



Сила намерения

Интервью с Бруно Гонзалезом

Оригинал: http://aikido-brunogonzalez.com/Online/Article/Bruno_Aikido_Magazine.pdf

Перевод с французского Антона Коронелли

Какие ассоциации вызывает у Вас слово «айкидо»?

Прежде всего, это ассоциация со словом искусство, которое подразумевает выражение свободы в рамках определённой структуры. Айкидока, как художник, который, занимаясь своим ремеслом, всегда находится в поиске, идёт своим путём, пытается осознать своё занятие, чтобы лучше усвоить определяющие для него принципы и всё это ради того, чтобы приблизиться к идеалу восприятия – нужному действию в нужный момент.

Соотносите ли Вы себя с какими-то конкретными учителями?

С Кристианом Тиссье, в связи с тем, о чём я говорил только что. Бертольд Брехт говорил, что тот, кто не любит учиться, не должен и учить, а тот, кто учит других, должен учить их тому, как учиться. Другими словами, мы лучше всего учим других тогда, когда сами находимся в поиске. Кристиан Тиссье – это человек, который всегда находится в поиске.

Известно, что зал, додзё, является центральным понятием в практике айкидо. Что должен привносить с собой занимающийся, входя в додзё?

Очевидно, всё зависит от того, какие задачи ставит перед собой каждый из нас. В контексте того, как мне видится процесс обучения в настоящее время, мне представляется, что, находясь в додзё, мы должны быть требовательными к себе. Упорство, самоотдача – вот главные качества, с которыми айкидока должен входить в зал. Кроме этого, первостепенную роль играют умение слушать, доверие к преподавателю, которого мы сами выбрали своим проводником, в противном случае, смысл обучения может оказаться непонятым, да и можем ли мы понять его в полной мере, пока не приобретём его через конкретный, осязаемый опыт, конкретные навыки? Наконец, на каждого занимающегося ложится большая ответственность перед самим собой в долгосрочной перспективе: мы должны не пассивно идти по своему пути, а попытаться сделать так, чтобы экспериментируя и задавая вопросы, мы со временем заново открыли для себя то, что изучили до этого, чтобы в свою очередь начать собственный поиск.

Иными словами, мы должны анализировать свою практику айкидо, размышлять над ней, чтобы однажды действительно сделать её своей собственной. Эта мысль кажется очевидной, однако, реализовать её на практике не так просто.

Бывает, ученику кажется, что он впервые обнаружил какой-то принцип или технику, а между тем, его учитель ему уже это показывал... ещё десять лет назад.

Один знаменитый актёр театра кабуки говорил: «я могу научить вас принимать позу, означающую «смотреть на луну» вплоть до того, как правильно направить к небу кончики пальцев; но вот от кончиков пальцев до луны – это уже ваша забота».

Какое значение для занимающегося айкидо имеет образ основателя – Морихея Уесибы?

Как говорил Хайдеггер¹, прислушиваться к традиции стоит не ради преклонения перед прошлым, но для лучшего понимания настоящего.

В айкидо большое значение уделяется отношению уважения. Как следует это понимать и как это влияет на практику айкидо?

Уважение, это отношение подразумевающее открытость, умение слушать, которому часто препятствуют наши страхи или предвзятость. Смысл нашей практики в том, чтобы избавиться от этих страхов и стать свободнее. Более конкретно, это означает попытку превратить практику айкидо в общение, направленное на взаимное развитие. В этом смысле, вероятно можно сказать, что такая практика делает нас всё более уважительными друг к другу.

Почему в айкидо настаивают на отсутствии соревнований?

Говоря о соревнованиях мы, как правило, имеем в виду противостояние и стремление к определённому результату. Это влечёт за собой свою долю отрицательных последствий, но не надо забывать и о положительных.

Надо сказать, что занимаясь интенсивно, каждый из нас проходит через этап, на котором происходит физическое развитие, формирование уверенности, как в роли тори, так и в роли уке. Все мы понимаем, что на этом этапе отношения противостояния между партнёрами имеют своё место, поскольку каждый, в большей или меньшей степени, стремится утвердить свою технику, представляя себе, следовательно, определённый результат. Это неизбежно, поскольку практика айкидо опирается на реконструкцию ситуации конфликта.

