ПОРАЗИТЕЛЬНЫЕ МЫСЛИ

http://bruceinfo.blogspot.com



специально для ПОРТАЛА О БРЮСЕ ЛИ
http://www.bruce-lee.ru
и поклонников Брюса Ли

ЖИЗНЕННАЯ МУДРОСТЬ БРЮСА ЛИ

ПОСВЯЩЕНИЕ

Всем людям, независимо от их происхождения и культуры, которые согласны с Брюсом Ли, что «под небесами живет лишь одна большая семья», и не боятся переубеждать тех, кто думает иначе. Именно ваше мужество и «поразительные мысли» приведут всех нас в светлое будущее.

Striking Thoughts

BRUCE LEE'S WISDOM FOR DAILY LIVING

BY BRUCE LEE

Edited by John Little

The Bruce Lee Library

Tuttle Publishing
Boston · Rutland, Vermont · Tokyo

Поразительные мысли

ЖИЗНЕННАЯ МУДРОСТЬ БРЮСА ЛИ

Под редакцией
ДЖОНА ЛИТТЛА

Библиотека Брюса Ли

Москва — Санкт-Петербург
«ДИЛЯ»
2006

ББК 87
П59

Striking Thoughts
Bruce Lee's
Wisdom for Daily Living

By Bruce Lee
Edited by John Little

First published in 2000 by Tuttle Publishing, an imprint of Periplus Editions (HK) Ltd. With editorial offices located at Airport Business Park, 364 Innovation Drive, North Clarendon, VT 05759

Все права защищены.
Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения правообладателей.

П59 Поразительные мысли. Жизненная мудрость Брюса Ли. / Пер. с англ. — СПб.: «Издательство «ДИЛЯ», 2006. — 224 с.

ISBN 5-8174-0385-4

В основе необычной судьбы и творческой жизни Брюса Ли лежала его философия. Она помогла ему прожить счастливую жизнь и преодолевать трудности с кажущейся легкостью. Его взгляды на жизнь вдохновляли членов его семьи, друзей, учеников и коллег по работе и помогли им достичь в жизни успеха.

Эта книга — целое достояние для тех, кто ищет истину и до сих пор ее не нашел.

© Linda Lee Cadwell, 2000
© Перевод «Издательство «ДИЛЯ», 2006
© «ДИЛЯ», 2006

ISBN 5-8174-0385-4

СОДЕРЖАНИЕ

ВОСПОМИНАНИЯ О БРЮСЕ ЛИ 8

Предисловие. ФИЛОСОФИЯ БРЮСА ЛИ 10

Введение. КНИГА ДЛЯ СВОБОДНЫХ ДУХОМ 13

Часть I. ОБ ОСНОВНЫХ ПОНЯТИЯХ 21

Жизнь 22
Бытие 26
Время 27
Сущность 29
Сейчас 30
Реальность 33
Законы 37
Взаимозависимость 38
Пустота 40
О смерти 41

Часть II. ЧТО ЗНАЧИТ БЫТЬ ЧЕЛОВЕКОМ 43

Человек 44
Действие 46
У-вей (естественное действие) 48
Ум человека 50
Процесс мышления 54
Понятия (абстрактные) 56
Знание 59
Идеи 60
Восприятие 62
Эго (самосознание) 65
Сосредоточение 69

О разуме ... 70
Эмоции ... 74
Счастье ... 75
Страх ... 76
Воля ... 78
Доброжелательность ... 81
Мечты ... 82
Духовность ... 83

Часть III. О ЖИЗНИ ... 89

Здоровье ... 90
Ухаживание ... 91
Любовь ... 92
Семейная жизнь ... 93
О воспитании детей ... 95
Образование ... 96
Обучение ... 97
Этика ... 100
Расизм ... 104
Несчастья ... 105
Противоборство ... 110
Приспособляемость ... 112
Философия ... 115

Часть IV. О ДОСТИЖЕНИЯХ ... 119

Работа ... 120
Качество ... 122
Мотивация ... 123
Цели ... 126
Вера ... 128
Успех ... 129
Деньги ... 131
Слава ... 132
Лесть ... 133

Часть V. ОБ ИСКУССТВЕ И ЛЮДЯХ ИСКУССТВА ... 135

Искусство ... 136
Кино ... 142
Актерское мастерство ... 143

Часть VI. ОБ ОСВОБОЖДЕНИИ ЧЕЛОВЕКА ... 147

Общепринятые правила ... 148
Системы ... 149
Отчуждение ... 155
Сознание, лишенное мыслей (у-синь) ... 157
Дзэн-буддизм ... 160
Медитация ... 163
О необходимости придерживаться сути ... 165
Свобода ... 166

Часть VII. ПРОЦЕСС СТАНОВЛЕНИЯ ... 169

Самореализация ... 170
Помощь себе ... 176
Самопознание ... 178
Самовыражение ... 182
О развитии человека ... 183
Простота ... 186

Часть VIII. ПОСЛЕДНИЕ ПРИНЦИПЫ ... 189

Инь и Ян ... 190
Всеобщность ... 195
Дао ... 197
Истина ... 198

Приложение. АФОРИЗМЫ БРЮСА ЛИ, ПРИВЕДЕННЫЕ В ДАННОЙ КНИГЕ ... 206

ВОСПОМИНАНИЯ О БРЮСЕ ЛИ

Прежде всего он был учителем. Он учил философии, распространяя свои знания и мудрость... Сама жизнь Брюса Ли является примером того, как надо жить, так как он прожил ее честно и открыто, всегда стараясь придерживаться того, что считал правильным. Посвящайте себя целиком всему, чем бы вы ни занимались, и делайте это с предельной честностью. Несомненно, что он оказал на меня влияние.

Карим Абдул-Джаббар

Всегда казалось, что философия Брюса восходит к философии дзэн-буддизма, противоречивость которой утверждает самую простую истину. Уроки Брюса не были обычными уроками, а он не был простым учителем; он был величайшим учителем, равного которому я никогда не встречал.

Стерлинг Силлифэнт

У него всегда был ответ на любой вопрос, ему даже не приходилось думать. Причем давал он всегда очень краткий ответ. Если он видел, что у вас проблемы, он всегда знал, что именно вам сказать, чтобы прогнать ваши страхи. Если вы чего-нибудь боялись, то Брюс обычно говорил: «Не бойся, давай посмотрим на это

по-другому». И он полностью менял ваше представление об этом. На каждый случай жизни у него были какие-нибудь афоризмы.

Боб Бремер, ученик Брюса Ли

Мне казалось, что Брюс удивительно философски относился к повседневной жизни. Более того, он старался познать себя. Он всегда говорил людям: «Познавайте себя». Ясность мысли он приобрел именно через познание себя. Мы с ним очень много рассуждали на эту тему. Если вы не знаете себя, то не важно, чем вы занимаетесь, так как никогда не сможете оценить что бы то ни было в жизни. Поэтому считаю, что сегодня хорошего человека определяет то, насколько он знает самого себя.

Стив МакКуин

Обычно мы час работали, а затем целый час разговаривали на разные темы. Для него жизнь заключалась в пределах расстояния вытянутой руки. И из всех, кого я знаю, он единственный достиг в этом настоящего искусства.

Джеймс Кобурн

ПРЕДИСЛОВИЕ

Философия Брюса Ли

Брюс Ли вдохновлял многих. Любители его фильмов поражались его превосходной физической подготовке, изучающие боевые искусства благоговели перед его глубоким проникновением в технику ведения боёв, а остальные открыли для себя его философию, которая учит жить в соответствии с духовными и физическими принципами боевого искусства.

Начиная с уроков философии в школе и на протяжении всей жизни, Брюс Ли занимался изучением мировоззрения основных мыслителей человечества. Он не причислял себя к какой-то определенной культуре или философской традиции. Напротив, он собрал и изучил сотни книг по западной, восточной, древней и современной философии, так как хотел найти принципы, которые бы способствовали его духовному росту.

Результатом познания стала разработанная им собственная философия, в основе которой лежит освобождение духа посредством самопознания. Чтобы избавиться от предубеждений, предвзятых суждений, условностей, необходимо понять, что представляет собой объективная реальность и что есть истина. Боевое искусство было для Брюса Ли средством расширять свои возможности, а также делиться своими знаниями с другими. У него был необыкновенный талант в

обучении боевым искусствам. Он часто говорил: «Настоящий учитель никогда не говорит, что есть истина; он лишь направляет, указывает на путь к истине, которую каждый определяет для себя сам. Хороший учитель — лишь катализатор». Своим новым студентам он любил рассказывать историю о пустой чашке чая.

Однажды один ученый обратился к учителю дзэн-буддизма с просьбой рассказать об этой философии. Учитель начал ему рассказывать, но ученый часто прерывал его и выражал свое мнение по тому или иному вопросу. В конце концов учитель перестал рассказывать и начал наливать ему чай. Он налил полную чашку чая, но продолжал наливать, пока чай не начал переливаться через края чашки.

— Хватит, — сказал ученый. — Чашка уже полная, больше некуда лить.

— Подобно этой чашке вас переполняют ваши собственные мнения и представления, — ответил учитель. — Не вылив чай из своей чашки, как вы сможете попробовать мой чай?

Брюс Ли не придерживался какого-то определенного направления в боевом искусстве и философии и своих учеников поощрял подвергать сомнению его учения. Он хотел развивать как восприимчивость, так и способность мыслить критически. Так в процессе сомнения, споров и практики познаются не только свои сильные и слабые стороны, но и открываются главные истины, указывающие путь к развитию гармонии тела, разума и души.

Учение Брюса Ли оказывало разное воздействие на людей. Под его влиянием практикующие боевые искусства начинали подвергать сомнению классические системы ведения боев, переставали слепо следовать философским учениям. Он вдохновлял тех, кто занимался с ним лично или по его книгам, выходить за рамки установленных ограничений в развитии своих возможностей. А также учил координировать тело и мысли до такой степени, чтобы уверенность побеждала страх.

Сама жизнь Брюса Ли служила для последователей его учения примером творческого подхода к жизни. «Обстоятельства? — говорил он, улыбаясь. — Я справлюсь с любыми обстоятельствами». Брюс Ли отказывался считаться с неприятностями, так как во что бы то ни стало стремился достичь поставленных целей. В трудных ситуациях само препятствие становилось у него средством к достижению цели. Например, когда в течение шести месяцев ему нельзя было вставать с постели из-за травмы позвоночника, он воспользовался этой возможностью и написал несколько книг, в которых изложил свои философские взгляды и методы ведения боев. (См. «Джит Кун До. Комментарии Брюса Ли о технических приемах ведения боя» и «Брюс Ли — жизнь как искусство» в серии «Библиотека Брюса Ли». — *Прим. издат.*).

Брюс Ли родился с целью и достигал ее даже с большим усердием, чем ему казалось. Он до сих пор вдохновляет молодых людей заботиться о теле и душе, а также извлекать самое лучшее, что в них заложено. И как говорят многие поклонники Брюса Ли: «Брюс Ли изменил мою жизнь».

Линда Ли Кадвелл

ВВЕДЕНИЕ

Книга для свободных духом

Важно заниматься самореализацией. И я стараюсь донести людям, что самореализация важнее, чем реализация для создания имиджа. Надеюсь, что самовыражение будет результатом познания самих себя.

Брюс Ли

Брюс Ли перевернул много миров: мир боевых искусств, мир азиатского и американского кинематографа, а также мир бессчетного числа учеников и поклонников его таланта. Но его влияние не было преходящим явлением: Брюс Ли до сих пор продолжает вдохновлять и волновать умы людей разных слоев общества. И интерес к его личности только возрастает. Многие считают его современным философом и даже провидцем, так как находят в его словах эффективное средство для решения проблем современности. Его также воспринимают как идеальный образец дисциплины, силы и мудрости. Философия Брюса Ли формирует у нас образ мира с более совершенным устройством; мира, в котором нет места страданиям; мира просвещения, в котором отсутствуют невежество, предрассудки и коррупция. Говоря словами Брюса

Ли — это царство *«любви, мира и всеобщего братства»*.

Для Брюса Ли философия была важна не как научная дисциплина, а как путь великих исканий человеческого духа, который озарил границы возможностей человека и уничтожил тени сомнений и опасности. Брюс Ли указывал на необходимость выбора своего собственного пути к истине и поощрял тех, кто разделял его собственные взгляды, поступать именно таким образом. Он выступал в защиту прав и свободы развития каждого отдельного человека, что казалось бы способствует разделению людей. Но в то же время Брюс Ли говорил и о нечто большем — единстве всех людей и устранении таких искусственно создаваемых барьеров на пути к всеобщему братству, как национальность, этнические сообщества и разделение на классы, так как это мешает жить в мире независимых и равных друг другу людей.

Брюс Ли не принимал слепого подчинения власти. Он убеждал людей относиться к себе и своей жизни как к самым большим ценностям, а в книге «Творец своей жизни» он восхваляет человека, который живет в соответствии со своими взглядами и противостоит общественному мнению. Брюс Ли указывал на то, что «мы скорее верим тому, чему стремимся подражать, чем тому, чем являемся на самом деле». Поэтому он поощрял искать в себе ответы на самые трудные вопросы. Многие не знают, кому верить, не доверяют своим собственным порывам и не уверены в будущем. Они не заботятся о душе и разучились думать, так как предоставляют другим «брать над собой верх» и решать, в чем заключаются так называемые настоящие проблемы.

Книга «Поразительные мысли. Жизненная мудрость Брюса Ли» адресована людям, свободным духом, которые живут своим умом и не руководствуются навязываемыми представлениями о жизни и о том, как надо жить. Она состоит из восьми разделов, охватывает 72 темы и включает 825 афоризмов. «Поразительные мысли» — для всех тех, кто искал истинный путь и не нашел его в банальном и общепринятом образе жизни. На страницах данной книги Брюс Ли не столько предлагает ряд готовых ответов, сколько в общих чертах указывает на средство, благодаря которому можно выйти на свой путь. Если вы страдаете или беспокоитесь, здесь прочитаете его высказывания и познакомитесь с его взглядами, что сделает вас сильнее и успокоит вашу встревоженную душу.

Как можно быть уверенным в этом? Да потому, что так произошло со мной и с тысячами других людей из разных слоев общества и со всего мира, которые то же самое написали в письме, отправив его почтой или по Интернету в Образовательное учреждение имени Брюса Ли. Поэтому не составляет труда проследить воздействие Брюса Ли на умонастроения других людей, так как он не боится говорить то, о чем другие осмеливаются лишь думать. Его прямота обезоруживает наши страхи и опасения. Брюс Ли в одно единственное предложение может вложить столько глубоких мыслей, для выражения которых другим потребовалось бы исписать страницы. Его афоризмы подобны вершинам гор, так как позволяют с высоты обозреть тайны и условия жизни. Вся ирония заключается в том, что его глубокие мысли являются результатом жизни, продолжавшейся всего 32 года.

Название «Поразительные мысли» Брюс Ли взял из своей книги, которая состоит из целого ряда афоризмов. Он записал их после прочтения книги философа Джидду Кришнамурти «Первая и последняя свобода». Однако надо отметить, что привычка Брюса Ли записывать на бумаге (а позднее — на магнитофон) свои «поразительные мысли» восходит к его юности в Гонконге. В данную книгу также вошли те «поразительные мысли», которыми Брюс Ли делился с журналистами, друзьями и коллегами по работе во время бесед, интервью и переписки. Некоторые афоризмы Брюс Ли записывал, возможно, затем чтобы однажды применить их, а некоторые лишь бегло набрасывал, пока еще их помнил. Какие-то афоризмы он записывал на полях книги, которую читал. В целом же причиной возникновения у него «поразительной мысли» было то, что он очень внимательно рассматривал точку зрения того или иного писателя или философа.

Библиотека Брюса Ли состояла из трудов большого количества великих философов разных культур. В ней он черпал глубокое понимание того, как все люди — если противопоставить их тем людям, с которым ему довелось общаться, — относятся к жизни, с ее радостями и страданиями. Их мировоззрения являлись для Брюса Ли средством поразмышлять над разными теориями, так как он хотел прояснить для себя свою точку зрения, а не делать выводы, когда жизнь и без того непонятна и несовершенна. Кроме того, Брюс Ли считал, что при категоричных заключениях паруса мысли теряют направление ветра и сбиваются с пути.

Афоризм был любимой литературной формой Брюса Ли, которую он также использовал и в целях обучения. Таким образом, книга соответствует его стилю.

Данную книгу можно читать подобно «Известным цитатам» Бартлетта, но то, что вы извлечете из книги Брюса Ли, будет прямо пропорционально вашему усердию. Брюсу Ли всегда нравилось обращаться к отдельному человеку, и он, прежде всего, выражал свои взгляды на жизнь и совсем не хотел, чтобы их воспринимали как догматичные суждения за или против чего-либо. Брюс Ли понял, что в философии надо придерживаться принципа «*чем меньше, тем лучше*», и именно по этой причине его книги, в особенности его афоризмы, изящно возвышаются над тяжеловесной сложностью традиционной философии и являются как бы глотком свежего воздуха для тех, кто привык принимать философские лекарства большими дозами метафизики и эпистемологии. Цель афоризма — вызвать искреннее желание «взяться за оружие» против любой интеллектуальной абстракции, какой бы обоснованной она ни была. Как говорит Брюс Ли в одном из своих афоризмов: «Смерть человека есть действие, а не мысль, хотя последняя выглядела бы благороднее».

В начале афоризма Брюса Ли обычно затрагивает привычную и важную сторону жизни, а затем говорит об этом так, чтобы люди поняли, в чем заключается проблема общепринятого взгляда на эту тему. В результате читателю приходится самому думать над этим спорным вопросом и самому искать свой собственный ответ. Брюс Ли всегда требует от своих учеников (либо на уроках, либо в своих книгах) не согласия или несогласия, а роста.

Брюс Ли постоянно подвергает сомнению себя или прописную истину и чаще всего действительно находит в общепринятой точке зрения какое-нибудь несоответствие по тому или иному вопросу. Сомнение

служит основой для понимания действительного положения вещей. Брюс Ли однажды заметил: «Только в сравнении может родиться что-то новое». Брюс Ли был твердо убежден, что даже если бы он знал ответы на все вопросы и даже если бы поделился ими с нами, то они бы не принесли нам никакой пользы. Другими словами, в самих высказываниях Брюса Ли о жизни заключена необходимость подвергать сомнению их истинность. Согласно Брюсу Ли, любой его ответ на вопрос не имеет никакого значения для другого человека, пока он самостоятельно не додумается до этого. Вот почему книги Брюса Ли по философии заставляют вас думать самостоятельно, а также погружают в мир философии.

