретится в жизни, очень трудно. В любой ситуации, при любых обстоятельствах, встречаясь со всеми сложностями человеческих отношений, проникая в них, вращаясь в них, так трудно не слиться ни с одной, не стать рабом обстоятельств. Однако, дзенский мастер прошел через все стадии тренировки, он свободен от препятствий своей психики (от всех привязанностей). И как бы это не было трудно, все зависит от самого фехтовальщика. Держа в руках свой меч, он может находиться в состоянии полной духовной свободы и непривязанности. Он может и не распространять свой опыт фехтовальщика на другие виды искусства, но в фехтовании он должен быть мастером самого себя, сам себе господином. А те, кто может и готов опыт своей профессии перенести на любую другую

деятельность, обретают ум "повсеместной текучести". Такие люди редки. Большинство же - специалисты в своей узкой области. Во всех случаях главное - уловить изначальный ум истины и единства, который не знает ошибок, а остальное пойдет само собой.

Глава 4. Меч Тайа*

Искусство меча, как я понимаю, не в борьбе за победу, не в испытании силы, не в том, чтобы сделать шаг вперед или назад. Оно состоит в том, что вы (ваше) не видите меня (мое), а я (мое) не видит вас. Тот, кто проник туда, где небо и земля не разделялись, - где Инь и Ян еще не разделился, о том и говорят, что он достиг совершенства (в своем искусстве).

Человек, который в совершенстве овладел искусством, не пользуется мечом. Его противник сам себя убивает. А когда такой человек пользуется мечом, - то только для того, чтобы дать жизнь другим. Когда нужно убивать, он убивает, когда нужно дать жизнь, дает жизнь. Убивая, не думает об убийстве, поддерживая жизнь, не думает о поддержании жизни, ибо ни в убийстве, ни в поддержании жизни не замешано "Я". Человек не видит "того" и "этого", и в то же время хорошо знает, что есть что. Тому, кто достиг этой свободы, не сможет помешать никто на земле. Он стоит совершенно сам по себе.

Вы бы хотели этого достичь?

Когда вы идете или отдыхаете, сидите или лежите, разговариваете или пребываете в покое, когда едите рис или пьете чай, - не позволяйте себе быть вялым, не позволяйте себе лениться, но упорствуйте в поисках "этого". Когда, минуя месяцы и годы, "это" раскроется как свет во тьме (в которой вы находились, не зная, как вам быть со знанием, которое не передается от учителя) и откроется источник чудес, - из него появится действие и не-действие. Когда вы достигаете "этого", вы осознаете то состояние, которое проходит сквозь относительность вещей в вашу повседневную жизнь и не покидает ее. Это я называю Мечом Тайа.

*Тайа - это один из трех мечей, изготовленных Фукуси по приказу короля Фу в древнем Китае. Меч Тайа известен за свои прекрасные качества, это синоним идеального качества

Открывая меч Тайа в себе, каждый осознает свое совершенство. Когда он чист, даже Дэвы (небесные существа) боятся его, но когда он не чист, они могут сыграть злую шутку с вами. Когда высшая рука встретит другую, и они скрестят мечи, ни одна из сторон не одержит победу. Так же было, когда Будда поднял цветок, а Махакашьяна улыбнулся. Например, определить мельчайшее различие в весе, едва взглянув на кусок золота или серебра - это обычное дело рассудка. Что же касается того, кто достиг совершенства в искусстве, он разрубит вас натрое, прежде чем вы обратитесь к одному или уясните три и более того, если вы стоите с ним лицом к лицу.

Такой человек не даст вам увидеть своего клинка. Клинок мелькает, как вспышка молнии. Ну а те, кто не получил настоящей тренировки, задержатся на чем-нибудь, потеряв свободу движений. Такой человек испортит клинок и поранит себя. Не допускайте ошибочных мыслей, не занимайтесь бесполезными расчетами. "Это" не выразить словами, "этому" нельзя подражать, "это" необходимо тренировать. Вы должны пережить "это" сами, помимо всех учений.

Когда "это" осознано, "оно" движется совершенно свободно, не зависимо от того, как "это" используется. Иногда "оно" утверждает себя, иногда отрицает и ничего с "ним" не поделает. В чем же смысл всего этого? Один мудрец древности сказал: "Если в вашем доме нет изображения хакутаку, тогда вы этого не боитесь".

Когда после практики и долгой самодисциплины вы приходите к этой мудрости, тогда поднять "единый меч" - значит сохранить мир во всем мире. И здесь нет никакого легкомыслия!

Конец трактата о мече Тайа.

Глава 5

Почти одновременно с Дзягю Тадзима-но-ками в Эдо, - теперь Токио - жил за рекою Сумиде другой фехтовальщик, известный под именем Одагири Итиун. В то время, как теперь известно, Тадзима-но-ками был связан с кланом

Токугава, находился на вершине славы и обладал огромной известностью. А учитель третьего сегуна был известен узкому кругу своих друзей и учеников. Их социальное положение различалось. Однако, судя по тому, что он писал, Итиун был лучшим фехтовальщиком. Он презирал тех профессиональных учителей, что собирались вокруг политических деятелей, ибо у них, как говорил его учитель Сэкиин, были "грубые души", стремящиеся к достижению славы. Такие учителя ради почестей приносили в жертву свое искусство.