Однако, как правило, на определённом уровне достаточно быстро становятся видны пределы такого подхода, как чисто физические, так и по отношению к общей перспективе нашей практики айкидо, которая, помимо прочего, определяется естественными для человека принципами (экономии, упрощения, оптимизации своих действий и минимизации затраченных усилий).

Кроме того, у нас есть экзамены, по результатам которых мы либо получаем следующую степень, либо нет. Приближение экзамена мотивирует подготовку к нему и часто это приносит свои плоды, поскольку вынуждает нас выйти за пределы простого копирования, которое слишком часто становится нормой на обычных занятиях. Именно в этом, по моему убеждению, заключается основной интерес проведения экзаменов, хотя, разумеется, они необходимы и для поддержания определённой организационной структуры в рамках федерации.

Короче говоря, в айкидо есть и противостояние и результат. Главное, отдавать себе в этом отчёт и понимать, что с этим делать, чтобы это не вызывало нежелательных последствий, например, чрезмерного стремления к самоутверждению. Дело в том, что занятия айкидо это, по моему мнению, такой процесс, достижение результата в котором одновременно и субъективно, и относительно. Важен процесс сам по себе, наша ответственность перед самими собой за то, чтобы продвигаться по этому пути. В настоящее время я не вижу таких форм соревнований, которые могли бы послужить нашим целям и добавить что-либо к практике айкидо такой, какой мы её знаем сейчас.

Тем не менее, параллельное занятие соревновательными видами может дать полезный опыт, но всё зависит от того, что мы хотим от этого получить.

Какое место Вы отводите занятием с боккеном?

Занятия с мечом это то, что даёт нам почувствовать дух решимости, определённости, ощущения контроля и действия в их чистейшем виде. Именно это, на мой взгляд, позволяет реализовать заложенный в айкидо потенциал, объединяющий принципы боевого искусства и коммуникации, когда потенциальная угроза превращается в контроль. Либо мы доводим действие до конца, либо наша уверенность в нём становится

¹ Мартин Хайдеггер (1889-1976) – немецкий философ, оказавший большое влияние на развитие философской мысли XX века (прим. перев.).

фактором коммуникации, в том смысле, что она уже содержит в себе основу для возможной реакции партнёра. Уже в этом случае есть возможность более или менее сознательно принять предлагаемое ему решение. Задача заключается в том, чтобы через систематические тренировки создать техническую конструкцию (форму), наполненную намерениями к решительному действию (содержанием), которая будет действовать, каким бы ни был уровень восприимчивости партнёра и за пределами всех условностей. Во время тренировки, чем больше наше движение растянуто во времени, тем выше потребность во взаимодействии. Сложность в том, чтобы послать партнёру чёткий и правдоподобный сигнал и в том, чтобы иметь достаточную свободу действия для того, чтобы к нему адаптироваться.

Айкидо содержит в себе бесконечное разнообразие техник. Какие из них кажутся вам наиболее фундаментальными?

Всё относительно. Можно сказать, что та или иная техника может считаться фундаментальной на определённом отрезке времени, если в этот период её изучение необходимо для нашего дальнейшего развития. Так, например, вначале фундаментальной является работа над созданием определённой технической структуры, но сохраняет ли она такое значение в дальнейшем, когда эта структура уже приобретена? С приобретением опыта и уверенности наши приоритеты меняются и в количественном и в качественном выражении, освобождая наше сознание от сковывающих его страхов. Однако надо сказать, что все движения, базовые или нет, подлежат совершенствованию, поэтому по-настоящему фундаментальное значение имеет наше отношение к технике – понимание того, что мы хотим от неё получить. В начале обучения мы видим перед собой большое разнообразие техник, открывающее широкое пространство для экспериментов и ставящее перед нами различные задачи, каждая из которых требует определённого решения. Однако можно сказать, что со временем, различия начинают стираться, поскольку всё меньше и меньше задач сохраняют своё приоритетное значение. Таким образом, наши действия упрощаются, начиная постепенно всё больше походить друг на друга, и вот уже мы можем представить себе, как одно и то же действие может быть использовано при работе с разными атаками, будь то йокомен-учи, шомен-учи или удар кулаком. Резюмируя, можно сказать, что если какую-то одну технику можно назвать более фундаментальной, чем какая-то другая, то это связано с тем набором принципов, которые необходимо освоить и объединить для того, чтобы правильно её выполнить.

Основатель айкидо Морихей Уесиба помещал в центр своего искусства концепцию «ки» - энергии. Каково Ваше понимание этой идеи?