Процессы поиска и исследования имеют большое значение, но при этом следует хорошо понимать (так как наши взгляды и суждения можно бесконечно подвергать сомнению), что наши так называемые «выводы» не носят особенного и привилегированного характера. На нашем пути они представляют собой пункты для начала дальнейших поисков, которые не должны прекращаться на протяжении всей жизни. Брюс Ли понимал, что ученики могут воспринять его взгляды как догму, поэтому он применял сократический метод и побуждал своих учеников (а в данный момент читателей) изнутри взглянуть на проблему существования, которая их беспокоила. Брюс Ли считал, что если уже существует такой «путь», то скорее всего он принадлежит кому-нибудь другому, не тебе, а поэтому он уведет тебя от истинного пути, который принадлежит только тебе. Поэтому, как указывает Брюс Ли, важно, чтобы свободный дух по ошибке не принял книгу (включая данную) и ее содержание за истину, так как в противном случае она будет оказывать на вас давление:

Необходимо самостоятельно искать истинный путь, так чтобы не зависеть от чьей-либо точки зрения или какой-нибудь книги.

Или как он предостерегает в своем последнем фильме «Путь Дракона»:

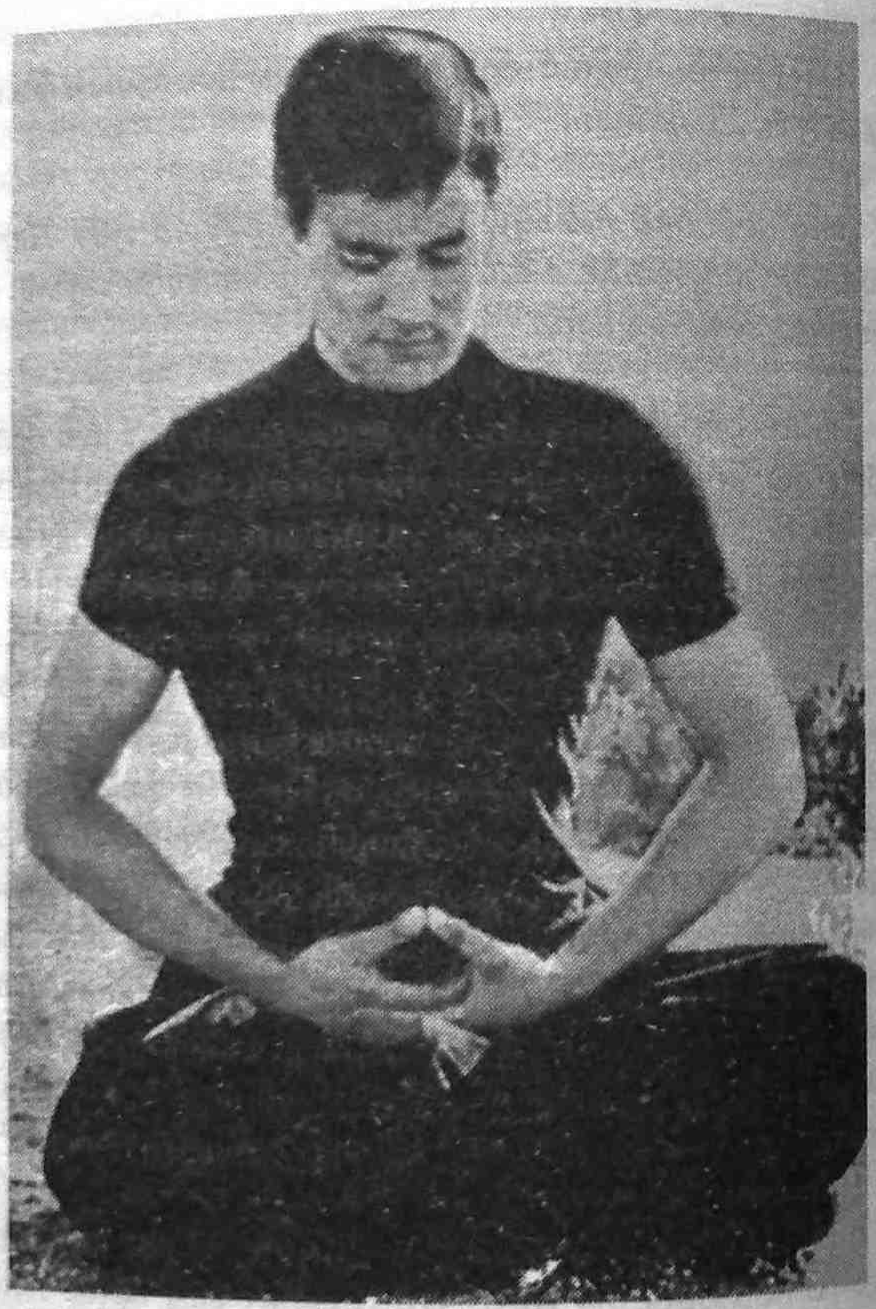
Это подобно пальцу, указывающему на луну. Переключите внимание с пальца — в противном случае не увидите величия неба.

Таким образом, данная книга преследует две цели: общение Брюса Ли с вами и ваше общение с самими собой. В данном случае очень подходит совет, данный Брюсом Ли в отношении своих учений:

Жить — это значит всегда ко всему иметь свое отношение, поэтому выйдите из своей скорлупы, в которой вы вели уединенный образ жизни и придерживались общепринятых точек зрения. Начните с открытым сердцем реагировать на то, что вам говорят. Говорите себе: мне не надо ваше одобрение и не надо на меня оказывать влияние. Поэтому не делайте выводов, что «это есть это», а «то есть то». Мне будет более приятно, если, начиная прямо сейчас, вы начнете учиться постигать все самостоятельно.

Лишь вы можете истолковать и извлечь для себя что-то полезное из того, что говорит вам Брюс Ли на страницах данной книги.

Джон Литтл



«Необходимо самостоятельно искать истинный путь, так чтобы не зависеть от чьей-либо точки зрения или какой-нибудь книги».

(Брюс Ли)

ЧАСТЬ I



Об основных понятиях

Жизнь

В начале всего лежит пустота. Чтобы попробовать мой чай, для начала надо вылить чай из своей кружки. Мой друг, выброси из головы все предвзятые устоявшиеся мнения и будь естественен. Знаешь, почему эта чашка так полезна? Потому что она пустая.

Следуй течению жизни. В одну и ту же реку нельзя войти дважды, мой друг. Жизнь подобна реке, она — вечное движение. Нет ничего постоянного. Какими бы ни были твои проблемы в будущем, помни, что они меняются, поэтому надо следовать течению своей жизни. В противном случае возникнет искусственная картина мира, и ты будешь пытаться укрепить то, что постоянно меняется. Чтобы избежать этого, надо изменить себя и стать более гибким. Не забывай, что чашка полезна в том случае, если она пустая.

В жизни нет никаких границ. Жизнь широкая и безграничная. В ней не существует границ и ограничений.

Жить — это значит всегда ко всему иметь свое отношение. Жить — это значит всегда ко всему иметь свое отношение, поэтому выйдите из своей скорлупы,

в которой вы вели уединенный образ жизни и придерживались общепринятых точек зрения. Начните с открытым сердцем реагировать на то, что вам говорят. Говорите себе: мне не надо ваше одобрение и не надо на меня оказывать влияние. Поэтому не делайте выводов, что «это есть это», а «то есть то». Мне будет более приятно, если, начиная прямо сейчас, вы начнете учиться постигать все самостоятельно.

Жизнь действительно существует. Жизнь существует, когда она проходит через нас и на ее пути не возникает никаких препятствий, то есть когда человек не осознает, что жизнь существует и не поднимает никаких вопросов. Вот тогда жизнь начинает жить своей жизнью. Дело в том, что жизнь — это живая субстанция! Поэтому, чтобы прожить полную жизнь, надо понять, что жизнь действительно существует.

Жизнь ради жизни. Осознайте то, что вы «живете не ради чего-либо», а просто «живете».

Смысл жизни. Смысл жизни заключается в том, чтобы жить, и не надо ее теоретизировать и втискивать в узкие рамки систем.

Жизнь — результат наших чувств. Жизнь — это то, что мы чувствуем.

Смысл жизни. В общем и целом все, что я делаю, направлено на то, чтобы найти подлинный смысл жизни — спокойствие духа. Достигнуть спокойствия духа помогают учения даосизма и дзэн-буддизма об отчуждении души.

Секрет жизни. В афоризме «что человек думает в глубине души, тем он и является» заключен секрет жизни. Позже Джеймс Аллен добавил: «Человек — это то, что он думает». Может быть, это немного шокирующее высказывание, но все происходит из мыслей.

Смысл заключен в отношении человека. Смысл заключен в том, как человек относится к своему происхождению.

Манипуляция и контроль не единственные радости жизни. Чтобы стать настоящим, занять свое место в жизни, развиваться в согласии со своей личностью и освободиться от случайных влияний, надо понять, что манипуляция и контроль не единственные радости жизни — да, да, да!

Сущность жизни. Сущность жизни в свободном движении души. Это подлинная сущность жизни.

Насилие — часть жизни. Необходимо помнить, что насилие является неотъемлемой частью повседневной жизни. Насилия много показывают по телевидению. Нельзя притворяться, что его не существует.

Принцип жизни. Жизнь никогда не стоит на месте, она постоянно движется, неритмично движется, и постоянно меняется. Все живет тем, что движется и набирает силу по мере движения.

Иногда в жизни возникают неприятности. Жизнь постоянно движется, и где-нибудь на пути могут возникнуть неприятности, в результате которых может

остаться рубец на всю жизнь. Но подобно реке, жизнь течет дальше, и если она остановится, то утратит новизну. Мой друг, смело вступай в жизнь, потому что каждый опыт нас чему-нибудь учит. Постоянно живите полной жизнью, так как такова жизнь, что иногда она доставляет радость, а иногда нет.

Маятник жизни должен находиться в состоянии равновесия. Вечно длится только благоразумная умеренность во всем. У всего сохраняется только средняя часть, поэтому маятник жизни должен быть в состоянии равновесия, а средняя часть и есть центр равновесия.

Пластичность жизни. Будьте более гибкими. При жизни человек мягок и пластичен, а после смерти становится неподвижным. Пластичность — это сама жизнь, а неподвижность — это смерть, говорим ли мы о теле, душе или разуме.

Жизнь — великий учитель. Жизнь сама вас научит, более того, она вас постоянно чему-нибудь учит.

Жить — значит создавать. Чтобы жить, надо выражать себя; а чтобы выражать себя, надо создавать. Создавать — это не значит просто повторять. Чтобы жить, надо выражать себя в свободном творческом процессе.

Процесс жизни. Так как жизнь представляет собой процесс развития, то каждый должен следовать этому процессу и искать способы для самовыражения и расширения своих возможностей.

Неповторимость жизни. Неповторимость жизни — эта та истина, которую можно полностью осознать, только если навсегда избавиться от ложных представлений о неповторимости своей личности, которой предначертано жить не так, как ВСЕ.

Совершенство жизни в простоте. Под простой жизнью понимается отказ от материальных ценностей, отсутствие эгоизма, уменьшение желаний. Может показаться, что в совершенном состоянии жизни чего-то не хватает, ее полнота кажется пустой. Такая жизнь не ослепляет, но она такая же яркая, как свет. Другими словами, это жизнь, в которой царят гармония, согласие, довольство, спокойствие, постоянство, просвещение, мир и долгие годы жизни.

Жизнь невозможно понять сразу. На вопросы жизни нет готовых ответов, так как они появляются лишь постепенно. Ответы, которые мы находим, неизбежно соответствуют тому, что мы думаем, что знаем.

Наслаждайтесь жизнью. Не забывай, мой друг, что жизнь слишком коротка, чтобы накапливать негативную энергию. Поэтому с удовольствием планируй что-либо и достигай поставленных целей.

Бытие

Бытие и антибытие. Что будет противоположностью для понятия «бытие»? В голову сразу же приходит «небытие». Но это неверно, так как правильный ответ «антибытие», так же как для понятия «материя» противоположностью будет «антиматерия».

Бытие первично по отношению к сознанию. Первично не то, что я думаю, а то, что я существую. Это столь же верно в отношении тех, кто живет, ни над чем не задумываясь, хотя такую жизнь нельзя назвать настоящей. Господи! Сколько возникает противоречий, когда пытаешься примирить жизнь и разум.

Бытие динамично по своей природе. Это свойство противоположно статичности, при которой бытие конечно.

«Sum, ergo cogito». Истина в том, что «Sum, ergo cogito», то есть «Я существую, следовательно, я мыслю». Разве сознательное мышление не выше осознанного бытия? Возможна ли чистая мысль без сознания человека? Может ли возникнуть чистое знание без чувства, без тех разновидностей материи, без которых чувства невозможны? Можем ли мы не ощущать мысль и не чувствуем ли мы, как познаем или желаем чего-либо?

Фундаментальная взаимосвязь между бытием и познанием. Сомневаться — значит думать. Мысль — это единственная вещь, существование которой нельзя отрицать, потому что в самом отрицании содержится мысль. Когда говорят, что мысль существует, это также подразумевает, что существует и человек, так как мысль невозможна без участия человека.

Время

О прошлом, настоящем и будущем. Мой друг, подумай о прошлом, вспоминая события и достижения, которые доставили радость и удовольствие. О настоящем?

Подумай о тех возможностях и наградах, которые тебя ждут, если приложишь энергию и свои знания. А что касается будущего, то это время и место, в котором можно достичь каждой достойной цели.

Вечность мгновения. У мгновения нет вчера и завтра. Оно также не является продуктом мысли, а следовательно, оно не является категорией времени.

Знание, познание и время. Несомненно, что знание связано с категорией времени, а познание — нет. Знание связано с источником, накоплением и выводом, а познание — с движением.

Что значит освободиться от уз времени. Чтобы ощутить свободу, разум должен смотреть на жизнь как на огромный поток, протекающий вне категорий времени, так как свобода лежит за пределами сознания. Не переставайте наблюдать, чтобы не сказать: «Я свободен», что значит жить воспоминанием того, что уже прошло.

Время, проведенное с пользой, и потраченное время. Проводить время с пользой — это значит заниматься чем-либо. А тратить время — это значит растрачивать его бездумно и небрежно. Только вам решать: проводить время с пользой или растрачивать его. Но когда время проходит, его уже нельзя вернуть.

Ценность времени. Время для меня очень много значит, так как я постоянно учусь и часто растворяюсь в радости вечного движения вперед и упрощения своей жизни. Если вы любите жизнь, то не тратьте времени, так как время — это то, из чего сделана жизнь.

Время и философия. Сейчас моя единственная проблема — это время. Я летаю из Лос-Анджелеса в Гонконг и обратно четыре или пять раз в год. Так можно стать шизофреником, но именно к этому, мне кажется, готовят на факультете философии в Вашингтонском университете.

Сущность

Сущность жизни. Будьте уверены, что делаете все, что в ваших силах, чтобы найти СУЩНОСТЬ жизни и те ПРЯМЫЕ и НЕПРЯМЫЕ пути, которые составляют ЦЕЛОЕ. Надо видеть вещи такими, какими они являются на самом деле, и не придерживаться чего-то одного — будь то средства или способ мышления. Если нет сковывающей вас точки зрения, то это и означает быть свободным. Сущность жизни в том и заключается, чтобы не придерживаться чего-то одного.

Сущность сосредоточения внимания. Сосредоточение внимания — это СУЩНОСТЬ всех высших способностей человека.

Зрите в корень. Бесполезно спорить, что вас привлекает больше: один листок, или строение стебля, или же красота цветка. Зрите в корень и вы оцените красоту цветущего цветка.

Корень и ветки. Зрите в КОРЕНЬ и не довольствуйтесь созерцанием веток. Настоящее знание кроется в корне, тогда как ветви — это лишь поверхностное знание. Настоящее знание питает «чувство тела» и способствует самовыражению, тогда как поверхностное

знание механически воздействует на физическое состояние, ограничивает и сковывает творчество.

Полностью отдавайтесь чему-либо, исходя из своей сущности. Будьте предельно открыты и в то же время готовы в корне поменять свою деятельность, когда почувствуете, что для этого настало время.

В начале всего лежит сущность. Сущность — это точка опоры, на которой покоится выражение души. Сущность — это основа всех проявлений души. Если правильно понять сущность, то и проявления души будут правильными и упорядоченными. Это невозможно, если не учитывать сущность.

Сейчас

Сейчас — вот истина. Сегодня вечером я вижу что-то совершенно новое и на себе испытываю эту новизну. Но завтра, когда я захочу воспроизвести это ощущение, испытать такое же удовольствие, это будет происходить механически. При помощи описания нельзя вызвать настоящее переживание. Настоящим будет только восприятие истины непосредственно в данный момент, так как у истины нет будущего.

Сейчас включает в себя все. НИЧЕГО НЕ СУЩЕСТВУЕТ, ЗА ИСКЛЮЧЕНИЕМ ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС.

Сейчас охватывает все, что существует. Прошлого уже нет, а будущее еще не наступило. СЕЙЧАС уравновешивает пребывание здесь, переживания, участие в делах, события, знание.

Живи настоящим моментом. Мы все время находимся в процессе развития, и нет НИЧЕГО постоянного. Мы не включены в строгие рамки, и поэтому надо изменяться вместе с тем, что постоянно меняется. Раскройся, мой друг, и плыви. Плыви по течению жизни и БУДЬ ПОЛНОСТЬЮ ОТКРЫТ ДЛЯ НАСТОЯЩЕГО. Если ты внутренне готов к переменам, то и внешний мир раскроется перед тобой. Плыви вперед подобно реке, но в то же время отражай все подобно зеркалу и отвечай на все подобно эху.

Полностью осознайте то, что сейчас. Так называемое пространство создается между тем, «что сейчас», и тем, «что должно быть». Надо полностью осознавать то, что сейчас, и не быть дисциплинированно неподвижными.