Общим в философии фехтования Итиуна и Дзягю было то, что в основе лежал дзен-буддизм. Итиун был склонен больше придавать значение пониманию задач дзен, за которым, как он говорил, приходило и понимание техники. Дзягю, напротив, больше придавал значение технике, хотя и подчеркивал значение дзен для фехтования. Но он не заходил так далеко, как Итиун, который совершенно игнорировал тактическое искусство, как таковое. Итиун открыто заявлял, что его меч был мечом "недеяния", "не-искусства", "не-техники", "не-ритмичности", "полагающимся на ничто", не нуждающемся ни в чем, что подобно искусству фехтования. И всякий, как считал он, кто будет говорить о методе его практической тренировки, скажет, что это "очень странно и необычно".

Перед нами сильно сокращенный конспект, написанный в конце восемнадцатого века с оригинального произведения Одакиги Итиуна. Эта рукопись имеет очень большое значение для изучения фехтования, показывая всеобъемлющее значение духовной тренировки в сравнении с обучением фехтованию как ремеслу, и показывает отношение просветленной личности к техническому мастерству. Фехтование - это не искусство убивать, оно состоит в том, чтобы развивать себя нравственно, философски, духовно.

"Меч Непребывающего ума"

Мой учитель, Сэкиун, начал изучать фехтование в молодости, а затем стал учеником Огасавара Гэнсин. Гэнсин, в свою очередь, был одним из четырех лучших учеников Ками-идзуми (умер в 1577 г.), который был основателем новой школы Синкагзрю. Можно сказать, что деятельность Ками-идзуми была причиной нового этапа в развитии японского фехтования. Он был великим гением

японского фехтования. После основания Синкагэрю Огасавара Гэнсин поехал в Китай. Обучая китайцев своему искусству ему довелось встретиться с человеком, прекрасно владеющим китайским оружием хоко. Огасавара стал у него учиться и это чрезвычайно развило его технику. Вернувшись в Японию, он попробовал свой новый метод и убедился, что никто не может ему противостоять. Уверенный в абсолютном превосходстве новой техники, он обучал многочисленных учеников. Упорно трудясь, Сэкиун, наконец, овладел секретом новой школы.

Однако, мой учитель Сэкиун этим не удовлетворился. Он начал изучение дзен под руководством Кохаку, бывшего настоятеля Тофикудзи, одного из главных монастырей Киото, достиг больших успехов в понимании дзен-буддизма. В конце концов, он пришел к заключению, что никто из великих мастеров фехтования, о которых он знал, включая и его учителя Гэнсина и учителя его учителя Ками-идзуми, не может считаться по истине мастером фехтования. Ибо все они не понимали глубочайшего принципа жизни. В результате, не смотря на хорошую физическую и техническую подготовку, они продолжали оставаться рабами ошибочных, бесполезных мыслей. Они не могли выйти за пределы трех альтернатив:

- 1 - победить более слабого соперника,
- 2 - быть побежденным сильнеешим,
- 3 - встречаясь с равным, взаимно поразить друг друга (ай-ути).

Теперь Сэкиун пытается применить к искусству фехтования принцип небесного разума или Изначальной природы в ее таковости (т.е. в состоянии "как на есть"). Он был убежден, что это возможно. И однажды наступило великое просветление. Он понял, что по сути дела, фехтование в технике не нуждается. Ибо когда человек пребывает на троне небесного Разума, он чувствует себя совершенно свободным и независимым, и тогда он постоянно готов овладеть любыми профессиональными хитростями. Когда Сэкиун испробовал это открытие со своим учителем Огасавара Гэнсин, он легко его побеждал даже тогда, когда тот пользовался "самыми тайными секретами" своего мастерства. Это было подобно горению бамбука в пламени сильного пожара.

Сэкиуну было уже за шестьдесят, когда я, Итиун, двадцати восьми лет от роду, пришел к нему в ученики. Пять лет я прилагал свои силы, чтобы постичь искусство фехтования, которое мой учитель объединил с принципом

и практикой дзен. И, когда я почувствовал себя готовым испытать, чего же я достиг, я бросил вызов учителю. В каждом из трех поединков исходом был ай-нукэ.

Ай-нукэ - новый термин в фехтовании. Когда соперники во всем равны и бьются до конца, это кончается ай-ути или взаимным убийством. При ай-нукэ не происходит ни убийства, ни ранения. "Нукэ" - значит не "убить", "сразить", а "миновать", "пройти мимо". Итак Сэкиун и его ученик Итиун, будучи равными, остались после поединка целыми и невредимыми, они оба избежали "поражения". Итиун пишет: "Это стало характерным принципом нашей школы, которая была названа дзенским учителем Сэкиуну Кохаку "Меч Непребывающего (не задерживающегося) Ума".

Итиун продолжает:

Когда мой учитель умер, я оставался один и шесть последующих лет провел в глубоком созерцании Небесного Разума, не мысля распространять свое новое искусство. Я погрузился в самосозерцание, забывая голод и холод.

