

Посвящайте себя тренировке

Освоить вадза - ценно не только для людей, изучающих будо, но и для кого-либо, изучающего что-либо вообще. Один врач сказал мне как-то раз: «Мозг весит от 1300 до 1500 грамм. Учёные говорят, что тем тяжелее ваш мозг, тем вы умнее. И, как ни странно, если вы взвесите мозг одарённого человека, полностью овладевшего каким-либо мастерством или искусством, он будет весить, вероятно, 1500 грамм». Это приводит меня к убеждению, что чтобы освоить искусство, надо тренироваться каждый день.

Люди, играющие женщин в театре Кабуки [японская драма], должны ежедневно жить в облике женщин [чтобы довести своё искусство до совершенства]. Какое умение является наиболее важным для изучающих боевые искусства? Это конечно умение не сдаваться. Я тренировался втрое тяжелее [чем прочие] в ментальной практике, втрое тяжелее в физической практике и тратил в три раза больше денег - чтобы стать сильным. Когда я стал сильным, я нашёл, что я слаб в других аспектах. Я пытался постичь, почему я слаб, но не мог. Хотя это и расстраивало меня, я тренировался и непоколебимо верил, что если я достигну совершенства в ещё одном искусстве или умении, то достигну духовного просветления. Однажды, я заболел и не мог преодолеть своего смятения. Сердце моё билось очень быстро, как будто говоря мне об опасности моих путей. Я не мог даже встать. Это продолжалось в течение пяти лет, и я верю, что умереть мне тогда было проще, чем жить. До этого времени я гордился своей силой. Ещё, по правде сказать, я не был так силён, как думал, и я чувствовал, что всё же я побеждён.

Даже при всём при этом, я некогда не прекращал своих тренировок. Я выздоровел естественным образом. То, что я думал, что я старею, заболеваю, умираю - всё это было частью тренировки. Когда у вас всё в порядке, вы должны практиковать, несмотря на то, что у вас всё в порядке; если вы стары - вы должны практиковать, несмотря на то, что вы стары; если вы умираете - вы должны практиковать «помимо жизни и смерти». Я постиг, что это и есть верный путь проведения тренировок. Пять лет болезни заставили меня забыть о том, что было сильно, а что - слабо. Я изучал естественные техники, не зависящие от физической

силы. Я также понял, что я смог тренироваться в тяжёлое время, то я могу тренироваться с другими и делать их счастливыми.

Во время моих тренировок я иногда чувствовал тошноту и усталость от собственной тупости [не готовности выполнить технику]. Иногда у людей бывает кризис, как когда вы выполняете вадза не правильно, вы не можете практиковать так, как должно и противник продолжает вас бить. Я верю, что этот период подобно периоду сбрасывания кожи у змеи, и я считаю, что это означает, что пора расти дальше. Наличие сброшенной кожи - доказательство нашего роста и продвижения на следующий дан (уровень). Когда у вас тяжёлые времена, техника других людей кажется вам очень хорошей. Вы как ребёнок, которому всегда кажется, чужая игрушка - лучше его собственной. Когда плохой период продолжается лет десять, вам стоит задуматься о том, чтобы оставить будо.

Важно знать основы будо, когда начинаете практиковать. Те, кто изучает будо, не должны концентрироваться исключительно на техниках. Если вы полностью посвятите себя будо, ориентированному на технику, вы всегда будете только исследователем будо.

Я встречал много мастеров боевых искусств, знавших, как сделать технику, но не понимавших сущности будо. Они были просто опьянены боевыми искусствами, как украшением и украшали ими свой быт. Этот способ мышления - просто, «цветы» [украшение, внешняя сторона], и эти люди забывают об основе боевых искусств. Если кто-то продолжает тренироваться, не зная основ будо и того, как оно «перерастает в цветы», то скорее всего, приобретает «пустой дух и глаза». В тренировках в будо, вы должны в первую очередь обрести «Корни» [основание] и из них вырастет [разовьётся] Большое дерево [большие возможности]. Так зерно прорастает, и расцветают цветы.

Когда я интенсивно тренируюсь, меня иногда посещают странные сны. Это - история о моём учителе Тосицугу Такаматсу, очень любившим рисовать и писать картины. Каждый день он рисовал с 5.00 до полудня. Однажды, он нарисовал для своего друга дракона. Спустя несколько ночей, моему учителю приснился дракон без глаз. Дракон сказал ему: «Хочу глаза». На следующее утро, он позвал своего друга и тот сказал ему, что у дракона не было глаз.

Также и с тренировками в будо, если вы тренируетесь каждый день, вам иногда будут сниться техники, которыми вам было сложно овладеть. Итак, секретное учение будо можно представить как «сны богов». Миямото Мусаси часто писал о своих снах. Если вы твёрдо намерены что-то сделать, вы постепенно придёте к пониманию этого. Итак, те, у кого нет полной решимости, не могут овладеть секретными учениями, даже если у них есть способность к постижению этих учений. Некоторые люди считают, что для тренировок нужен талант, талант приходит к вам в зависимости от того, как часто вы тренируетесь. Вам следует тренироваться усерднее, вместо того, чтобы искать свой талант.

Какова цель тех, кто занимается будо? Ваша цель - вот наиболее важная вещь в ваших тренировках. Некоторые люди занимаются будо потому, что хотят быть сильными, или чтобы чувствовать себя спокойнее при поступлении в высшую школу, или чтобы получить лучшую работу, стать инструктором и заработать много денег, или чтобы чувствовать себя лучше. Возможно, мне следует согласиться с этим, т.к. у каждого своя цель, но в старину те, кого называли Будзин или Кэнсэй [боги меча] таких целей не имели. Они овладевали будо для собственной тренировки. Они верили, что это приносит пользу и другим людям тоже, а не только им. Если вы прекратите тренироваться - это неблагоприятно повлияет на вас и на других.

Тренировка огромное влияние оказывает на формирование характера. Сделав правильную тренировку своей привычкой, человек может изменить свой характер и целостность своей природы.

Я надеюсь, что каждый из вас становится человеком, могущим видеть свою жизнь, освещённую светом тренировки. Итак, знайте, что наиболее опасный путь мышления - считать, что вы всё знаете. Если вы не знаете чего-либо - это нормально. Важно знать, что вы этого не знаете.

Хацуми Масааки: "Нинпо - мудрость для жизни"