Невозможно оказывать влияние на то, что сейчас. Можно ли, не осуждая и не оправдывая, в то же время необыкновенно ясно все понимать при движении вперед? Ветер нельзя позвать, но можно открыть окно.

Что значит жить сейчас. Послушайте. Слышите шум ветра? Слышите, как поют птицы? Это надо СЛУШАТЬ. Перестаньте думать. Знаете, как вода наполняет чашку? Она ПРИНИМАЕТ ФОРМУ этой чашки. Надо ни о чем не думать. Надо стать НИЧЕМ.

Мгновение — вот свобода. Я не умею жить по строгому расписанию. Я стараюсь жить свободно, наблюдаю за тем, что происходит, и приспосабливаюсь к этому.

Сейчас созидательно. Если вы живете в СЕЙЧАС, то ведете созидательную жизнь.

Сейчас изобретательно. Если вы живете в СЕЙЧАС, то проявляете изобретательность.

В сейчас отсутствует беспокойство. Если вы живете в СЕЙЧАС, то вас ничто не беспокоит, так как волнение сразу же перетекает в следующую стихийную деятельность.

Сейчас и его синонимы. Следующие понятия имеют одно значение:

- жить в сейчас;
- зрелость;
- подлинность;
- ответственность за свое действие и жизнь;
- ответная реакция — способность;
- в сейчас доступно проявление творческого подхода.

Чтобы жить сейчас, необходимо забыть о вчерашнем дне. Чтобы научиться жить сейчас, необходимо забыть все, что произошло вчера. Не переставайте забывать то, что вы приобретаете с каждым новым опытом. В состоянии восприятия перед вами не должна стоять проблема выбора, так как надо осознавать то, ЧТО ЕСТЬ.

Сейчас нельзя разделить. Сейчас как единое целое подразумевает отсутствие сознания, стремящегося разделить то, что неделимо. Если вещи как нечто целое разделить на части, то они уже не будут являться

единым целым. Например, если разобрать машину, то детали останутся, но это уже не будет машина в истинном понимании ее функций и назначения.

Реальность

Материя и энергия являются одним и тем же. В атомной физике не разграничиваются понятия материи и энергии. Но можно ли разграничить эти понятия, если, по существу, это одно и то же, или, по крайней мере, два полюса одного и того же? В наше время это уже невозможно сделать, так как это был век механистического развития науки, когда дали определение понятиям «веса», «длины», «времени» и т.д., как это было продемонстрировано работами Эйнштейна, Планка, Уайтхеда и Джинса.

Западный подход к реальности. Западный подход к реальности главным образом теоретический. А теория начинает отрицать реальность, так как это лишь рассуждения, разговоры о реальности, попытки ухватить все, что привлекает сознание. Но разум и абстрактные понятия отдаляют реальность от самой действительности.

Небытие — это форма развития. Наука вернулась к взглядам философа Гераклита, жившего до Сократа, который сказал, что «все течет, все изменяется». Не существует «вещи в себе». В восточных языках НЕБЫТИЕ называется «небытием». На Западе небытие называют пустотой. В восточной философии и современной физике небытие рассматривается как форма развития, которая находится в постоянном движении.

«Существует» и «должно существовать». Что существует и что должно существовать. То, что существует важнее того, что должно существовать. Слишком много людей смотрит на то, «что существует», с позиций того, «что должно существовать».

Отрицание западной философией реальности. Западный подход к реальности главным образом теоретический. А теория начинает отрицать объективную реальность, так как это лишь рассуждения, разговоры о реальности, попытки ухватить все, что привлекает сознание. Но разум и абстрактные понятия отдаляют реальность от самой действительности. Таким образом, в философии начинают говорить, что внешний мир не является основой, подвергают сомнению его существование, требуют критического осмысления любого заявления, в котором подтверждается реальность внешнего мира. Это значит — сознательно стоять в стороне и пытаться придать кругу квадратную форму.

Не существует каких-либо способов для описания реальности. Не пытайтесь представить реальность как нечто неподвижное, чтобы затем придумать способы для ее достижения.

Реальность и восприятие. Существует различие между следующими понятиями:

- мир;
- наша реакция на этот мир.

Знание приходит с опытом. Сытому человеку трудно поверить, что в мире существует такое явление, как голод.

Будьте активны в поисках «этого». Когда гуляете или отдыхаете, сидите или лежите, разговариваете или молчите, едите или пьете, не позволяйте себе лениться, наоборот, будьте очень активны в поисках «ЭТОГО».

Формальная реальность вещи. У всего, что существует, есть определенная реальность. Если объект не представлен, то это не является формальной реальностью.

О причинной связи. У всего должна быть причина.

Реальность и закон причины и следствия. У причины должна быть та же самая реальность, что и у следствия.

Родство всех физических объектов. Все физические объекты похожи. Следовательно, достаточно знать о существовании одного физического объекта.

Формальная реальность равна объективной реальности. Формальной реальности должно быть больше или столько же, сколько и объективной реальности.

Материя и потребность в стабильности. В науке пытаются найти первичную материю, но чем больше расщепляют материю, тем больше обнаруживают существование других материй. Открыли движение, а движение равно энергии: движение, воздействие, энергия, но нет вещей. Вещи происходили, более или менее, в результате потребности человека в стабильности. Вещью можно манипулировать, с ней можно играть в игры с перестановкой. Эти понятия, эти «что-то»

можно сложить вместе и получится что-нибудь еще. Вещь и является этим «чем-то», то есть даже абстрактное понятие становится вещью.

Разум должен быть спокоен, чтобы действительно увидеть. Теперь перестаньте думать; как только перестанете думать, разум психологически очистится и успокоится. И тогда будет возможно по-настоящему увидеть «это».

Избавьтесь от предвзятых мнений. Отбросьте всю накопившуюся грязь и откройте реальность в ее *бытие* или первозданной чистоте, что в учении буддизма соответствует понятию пустоты.

Общепринятые правила мешают восприятию реальности. Мы не видим ЕЕ в первозданной чистоте, так как нам внушили искаженные представления о ней.

Настоящее положение вещей и мысль. Настоящее положение вещей не искажено мыслью. Его нельзя постигнуть посредством понятия или мысли.

Реальность становится очевидной, когда перестаешь сравнивать. Только при отсутствии сравнения существует то, «что есть». А жить с тем, «что есть», — это, значит, быть умиротворенным.

Реальность — это быть собой. Чтобы стать собой — надо быть собой. Реальность в бытие, в бытие вещи. Таким образом, бытие в этом смысле — это иметь свободу в изначальном понимании этого слова,

то есть когда она не ограничена привязанностями, правилами, пристрастными и запутанными точками зрения.

Законы

Закон волевых людей. Волевой человек придерживается отличного от других людей закона, того самого, который для меня священен. Это внутренний закон человека, его собственная индивидуальная воля.

Закон причины и следствия. Любое обстоятельство в жизни человека является следствием определенной причины, но выбор способа контроля остается за человеком.

Закон тождества. Закон тождества утверждает, что «А есть А». Это означает, что любое логическое утверждение либо верно, либо неверно, а также, что одно и то же утверждение не может быть одновременно верным и неверным в том же самом контексте.

Закон гармонии. По закону гармонии, каждый должен находиться в гармонии, а не противостоять силе оппозиции. Это означает, что не надо делать то, что не является естественным и стихийным. Важно никоим образом не напрягать свои силы.

Закон единения с природой. Закон единения с природой — это основной принцип учения даосизма, в котором утверждается, что надо быть в гармонии и не противостоять основным законам Вселенной. Следуйте естественной природе вещей и не вмешивайтесь.

Никогда не предъявляйте претензий Природе и не противопоставляйте себя ей. Управляйте ею, следуя ее законам.

Взаимозависимость

Дуализм и монизм. В Европе царила дуалистическая философия, которая и оказала влияние на развитие западной науки. Но с приходом атомной физики были сделаны научные открытия, которые поставили под сомнение дуалистическую теорию. С тех пор развитие мысли вернулось к монистической концепции древнего даосизма.

Взаимозависимость мысли и существования. Если мысль существует, то я, который думает, и мир, в котором я думаю, тоже существуют. Одно существует, а другое существует как неотделимая часть первого. Следовательно, мир и я находимся в зависимости. Я, который смотрит на мир, и мир, который я вижу. Я существую для мира, а мир существует для меня. Если бы не было на что смотреть, о чем думать, что представлять, я бы не видел, не думал, не представлял. То есть я бы не существовал. В чем можно быть уверенным, так это в совместном существовании субъекта и мира. Одно не существует без другого. Я начинаю познавать себя, только если принимаю во внимание объекты мира, то, что меня окружает. Я не думаю до тех пор, пока не начну думать о вещах мира, и так я обретаю себя.

Отношения субъекта и объекта. Нет смысла просто говорить об объектах сознания, являются ли они

ощущениями или свечами. У объекта должен быть субъект; в этой паре субъект и объект дополняют друг друга (не являются противоположностями), подобно другим парам, являющимися половинками одного целого и функцией друг друга. Если держаться центра чего-либо, то противоположные стороны будут одинаковыми, если смотреть на них из центра движущегося круга. Я не приобретаю опыт, так как я сам — опыт. Я не являюсь субъектом опыта; я — сам этот опыт. Я сам познаю. Ничто не может быть мной и ничто не может существовать без меня.

Отношения субъекта и объекта и эффект «отражения луны в воде». Явление отражения луны в воде сравнивают с опытом человека. Вода — это субъект, а луна — это объект. Если нет воды, то и нет отражения луны в воде; результат тот же, если не будет луны. Но когда появляется луна, вода не ждет, чтобы отразить луну; а когда есть даже самая маленькая капля воды, луна не ждет, чтобы отразиться в ней. Луна не специально отражается в воде, так же как и вода не специально отражает луну. Это явление происходит при участии как луны, так и воды. Подобно тому, как вода отражает яркий свет луны, так и в отражении луны видно, что вода прозрачная.

Взаимозависимость и даосизм. Философия даосизма, из учения которой происходит распространение терапии иглоукалывания, является по существу монистической. Китайцы полагали, что вся Вселенная зародилась в результате взаимодействия двух начал — Инь и Ян, позитивной и негативной энергии. Также считали, что все, что существует в мире, как одушевленное,

так и неодушевленное, появилось благодаря непрерывному взаимодействию этих двух сил. Материю и энергию, Инь и Ян, небо и землю воспринимают как одно целое или как два взаимодействующих полюса одного невидимого целого.

Пустота

Пустота. Пустота расположена по середине между этим и тем. Пустота включает все, у нее нет противоположности. Нет ничего, чтобы она исключала и чему бы противостояла. Свет освещает все; ему неведомо движение противоположностей.

Пустота — живая субстанция. Пустота — живая субстанция, так как все формы выходят оттуда. Надо понять, что пустота полна жизни, силы и любви ко всему живому.

Пустота как поток творческой энергии. Первичная творческая энергия воздействует на всего человека в целом, а не только на что-то одно. На это творческое влияние еще не оказала влияния мысль. Поток творческой энергии в нас самих, который вытекает в окружающий мир.

Пустота и небытие. НЕБЫТИЕ означает «отсутствие бытия». Есть только процесс. Если ПРИНЯТЬ и ВОЙТИ в это небытие, пустоту, то в пустыне расцветет жизнь. Пустота оживет, она НАПОЛНИТСЯ. Бесплодная пустота станет плодородной. Я представляю из себя лишь функцию. Нет ничего равного настоящему.

Два аспекта пустоты. Можно сказать, что у пустоты (или бессознательного) два аспекта:

- она просто является тем, чем является;
- она понимает, что существует; неправильно говорить, что она «в нас» или что мы «в ней».

Первопричина всего находится вне пределов понимания человека («без места нахождения»). Первопричина всего живого на земле находится вне понимания человека, так как определяется вне категорий времени и расстояния. А значит, находится вне форм относительности; говорят, что у нее «нет места нахождения», к которому можно было бы применить возможные утверждения.

О смерти

Думая о смерти, не забывай о жизни. Не знаю, что означает «смерть», но не боюсь умереть, так как буду продолжать существовать, идти вперед (вместе с жизнью). Даже если я, Брюс Ли, когда-нибудь умру, не осуществив всех своих стремлений, то не буду об этом сожалеть. Я делал то, что хотел; а то, что я сделал, я сделал искренне, полностью отдаваясь этому делу. От жизни нельзя ожидать большего.

Путь смерти. На протяжении веков конечный удел героев был такой же, как и у обычных людей. Все они умерли и постепенно стерлись из памяти людей.

Надо смириться с возможностью смерти. Стоит перестать мечтать о вечной весне, тогда и лето, и зима будут дарить счастье.

Надо учиться умирать. Все хотят научиться побеждать, при этом никогда не проигрывая. Освободиться от груза поражений — значит научиться их принимать, то есть научиться умирать. Стоит понять это, и тебе откроется течение и гармония жизни. Подвижность — это путь к сознанию, в котором отсутствуют мысли. Надо освобождаться от честолюбивых желаний и учиться умирать.

О разлуке с друзьями. Сейчас и всегда мы должны расставаться. Мой путь лежит в этом направлении, а твой — в другом. И я не знаю направления своего пути завтра, как не знаю будущего.

О необходимости помнить. Воспоминания — это единственный рай, из которого нас не могут изгнать. Удовольствие — это цветок, который скоро завянет, а воспоминание — это запах цветка, который остается надолго. Воспоминания живут дольше, чем все остальное в жизни. Я долгие годы вспоминаю дерево в пору цветения, но не его плоды.

ЧАСТЬ II



Что значит быть человеком

Человек

Осознайте свою человеческую природу. Знаете, как мне нравится думать о себе? Как о человеке.

Назначение и долг человека. Назначение и долг человека, «качество» человека в том, чтобы искренне и честно развивать свои возможности и стремиться к самовыражению. Стоит добавить, что внутренняя энергия и физическая сила могут направить к достижению цели в жизни и тем самым помогут выполнить свой долг перед самим собой.

Людям свойственно все объединять. Мы не анализируем — мы все ОБЪЕДИНЯЕМ.

Цель человека. Цель человека заключается в самореализации.

Ненастоящий человек. Больше всего не люблю нечестных людей, которые больше говорят, чем делают. Также мне не нравятся люди, которые под покорностью скрывают свою неполноценность.

О Доминиканской Республике. Мне нравится эта страна и ее люди. В доминиканцах сохранилась простота

настоящего человека. Там нет так много лицемерия, как в больших городах.

О природе человека. Человек представляет собой организм, которому надо есть, спать, поддерживать физическую форму и воспроизводить себе подобных. Человек — это также существо, которое может чувствовать и создавать.

Человек — это результат того, как он управляет своими природными инстинктами. С одной стороны, есть природные инстинкты, а с другой стороны, человек должен управлять ими. Но надо гармонично соединить эти два начала. Если преобладает одно начало, то это противоречит науке; а если другое, то человек становится роботом, а не человеком. Таким образом, надо найти благоприятную комбинацию взаимодействия этих двух начал. Она заключается не в абсолютной естественности и не в абсолютной неестественности. Идеал заключается в неестественной естественности или в естественной неестественности.

Человек — это творческое животное. Именно способность творить отличает человека от всех остальных животных.

О развитии возможностей человека. Чтобы расти и развивать возможности необходимо:

- занимать место в социальной структуре общества;
- заполнять пробелы в своей личности, так чтобы снова стать одним целым.

Человек способен на большее. Дело в том, что люди живут, пользуясь лишь маленьким процентом того, на что способны:

- человек не дает себе раскрыться и быть полностью собой;
- общество не дает человеку быть полностью собой.

Говорить и слушать. Большинство людей умеют говорить, но не умеют слушать. Мало тех, кто умеет слушать, но не умеет говорить. И очень редко встречаются люди, которые умеют как говорить, так и слушать.

Основной нравственный вопрос для человека. Что соответствует (с точки зрения справедливости, этики, нравственности) поведению человека?

Честность перед самим собой помогает стать «настоящим» человеком. Не говори глупостей, так как ты то, чем ты являешься. Честность перед самим собой занимает определенную и жизненно важную часть в непрерывном процессе становления «настоящего» человека, а не послушного человека. Иначе однажды услышишь: *«Вот это качество характера мне нравится. В нем есть что-то НАСТОЯЩЕЕ».* Мне бы это понравилось.

Действие

Необходимо действовать исходя из своих убеждений. Недостаточно обладать знанием, так как его необходимо применять. Также не достаточно желания, так как необходимо действовать.

Действие — прямой путь к самоуважению. Действие — это прямой путь к уверенности и самоуважению. Вся энергия поступает к тому, что открыто. Она охотно наполняет людей, и ее заслуги можно ощутить.

Только действие наполняет жизнь силой. Только действие питает жизнь силой, так же как умеренность придает ей очарование.

Надо не думать, а действовать. Наше дело не смотреть на то, что смутно виднеется вдалеке, а делать то, что отчетливо видно перед глазами.

Суть в том, чтобы делать. Важно действие, а не достижение. Нет того, кто делает, но есть действие, так же как нет того, кто приобретает опыт, а есть опыт.

Конец человека в действии. Конец человека в действии, а не в мысли, хотя последнее и было бы благороднее. В мире живет много людей, которые не видят сути дела, а просто умно рассуждают (не эмоционально) о том, как они сделают то либо это. Это лишь пустые разговоры, так как ничего еще не сделано и не достигнуто.

Награда за действие. Только тот, кто делает, чему-то учится.

Существует действие как умственное, так и физическое. Умственное «движение» сопровождает каждое физическое действие.

У-вей (естественное действие)

У-вей — это естественное действие. Основная идея книги «Дао-дэ-цзин» лежит в ЕСТЕСТВЕННОСТИ, то есть в у-вей (бездействии), что значит — никогда не совершать неестественных действий. Это подразумевает стихийность действий, то есть «следовать всему в их естественном проявлении», и таким образом давать им возможность «стихийно трансформироваться». Таким образом, Дао «не предпринимает никаких действий, но в то же время ничего не остается невыполненным».