В связи с моими поединками с учителем следует упомянуть один факт. После третьей схватки он выдал мне письменное свидетельство в виде свитка, в котором признал, что я достиг осознания принципа фехтования. Затем мастер вынул из нагрудного кармана четки, воскурил благовония и поклонился мне, как обычно кланяются буддисты.

Не знаю, что именно подразумевал мой учитель, совершая эту религиозную церемонию, но несомненно, этим он выражал высочайшую похвалу, которую только может выразить один смертный другому.

Хотя я не собирался стать учителем новой школы, однако, некоторые из моих старых друзей отыскивали меня и убедили передать им мой новый опыт. Постепенно моя школа и мое имя становились все более известными. По тому, как теперь следуют учению и дисциплине этой школы, я надеюсь, что она будет процветать в грядущих поколениях и удивительные достижения моего учителя не пропадут даром и не исчезнут. Несмотря на это, я думаю, что лучше записать все, что возможно, ибо людям свойственно понимать все по своему и нужно предупредить возможные неправильные толкования.

Так, рекомендуя себя и своего учителя, Итиун говорит о самом главном в личности фехтовальщика. Фехтовальщик должен отбросить всякое стремление прославить свое имя, избавиться от эгоизма и самовосхваления; он должен быть в согласии с Небесным Разумом и блюсти Высший Закон

Природы, который отражается в каждом из нас. Как сказал Итиун: "Мой учитель, презирая обывателей, говорит что они одержимы звероподобными духами, которые как животные и только ждут, как бы что-нибудь съесть. Т.е. все время ищут материальных благ и выгод. Они не понимают, что значит человеческое достоинство и законы нравственности, которые управляют человеческой жизнью."

Что касается фехтования, то Итиун советует, во-первых, не полагаться на технические приемы. Большинство фехтовальщиков уделяет им слишком много внимания. Тот, кто хочет следовать Мечу Непребывания, должен отказаться от намерения превратить фехтование в источник благополучия или развлечения, в вещь чисто внешнюю, внешне привлекательную. Не следует думать о победе над противником. Фехтовальщик не должен думать об исходе боя, его ум должен быть свободен от подобных мыслей. Первый принцип фехтования - это глубочайшая интуиция прозрения, совершенная интуиция Небесного Разума, который действует в гармонии с любыми обстоятельствами, а больше ничего от фехтовальщика не зависит.

Когда Небесный Разум присутствует в нас, он знает, как ему себя вести, что бы не произошло. Когда человек видит огонь, его Разум сразу знает, как его использовать; когда находит воду, Разум подсказывает ему, для чего она. Когда человек видит другого в опасности, Разум ведет его на выручку. Пока мы с Ним, как бы сложна ни была ситуация, мы будем вести себя, как подобает.

Он был еще до нашего рождения, этот принцип, который управляет вселенной как нравственно, так и физически. Этот творческий принцип имеет четыре аспекта:

Гэн (юань - "великое"),
ко (хэн - "успех"),
ои (ли - "продвижение, способствование"),
тэй (чэн - "упорство, настойчивость").

Когда человек рожден силой творческого принципа, он воплощает эти четыре аспекта в форме четырех социальных добродетелей:

дзинь (жень - "любовь, человеколюбие"),
ги (и - "справедливость"),
рэй (ли - "правильность"),
ти (чи - "мудрость").

Эти четыре добродетели определяют человеческую природу, а другие люди видят в этом человеке духовного вождя.

В чистейшем виде изначальная Природа функционирует

в нас во младенчестве, когда нас еще не отняли от материнской груди. Но полагаясь на Природу, позволив ей действовать по своему усмотрению, не препятствуйте ей действовать своим относительным сознанием, мы будем самодостаточны и в зрелом возрасте. Но, увы, когда мы растем, у нас возникает много всяких концепций, позиций и амбиций, которые существенно искажают картину мира, которую мы получаем из наших чувств. И мы уже не можем видеть просто гору, такой, как она есть в ее таковости. Вместо этого, на зрительное восприятие горы накладывается много идей о горах, наши предшествующие знания и впечатления. гора с таким наслоением не чудесна, а чудовищна. Это результат того, что мы пропитаны всяческими доктринами, учениями, обретенными в результате наших обширных интересов. Тут смешивается личное с политическим, социальным, экономическим, религиозным. Получается совершенно извращенная картина. Вместо того, чтобы жить в мире изначальной Природы, в ее прекрасной наготе, мы живем в искусственном, окультуренном мире; и к тому же не сознаем этого.

Если фехтовальщик хочет узнать, как же эта искаженная картина мира влияет на его действия, пусть он наблюдает за собой во время поединка. Он обнаружит, что все его действия противоречат принципу "Непререывающего Меча", который с начала и до конца должен быть согласен с мышлением и действиями младенца. Следуя дисциплине согласия с Природой, шаги фехтовальщика в схватке не будут слишком быстрыми, медленными, безразличными. Они будут как раз такими, как это нужно. Об этом позаботится изначальная Природа, которой следует ситуация, находящаяся в постоянном изменении. Фехтовальщик не должен выказывать свою смелость, но не должен чувствовать и робости. Он не должен сознавать, что кто-то противостоит ему. Он должен чувствовать себя так, будто занимается своим обычным делом, например - радуется завтраку. Пусть фехтовальщик держит свой меч как вилку за завтраком, когда поднимает кусочек и берет его в рот, а потом кладет вилку, когда она не нужна, по окончании завтрака. Если фехтовальщик думает, что схватка требует чего-то большего, значит он еще не закончил учиться и ему рано покидать стены школы.