В настоящее время моё понимание не выходит за пределы скромного «научного» толкования. Энергия представляет собой результат противодействия сил. Можно говорить о качестве энергии в соответствии с интенсивностью проявления этих сил, о сопротивлении и т.д. В нашей практике за проявлением любой силы в движении стоит намерение, мысль, например, о том, что я хочу поднять руку. На упрощенно-техническом уровне мы можем говорить о том, что намерение направляет энергию. На протяжении нашего обучения есть этапы, на которых мы должны развить свою энергию. Так, например, бодибилдер, который хочет работать над своим телом, должен развить большую энергию и намерение, чтобы поднимать большой вес. Это позитивный путь, путь накопления (энергии, техники, силы, мощи и так далее). Параллельно ему существует отрицательный путь, то есть путь сокращения (устранения лишнего, упрощения), идя по которому, в соответствии с принципом экономии, мы стремимся использовать минимум энергии для достижения оптимального результата.

Смысл в том, чтобы постараться сделать так, чтобы предлагаемый уже выход из ситуации был принят с тем, чтобы минимизировать конфликт или устранить его возможность ещё до того, как он приобретёт конкретное воплощение. Мне кажется, что именно в этом «философская» сторона разговора о ки приобретает смысл. Мы часто слышим, что в айкидо говорят о гармонии энергий. В моём понимании это означает, что мы должны развивать в себе способность адаптироваться, чтобы суметь создать такую ситуацию, в которой намерения тори и уже будут противостоять друг другу в как можно меньшей степени.

Мы привыкли говорить об использовании силы партнёра, его энергии, и значит и его намерения для того, чтобы выполнить свою технику, самому затрачивая при этом минимум энергии. Следствием этого является принцип «не-действия», непротивопоставления.

Но говоря о «ки», надо быть осторожным: в роли преподавателя у нас часто бывает соблазн компенсировать нехватку знаний абстрактными рассуждениями псевдо-магического толка. Мой совет – воздержаться от этого и полностью погрузится в практику, как в своё ремесло.

Что такое айкидо по своей сути: будо, будзюцу или спортивное единоборство?

Это путь, основанный на принципах, ведущих к идеалу взаимопонимания и взаимодействия. Говорить о пути, значит говорить об ошибках, вопросах, поиске, экспериментах и так далее. В конечном счёте, айкидо – это то, что мы стремимся получить от своей практики в данный конкретный момент.

Какое влияние оказывает айкидо на занимающихся?

Вначале практика айкидо формирует качественный материал, а затем, как скульптор, убирает всё лишнее. Как говорили Этьен Декру и Поль Клодель:² «все искусства схожи в своих принципах, но не в своих произведениях» и «главный принцип всякого большого искусства заключается в том, чтобы всеми силами избегать лишнего».

Вы проводите много семинаров, как во Франции, так и за границей. Что Вы стараетесь в первую очередь донести до своих учеников?

Понимание важности интенсивной работы над техникой. Мы должны иметь чёткое представление о технике, над которой работаем, какой бы ни была её внешняя форма. Иначе, как мы сможем исправлять свои ошибки, если сами не отдаём себе отчёта в том, что хотим сделать? Чёткость этого представления способствует развитию общего видения техники. Тогда вариации и тонкости, которые показывает нам наш учитель, становятся более понятными, а наши собственные эксперименты и вариации приобретают больший смысл, поскольку становятся осознанными, «активными», а не просто случайными.

Кроме того, я часто говорю о принципе взаимодействия, коммуникации, о котором я уже упоминал, о понятиях намерения и свободы действия. Обращаясь к этим темам, я стараюсь оторвать своих учеников от иногда слишком «механической» работы, которая легко становится в определённом смысле пассивной. Условности, «коды», лежащие в основе нашей практики не должны заменять собой или обеднять её составляющую, связанную с взаимодействием, с общением, наоборот – они должны создать основу для её развития. Ситуация, которую мы моделируем в ходе практике боевого искусства, вовсе не лишена риска, поэтому важно, чтобы мы не сводили её до уровня банальности. Разумеется, в первую очередь я обращаю эти замечания к самому себе.

² Этьен Декру (1898-1991) – французский актёр и мим; Поль Клодель (1868-1955) – французский драматург, поэт, эссеист и дипломат, младший брат скульптора Камиллы Клодель, модели и возлюбленной Родена (прим. перев.).