У-вей в обычной жизни. В обычной жизни у-вей проявляется в том, чтобы «производить и создавать что-либо, не делая это своей собственностью», а также в том, чтобы «делать работу и не гордиться ею». Вот таким образом естественный «путь» дополняет все искусственные пути, такие как правила, церемонии т.д. Именно по этой причине последователи учения даосизма не любят выполнения всяких формальностей и все искусственное.

Не растрачивайте все силы сразу. В разговоре необходимо постоянно самовыражаться и менять форму. Недопустимо влияние внешнего успеха или поражения, но необходимо быть уверенным в своей силе, а на это требуется время.

Нет необходимости в специальной подготовке. Не стоит прилагать усилия для выполнения специальных упражнений, которые не связаны с вашей ежедневной жизнью.

Не растрачивайте все силы сразу. Спокойно и терпеливо ждите. Тот, кто обладает силой, должен нежно о ней заботиться. Не надо бояться потерять силу. Главное — не растрачивать все силы сразу, пытаясь силой взять то, для чего еще не пришло время.

Естественное действие — это восприимчивое к переменам действие. Бездействие, как его часто переводят, совсем не означает отсутствие действия: нет такого действия, которое бы рождало противоположность. «Правильное действие» не надо ничему ни противопоставлять, ни отказываться от него: оно должно быть восприимчиво к переменам, как тростник на ветру.

У-вей — это спонтанное действие. Спонтанное действие много использовала Природа (Дао). Это действие Природы было настоящим действием. Второе действие было запланированным, обдуманным заранее и направленным к определенной цели. Однако каким бы привлекательным оно ни казалось, оно вынуждало Природу к действию, а следовательно, не было настоящим.

Действие в соответствии с ситуацией. Сомневающийся человек находится в зависимом положении, действует как помощник. Его задачей не является руководить: в таком случае он только собьется с Пути. Наоборот он должен позволить себя вести. Если знаешь, как встретить судьбу и принять ее, то, несомненно, найдешь хорошего наставника. Незаурядный человек позволяет направлять себя, не идет слепо вперед, учится в любой ситуации извлекать то, что от него требуется, а затем следует этому.

Не ищи, но разрешай. Не ищи ЭТОГО, так как оно придет, когда его меньше всего ждешь. Просто иди. Не ищи и не убегай.

О правиле у-вей. У-вей — это стихийное превосходство. У-вей — это стихийное действие, выполненное без предварительной подготовки. В у-вей заключена гармония с Природой. У-вей не действует силой, для того чтобы обрести мир и свободу от волнений. Не говоря уж о том, что у-вей питает душу, поэтому обретает постоянство. У-вей не подразумевает «совершение действия», так как проявление усилий неизбежно ведет к поражению.

У-вей — это проявление творческой интуиции. Правило у-вей заключается в совершенной активности творческой интуиции, которая способствует раскрытию внутренних источников человека. Так как суждения, которыми чаще всего оперирует человек, умозрительны и рациональны, они не могут проникнуть в скрытые глубоко внутри способности человека к творчеству. Суждение строится, исходя из внешних признаков, тогда как несуждение приводится в действие внутренним светом. Первое действие ограничено и конечно, а второе — свободно и безгранично.

Ум человека

Умный человек постоянно учится. Умный человек — это тот, кто постоянно учится, никогда не останавливается в своем развитии. Все направления и системы перестали развиваться, а следовательно, их устройство не является разумным.

У умного человека пытливый ум. У умного человека ПЫТЛИВЫЙ ум. Его не удовлетворяют объяснения, выводы. Он не верит на слово тому, что ему говорят, так как вера — это еще один вид вывода.

Свойства ума. Быть чем-то одним и не меняться — это крайняя степень НЕПОДВИЖНОСТИ. Не иметь ничего, что бы оказывало сопротивление, — это крайняя степень ПУСТОТЫ. Быть отстраненным от всего внешнего мира — это крайняя степень ОСТРОТЫ ЧУВСТВ. Не иметь внутри себя противоречий — это крайняя степень ЧИСТОТЫ.

Человек сам себе начальник. На меня всегда оказывали влияния обстоятельства, так как я думал о себе как о человеке, на которого могут оказать влияние внешние обстоятельства. Сейчас я понял, что сам представляю силу, которая управляет разумом и из которой и происходят все обстоятельства.

О ценности быть восприимчивым. Ценность чашки в том, что она пустая. Пустота = Целостность. Целостность ума, целостность физической формы.

Надо освободить ум. Чтобы ум мог функционировать естественно и гармонично, необходимо освободить его от приверженности к противоположным понятиям. Необходимо освободить ум от влияния внешнего мира. Пусть ему не мешают развиваться внешние явления. Необходимо такое состояние чистоты, в котором человек как не отрицает, так и не соглашается с чем-либо, то есть состояние, в котором человек просто воспринимает все, что происходит.

Мысль не может быть полной. Мысль не может быть полной. Мысль — это ответная реакция памяти, а память не может быть полной, так как она является результатом опыта. Таким образом, мысль — это реакция ума, обусловленная опытом человека.

Ограниченный человек не может свободно думать. Человек должен быть ко всему восприимчив, так как ограниченность мешает свободно мыслить.

Ум человека должен на все реагировать. Вода постоянно пребывает в движении, а луна сохраняет неподвижность. Ум человека должен реагировать во всех ситуациях, но при этом оставаться одним и тем же.

Не будь рабом учения. Учиться необходимо, но важно не стать рабом. Самое главное не учить все несущественное и ненужное. Ум человека имеет первостепенное значение.

Человек все видит внутренним умом. Чтобы немедленно реагировать на все, что видишь, необходимо развивать психическую способность видеть, так как человек все видит внутренним умом.

Ум — это основная реальность. Ум — это основная реальность, которая осознает себя и не является местом эмпирического сознания. Надо «быть умом» вместо того, чтобы «иметь ум».

Ум — это динамический аспект пустоты. Все движения выходят из пустоты, а динамическому аспекту пустоты дали название «ум». Более того, в пустоте нет

эгоцентричной движущей силы, нет ничего кривого, так как там действуют только искренние, настоящие и прямые силы, которым ничего не препятствует.

Не указывайте уму. Между отрицательной и положительной силами занимайте нейтральную позицию. Не указывайте уму.

Уму неприсуща активность. Первоначально уму неприсуща активность; а Путь всегда проходит без участия мысли.

Ум, не связанный условностями, интуитивно постигает истину. Надо иметь живой и острый ум, чтобы интуитивно постигать истину, которая во всем. Надо освободить ум от старых привычек, предубеждений, ограничивающих свободу мыслительных процессов, и даже от обычных мыслей.

Развивайте живость ума. Быть наготове означает быть серьезным. Быть очень серьезным означает быть искренним по отношению к себе. Именно искренность открывает Истинный путь.

Знание об уме. Под знанием понимается осознание пустоты и спокойствия ума. Под интуицией понимается осознание того, что подлинную сущность нельзя создать.

Знание о прошлом. Знание находится в прошлом, а изучение лежит в настоящем. Это постоянное движение и взаимодействие с внешним миром не имеет прошлого.

Бесконечная подвижность ума. Ум наделен бесконечной подвижностью, для которой нет никаких преград.

Очищенный ум. Очищенный ум — это ум, невосприимчивый к ощущениям. Он свободен от чувства страха, гнева, печали, беспокойства и даже любви. Когда ум отсутствует, мы смотрим, но ничего не видим; мы слышим, но ничего не понимаем; мы едим, но не чувствуем вкус пищи.

Процесс мышления

Искренняя мысль. Под искренней мыслью понимается мысль в состоянии сосредоточения внимания (спокойное знание). Мысль в состоянии рассеянного внимания не может быть искренней.

Внутренняя мысль и ее внешнее выражение одинаковы. Ум человека и его поведение — это одно и то же, поэтому внутренний ум и его внешнее выражение не могут противоречить друг другу. Следовательно, человек должен поставить перед собой правильную цель, а она, в свою очередь, будет оказывать влияние на его действие.

Цель учения не в накоплении знаний. Процесс присоединения знаний представляет собой просто развитие памяти, и этот процесс происходит механически. Цель учения не в накоплении знаний, так как это движение, у которого нет ни начала, ни конца.

Мысль продолжает жить подобно ручью, у которого нет конца. Такова природа человека: в своем

развитии мысль движется вперед подобно ручью, на пути которого нет преград. Мысли, рожденные в прошлом, настоящем и будущем, продолжают развиваться подобно ручью, у которого нет конца.

Воображение. Как только осознаешь необходимость хороших планов и идей для достижения своих целей, то начнешь развивать воображение и будешь каждый день его использовать при разработке планов.

Память. Как только осознаешь ценность живого ума и живой памяти, то будешь стараться быть наготове, чтобы запечатлевать отчетливо в памяти все мысли, которые захочешь вспомнить, а также соотносить эти мысли с теми предметами, которые часто приходят на ум.

Подсознание. Как только осознаешь влияние подсознания на силу воли, то будешь внимательно относиться к тому, чтобы представить ясно и отчетливо картину главной цели в жизни, а также всех маленьких целей на пути к главной цели. И будешь постоянно держать эту картинку в подсознании, воспроизводя ее каждый день!

Воспоминание и ожидание. Воспоминание и ожидание — это прекрасные свойства сознания, которые отличают ум человека от животных. Они оказывают полезное действие и служат определенным целям. Но когда действия напрямую соотносятся с проблемами жизни и смерти, их надо перестать делать, так чтобы они не мешали подвижному процессу мышления и молниеносной скорости действия.

Знание. Это воспоминание когда-то выученного материала.

Понимание. Это способность понять материал (польза знания) через толкование сообщаемого материала, а также через применение знания на практике.

Применение. Это способность использовать изученный материал в новых и конкретных ситуациях.

Анализ. Это способность вычленять из материала составляющие части, так чтобы понятна была его структура построения.

Синтез. Это способность соединить вместе отдельные части, чтобы образовалось новое целое.

Оценка. Это способность соединить вместе отдельные части и в соответствии с поставленной целью дать оценку этому материалу.

Мысль и положение дел. Истинное положение дел заключается в содержании мысли, а мысль — это функция истинного положения дел. Не существует мысли без истинного положения дел. Положение дел неподвижно, но его движение и функция неисчерпаемы.

Понятия (абстрактные)

Понятия и понимание. Нельзя *понять* материал, если учить *понятия*. Подобным образом можно только *объяснить* материал. Когда человек думает, он отстраняется от того, что он пытается понять.

Освободитесь от понятий и увидите истину своими собственными глазами. Она существует ЗДЕСЬ и СЕЙЧАС, и, чтобы ее понять, требуется лишь быть открытым и свободным, свободным от понятий, представлений и т. д. Можно упорно повторять, анализировать, посещать лекции и т. п., пока не посинеешь; но все это принесет мало пользы. Только перестав думать, мы начнем открывать и понимать. Прекращение активной деятельности головного мозга прекращается, только когда человек находится в спокойном состоянии. Это и будет моментом освобождения от всех мыслей, и только тогда между двумя мыслями возможна вспышка понимания; а понимание не является мыслью.

Уравновешивайте мысли с действием. Если очень много времени думать о чем-нибудь, что надо сделать, никогда этого не сделаешь.

Абстрактные мысли отдаляют от жизни. Если вы заняты своим маленьким компьютером в голове, то вся энергия расходуется на размышления, и в результате вы ничего не видите и не слышите. Вместо того чтобы прямо взглянуть на факт, люди цепляются за формы (теории) и в результате все больше и больше запутываются, пока сами же не попадают в западню.

Понятия и самореализация. Вместо того чтобы реализовывать в жизни представление о том, чем вы должны быть, ВЫРАЖАЙТЕ СЕБЯ. Процесс развития человека не предполагает, чтобы он стал пленником своих представлений. Надо понять, что заложено внутри вас.

Надо жить, а не строить представления о жизни. В данной книге можно быть менее требовательным, если продолжить привычную игру и создавать роли, чтобы затем ими управлять. К счастью для меня, мое знание себя выше этого, и я пришел к пониманию того, что лучше жить, чем строить представления о жизни. Если вы все еще *думаете*, то ничего не *понимаете*.

Не позволяйте мыслям удалять вас от жизни. Отсутствие мысли — это догма, которая означает не отдаляться от жизни в процессе мышления, не замутнять сознание чем-то внешним; надо мыслить и в тоже время не иметь мыслей.

Понятия мешают чувствовать. Надо не думать, но ЧУВСТВОВАТЬ. Чувства существуют здесь и сейчас, когда понятия и представления не мешают их выражению. Если перестать все анализировать и дать волю своим чувствам, мы действительно начнем все видеть, все чувствовать как одно целое. Существует только само действие, а не тот, кто его делает. Я начал жить чувствами и все воспринимал чувствами, не давая этому определения. Потом чувства и мое «Я» слились в одно целое. Больше я не чувствую себя отдельно от тебя, и сама мысль извлечения пользы из чего бы то ни было кажется мне абсурдной. У меня нет другого осознания себя (не говоря о мысли), как только лишь в единении с вещами, которые я воспринимал в данный момент.

Абстрактный анализ не дает ответа. Сейчас люди стараются заглянуть внутрь себя, чтобы понять и оценить причину своего настроения. Бесполезно стоять

снаружи и стараться при этом заглянуть внутрь, так как чем бы это ни было, это пройдет. Это в такой же мере касается и такого расплывчатого понятия как «счастье». Стараться понять его то же самое, если включить свет в надежде увидеть темноту. Как только начнешь что-либо анализировать, как это исчезнет.

Знание

Попытки дать определение знанию. Объект познания постоянно меняется. Чувства, вкусовые ощущения, сенсуальный опыт и т. д. являются догмами, а значит, неверным знанием, так как могут оказаться ложным знанием. Следовательно, объекты восприятия исключают истинное знание.

Знание — это не просто восприятие. Объекты мысли, а не объекты восприятия являются истинными, более совершенными, разумными и постоянными.

Знание и характер. Знание наделяет силой, а характер — уважением.

Об учении. Учиться — значит открывать, в чем лежит причина невежества. Однако лучший способ узнавать что-либо — это не количественно накапливать информацию, а раскрывать то, что заложено в нас. Когда открываем это, то выявляем свои способности, а также раскрываем глаза на заложенный в нас потенциал; на то, что происходит; открываем, как можно обогатить свою жизнь; обнаруживаем средства для преодоления трудных ситуаций. И я утверждаю, что все это происходит здесь и сейчас.

Идеи

Ценность идеи. Идея лежит в начале всех достижений, как в любой области промышленности, так и в любой профессии.

Идеи определили жизнь в Америке. Америка находится в постоянном поиске новых идей. Именно идеи сделали Америку тем, чем она является сегодня. А хорошая идея помогает человеку стать тем, чем он хочет быть.

Новые идеи всегда вознаграждаются. Несомненно, что умение достигается трудом и бережливостью, но удача, в смысле материального благополучия, — награда тому, кто додумается до того, чего не существовало до этого.

Простые представления и простые впечатления. Простые представления являются точным повторением простых впечатлений. Например, нас волнует вид чего-то интересного, а затем на основе этого впечатления появляется представление об этом. Следовательно, простые идеи являются непосредственным воспроизведением простых впечатлений, их нельзя разделить на части, так как они представляют собой одно целое.

Сложные впечатления и сложные представления. Хотя сложные впечатления и сложные представления являются в общем точным повторением одно другого (сложные представления — точное повторение сложных впечатлений), но в некоторых случаях это не так. Например, можно представить место, где никогда не

бывал, или, скажем, человек, не различающий синий цвет, может составить свое представление об этом цвете на основе сравнения с другими цветами.

Три вида представлений. Существуют врожденные представления, случайные представления (возникающие в связи с какими-нибудь событиями) и искусственные представления (которые придумывает человек).

Четыре этапа для появления идеи. Для появления идеи необходимо:

- взять какую-нибудь нерешенную проблему;
- рассмотреть проблему с разных сторон;
- по-новому подойти к старому способу решения проблемы;
- поверить в свою идею и действовать!

Пять этапов при формулировке идеи:

- подберите материал;
- проработайте детали;
- расслабьтесь и не думайте об этом;
- будьте готовы распознать и принять идею, когда она появится;
- сформулируйте и изложите данную идею так, чтобы она была полезной.

О развитии творческого подхода. Чтобы развить творческий подход, необходимо проанализировать и сосредоточиться на том, что требует РЕШЕНИЯ, затем подобрать АРГУМЕНТЫ и записать ИДЕИ, как разумные, так и те, которые кажутся странными. Затем одновременно ОБДУМАЙТЕ аргументы и идеи, оцените

их, перепроверьте и остановитесь на ТВОРЧЕСКИХ ИДЕЯХ.

Идея, вызванная эмоциями, приобретает физическое выражение. Любую идею, которая постоянно вертится в голове и не оставляет вас равнодушными, вы начинаете облекать в наиболее удобную и соответствующую физическую форму выражения.

Сама по себе идея не может быть ошибочной. Ошибка появляется в суждениях. Идея сама по себе не может быть ложной, такой ее делает именно суждение.

Восприятие

Путь к истине лежит через восприятие. Путь к истине лежит через восприятие, а не через убеждение или какой-нибудь способ ее достижения. Это осознание мира, достигнутое без всяких усилий, которое можно по-разному применить и в котором отсутствует необходимость выбора.

Воспринимать — значит постоянно осознавать. Надо не просто воспринимать, но постоянно осознавать, не прекращать поиск, которому нет конца.

Удивительное упражнение для ума. Когда проснетесь, полностью очнитесь от сна и осознайте все вокруг. Это и будет прекрасным упражнением для ума.

Воспринимающий ум понимает истину. Для процесса понимания не существует ни требований, ни

претензий. Просто наблюдайте за всем. Воспринимающий ум живет, двигается, полон энергии, и только такой ум может понять, что есть истина. Если смотреть на все, не искажая это личными предпочтениями и желаниями, значит видеть все в чистом и простом виде.

Восприятие подразумевает и восприятие существования. Всегда что-нибудь существует, это первоначальный объект восприятия. Ощущения вызывают физические предметы, и в то же время ощущения не имеют полного сходства с физическими предметами. Можно сказать, что опыт постоянно влияет на представление о физических предметах.

Отношения между ощущениями и воспринимаемым объектом. Ощущения являются частью, составляющей внешнее представление о физическом объекте. Одно является функцией другого. Нельзя пренебречь ни одним из них. То, что мы испытываем, — это результат воздействия физических объектов на органы чувств.