Итиун продолжает: Чтобы объяснить чудесное действие Небесного Разума и Изначальной Природы в человеке, мы употребляем различные выражения, но, главное здесь

вернуть к невинности "первоначального человека", т.е. время нашего раннего детства, которое часто называем Великим Пределом (тайкеку, по кит. тайцзи) или Природой в ее таковости, состоянием не-действия, пустоты. Но большинство людей, вместо того, чтобы смотреть в суть явления, накручивают слова на слова и все больше и окончательно в них запутываются.

Таким людям лучше всего вернуться во время своего детства и посмотреть, как ведет себя ребенок. Земля может расколоться, а ребенок и внимания не обратит. Убийца бросится в его дом и станет его убивать, а он только ему улыбнется. Разве это не демонстрирует подлинное мужество? Ну, а раз это ясно, то посмотрим, как он будет вести себя в этой всемирной игре, в которой мы участвуем, ради которой мы почти готовы пожертвовать своей жизнью или бесстыдно пускаем в ход самое подлое коварство. Будет ли дитя радоваться, если его сделают императором или наградят самым высоким орденом? В ответ на это младенец даже не повернет глазом. Мы можем сказать, что он просто ничего не знает о мире взрослых, и этим все объясняется. Но Итиун возражает: "Что истинно в мире взрослых? Все в нем суета сует. А то, что волнует младенца, действительно существенно. Младенец не уносится мыслями в прошлое и будущее. Потому он свободен и не знает страха, неуверенности, тревоги или "мужества жить". Фехтовальщику, как и всем нам, необходимо сознавать Небесный Разум, который движет младенцем. Дети его не сознают, он просто движет ими. А нам нужно привести в полное сознание Природу, которая раскрывает в нас Небесный Разум. Достичь зрелости - не значит стать пленником всяких рассуждений, это значит достичь сознания того, что лежит в самой глубине вашего существа. Это и есть "истинное знание" (рети), "искренность" (макото), "благовение" (кэй), "безошибочность" (тантеки). Как бы стар ни был человек, "детское в нем не умерло, оно всегда свежо, энергично, воодушевляюще".

Поэтому наставление Итиуна своим ученикам самое простое и легкое.

Он говорит: "Когда стоишь с мечом перед противником, продвись вперед, если дистанция слишком велика и ударь. А если сразу стоишь на правильной дистанции, то ударь сразу с того места. Думать не нужно." Однако, с большинством фехтовальщиков дело обстоит по-иному. Как только они окажутся перед противником, они уставятся на него, определят, на какой они с ним дистанции, выберут

позицию, которая кажется им наилучшей, проверят длину меча, поразмыслят о том, как бы применить прием, и т. д. Их мозг лихорадочно работает, решая, какую же тактику из тех, которым его научили, применить в данном случае. Они понятия не имеют о Небесном Разуме и его действии при разных условиях. Величайшая ошибка в фехтовании - это пытаться предугадать исход поединка. Вы не должны думать, чем это кончится, победой или поражением. Просто дайте Природе идти своим путем и тогда ваш меч ударит в надлежащий момент."

Может быть, самый верный совет, который дает Итиун, заключается в том, что первым шагом в тренировке фехтовальщика должна быть мысль об "ай-ути" - взаимном убийстве, в момент, когда он приступает к поединку. Этот совет имеет самое существенное психологическое значение. Иными словами ай-ути означает, что не нужно думать об исходе поединка, о своей безопасности. Если человек вступает в поединок в таком душевном состоянии, он действует более эффективно и противостоять ему сможет только противник, имеющий такую же позицию. Подобные примеры уже приводились в этом тексте. Мысль об ай-ути, - и это главное, - должна быть у фехтовальщика с самого начала, а не в конце.

Второй урок Итиуна демонстрирует самую суть его методологии и его глубочайшее проникновение в тайны человеческой психологии. Он пишет: "Кажется, что не трудно придерживаться мысли об ай-ути с самого начала поединка, но если все это так легко, то возникает мысль о несомненной победе над противником, а эта мысль более всего препятствует естественному функционированию Небесного Разума". Он продолжает: "В тот момент вы можете подумать: как же я так двойственно думаю? Сначала я решил, что закончу поединок ай-ути и тут же принялся мечтать о победе. Подобное размышление тут же приведет вас и ваш ум в состояние куфу."

Если вы продолжаете в течении нескольких лет свою практику, в конце концов вы достигнете прозрения Небесного Разума, который никогда не подчиняется никакой форме движения, т.е. никакой форме нерешительности ума. Разум, Природа или душа (кокоро) или субстанция - все это синонимы - всегда спокойна, недвижима, неизменна, она действует на бесконечных путях и она вне досягаемости мысли."

Прежде, чем закончить эту длинную экспозицию школы фехтования, называемой "Меч Непребывания", я хочу

отметить четыре характерных момента в рукописи Итиуна.

1. Отсутствие стереотипных техник.

2. Мягкость, кротость духа (кшанти) или непротивление (недеяние). Эти термины сильно напоминают философию Лао-Цзы или Чжуан-Цзы.

3. Убеждение: "Я фехтовальщик, которому нет равных в мире". Это соответствует тому, что согласно традиции, сказал Будда при своем просветлении: "На небесах и на земле - я единственный достоин почитания!" Сравнить эти высказывания интересно по двум причинам. Итиун приветствует "детскость", как воплощение принципа фехтования, и Будда сказал эти слова, когда был младенцем, новорожденным. Но дитя Итиуна - это мужественный фехтовальщик, прошедший через все события и испытания, рискуя своей жизнью. Иными словами, дух и учение дзен исповедует Итиун и Будда. Оба хотят соскрести грязь, которая накопилась на нашем существе еще до нашего рождения и раскрыть Реальность, как она есть, в ее таковости. Вот вся нагота, которая соответствует буддийской концепции о пустоте (шуньята).

4. И еще одна особенность "меча непребывания" - идея обай-нукэ. Этому не учила ни одна школа. В других школах при равенстве противников все кончалось взаимным убийством - ай-ути, но в школе "Меч Непребывания" финал не был трагичен - все кончалось ай-нукэ.

Как я уже говорил, "нукэ" означает "не-ударить". Ни один из соперников не наносит другому удара или ранения. Когда несовершенный мастер вызывает на поединок настоящего мастера "Меча Непребывания", он совершает самоубийство. У настоящего мастера нет намерения убивать. И когда он встречается с мастером "Меча Непребывания", его же злой дух его и убивает. Мастер даже может и не подозревать, что его меч сразил противника. Можно сказать, что Небесный Разум наказал тех, кто пошел против него, а "детскость" мастера остается такой же жизненной, как и была.

Такуан был дзенским учителем, который пользовался фехтованием, как методом тренировки. Его меч, как палка (здесь проводится аналогия) дзенского учителя, бьет ученика, который, не усвоив урока, пытается действовать. Меч Сэкиуна унаследовал Итиун, это настоящий "меч недеяния", а в нем выражается сущность философии праджняпарамита (по-яп. Ханья-харамита).

В конце своего трактата Итиун подводит итог значению меча: "Сейчас есть около двухсот школ фехтования, но все

они обязаны четырем ученикам Ками-идзуми Исэ-но-ками. Мой учитель, Сэкиун, учился у одного из них. Это Огасавара Гэнсин. Гэнсин, после посещения Китая, где овладел чисто китайским оружием, создал собственный стиль фехтования, настолько совершенный, что во всех последующих поединках не имел себе равных. Мой учитель, Сэкиун, в совершенстве овладел методом Гэнсина, но позже, когда Сэкиун пришел к пониманию дзен, он отринул все, чему раньше научился и обрел истинное знание. Он вступил в схватку со своим учителем. В результате, методы, основанные на совершенной технике боя, потерпели поражение. С тех пор Сэкиуна никто не мог победить, его система была выше других."

Вывод Итиуна: лучшие фехтовальщики Японии не могли его победить потому, что строили свои системы на каком то одном приеме или методе, на техническом совершенстве. Сэкиун же, изучив дзен, овладел "Мечом Недеяния". Это непривязанность ни к одному методу, воплощение самого Небесного Разума, выходящего за пределы человеческого разума. Достигнув дзенского сатори, Сэкиун обрел святость. Его "Меч Непребывания" не имел ничего общего с тактическими тонкостями, т.е. всем тем, что обычно составляет искусство фехтования. Его меч, совершенно свободный от мирских побуждений и интересов, был движим духом владельца, а у кого было "чистое" сердце и свободный, "пустой" ум (не-ум, мусин). Поэтому и меч был совершенно свободен у него в руках. И никто из тех, кто не достиг той же степени просветления ума, что и Сэкиун, не мог его победить. В конце концов, фехтование дело не техники, а высокого развития духовности. Отсюда и заявление Итиуна, что ему нет равных.

Глава 6.

Заключение

Из всех японских искусств фехтование, вероятно, самое дзенское потому, что проблема жизни и смерти здесь стоит с наибольшей остротой и реальностью. В фехтовании у человека нет права на ошибку, у него нет времени поразмыслить. Все, что он делает, исходит прямо изнутри и не поддается контролю сознания. Фехтовальщик должен действовать инстинктивно, а не интеллектуально. Во время напряженной схватки решается - жить или

умереть. Самое ценное - время, его нужно использовать максимально эффективно. Малейшее мгновение расслабления (суки) - и противник воспользуется им и уничтожит вас. Тут речь идет не просто о поражении или унижении.

Мгновение интенсивного сосредоточения - это момент совершенного единения субъекта и объекта, личности и ее поведения. Пока это не достигнуто, поле сознания не очищено, все еще остается "слабый след мысли" (нисай но итинен), который препятствует прямому и непосредственному действию, исходящему из глубины личности, иными словами - из неосознаваемого. Это приводит к тому, что меч противника находит разрыв обороны, разрыв в нашем сознании.