Философская проблема восприятия. Каким должен быть мир, чтобы мы его воспринимали? Что мы воспринимаем?

Еще об ощущениях и восприятии. Ощущения вызывают физические объекты. Для того чтобы выяснить истинную сущность объектов, необходимо рациональное мышление. Утверждение, что «Я вижу некий объект Т» означает, что существует (существующий объект, который я вижу) некий объект Т (заключение, основанное на сходстве с предметом). Существуют физические объекты.

Три уровня осознания. Знание состоит из трех уровней: осознание себя, осознание промежуточного состояния (область воображения) и осознание мира.

Страх и осознание. Страх — враг развития, при малейшем страдании пропадает желание что-либо делать. Если вы чувствуете что-либо неприятное, то прерывается континуум осознания мира и вас охватывает страх. Если говорить с научной точки зрения, то мы продолжаем развиваться посредством интеграции осознания и внимания.

Полное понимание достигается через непосредственное восприятие мира. Непосредственное восприятие мира подразумевает отсутствие двойственности и наличие примирения с миром. А это равно ПОЛНОМУ пониманию. То есть полное осознание мира достигается через целостное восприятие умом.

Только через наблюдение можно увидеть чудо. Просто за всем наблюдайте, ничему не отдавая предпочтений, так как только посредством наблюдения можно увидеть чудо. Это не является пределом желаний. Наблюдая, вы находитесь в состоянии «существования», а не в состоянии «становления».

Наблюдайте за всем спокойно. Наблюдайте за тем, что происходит вокруг вас, спокойно.

Восприятие — это непосредственное осознание мира. Существует непосредственное осознание мира, когда человек не предъявляет ничему никаких требований. Это осознание мира, в котором нет места

беспокойству; именно в таком состоянии происходит восприятие. Лишь с помощью одного восприятия можно решить все проблемы.

Непосредственное восприятие — это наблюдение без вынесения оценок. При непосредственном восприятии вы ничего не критикуете и ничего не оправдываете. Осознание мира происходит только, когда ему предоставляется полная свобода, когда ему не мешают.

Никогда не делайте вывода в самом начале. Понимание, несомненно, достигается в состоянии осознания мира, при котором ничего не сравнивается, не критикуется, не ждут дальнейшего развития того, о чем говорят, чтобы согласиться с этим или нет. Но главное не делайте вывода с самого начала.

«Чистое видение мира». Видеть там, где ничего нет (объекта), — это и есть настоящее видение мира. Видение мира является результатом того, что вы ничего не придерживаетесь. Это просто «чистое видение», без какого-либо субъекта и объекта, а следовательно, так называемое «невидение».

Эго (самосознание)

Отсутствие отношения к чему бы то ни было. Ни к чему не имейте отношения, раскройтесь, сосредоточьтесь и выражайте себя. Не придерживайтесь внешних форм выражения, которые не могут передать внутреннюю сущность чего бы то ни было.

Эго мешает принять что бы то ни было. Именно эго стойко сопротивляется всему, что исходит из внешнего мира. Именно так называемая непреклонность эго мешает принять все, что нам противоречит.

Что значит быть талантливым. Часто люди подходят ко мне со следующим вопросом: «Брюс, ты действительно такой хороший?». Я им отвечаю: «Если ответить, что я хороший, то, скорей всего, вы подумаете, что я зазнаюсь. А если сказать, что я нехороший, то вы будете думать, что я говорю неправду». Абсолютно уверен, что не хочу быть всегда вторым, но у меня достаточно здравого смысла, чтобы понимать, что просто невозможно быть первым.

О социальных обязательствах. Не хочу надевать скучные костюмы и ходить туда, где все стараются произвести впечатление друг на друга.

Что надо знать об эго. Необходимо понять, что нельзя позволять эго использовать себя, вводить себя в заблуждение, так как именно человек должен использовать свое эго.

Эго и самовнушение. Эго формируется исключительно посредством самовнушения.

Используйте эго как средство. Материалисты все еще смотрят на эго как на свою собственность вместо того, чтобы использовать его как средство. На самом деле внутри себя надо быть никем.

Не надо ни на чем задерживаться. Не устанавливайте для себя никаких правил. Пусть все будет тем,

чем оно является. Находитесь в движении подобно воде; отражайте все подобно зеркалу; отвечайте на все подобно эху; проходите мимо всего быстро, как будто вас не существует; будьте спокойны подобно чистоте. Победитель всегда проигрывает. Не старайтесь обогнать других, а всегда следуйте за ними.

О смирении. Смирение по отношению к вышестоящим — это обязанность, по отношению к равным — вежливость, по отношению к нижестоящим — благородство, а по отношению ко всем людям — безопасность.

Надо избавиться от самосознания. Самосознание сильно влияет на внимание; это мешает свободно проявляться тем знаниям, которые были приобретены или которые еще только собираетесь освоить. Необходимо избавиться от столь навязчивого влияния самосознания и начать работать, если ничего особенного не происходит в данный момент.

Многие предпочитают сознательный подход. Многие предпочли бы быть сознательными, чтобы на них смотрели как на авторитет, чем осознать свою слепоту и вновь обрести зрение. Данный тупик характеризуется проявлением страха (избежание).

Секрет нирваны в том, чтобы быть бессознательно сознательным. Секрет нирваны в том, чтобы быть сознательно в бессознательном состоянии или быть бессознательно в сознательном состоянии. В таком состоянии действие настолько прямое и быстрое, что не оставляет времени подумать и предотвратить это действие.

Самосознание характеризуется постоянством. Неизменное и эгоистичное самосознание стремится самоутвердиться в так называемом освобождении. Оно придумывает хитрые способы, чтобы перехитрить действительность, и отвергает мысли, которыми «владеет», тем самым очищает зеркало ума, которым также «владеет». Пустота сама по себе рассматривается как собственность и как достижение.

Границы эго. Граница эго отделяет собственное «Я» от всего остального, что на него непохоже. Если граница эго строго фиксирована (что не так), то это становится характером или панцирем, как у черепахи.

Внутри и за пределами границы эго. В пределах границы эго лежит связь, любовь, сотрудничество. За пределами границы эго находится все подозрительное, неизвестное, чуждое.

Что значит превратиться в деревянную куклу. Стать деревянной куклой — это значит не иметь эго, кукла ни о чем не думает, ничего не понимает. Это значит, что тело, руки, ноги работают сами по себе, повторяя отработанные движения.

Самосознание и двойственность. Самосознание подразумевает двойственность, объективацию субъекта, что отражается на объекте, отличном от своего «Я», или который создает себя таким. Это полное освобождение от прошлого, от привычного образа мышления, от всех воспоминаний.

Необходимо стать выше самосознания. Что человек должен преодолеть, так это свое сознание — осо-

знание себя. Это подразумевает не то, что «я делаю это сейчас», а внутреннее осознание того, что «происходит это через меня» или что «это происходит для меня». Больше всего самосознание мешает правильно выполнять физическое действие.

Надо видеть все, пропуская через себя. Можно видеть все через восприятие других, только если пропустить это через свое восприятие.

Надо стать прозрачным. Отсутствие самосознания делает нас прозрачными. Душа, которая знает себя, непрозрачна.

Сосредоточение

В сосредоточенном состоянии надо соблюдать осторожность. Сосредоточение — это форма исключения, а там, где что-то исключают, присутствует человек, который это делает. Именно человек, который что-либо исключает, тот самый, который находится в сосредоточенном состоянии, именно он создает противоречия. Из-за этого потом образуется центр, из которого потом возможны отклонения.

Слишком большая сосредоточенность ограничивает жизнь. Сосредоточение ограничивает ум. Нас должна увлекать вся жизнь, а сосредоточение на каком-нибудь одном аспекте жизни ограничивает ее.

В сосредоточенном состоянии необходимо осознание. Ум в сосредоточенном состоянии перестает быть внимательным; только ум, который осознает мир

вокруг, может сосредоточиться. Осознание мира ничего не исключает, а наоборот, все включает.

Сосредоточение — это путь к успеху. Причина неудач в значительной степени заключается в отсутствии сосредоточенности.

О разуме

Разум — это природный свет. «Природный свет» иногда переводят как «светлый разум» (интеллект).

В действиях надо руководствоваться разумом. Надо осознать, что опасным для человека может быть воздействие как положительных, так и отрицательных эмоций, если только их не контролировать и не управлять ими до определенных пределов. После этого необходимо пересмотреть свои желания, цели и стремления с точки зрения разума и при их осуществлении руководствоваться только разумом.

Сфера логики. Основная проблема логики — это разграничение верного и неверного довода.

Для логики характерно использование повествовательных предложений. Для логики характерны ТОЛЬКО повествовательные предложения, то есть те предложения, в которых делаются какие-то утверждения о мире.

Логик. Логик не вмешивается в процесс развития. Ему интересны начальная и конечная стадии этого процесса, а также отношение между ними.

Утверждение. Можно опровергнуть либо согласиться как с верными, так и с ошибочными утверждениями.

Предпосылки и выводы. Вывод делается на основании утверждения, верность которого подтверждается другим утверждением. Эти два утверждения, предоставляющие основания для того, чтобы сделать вывод, являются предпосылками. Однако одно утверждение само по себе не будет являться ни предпосылкой, ни выводом в силу следующих причин:

- предпосылка — это предположение;
- вывод — это то, что следует из утверждения, сделанного на основании предпосылки.

Искусство делать вывод. Вывод — это процесс, в ходе которого делается одно утверждение, обоснованность которого подтверждает одно или несколько других утверждений, сделанных в самом начале этого процесса.

Приведение доводов. Приведение доводов можно рассмотреть как несколько утверждений, среди которых одного вытекает из другого, которое дает обоснование для подтверждения его истинности. У довода следующая структура:

- предпосылка;
- вывод.

Два вида аргументации. В логике существует два вида аргументации:

- дедуктивная;
- индуктивная.

Дедуктивная аргументация. При дедуктивной аргументации верность или ошибочность довода не определяет обоснованность или необоснованность данного суждения. Но и обоснованность суждения не свидетельствует о том, что вывод правильный.

Обоснованный довод. Под обоснованным доводом понимается такой довод, у которого все предпосылки верные, а следовательно, верным будет и вывод.

Необоснованный довод. Под необоснованным доводом понимается такой довод, у которого не все предпосылки правильные.

Категоричное утверждение. Категоричное утверждение строится на основании КЛАССОВ предметов, и оно подтверждает или отрицает, что один класс включен в другой либо полностью, либо частично. Рассмотрим, например, следующий силлогизм: ни один атлет не является вегетарианцем; все футболисты — атлеты, отсюда делаем вывод, что не все футболисты — вегетарианцы. Предпосылки и выводы данного довода являются утверждениями о классе атлетов и классе футболистов.

Четыре формы категорического суждения. Существуют следующие четыре формы категорического суждения:

- полное подтверждение: все S есть P;
- полное отрицание: S не есть P;
- частичное подтверждение: несколько S есть P;
- частичное отрицание: несколько S не есть P.

Обычно под «несколькими» понимается «не меньше одного».

Апостериори. Под апостериори понимается:
- довод, построенный от следствия к причине;
- знание, полученное на опыте.

Априори. Под априори понимается:
- довод, построенный от причины к следствию;
- знание, приобретаемое вне зависимости от опыта.

Аналитическое утверждение. Аналитическое утверждение — такое утверждение, которое всегда верно, потому что в его отрицании заложено противоречие (например, все лающие собаки лают).

Синтетическое утверждение. Синтетическое утверждение — непротиворечивое утверждение, в отрицании которого нет противоречия (например, все собаки лают).

Всеобщее. Всеобщее — это:
- то, что свойственно многим предметам (например, красными являются все предметы красного цвета). Один во множестве;
- утверждение о целом классе предметов (например, все «s» есть «p»).

Частичное. Частичное — это:
- единственное в своем роде, индивидуальное, отличное от класса предметов или всеобщего;
- утверждение о некоторой части предметов данного класса (например, несколько «s» есть «p»).

Сократический метод. Платон, используя особенности личности Сократа, разработал особый метод

высказывать свою точку зрения по предложенному вопросу. Его метод аргументации состоит из трех этапов:

- надо начать с некоторых предпосылок;
- затем путем приведения доказательств подвести противника;
- к своему собственному выводу.

Как противостоять сократическому методу. Противостоять сократическому методу можно только единственным способом, который тоже состоит из трех этапов:

- если истинность первого суждения подвергается сомнению;
- если из первоначальной предпосылки логично вытекают и другие предпосылки;
- то вывод будет неправильный.

Эмоции

Ваша путеводная нить — это сознание. Надо понять, что из-за чрезмерной восторженности эмоции часто вводят в заблуждение. Чтобы быть справедливыми и в то же время проявлять сострадание, в своих суждениях необходимо руководствоваться только доводами разума. Надо, чтобы сознание руководствовалось только тем, что верно и что неверно, и не надо отвергать его суждения, вне зависимости от того, какими будут последствия.

Эмоции выражаются через сокращение мышц. Все эмоции выражаются через сокращение мышц. Беспокойство — это очень сильная эмоция, которую сдерживают, не дают ей выхода.

Надо давать выход гневу. Если не дать выхода гневу, не дать ему свободно выйти, это оборачивается садизмом, проявлением силы и другими видами пыток.

Движущая сила поведения. Эмоции являются самой важной движущей силой поведения.

Эмоции и подсознание. В области подсознания находятся мысли, возникшие в результате воздействия каких-либо эмоций, а также мысли, оказывающие на поведение наибольшее влияние.

Эмоции бывают как положительные, так и отрицательные. Эмоции бывают как положительные, так и отрицательные, поэтому каждый день надо формировать те привычки, которые вызывают положительные эмоции и помогают обратить негативные эмоции в какое-нибудь полезное действие.

Счастье

Счастье — это показатель нравственности человека. Показатель нравственности человека лежит в том, насколько он чувствует себя счастливым. Чем лучше человек, тем более он счастлив. Счастье — это синоним благополучия.

Как стать счастливым. Чтобы стать счастливым или приобрести правильное отношение к жизни, необходимо приобретать знания, так чтобы быть способным думать и создавать. Знания вызывают стремление к прекрасному. Следовательно, все, кто преподает, должны знать, как это делать.

Простые радости. Мне нравится мелкий дождь, так как он успокаивает. Люблю гулять под дождем. Но больше всего люблю читать. Я читаю разные книги: художественную и публицистическую литературу.

Хороший муж или жена — это настоящее счастье. Думаю, когда люди женятся, они живут либо в раю, либо в аду. Они могут жить сказочной жизнью, а могут много страдать. Я счастливый человек. Мое счастье не только в том, что кассовые сборы фильмов с моим участием побили рекорды во всем мире, но и в том, что у меня хорошая жена, Линда. Она бесподобна. Почему я так говорю? Во-первых, считаю, что муж и жена должны быть друзьями. И у нас с Линдой есть такие отношения. Мы понимаем друг друга, подобно хорошим друзьям. Поэтому нам очень хорошо вместе. Моя жена — это самое лучшее в моей жизни, она не ведет себя как начальник.

Счастье требует поступков. Каждый может стать счастливым, все дело в том, что для этого надо что-нибудь делать.

Страх

Надо понять причину страха. Понять причину страха — значит начать действительно видеть.

Страх и ум. Ум человека работает только в том случае, когда нет страха.

Страх и способность чувствовать. Невозможно что-либо чувствовать, когда чего-то боишься.

Страх и проявление инициативы. Проявление инициативы невозможно, если есть страх, так как страх вынуждает нас придерживаться традиций, обращаться за помощью к наставникам и т. д.

Ум и власть. Игра на определение того, где находится власть внутри человека, приводит к тому, что власть разрушает ум.

Стыд — это страх унижения. Стыд — это страх почувствовать унижение из-за своего более низкого положения в оценке других.

В гордости присутствует страх и ощущение ненадежности. Гордость подчеркивает важность высокого положения в глазах других. Но в гордости заложен страх и ощущение ненадежности, так как когда стремишься к тому, чтобы тебя очень уважали, то по достижении высокого положения начинаешь бояться потерять свой статус. Затем больше всего начинает беспокоить проблема сохранения своего статуса.

Страх потерять уважение людей. Внутренняя сущность «Я» — это подлинное «Я». Чтобы осознать свою подлинную сущность, необходимо не зависеть от мнения других людей. Достигнув полной независимости, мы не будем бояться потерять уважение других людей.

Чем больше мы ценим вещи, тем меньше мы ценим себя. Для того чтобы быть счастливым, надо постараться быть независимым от мнения других. Поэтому чем больше мы ценим вещи, тем меньше мы

ценим себя. Чем больше зависимость от мнения других, тем меньше проявляем самостоятельность в своих суждениях.

Воля

Воля к успеху. Именно воля делает человека, так как для достижения успеха требуется упорство.

Воля делать что-либо. Моя воля делать что-либо происходит от знания того, что Я МОГУ ЭТО СДЕЛАТЬ. Я просто стараюсь быть естественным, так как внутри меня нет страха или сомнений.

Верховный суд ума. Сила воли — это верховный суд над всеми отделами головного мозга. Я ежедневно тренирую ее, на тот случай, если мне срочно понадобится действовать по какой-либо причине. Хотя бы раз в день я также развиваю привычку, которая бы приводила силу воли в действие.

Отказ от действия дарит покой и легкость. Отказ от действия дарит ощущение покоя, вы чувствуете себя легкими, как пух. Если кажется, что не сможете сделать это (сердце слабое, а работа требует проявления силы), спокойно освободитесь от беспокойства, так как необходимо действовать в гармонии с Природой, каждый двигается и вращается в одном направлении с мирозданием.

Желание победы. Уверенность, «что всегда можно победить, если очень этого хотеть», означает, что желание победы очень сильное и на него не влияют ни

мера наказания, ни количество затраченных усилий, ни то, что путь на пути к победе слишком «тяжел». Такая уверенность появится только в том случае, если цель победы тесно связана с идеалами и мечтами того, кто ее добивается. Опыт показывает, что атлет, до изнеможения изнуряющий себя подготовками, продолжает тренироваться до тех пор, пока это необходимо. Это означает, что обычное усилие не приводит в действие огромный запас энергии, который в скрытом виде находится в человеческом теле. Только экстраординарные усилия, высоко эмоциональные условия и подлинное стремление победить любой ценой освобождают эту дополнительную энергию. Следовательно, усталость атлета зависит от того, насколько он ее чувствует. И если он намерен победить, то может продолжать тренироваться почти бесконечно, чтобы достичь поставленной цели.