Вот почему фехтовальщику советуют освободиться от мысли о смерти и от беспокойства за исход поединка. Пока осталась хоть какая-то мысль, она приводит к гибели. Китайская пословица говорит: "Если ваши действия совершенно непоколебимы и цельны, даже боги будут вас бояться и избегать". Такая твердость, решительность ума и духа совершенно необходимы в боевом искусстве фехтовальщика. Без этого духа никакая концепция и тем более единение невозможны. Сосредоточенность, единоумность, концентрация (экаграта), решительность, непоколебимость ума и духа - все они исходят из одного. Это "одно" в дзен называется состоянием "не-ума" (мунэн), это соответствует "детскости", в которой еще нет и зачатка умозрительности и схематичности.

Кое-кто может сказать: непоколебимость ума - это высшее качество человека, и мы не можем его достигнуть до тех пор, пока не вполне созрели, ибо это свойство вполне сформированного ума. Но, достигнув этого, как можно от всего отказаться и вернуться к духовному состоянию детства? Как можно вернуться к самому началу, после того как совершили тяжелое и утомительное путешествие? Или как можно совместить высокий ум с беспомощностью ребенка? Это один из возможных взглядов на проблему, но не забудьте, что есть и второй, согласно которому дитя превосходит того, кто "полностью развит". Что здесь имеется в виду?

Спеша сделать себя "вполне развитым", мы совершенно отрицаем то важнейшее качество, которым обладает дитя - веру в неизвестное бытие. Это неизвестное можно назвать Неизвестным Разумом, Дао, Богом, Неосознаваемым или глубочайшим Я. Ввиду того, что Неизвестное, какое бы

ему имя не давали, не поддается постижению сознательной частью ума, оно или теряет свою сущность, свою таковость в тот момент, когда сознание пытается его схватить. Это неизвестное мы оставляем позади "развития", "зрелости", да так, что совершенно о нем забываем и не имеем представления, как оно осуществляется в нас. Когда фехтовальщик или монах говорит о детскости или не-уме, большинство людей не понимает, о чем идет речь. А пытаюсь понять, мы низводим или возводим "это" (в зависимости от того, как к "этому" относиться) на обычный уровень сознания, где пытаемся рассуждать о нем так, как обычно рассуждаем вообще обо всем. В результате смысл совершенно меняется. А когда кто-нибудь ссылается на "это" или обращается к "этому", то мы "это" не узнаем.

Непоколебимость ума, восстановление "этого", - оно всегда присутствовало в нас и никуда не терялось и не было искажено. Вопрос в том, как "этим" правильно пользоваться. Фехтовальщик, пройдя подготовку у дзенских учителей, приобретя большой собственный опыт, начинает различать в себе присутствие и важность этой "неизвестной величины", которую мы сейчас пытаемся как-то обрисовать.

И в заключение приведем цитату-наставление из трактата Дзягю Тадзима-но-ками: "Ум (кокоро) - это пустота (ку, шуньята), но из этой пустоты создается вся бесконечность действий: в руках она хватает, в ногах - ходит, в глазах - видит и т. д. Однажды этот ум надо удержать, хотя это сделать трудно, ибо этому нельзя научиться только теоретически. Собственно, фехтование в том и состоит, чтобы пережить это. И когда это достигнуто, когда слова человека - сама искренность, его действия исходят прямо из изначального ума, свободного от всех эгоистических мыслей и побуждений. Тот ум, которым обычно пользуемся мы, грязен, но изначальный ум всегда чист, он - само Дао.

Я так об этом говорю, будто сам пережил это, но на самом деле я далек от того, чтобы быть настоящим даосом, Дао-человеком. Я пишу так просто потому, что вся человеческая жизнь должна быть в согласии с этим направлением Ума. И если нам не удастся так жить каждое мгновение, мы должны, по крайней мере, пытаться достичь этого в нашей профессии, в нашем искусстве."

Послесловие.

Дальневосточные боевые искусства - явление сложное, многоликое, оценки его неоднозначны. Очевидна, однако, жизнестойкость традиции, ее необыкновенная приспособленность к разным социально-историческим и культурным условиям при неизменной притягательности для западной цивилизации. Реальность наших дней - культивирование боевых искусств Востока и за рубежом, в том числе в большинстве стран нашего собственного содружества.

Распространение восточных единоборств происходит и в нашей стране, но к сожалению, подспудно, стихийно и пока остается неуправляемым. Для понимания сложности проблемы немаловажно уяснить истоки жизнеспособности этой культурной традиции.

Проникая на Запад, адаптируясь к новым условиям, дальневосточные боевые искусства утрачивают первоначальную целостность. Обособляются три главных направления: лечебно-оздоровительная гимнастика (с перспективой массового распространения), спортивные единоборства (через которые на Западе началось знакомство с боевыми искусствами Востока) и рукопашный бой (развитие которого в основном и ограничивается специальным назначением). Есть и другие направления. В них преобладает влияние западной культуры. Это культивирование в рамках профессионального спорта одной из разновидностей контактного каратэ ("фул-контакт" или "кик-боксинг"), а также распространение многочисленных форм шоу-бизнеса на базе боевых искусств Востока (они смыкаются с искусством цирка, балета, киноискусством и т. п.).