Мораль и власть. Я могу пройти мимо миллиона долларов, потому что это не правильно, но будь я проклят, если буду стоять в стороне от десятицентовой монеты, так как она не виновата, что она такая.

Проблема свободы воли. Является ли свобода воли проявлением нашего собственного желания или Бога (этот вопрос рассматривала теология в средние века) либо ею управляет случай (в таком случае слово «свобода» является производным от слова «случай). Если действиями человека управляет случай, то получается, что ни один из поступков человека не является добровольным.

Проявление воли может привести к фатальному исходу. Нет оружия более опасного, чем воля.

Воля и женщина. Не может быть никаких сомнений, что мужчина добивается своего волевыми усилиями, а женщина тем, что всегда поступает по-своему.

Духовная сила воли. Духовная сила воли человека преодолевает все препятствия.

Герой — это своевольный человек. Что значит своевольный? Не означает ли это «иметь свою собственную волю?» Стадный инстинкт человека требует приспосабливаться и подчиняться, но наиболее уважаемы не кроткие, малодушные и бездеятельные люди, а как раз своевольные, именно они являются героями.

Своеволие не подчиняется внешним законам. Кажется, что своеволие — это единственная добродетель, которая не подчиняется законам, установленным людьми.

Иметь свою собственную волю. Что значит своевольный? А не значит ли это, прежде всего, что каждый сам управляет своей душой и своей жизнью? В результате чего возникает это осознание, которое меняет поведение человека? Если человек НАСТОЯЩИЙ И БЕРЕТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ НА СЕБЯ.

Цель жизни своевольного человека заключается в развитии. У своевольного человека нет другой цели в жизни кроме своего развития. Единственное, что он ценит, это таинственную силу внутри себя, которая заставляет его жить и помогает ему расти. Единственный возможный путь в жизни — это молчаливый, непротиворечивый закон внутри своей собственной души.

Привычки удобной жизни мешают подчиняться этому закону, но для своевольного человека он является единственным божеством.

Доброжелательность

Помогай людям. Я не из тех, кто отмахивается от людей. Кроме того, даже если на какое-то мгновение можешь сделать кого-нибудь счастливым, почему не сделать этого?

Старайся не обижать людей. Специально сам я никого не обижу, и меня не так легко обидеть.

Исправление ошибок и смирение. Что произойдет, если я перестану исправлять ошибки и смирюсь с тем, что нельзя исправить?

Что значит жить по-настоящему. Жить по-настоящему — это значит жить для других.

Следи за тем, что говоришь. Болезни проникают через рот, а несчастья таким путем выходят.

Надо помогать соседу. Если бы каждый человек помогал своему соседу, то в мире не осталось бы людей, которым нужна была бы чья-то помощь.

Благородный характер. Благородство характера видно через щели, если ему дали войти через двери.

Настоящие друзья — это редкость. Настоящие друзья подобны бриллиантам, драгоценным и редким.

А ненастоящие друзья подобны осенним листьям, их можно найти везде.

Пусть дружба развивается сама по себе. Пусть дружба медленно поднимается до своих высот, если она помчится туда, то скоро выдохнется.

Любовь и уважение. Без уважения любовь не может долго продолжаться.

Профессиональность и согласие. Будь профессионален в своей сфере деятельности, а также пребывай в согласии со своими коллегами.

Доброта и память. Человек не может забыть того, кто однажды был добр к нему.

Мечты

Мечты — это будущая реальность. Вчерашние мечты часто становятся реальностью завтра.

Практичный мечтатель. Будь практичным мечтателем, то есть подкрепляй свои мечты действиями.

Практичные мечтатели никогда не отступают. Прямо сейчас можно направить мысли в будущее. Я могу смотреть вперед. Я мечтаю (не забывайте, что практичные мечтатели никогда не отступают). Возможно, сейчас у меня ничего нет кроме маленького помещения в подвале. Но в своем воображении я полон энтузиазма и рисую в голове картину большого пре-
красного пяти- или шестиэтажного здания Института

кунг-фу с филиалами, расположенными по всем Штатам… Меня не так легко сбить с намеченного пути, так как я быстро снова представляю себя преодолевающим любые препятствия, выходящим победителем из любых трудностей и достигающим «невозможного».

Некоторые мечты отражают личность человека. Соедините некоторые мечты вместе и признайте, что некоторые, направленные в будущее мечты, являются отражением вашей личности, а также признайте потенциал ваших возможностей, который проявляется в мечтах. Признать — значит понять свои планы.

Как поверить в мечту. Чтобы поверить в мечту, надо представить, что она начала осуществляться прямо сейчас.

Духовность

Трудность духовного развития. Духовное развитие — это трудный и неподдающийся наблюдению процесс. А стремление к этому развитию никогда не бывает спонтанным.

Духовное начало управляет существованием. Нет сомнения, что духовное начало управляет нашим существованием (а где оно находится, никто не знает), хотя и за пределами материальной реальности. Находясь в невидимом месте, оно контролирует каждое движение и проявляет себя в каждой внешней ситуации. Поэтому оно должно быть подвижным и нигде никогда не задерживаться.

Важно реализовывать духовное начало. Когда человек осознает необходимость реализовывать ту огромную духовную мощь, которая в нем заложена, и начинает применять ее в науке, бизнесе, жизни, то в таком случае в будущем он достигнет огромных успехов.

Духовная мощь. Необходимо осознать и использовать духовную мощь бесконечности. НЕПОСТИЖИМОЕ представляет собой настоящую силу Вселенной. В нем заложено зерно реальности.

О постижении Божественного внутри себя. Божественное — это начало или нет, но я чувствую внутри себя огромную силу, скрытую внутри меня мощь, что-то динамичное. Это чувство не поддается описанию, и его ни с чем нельзя сравнить. Это что-то вроде сильных эмоций, вызванных верой, только намного сильнее.

Духовная сила превосходит все по своей мощи. Я чувствую внутри себя огромную созидательную духовную мощь, которая сильнее веры, сильнее любых стремлений, больше уверенности, больше решительности, больше проницательности. Она и есть все это вместе. Мой мозг находится под огромным влиянием этой доминирующей над ним силы, которую я держу в руке.

Энергия и/или энтузиазм — это Бог, который внутри нас. Это то, что инстинктивно переходит в искусство физического «становления» и вне пределов этого перехода жизнь нам не представляется больше

интересной. Действительно, мы работаем над этим просто уже тем, что живем.

Дух Вселенной. Интегрирующий принцип всеобщего — это дух, а если Вселенной — то инстинкт, обладающий замыслом, который течет с определенной целью.

Созерцать небо, в то время как живешь на земле. Я не хочу ни владеть чем-либо, ни того, чтобы мною владели. Я больше не желаю рая. Более того, я больше не боюсь ада. Если спросите меня, что я буду делать на небесах, то отвечу следующее: «Зачем думать о том, что так далеко, когда так много всего в этой жизни, чего я еще не знаю?»

Четыре вопроса о существовании Бога:

- знаем ли мы, что Бог существует?
- откуда мы знаем, что Бог существует?
- что мы имеем в виду под существованием Бога?
- есть ли у нас представление о Боге?

О вере в Бога. Если быть откровенным, то я не верю в Бога. Если Бог и существует, то Он внутри нас. Бога не просят дать что-нибудь, так как Бог существует для внутреннего развития.

О религии. Я не придерживаюсь никакой определенной религии. Глубоко убежден, что жизнь представляет собой процесс, а человек сам себя делает. Душу человека определяет то, какие мысли у него преобладают.

О разногласиях между разными религиями. Разные религии разделяют людей, подобно тому, как разделяют людей разные стили (существующие в боевых искусствах). Если бы на земле была только одна религия, то люди всего мира стали бы братьями. Некоторые люди воют с другими в силу разных религиозных убеждений. Но если бы они хоть немного подумали, то не стали бы воевать по столь глупой причине.

Проблема религии. Источник бед любой религии — это связывать причину с догмами, правилами и предубеждениями.

Между небом и землей. Если спросите меня, что я буду делать на небесах, то отвечу следующее: «Существует много того, чего я не сделал в жизни, так зачем думать о том, что столь далеко?»

Страдание закаляет дух. Счастье благотворно воздействует на тело, а страдание делает сильнее дух.

Характер — это форма души. Характер для души — значит то же самое, что внешний вид для тела. Утонченность и подлинность человека должны проявляться не в открытой форме, а исходить изнутри.

Духовный рост происходит через привычные явления в жизни. В жизни довольствуйся малым, стремись к изяществу, а не к роскоши; не гонись за модой, а стремись к утонченности. Будь достойным, а не уважаемым; состоятельным, а не богатым; много занимайся; спокойно размышляй; мягко разговаривай; действуй открыто; переноси все с улыбкой; никогда ничего не

бойся; жди случая; никогда не спеши. Другими словами, пусть духовный рост, неосознанно для вас, осуществляется через привычные явления жизни.

Дайте выход духовному началу. Откажитесь от всех мыслей о вознаграждении, не надейтесь на похвалу, не бойтесь упреков, забудьте о том, что знали о своем теле. И в завершение всего перестаньте все воспринимать разумом, выпустите свой дух на волю, как он того и желает.

Духовное начало управляет телесным началом. Бездеятельное контролирует активное начало. Активное начало — это форма или материя, а бездеятельное начало — это дух или душа.

Внутри себя надо все сводить до минимума. Нетрудно приводить в порядок или избавляться от несущественного во внешней физической форме. Но совсем другое дело сводить до минимума или избавляться от этого внутри себя.

Дух не имеет формы выражения. Согласно философии дзэн-буддизма, по своей природе дух не имеет формы выражения и никакие «объекты» не могут там задерживаться. Если что-нибудь там задерживается, то психическая энергия теряет равновесие, прекращается ее естественная активность, и она больше не течет вместе с потоком. Где энергия перевешивает все остальное, то ее много проявляется в одном направлении и не хватает в другом. Где слишком много энергии, то она переполняет все и ею невозможно управлять. В любом из этих случаев она не способна справиться с ситуациями,

которые постоянно меняются. Но там, где преобладает состояние бесцельности (что также является состоянием подвижным или бессмысленным), дух ничего в себе не задерживает, не течет в одном направлении; в таком случае он возвышается над объектом и субъектом, он открыт для всего, что происходит.

Конец духовной тренировки. Конец духовной тренировки в том, чтобы перестать ограничивать или направлять этот процесс. Когда это нигде — значит это везде. Когда это занимает одну десятую — значит отсутствует в остальных девяти десятых. Пусть человек сам дисциплинирует себя, чтобы его дух сам развивался, вместо того чтобы ограничивать его на чем-либо. Это ПРОЦЕСС бесконечный, непрерывный, в котором отсутствуют противоположности.

Часть III



О жизни

Здоровье

Быть подобно воде. Здоровый образ жизни можно сравнить с водой, так как вода, пребывающая в движении, нигде не застаивается. Важно не переусердствовать, а добиться нормального функционирования организма.

О радости физических упражнений. Я действительно ценю физические упражнения. Как здорово рано утром сделать пробежку! Это так освежает! И хотя Гонконг один из самых населенных городов мира, тем не менее, удивительно, насколько там бывает спокойно по утрам. Конечно, люди есть, но я их не замечаю, когда бегу.

О пользе бега трусцой. Бег трусцой для меня это не просто вид физической нагрузки, но и способ расслабиться. В этот утренний час я принадлежу сам себе, могу побыть наедине со своими мыслями.

О питании. Употребляйте в пищу только те продукты, в которых у вашего организма потребность, и не увлекайтесь теми продуктами, которые вам не приносят пользы.

О курении, спиртных напитках и азартных играх. Я не курю и не пью, так как все это очень бессмысленно. Я не курю, потому не считаю это полезным для организма. Что касается алкоголя, то мне кажется, что у него ужасный вкус. Не понимаю, как люди могут пить такое. Что касается азартных игр, то не верю, что можно получить что-либо просто так.

Здоровье — это состояние равновесия. Здоровье соответствует состоянию уравновешенной координации всего того, чем мы являемся (то есть быть в здравом уме, а не иметь здравый ум). У здорового человека хорошо развита ориентация в пространстве (сенсорная система) и способность действовать (моторная система). А если нет равновесия между чувствами и действиями, то ваш организм выходит из строя.

Ухаживание

Ухаживание не всегда ведет к браку. Во время ухаживания людей влечет друг к другу, они развлекаются вместе. Ходят на дискотеки, ужинают в хороших ресторанах, посещают музеи. Они знают обо всех развлечениях в том месте, где живут, но они совсем не узнают друг друга ближе.

Многие удачные браки заключаются в университете. Многие удачные браки в Америке заключаются во время учебы в университетах. Там у каждого есть цель и каждый может оценить силу воли и усердие, с которыми человек берет на себя ответственность.

В университете, где от молодых людей требуется целеустремленность и гибкость, можно больше узнать об успехах другого по тому, как он учится.

Любовь

Любовь и честность. Необходимо быть искренним и честным по отношению к себе и к тому, кого любишь. Необходимо быть настолько честным, как будто вы представляете одно целое. Ты — часть жизни другого человека, поэтому гордость, тщеславие, гнев должны отсутствовать.

Нельзя разлюбить. Если не отвечать взаимностью на чье-либо чувство, то оно пройдет, смягчит и очистит сердце.

Надо верить в любовь. Я не из тех, кто верит в любовь с первого взгляда, но верю в то, что можно полюбить, посмотрев еще раз на человека.

Отсутствие любви. Если любовь отсутствует, то это подобно тому, как если тушить пожар водой: малое количество воды еще больше разжигает пламя, а в большом количестве тушит его.

Любовь и эго. Любовь — это эгоизм двоих.

Вопрос. Меня любят?

Любить сильно и любить разумно. Я действительно отдаюсь чувству любви как сумасшедший, но у меня

хватает здравого смысла, чтобы не вести себя как идиот. Так трудно любить слишком сильно и при этом любить разумно.

Любовь в юношеские годы и зрелая любовь. Любовь в юношеские годы подобно пламени, так как часто она бывает горячей и сильной, но все же светлой и трепетной. Любовь в зрелом возрасте подобна углям, так как она долго горит и неиссякаема.

Любви свойственна математическая точность. Люби, и тебя будут любить. Дело в том, что любви свойственна математическая точность, так же как и алгебраическому уравнению.

Семейная жизнь

Семейная жизнь — это дружба. Семейная жизнь — это дружба, сотрудничество, основой которому становится обычная жизнь.

Семейная жизнь — это забота о детях. Семейная жизнь — это забота о детях, то есть ухаживать за ними во время болезни, учить их тому, как надо вести себя, беспокоиться о них и гордиться ими.

Будничность семейной жизни. Семейная жизнь — это завтрак утром, затем работа в течение дня (муж на своей работе, а жена на своей), ужин вечером и тихие вечера вместе, когда можно поговорить, почитать или вместе посмотреть телевизор.

Семья будет прочной, если строится на событиях повседневной жизни. Счастье, которое у нас есть сегодня, построено на событиях повседневной жизни, которую мы вели до того, как поженились. Счастье, основанное на повседневной жизни, длится дольше; оно подобно углю, сгорает постепенно и медленно. Счастье, которое основано на развлечениях, подобно ярокому огню, так как скоро оно закончится. Многие молодые пары живут интересной жизнью до тех пор, пока любят друг друга. Поэтому когда они женятся, их жизнь становится спокойной и скучной, они чувствуют нетерпение, что ведет к печальным последствиям.

Для семейной жизни характерен следующий пример: $^1/_2 + {}^1/_2 = 1$. Мы с женой не живем сами по себе, как нечто отдельное друг от друга. Мы две половинки одного целого. Надо стараться быть одной семьей, так как соединенные вместе две половинки приносят больше пользы, чем по отдельности!

Любить и не ставить условий. Качество Линды, которое меня очень трогает, — это ее безусловная любовь ко мне. Она спокойна, объективна, не ставит никаких условий. Мне кажется, именно такое отношение друг к другу должно быть в браке. Например, если я что-то утверждаю, то жена тоже высказывает свое мнение по этому поводу. Несомненно, что надо обсуждать все вместе, а иначе будет трудно жить в согласии.

Важно подтверждать свою любовь. Мне хочется поблагодарить очень важного человека. Его главные

качества — это давать, любить, быть верным и понимать это животное, Брюса Ли. Позволять ему просто быть. Это друг, у которого свой путь развития, но он тесно связан с моим; друг, который очень обогащает мою жизнь; это женщина, которую я люблю и которая, к счастью, моя жена. Не могу здесь не вспомнить тот счастливый день в Вашингтонском университете, когда я имел честь встретить тебя.

О воспитании детей

Высокие нормы поведения. Все воспитание (по крайней мере мое) должно быть основано на конфуцианской философии, которая учит относиться к другим так, как вы хотели бы, чтобы относились к вам, а также верности, способности мыслить и полностью развивать способности человека в пяти сферах жизни: форма правления и те, кто правит, отец и сын, старший и младший брат, муж и жена, друг и друг. Получив все необходимые знания, таким образом, не думаю, что кто-нибудь пойдет неверным путем.

Никогда не бейте ребенка. Мой отец никогда не бил меня, хотя мама иногда задавала мне хорошую взбучку! Я не собираюсь бить своих детей. Думаю, отец может держать ситуацию под контролем, изменив что-нибудь в себе.

Надо учить детей дисциплине. Я буду играть и шутить с детьми, но дело прежде всего. Если дело серьезное, то ты не будешь ходить вокруг да около, стараясь не задеть их чувства. Надо говорить то, что

надо сказать в такой ситуации, и не думать, понравится им это или нет.

Тебя судят по поступкам. Если ты ведешь себя, как осел, то всегда найдется человек, который сядет и поедет на тебе. Выставлять себя в выгодном свете на людях — это предмет гордости дурака.

Образование

Образование и творчество. Какая польза в образовании, если ты не умен? Если ты не проявляешь творческого подхода?

Природа образования. Образование состоит в том, чтобы развивать способность думать (а не придумывать всякие хитрые способы, чтобы сдать экзамены и т. п.).

Ценность самообразования. Благодаря самообразованию получаются великое люди.

Цель образования. Образование — это открывать что-то новое, а не просто повторять. Приемы изучения, не испытанные на себе, ведут к поверхностному знанию.

Образование не должно быть формальным. Но тогда важно ли учиться в университете? Когда я учился в Вашингтонском университете, у меня были удовлетворительные отметки по дисциплинам.

Впитывание и накопление знаний. Важно не то, сколько ты выучил, а сколько знаний ты впитал в себя. Лучшие приемы изучения — самые простые, но правильно выполненные.

Обучение

Обучение требует чуткости и гибкости. Прежде всего учитель не должен зависеть ни от какого метода обучения и превращать уроки в рутинное выполнение упражнений. Вместо этого он должен изучить индивидуальные особенности каждого ученика и побуждать его к исследованию самого себя, как во внешних, так и во внутренних проявлениях, а в итоге он должен объединить эти проявления в одно целое. Такое обучение, которое по существу и не является обучением, требует большой чуткости и гибкости. В наше время такой подход трудно приобрести.

Учитель указывает на истину, но не выдает ее. Учитель, хороший учитель, лишь указывает на путь к истине, но никогда не называет истину. Он как можно меньше облекает свои слова в форму, чтобы подвести своего ученика к тому, что не имеет формы. Следовательно, он указывает, как важно приобрести характер и не оказаться его пленником; а также следовать принципам и не быть связанным ими.

Учитель не должен превращать процесс обучения в рутину. Хороший учитель не превращает процесс обучения в рутину. Он не должен навязывать своим ученикам безжизненные формы.

Самое трудное в жизни — это учить. Хороший учитель защищает учеников от своего собственного влияния. Легко научить кого-либо мастерству, но трудно научить его своему собственному подходу. Во время процесса обучения необходимо всегда быть начеку и проявлять чуткость, то есть постоянно приспосабливать и менять что-то.

Всегда проверяйте мои слова на практике. Запомните, что я не учитель, я могу быть просто указательным столбом на дороге для того, кто потеряется в пути. Каждый сам должен выбрать направление. Я же могу предложить лишь опыт, а не вывод, поэтому даже то, что я вам говорю, необходимо подвергать тщательной проверке. Я могу помочь вам тем, что укажу на проблему и помогу разобрать ее; помогу понять причину и следствие, но я не могу научить вас, так как я не учитель и у меня нет своей методики. Я не верю ни в какие системы обучения. А без системы, без методики чему учить?

Идеальный учитель. Не что думать, а как думать. Образование — это, прежде всего, основа функционирования формы. Надо искать способы воспитывать умы учеников так, чтобы, минуя двойственный подход к чему бы то ни было, достигать полной осведомленности обо всем.

Шесть основных принципов обучения:

- мотивировать учеников;
- поддерживать внимание учеников;
- ставить на первое место умственную активность (обсуждение, вопросы, лекции);

- четко обрисовывать картину того, что надо учить;
- учить распознавать важную информацию и выявлять скрытый смысл, а также учить применению на практике нового материала (четкие цели);
- повторять пять предшествующих этапов, пока ученики это не выучат.

Необходимо хвалить учеников. Похвала, несомненно, вызывает желание к совершенствованию своих навыков. Будьте щедрыми и честными в своей оценке.

Учить — значит выстраивать открытые отношения. Я не верю в возможность обучения в больших учебных заведениях, филиалы которых расположены по всей стране и за рубежом. Им требуется что-то вроде системы, чтобы можно было проверить качество знаний большого количества людей, в результате им устраивают экзамены в соответствии с требованиями данной системы. Я верю, что учить можно лишь небольшое количество людей, так как необходимо внимательно относиться к каждому человеку, чтобы установить настоящие открытые отношения.

Духовно бедный человек стремится к материальному благополучию. Чем духовно беднее человек, тем больше он старается обогатиться материально.

Нет строго установленных схем при обучении. Нет строго установленных схем обучения. Все, что я могу дать, это лишь средство для лечения данной болезни. Я указываю на возможное направление и ничего более.

Это можно сравнить с пальцем, который показывает на луну; но не стоит концентрировать внимание только в том направлении, на которое указывает палец, так как в противном случае не заметишь всей красоты неба.

Редко встречаются искренние студенты. Редко попадаются искренние и серьезные студенты. У некоторых энтузиазма хватает лишь на пять минут, у некоторых не очень серьезные намерения. К сожалению, многие из них второсортные художники, но в основном же они конформисты.

Этика

О правильном поведении. Человек поступает правильно, когда руководствуется разумом и проявляет творческий подход.

«Хорошая жизнь» — это процесс развития. Хорошая жизнь — это процесс развития, а не состояние бытия. Это направление, а не конечный пункт назначения. Направление хорошей жизни задает тон всему организму человека, и он психологически свободен двигаться в ЛЮБОМ направлении.

Объективные нормы требуют знания. Чтобы установить объективные нормы правильного поведения, необходимо приобрести знания.

Не существует так называемых средств для достижения цели. Не существует средств для дости-

жения цели, так как есть только цели. А я и есть средство. Я есть то, с чего я начал; а когда все закончится, я буду тем, что от меня останется. Следовательно, все цели, рассматриваемые без средств к их достижению, это иллюзия; а становление — это отрицание бытия.

Развивайте способность понимать. Не спешите составлять мнение о чем бы то ни было. Необходимо развивать способность понимать и постоянно открывать что-то новое, в том числе и причины своего невежества.

Быть счастливым — значит вести себя, сообразуя свое поведение с нормами морали в любой ситуации. Для того чтобы вести себя правильно в какой-нибудь ситуации, надо быть счастливым, а не следовать в каждой ситуации строгим нормам поведения.

Требуется понимать, а не просто выносить суждения. Не надо немедленно реагировать на то, что вы услышали и что требует быстрой оценки или суждения. Разве не требуется понять это, оценить всю ситуацию?

Самое трудное. Труднее всего делать следующее:

- хранить секрет;
- забывать обиду;
- с пользой проводить свободное время.

Поведение в соответствии с нормами морали: размышления об относительности и абсолютности его применения на практике. Если рассматривать

поведение в соответствии с нормами морали как абсолютную истину, то отношение к нему будет как к чему-то старомодному. Хотя к нему также можно отнестись как к поступку, актуальному для всех времен и народов. Если рассматривать такое поведение как относительную истину, следует учитывать особенности времени, климата, общественную и экономическую потребность, религиозные убеждения и т. д. Поведение также может быть продиктовано общественным интересом и т. д. Если же рассматривать поведение в соответствии с нормами морали как абсолютную истину — значит судить о нем как о чем-то неизменном.

Объективная и субъективная ценность суждений. Суждение является объективным, если оно затрагивает объективные вопросы; оно является субъективным, если в нем высказывается личная точка зрения человека на объективный вопрос. Объективность проявляется в фактических данных. Субъективность — это вопрос личного мнения. Существует большая разница между тем, что ты ДУМАЕШЬ, что что-то неверно, и тем, как ты объясняешь, доказываешь, что что-то неверно. Понятие является объективным, если обозначенное свойство — это действительное свойство действия (существующее в объективной реальности).

Два основных вопроса морали. Существует два вида вопросов, касающихся норм морали:

- с чего начинается плохое и хорошее поведение?
- что делает поступок плохим или хорошим?

Беда человека. Честь и позор вызваны той же причиной, что и волнение. Беда человека кроется в любви к самому себе.

Бедность и мир. В любой бедной стране люди настроены враждебно, если они бедны. Если ничего нет, то можно позволить себе враждебность. Но надо подождать, чтобы они тоже стали более процветающими. Тогда вскоре они успокоятся и захотят мира подобно людям в других странах.

Скромность вызывает уважение. Скромность является основой для появления уважения, точно так же, как фундамент является основой для высокого здания.

Четыре теории этики. Существует четыре разные теории этики:

- Объективная теория этики: добродетель объективна (теория Платона), следовательно, ее невозможно определить.
- Последовательная теория этики: то, что делает поступок хорошим, является следствием этого поступка (например утилитаризм); самое большое удовольствие для большинства людей (в это легче поверить, чем в выше упомянутый объективизм).
- Мотивационная теория этики: характеристика поведения человека определяется мотивом его поведения. Например, действие не является плохим, если у человека были хорошие намерения. Иммануил Кант является одним из основателей

мотивационной теории этики. Он сказал: «Не совершай поступка, которому не сможешь дать рационалистическое объяснение, чтобы люди постоянно руководствовались им».

- Одобрительная теория этики: мнение о том, хороший поступок или плохой зависит от благоприятного мнения людей.

Внутренняя ценность хорошего и прекрасного. Надо ценить это само по себе, а не по тому, как это проявляется.

О моем характере. Быть честным и все в этом роде. Я не такой плохой, как некоторые, но я не говорю, что я святой!

Расизм

О братстве всех людей. Если я говорю, что «все под солнцем являются членами одной большой семьи, живущей на земле», то можно подумать, что я — обманщик и идеалист. Но если кто-нибудь все еще верит в расовые различия, то, думаю, они слишком ограничены и отстали от жизни. Возможно, они все еще не понимают, что все люди равны.

Под небесами живет только одна семья. Черты характера человека везде одни и те же. Не хочу говорить, «как говорит Конфуций», но под небом, под небесами живет только одна семья.

Причина расизма — в традиции. Многие люди все еще тесно связаны традициями. Когда старшее поколение

говорит нет чему-либо, то и другие тоже начинают неодобрительно к этому относиться. Если старшее поколение говорит, что что-то неправильно, то они поверят и этому. Они редко сами ищут истину и редко искренне проявляют свои чувства. Все дело в том, что отношение к подобным явлениям, как расизм, лежит в приверженности к традициям. А они являются не чем иным, как «доктриной», сформулированной в результате жизненного опыта людей старшего поколения. По мере того как изменяется время и люди, необходимо пересмотреть данную доктрину.

Быть свободным от традиций — значит не иметь предубеждений. Я, Брюс Ли, человек, который никогда не следует за паникерами. Поэтому моим другом может стать любой человек, независимо от того, черная у него кожа или белая, красная или синяя.

Несчастья

Несчастья оказывают на человека благотворное воздействие. Процветание может мешать нам изучать свое поведение, несчастья же заставляют думать о своем положении, следовательно, они полезны.

Несчастья заставляют думать. Когда все идет хорошо, ум нежится в удовольствиях. Только когда случаются несчастья или лишения, мозг функционирует и думает над сложившимся положением. Такое пристальное изучение себя развивает ум и помогает понять себя и дать себя понять другим.

Ценность глупых вопросов. Мудрый человек может больше извлечь из глупого вопроса, чем глупый человек — из мудрого ответа.

Никогда не растрачивай энергию на беспокойства и негативные мысли. У кого более нестабильная работа, чем у меня? На что я живу? Моя вера — это моя способность справиться с чем бы то ни было. Спина приковала меня к постели на целый год, но каждое несчастье приносит и благо, так как действует как шок, напоминая тебе, что ты не должен завязнуть в рутине жизни.

Волнение — это способ защиты. Не предвещайте зло, пока у вас не будет чем от него укрыться. Волнение бесполезно, если нельзя им защититься.

Проиграть не стыдно. Если вас собьют с ног, вам не должно быть стыдно. Важнее спросить себя в тот момент, когда вас сбивают с ног: «Почему меня сбили с ног?». Для такого человека, который способен размышлять подобным образом, надежда не потеряна.

Чтобы сделать то, что хочешь, иногда требуется делать то, чего не хочешь делать. Как для поддержания здоровья иногда требуется принимать невкусные лекарства, так и для того, что хочется делать, иногда требуется выполнение того, чего не хочется делать. Запомни, мой друг, что важно не то, что происходит, а то, как ты на это реагируешь. Твое отношение определяет то, сколько ты извлечешь из этого. Это может

стать камнем преткновения, а может и помочь тебе в достижении цели.

Несчастье — великий учитель. Несчастье — это великий учитель. Сквозь слезу человек видит дальше, чем через телескоп.

Виды глупости. Глупость бывает двух видов: она либо молчит, либо говорит. Немую глупость легче переносить.

В мире очень много нарушителей спокойствия. В мире очень много людей, которые решительно настроены на то, чтобы кем-то стать или причинять беспокойство другим. Они хотят продвигаться вперед, чтобы их заметили. Такая целеустремленность не подходит для человека, придерживающегося учения даосизма, так как оно отвергает проявления напористости и соперничества.

Потрясение от неприятностей способствует развитию человека. Потрясение от неприятностей способствует развитию человека подобно тому, как после грозового дождя растут все растения.

Неприятности подобны ливню. Неприятности подобны первому и последнему дождю. Этот дождь холодный, неприветливый по отношению к человеку и к животным. И все же именно в это время года растут цветы и фрукты, финики, розы, гранаты.

Поражение учит. Что такое поражение? Это ничего более как учитель, как первый шаг на пути к лучшему.

Во время уединения ты, по крайней мере, один. Одиночество — это только возможность плыть по течению и обрести себя. Во время уединения ты, по крайней мере, один. Используй эту возможность.

Польза разочарования. Без разочарования ты не раскроешь, на что был способен. Мы растем за счет противоречий.

Терпеливо переносите обиды. Ничего так не поможет вам следовать своему пути в мире, как способность терпеливо переносить обиды. Терпение не пассивно, напротив оно способствует концентрации силы.

Не доверяй первому встречному. Не доверяй людям так легко, так как на земле живут разные люди.

Мудрый человек извлекает пользу из неудач. Нет несчастий настолько неудачных, чтобы мудрый человек не мог извлечь из них выгоду. Точно так же нет настолько удачных ситуаций, чтобы глупый человек не обернул их против себя.

Волнение. Волнение — это пропасть между СЕЙЧАС и ТОГДА. Поэтому если вы в СЕЙЧАС, то не волнуйтесь, так как ваше волнение сразу же выльется в последующем спонтанном поступке.

Критика. У людей, у которых в голове пусто, всегда длинные языки. Обычно для тех, у кого язык является оружием, ноги являются средством защиты.

На пути к цели всегда встречаются препятствия. Поверьте, что в любом серьезном деле или достижении на пути к ним заложены препятствия, большие или маленькие. И важно то, как человек их преодолевает, а не сами препятствия. Нет такого явления, как поражение, пока ты сам этого не признаешь, но не раньше!

Внутреннее сопротивление — это не решение. Нравится мне это или нет, но обстоятельства часто бьют меня. А так как по своей сущности я борец, то вначале я сражаюсь с ними, но потом понимаю, что мне требуется внутреннее сопротивление и не нужны конфликты (в виде растрачиваемых сил). Надо лучше собраться с силами, приспособиться к обстоятельствам и извлечь из них самое лучшее.

Не усугубляй несчастья беспокойством. Успокойся, отстранись от всех результатов, будь готов бороться или бежать, выиграть или проиграть и всегда будь готов посмеяться над всем, принимай все, что бы ни случилось. Говоришь, твой ребенок болен, а ты не можешь оплатить арендную плату? Хорошо, смирись с этими фактами и посмотри им в лицо. Недостаточно ли они сами по себе являются беспокойством, чтобы еще вдобавок тебе из-за них волноваться?

Нельзя очистить грязную воду руками. Кто может очистить грязную воду? Но если оставить все, как есть, то она сама очистится. Кто может в состоянии полного покоя обеспечить безопасность? Будьте спокойны, и

пусть время идет само по себе, и к вам постепенно придет ощущение покоя.

Беспокойство только создает проблемы для окружающих. У того, кто одержим волнением, не только не хватает самообладания справиться со своими проблемами, но его нервное и нервозное состояние создает дополнительные трудности для окружающих.

Учитесь идти дальше. Зачем ухудшать ситуацию, которая иллюзорна сама по себе, напряженными эмоциями и мыслями? Она существует в действительности до тех пор, пока не пройдет это мгновение (в любом случае она результат предшествовавших причин). Делай то, что кажется разумным, затем забудь об этом и иди дальше. Иди дальше и смотри на все, что открывается перед глазами. Иди и смотри на пролетающих птиц. Иди вперед и оставь позади все, что препятствует входу и выходу жизненного опыта.

Противоборство

Не подвергай мастерство испытанию. Вначале это оказывается дружелюбием, а затем оборачивается антагонизмом.

Не допускай рассеянного внимания и соперничества. Не допускай рассеянного внимания. Устраняй все возможности для соперничества.

О людях, которые «бросают вызов». У таких людей должно быть что-то не так с головой. Так как если бы у

них было все в порядке с головой, они не вызывали бы других людей на бой. Более того, большинство таких людей бросают вызов, так как не чувствуют себя уверенно и борьба для них как средство достичь неизвестной цели.

Не старайся предвидеть исход боя. Большая ошибка — стараться предугадать исход боя. Не надо думать, закончится это поражением или победой.

Если вам бросили вызов. Я понял, что если вам бросают вызов, это одно, другое — как на это отреагировать. Как это воздействует на вас? Если вы спокойны, то относитесь к этому очень легко. Вы спрашиваете сами себя: «Действительно ли я боюсь этого человека? Или я сомневаюсь, что он доберется до меня?» Если у меня нет такого сомнения и если у меня нет такого страха, то, конечно же, мое отношение будет очень легким. Это подобно тому, как если бы сегодня прошел сильный ливень, а завтра бы опять выглянуло солнце.

Все споры можно уладить в законном порядке. Сегодня на улицах никто не набрасывается на людей с кулаками. Если это произойдет, то кто-нибудь просто вытащит пушку — и бах! Так-то. Сегодня любой вопрос можно уладить в законном порядке. Даже если вы хотите отомстить за отца, не надо никакого вызывать на бой.

Надо управлять противоборством. Никто не сможет обидеть вас, пока вы не позволите это сделать.

Не поддавайтесь иллюзии. Поймите, что нет никого, с кем надо сражаться, надо просто не поддаваться иллюзиям. Остерегайтесь иллюзий!

Необходимость превосходства сил. Борьбу любого вида никогда нельзя уладить удовлетворительно, пока не будет затронута абсолютная истина. То есть пока один из противников не одолеет другого. Важен не нейтралитет, не безразличие, а ПРЕВОСХОДСТВО СИЛ.