Существуют разные критерии классификации боевых искусств. Они различаются по национальной принадлежности (китайские у-шу, корейское таэквондо, обширное семейство японских будзюцу). Их можно разграничивать по видам на основе преобладания определенной техники. У-шу, таэквондо, каратэ в этом случае образуют одну группу, поскольку базируются главным

образом на ударной технике и ограниченно включают на этой базе использование разных видов оружия. В другую группу входят китайские и японские разновидности джиу-джицу, японские дзю-до, айкидо, где преобладают захваты, броски, удержания, болевые приемы, удушения и т. п. Конечно, между разными видами нет непреодолимой стены, обычно используются те и другие технические элементы, но технико-тактическая специализация все же присутствует.

Существуют так же обособленные виды борьбы с традиционным оружием. Наиболее популярно японское кэндо - фехтование на самурайских мечах. Самостоятельную группу боевых искусств составляют виды, использующие стрелковое или метательное оружие. Наиболее известное японское кюдо - стрельба из лука. Еще одну группу боевых искусств можно связать с особыми условиями подготовки и проведения боевых действий. В Японии, например, для воинов имелись школы плавания, специализировавшиеся на технике преодоления стремительных горных потоков, совершения дальних морских заплывов, особую разновидность составляла борьба в воде и т. д. Однако, наряду с естественной специализацией видов и разновидностей боевых искусств, надо иметь в виду их принципиально многоборческий характер. Независимо от специализации каждый воин должен быть знаком со всеми доступными видами борьбы и традиционного оружия, в том числе и нунчаку. Кроме того, известны универсальные многоборческие системы боевой подготовки, где осваивался (причем на самом высоком уровне) целый комплекс боевых искусств и прочих необходимых видов деятельности. Именно такой была подготовка знаменитых ниндзя - шпионов феодальной Японии, которую с детства прошел Итиро Масатоши.

Достаточно существенны стилевые отличия в рамках отдельных видов. В китайских ушу имеется множество "звериных" стилей. Заметные стилевые отличия есть и в японском каратэ. Характерные стилевые особенности сегодня диктуются развитием бесконтактных и контактных стилей каратэ и таэквондо. Как правило, национальные, видовые и стилевые отличия находят продолжение в методиках обучения. Современная ситуация, связанная с выходом дальневосточных боевых искусств на мировую арену, с их рассекречиванием, взаимодействием, конкуренцией, порождает реформы, направленные на универсализацию стилей. Результатом наиболее известной

реформы, осуществленной выдающимся мастером современного каратэ М.Оямой, явился новый стиль контактного каратэ - кекусинкай. На Западе он получил наименование "ол стайл" (все стили). Стиль кекусинкай синтезирует наиболее эффективную технику китайских, японских, корейских и прочих школ. Этой реформой была предпринята попытка возродить в новых условиях прежний универсализм и характер традиционной боевой подготовки.

Отмечая свойственный данной культурной традиции в целом универсальный многоборческий характер, следует обратить внимание и на функциональный универсализм всей системы боевых искусств, которая направлена на гармонизацию всей жизнедеятельности человека в природе, культуре и обществе, включая глубинные уровни его психической жизни. Фундаментальная для Востока категория "гармонии" обнаруживает тесную связь с необыкновенной приспособляемостью боевых искусств к изменчивой действительности.

Имея в виду эту глубинную культурологическую предпосылку жизнеспособности дальневосточных боевых искусств, обратимся к наиболее уникальным чертам традиции. Как род военной профессии и системы рукопашного боя эти искусства не являются чем-то исключительным. Множество аналогов мы находим в истории разных народов (у древних египтян, греков, скифов, славян, скандинавов и других). А вот то, что целое семейство боевых искусств в средние века было поднято от уровня просто боевой техники (японский термин "бугзюцу") до уровня воинского пути (японский термин "будо") сыграло в развитии дальневосточных боевых искусств решающую роль и определило ее общекультурную ценность. Ключевую "культурообразующую" роль сыграли в этой метаморфозе даосизм, чань-буддизм и дзен. Их влияние оказалось всепроникающим и проявилось не только в мировоззренческих установках, но и в методах психологической подготовки, в конкретных методиках обучения технике и тактике рукопашного боя. Возник феномен - дзенские виды борьбы.

Не углубляясь в тонкости отличий японского дзена от китайских (чань) и индийских (дхьяна) истоков, сосредоточимся на том, что для боевых искусств имело особо важное значение. Здесь необходимо учитывать неоднородность дзена в средневековой культуре. Наряду с сугубо религиозным (канонизировавшимся) дзеном существовали и оппозиционные течения. Они утверждали

возможность достижения главных целей дзена (то есть радикальной перестройки сознания, открывающей путь к естественной и гармоничной жизни) не путем религиозной аскезы, а в гуще повседневной жизни. Именно такой дзен активно внедряется в разные сферы жизнедеятельности, в "мирные" и "боевые" искусства.

Помимо особого стиля мышления и мировосприятия, дзен привнес в дальневосточные боевые искусства свои психотехнические и психорегулятивные принципы, которые подвергались существенной трансформации.

Говоря о предпосылках жизнеспособности дальневосточных боевых искусств, нельзя обойти вниманием и те конкретные механизмы культуры, которые столь долгое время способствовали сохранению ее изначальной, в известном смысле идеальной, целостности. Одна из существующих особенностей восточной культуры состояла в том, что в процессе передачи традиций решающую роль играла личностная основа обучения. В качестве главного хранителя и носителя традиций выделялась величественная фигура мастера-учителя, а в качестве идеальных организационных условий для их передачи - школа.

Школы боевых искусств (как и школы в иных сферах жизнедеятельности) исторически складываются как общности, объединения, возглавляемые мастерами-учителями. Там существует определенная иерархия, определяемая уровнем мастерства и духовной зрелости членов школы (мастер, старшие и младшие ученики). Истоки этой иерархии лежат в семейно-родовых устоях организации средневековых профессиональных объединений.

Личностная основа обучения в школах боевых искусств, их внутренняя сплоченность и внешняя автономность требовали разработки особой разветвленной (при этом неформальной) системы лично-стно-профессионального отбора учеников, контроля за процессом обучения и оценки его результатов. Ученик принимался в школу, лишь заслужив доверие учителя, пройдя через хитроумные ловушки и фильтры испытаний, которые незаметно "инкрустировались" в процессе обучения-общения. Будущий ученик должен был обладать незаурядными физическими и интеллектуальными данными и доказать преданность делу, идеалам искусства, продемонстрировать неодолимое желание учиться. Претенденты, неспособные к тяжкому труду и упорному совершенствованию, а также оказавшиеся недостойными в нравственном отношении, решительно

отвергались школой. Тем самым гарантировались сохранение высокого уровня мастерства, нравственных ценностей и соответственно передача традиций в наиболее надежные руки.

Путь ученика к мастерству лежал через добровольное подчинение и подражание учителю и последующее духовное единение с ним, что открывало возможность в дальнейшем вступить на самостоятельный путь. По мере того, как ученик под руководством наставника в атмосфере тесного общения с братьями развивался профессионально и созревал духовно, для него открывался смысл избранного пути. На этапе духовного единения ученика с мастером слетала внешняя оболочка изначальной авторитарности и учитель предстал перед уже "посвященным" последователем как преданный друг, взявший на себя нелегкое бремя ответственности за его воспитание. Настоящий учитель никогда не требовал слепого подражания, не стремился к тиражированию себе подобных. Точно так же и заложенный в самих методах обучения глубокий смысл раскрывался понемногу по мере роста мастерства и духовного созревания ученика. На этапе зрелости школа мастерства начинала осознаваться как "школа жизни". И лишь став "мастером жизни" преемник получал не только профессиональную готовность, но и моральное право взять на себя ответственность за дальнейшее развитие искусства и за будущих учеников.

Такой подход к обучению на Востоке, где сама история искусств предстает как история школ и выдающихся мастеров, долгое время был не только идеальной, но и действующей нормой. Путь к совершенству лежал через мастерство. Мастерство давало человеку творческую свободу, а культуре особый тип личности. В сущности это личность, познающая через свое искусство "тайны жизни" и через это обретающая гармонию в себе самой и во всем мироздании. Тем самым и школа боевого искусства (как, впрочем, и любого другого) превращалась в специфический культурный путь восхождения человека к природе, к постижению глубинных основ всего сущего.



СОДЕРЖАНИЕ

Часть 1. НУНЧАКУ

Вступление	стр. 3
Глава 1. Методы держания нунчаку.....	6
Глава 2. Блоки нунчаку.....	7
Глава 3. Маховые удары.....	12
Глава 4. Смена захватов одной рукой.....	36
Глава 5. Двойные удары.....	40
Глава 6. Комбинации.....	52
Глава 7. Двойное нунчаку.....	60
Глава 8. Приемы самозащиты.....	70
Глава 9. Ката.....	92

Часть II. КЭНДО - ПУТЬ МЕЧА

Глава 1. Происхождение кэндо.....	121
Глава 2. Снаряжение и доспехи.....	126
Глава 3. Церемониал.....	129
Глава 4. Основы кэндо.....	130
- камаэ - стойки с мечом.....	130
- окури-аси - передвижение.....	133
- субури - движения мечом.....	133
- основные удары в кэндо.....	135
- сикакэ-вадза - приемы атаки.....	145
- сидзи-вадза - приемы защиты.....	147

Часть III. ДЗЕН И ФЕХТОВАНИЕ

Вступление	155
Глава 1. Письмо Такуана	
"О тайне недвижимой праджни".....	156
Глава 2. Комментарии к письму Такуана.....	167
Глава 3. Дзягю Тадзима-но-ками -	
о "Мистическом мече".....	180
Глава 4. "Меч Тайа".....	186
Глава 5. Одагири Итиун	
"Меч непребывающего ума".....	187
Глава 6. Заключение.....	196

ПОСЛЕСЛОВИЕ (А. Калинец-Брюханов)	199
-----------------------------------	-----

МИТИРО МАСАТОШИ

ТЕХНИКА НУНЧАКУ



ВЫПУСК-2