Приспособляемость

О природе приспособляемости. Что такое адаптация? Это подобно тому, как тень безоговорочно повторяет движения человека.

Почему важно приспосабливаться? Неспособность приспосабливаться ведет к разочарованиям.

Приспособляемость заключается в неподвижности при движении. Неподвижность в состоянии неподвижности не является настоящей неподвижностью. Только при неподвижности в состоянии движения проявляется ритм Вселенной.

Мудрость проявляется в том, чтобы приспосабливаться. Мудрость состоит не в том, чтобы бороться со злом за правду, а в том, чтобы учиться «ездить» на них подобно тому, как поплавок качается на волнах.

Ум, который приспосабливается. Это значит находиться не в напряженном состоянии, а быть готовым не думать, не мечтать, не быть косным в своих взглядах. Это значит быть гибким, чутким и готовым ко всему.

Меняйся вместе с тем, что изменяется. Будь гибким, чтобы меняться вместе с тем, что изменяется. Освободись от всего! Раскройся! Польза чашки, прежде всего, в том, что она пустая.

Изменения неизменны. Меняться вместе с тем, что изменяется, это неизменное состояние.

Неподвижность в движении. Неподвижность в неподвижном состоянии не является настоящей неподвижностью. Только при неподвижности в состоянии движения проявляется ритм Вселенной.

О чередовании. Поток движений заключается в их чередовании.

Умный человек обладает способностью приспосабливаться. Ум иногда характеризуется способностью человека приспосабливаться к условиям окружающей среды или приспосабливать условия окружающей среды к своим потребностям.

Надо прогибаться и тогда выживешь. Есть одна китайская мудрость, в которой проявляется отношение к проблемам, свойственным всему человечеству. Китайцы говорят: «Дуб — могучее дерево, но его может сломать сильный ветер, так как он сопротивляется стихии. Бамбук гнется в том же направлении, куда дует

ветер, и вследствие этого — ветер не может его сломать».

Притча о мяснике. Жил был хороший мясник, который из года в год пользовался одним и тем же ножом. Несмотря на это нож все так же точно и остро резал. Прослужив долгие годы, он был все так же эффективен и хорош, как если бы был новым. Когда мясника спрашивали, как ему удалось сохранить нож столь же острым, он отвечал: «Я режу вдоль кости и не пытаюсь разрезать или разрубить ее ножом, не воюю с ней, так как это только притупило бы мой нож». Каждый в своей жизни должен следовать вдоль линии препятствия. Попытки преодолеть его, только сломают инструмент. Не важно, что скажут некоторые люди, так как препятствия не являются опытом одного человека или группы людей. Они являются универсальным опытом.

Приспосабливайтесь подобно воде. Будьте подобно воде. У воды есть форма, и в то же время у нее нет формы. Это самая мягкая стихия на земле, и в то же время она точит скалу. У нее нет своего облика, и в то же время она может принять облик всего, куда бы ее ни поместили. В чашке, она принимает форму чашки. В вазе принимает форму вазы и обвивает стебли цветов. Наблюдайте за тем, как приспосабливается вода. Если сжать ее быстро в руке, то она быстро вытечет. Если сжимать ее медленно, то она будет вытекать медленно. Кажется, что вода течет противоречиво, даже вверх по склону горы, но она выбирает любой путь, который открыт для нее и который ведет к морю. Она может течь быстро и течь медленно, но цель ее одна и та же, она не меняется.

Философия

Изучайте философию. Читайте разные книги и выявляйте главное, стиль, преимущества и недостатки.

Почему важно читать. Чтение, если читать специально, это пища для ума.

О философии. На протяжении веков философию определяли как «любовь к мудрости». Ее цель — исследовать все и обосновывать посредством логического мышления. Философию интересует не как, а что и почему.

Удовольствие, доставляемое философией. Когда я поступил в Вашингтонский университет и изучал философию, то отказался от всех своих незрелых суждений. Моя специализация по философии была тесно связана с моим задиристым характером в детстве. Я часто задавал себе следующие вопросы:

- что наступает после того, как ты одержал победу?
- почему люди так высоко ценят победу?
- что есть «слава»?
- какой вид «победы» может принести «славу»?

Философия отвечает на вопрос, зачем живет человек. Когда мой учитель настоял на выборе моего направления, то посоветовал заняться философией вследствие моей любознательности. Он сказал мне: «Философия даст тебе ответ на вопрос, зачем человек живет».

О развитии западной философии. Развитие философии заключается в том, чтобы давать ясные ответы о жизненно важных вопросах. Но у некоторых философов, таких как Платон, были свои взгляды и в области этики. К решению спорных вопросов о том, что есть «добро» и «зло», из чего состоит «идеальная жизнь», вот на что надо стремиться найти ответы.

Опасность для философии заключается в том, что она станет сугубо теоретической. Многие философы относятся к числу тех, кто говорит одно, а делает другое; и философия, которую утверждает человек, отличается от той, которой он руководствуется в жизни. Следовательно, опасность для философии заключается в том, что она становится теоретической.

Жить и строить теории. Философия — это не «жизнь», а вид деятельности, связанный с теоретическим знанием. Многие философы не собираются жить, а просто строят теории о жизни, размышляют о ней. А размышлять о чем-то подразумевает абстрагировать себя от этого, держать дистанцию между собой и предметом размышления.

Болезнь философии. Философия сама по себе — это болезнь, от которой она притворяется, что дает лекарство. Мудрый человек не следует мудрости, а живет, в этом и заключается его мудрость.

Философия часто стремится сделать из реальности проблему. В жизни мы без тени сомнения принимаем то, что видим и чувствуем. Однако философия не принимает жизнь такой, какая она есть, и делает из нее

проблему. Например, задает подобные вопросы: «Тот стул, который я вижу перед собой, действительно стоит там?», «Может ли он существовать сам по себе?». Вместо того чтобы развиваться в соответствии с жизнью и тем самым облегчать жизнь, философия усложняет жизнь, подменяя спокойствие мира беспокойными проблемами.

Рационализм. Рационализм связан с интуитивизмом. Рационалист считает, что разум может понять основную истину интуитивно, а затем при помощи рациональных методов, логических заключений выводить из нее другие истины. В менее критических ситуациях разум и доводы разума необходимы, чтобы избавиться от ощущений или чтобы придать ощущениям необходимые законы Вселенной.

Эмпиризм. Эмпиризм подчеркивает значение опыта для знаний. Последнее время эмпирики стремятся придать еще большее значение разуму для знания, указывают на научный метод (с его теоретической, математической, концептуальной структурой, так же как и с экспериментальным подходом) и противопоставляют его простому восприятию. Они подчеркивают опытный, гипотетически экспериментальный и саморегулирующийся характер науки.

Об экзистенциализме. Философы-экзистенциалисты не хотят оперировать понятиями, но работают, по принципу осведомленности сознания, над феноменологией. Препятствием у современных экзистенциальных философов является необходимость в поддержке извне. Если почитать экзистенциалистов, то они говорят, что

не оперируют понятиями, но все они заимствуют понятия из других источников. Так Бубер берет понятия из иудаизма, Тиллих — из протестантизма, Сартр — из социализма, Хайдеггер — из языка, Бинсвангер — из психоанализа.

Часть IV



О достижениях

Работа

Практическая сущность мира. Этот мир очень практичен. Чем больше работаешь, тем больше это вознаграждается; чем меньше работаешь, тем меньше вознаграждается труд.

Что-то за что-то. Существует только принцип что-то за что-то, никогда не дается что-то за ничего.

Больше работы приравнивается большему количеству вознаграждений. Это общий закон: чем больше вкладываешь, тем больше получаешь.

Вознаграждение надо искать в работе. Меня лично удовлетворяет моя работа, и это важно. Если бы это была бросовая работа, я бы только сожалел об этом.

Дело не в работе, а как ты ее выполняешь. Важно не то, что ты даешь, а то, как ты это делаешь.

Вознаграждение должно быть пропорционально сделанной работе. Никто не делает ничего из простого энтузиазма, только если он извлекает из этого какую-то выгоду. А она должна быть пропорциональна сделанной работе.

Сильное желание порождает таланты и возможности. Нам говорят, что где есть талант, там есть и возможности. Но иногда кажется, что при наличии сильного желания появляются не только возможности, но и талант.

Два способа хорошо жить. Существует два способа, как можно жить хорошо. Один — это следствие тяжелого труда; а другой является результатом воображения (конечно же, работать тоже необходимо). Некоторые не поверят, но я часами совершенствовал то, что я делал.

Нравственные принципы человека отражаются в его работе. Нравственность человека оказывает влияние на то, какой будет его работа. Если только он работает так, как должен, то он счастлив.

Как приобрести счастье на работе. Чтобы люди были счастливы на работе, необходимо соблюдать три следующих правила:

- необходимо, чтобы работа им подходила;
- необходимо не работать слишком много;
- необходимо делать успехи в работе.

Никогда не растрачивай свои силы, выполняя работу ради денег. Я никогда только из-за денег не буду работать над тем, во что я не верю.

О необходимости оставлять силы про запас. Не начинай делать работу сразу в полную мощь. Необходимо оставить силы про запас. Западная мудрость гласит: «Не клади все яйца в корзину», но это говорится о материальных предметах. Я же имею в виду эмоциональную, интеллектуальную и духовную сферы. Могу

проиллюстрировать свои убеждения примерами из собственной жизни. Мне приходится много учить, когда я снимаюсь в фильмах. Я постоянно учу. Я вкладываю в это много сил, но не всего себя.

О работе в офисе. Мне никогда не хотелось работать в офисе или работать по восемь часов в день. Не думаю, что выдержал бы это. У меня не тот тип человека, который может сидеть в офисе и делать одну и ту же рутинную работу каждый день. Мне надо делать что-то творческое, что мне интересно.

Качество

О совершенствовании. Я не хочу делать работу в полсилы — она должна быть безупречна.

Искреннее желание делать работу правильно. Я не могу делать работу некачественно, так как что мне всегда нравилось в себе — это стремление к качественному выполнению работы и искреннее желание делать все хорошо.

Вознаграждение в действии, а не от него. Уверен, что награда лежит «в» самом действии, а не «от» него. Качество награды зависит от степени моей отдачи, от чего я отталкиваюсь в своих действиях.

Качество очень много значит. С детских лет слово «качество» значит для меня очень много. Каким-то образом я знаю и искренне посвящаю себя служению этому с таким самопожертвованием и целеустремленностью, что можно быть уверенным, что мистер Качество всегда будет там.

Делайте больше того, что считается вашей обязанностью. Если хотите хорошо выполнять свои обязанности, надо делать немного больше, чем от вас требуется.

Несмотря ни на что стремитесь к совершенству. Стремитесь к совершенству во всем, хотя во многом его нельзя достичь. Тем не менее, те, кто упорно стремится достичь его, приблизятся к нему ближе, чем те, чья лень и упадок духа вынудят бросить все и решить, что это недостижимо.

Если требуется быть продуктом потребления, то будьте самым лучшим продуктом потребления. Часто бизнесмены видят не человека, а только продукт потребления. Однако у вас, как у человека, есть право быть самым лучшим этим чертовым продуктом потребления, который когда-либо ходил и работал так много, поэтому бизнесмен просто должен вас выслушать. У вас есть обязательство перед собой — стать как можно лучшим продуктом потребления в соответствии со своими убеждениями. Не самым большим и не самым успешным, а самого высокого качества. Если этого достигнуть, придет и все остальное.

Качество — это самое ценное. Больше всего во всем я ценю качество. Это значит делать все, что в ваших силах, и быть первым по степени ответственности и уровню мастерства в работе.

Мотивация

Ум человека определяет результат. Каждый, независимо от того, кто он и где находится, должен с детства

знать, что ничего не произойдет, если сначала это не придет вам в голову. Важно не то, что происходит в жизни, а то, как мы реагируем на то, что происходит. Неудача — это то, что признает ваш ум.

Страдания главным образом являются результатом образа мыслей. Радость и страдание являются плодом правильного и неправильного образа мыслей. Особенно страдание. Мы никогда не бываем настолько счастливы или несчастливы, как думаем. Согласно учению даосизма, надо сделать шаг назад, и страдание станет радостью!

Поражение — это состояние ума. Никто не может потерпеть поражение, пока не принять это поражение как реальность.

Поражение — это временное состояние. Для меня поражение — это нечто преходящее, это наказание, которое побуждает меня прикладывать еще больше усилий к достижению цели. Поражение просто показывает мне, что я делаю что-то не так. Это как дорога, которая направляет меня к успеху и к истине.

Никогда не растрачивай энергию. Никогда не растрачивай энергию на волнения и негативные мысли. Все проблемы привносятся в бытие, просто отбрось их.

Упасть духом — значит потерпеть поражение. Успех и поражение — это не то, что происходит, но то, как это воздействует на человека. Ни один человек не потерпит поражение, пока он силен духом.

Проблема в ожидании страдания. Страдание само по себе не оказывает столь сильного воздействия на чувства человека, как предчувствие страдания.

Человек — это то, что он о себе думает. То, что человек ОБЫЧНО О СЕБЕ ДУМАЕТ, определяет то, чем он в конечном итоге станет.

Различай несчастье и неудобство. Надо осознать, что это только неудобство, но не несчастье. Это просто неприятно, это выход на свой собственный путь, это пробуждение.

Камни преткновения и средства, помогающие достичь цели. Собираетесь ли вы препятствия обратить в средства к достижению своих целей или сделать их камнем преткновения, так как неосознанно позволяете негативным мыслям, волнениям, страху и т. п. овладевать вами?

Изменение происходит от внутреннего к внешнему. Начните с того, что измените свое отношение, а не изменяйте внешние обстоятельства.

Не впадайте в уныние. Во многих китайских магазинах продаются собачки, которых можно повесить подобно клоунам и на которых написано: «Упади девять раз, а поднимись десять раз». Мораль в том, что нельзя впадать в уныние.

Выбирайте позитивный настрой. У человека всегда есть выбор, так как он сам определяет ко всему отношение. Поэтому выбирайте ПОЗИТИВНЫЙ, КОНСТРУКТИВНЫЙ НАСТРОЙ. Оптимизм — это вера, которая приводит к успеху.

Не допускайте негативного образа мыслей. Если будете считать, что это невозможно сделать, то сделаете это невозможным для выполнения. Пессимизм притупляет средства достижения целей.

Цели

Цели придают смысл жизни. Стремление достичь какой-нибудь цели придает жизни смысл.

Три вопроса. Необходимо осознать, что ваша цель, какой бы она ни была, может осуществиться. В моем случае это было стремление постепенного становления. Я постоянно задаю себе вопрос: «Что это, Брюс? Ты действительно это имеешь в виду или нет?». Как только выясняю, то получаю это.

Цель не всегда подразумевает, что ее надо достигнуть. Цель не всегда подразумевает, что ее надо достигнуть: она часто служит тем, к чему надо стремиться.

Не бойся неудач. Преступление не неудача, а недостаточное стремление к цели. Если прилагаешь много усилий, даже поражение приносит славу.

Первое правило при стремлении к цели. Пойми, чего хочешь. Если я знаю, что моя цель правильная, то и результаты будут удовлетворительными. Меня волнует не вознаграждение, а как привести в действие машину для достижения цели. Мой вклад определит мера вознаграждения и успех. Если бросить в воду камень, то от того места, куда упадет камень, пойдут круги. То же самое произойдет, если разработать план действий для достижения цели.

Мысли — это предметы. Мысли — это предметы, и в этом смысле мысли можно перенести на их физический эквивалент.

Мысли в сочетании с определенной целью. Начинаю ценить то, что говорили раньше: «Он может, потому что думает, что может». Думаю, что каждый может превратить мысль в реальность, если будет сочетать мысль с определенной целью, с настойчивостью и горячим желанием воплотить ее в жизнь.

Успехи каждый день. Делай, по крайней мере, одно движение каждый день на пути к цели.

В будущем можно достичь счастья. Прошлое стало историей, и только будущее может помочь обрести счастье. Поэтому каждый должен готовиться к будущему и создавать сам свое будущее.

Редко можно достичь цели, сделав на пути к ней лишь один шаг. Управление существованием отличается от комбинации цифр для открытия сейфа. Редко можно открыть сейф простым поворотом ручки. Каждое продвижение и отступление — это шаг на пути к поставленной цели.

Отношение определяет высоту поставленных целей. В жизни можно достичь лишь того, чего от нее ожидаешь. То, чем человек является сегодня, есть результат того, о чем он думал вчера.

Всегда придерживайся своих целей. Всегда думай о том, чего хочешь, и не думай о том, чего не хочешь.

Вера

Вера и сомнение. Я уважаю веру, но сомнение — это, что тебя учит.

Вера и поступки. Вера без поступков мертва.

Польза и вера. Вера, подкрепленная поступком, приносит пользу.

Сила веры. Мыслям, подкрепленным верой, не страшны никакие препятствия.

Вера в себя. Зачем я живу? Я верю, что сделаю это. Вера делает возможным достигнуть того, что человек задумывает сделать. Хорошо известно, что человек, в конце концов, начинает верить в то, что он повторяет себе, несмотря на то, верно это или нет. Если человек постоянно говорит неправду, то в итоге он примет ее за правду. Более того, он поверит, что это правда. Каждый человек есть то, чем он является, так как от него зависит, какие мысли будут оказывать на него влияние.

Вера — это состояние духа. Вера — это состояние духа, которое можно улучшать при помощи самодисциплины. Тогда вера будет совершенствоваться.

Развитие веры. Веру можно вызвать, если при помощи самовнушения повторять что-либо, пока это не отложится в подсознании. Это — единственный, известный способ сознательного развития веры.

Вера и разум. Я не могу и не буду «прибегать» к вере, если доводы разума кажутся скучными.

Вера питает душу. Вера питает душу, посредством которой цели человека могут быть облечены в физическую форму выражения.

Успех

Определение успеха. Успех означает искренне и со всей душой отдаваться делу. В достижении успеха необходима также помощь других людей.

Успех отличается от удачи. Я не верю в чистую удачу, так как каждый сам создает свою удачу. Необходимо замечать существующие вокруг возможности и извлекать из них пользу.

Успех возможен тогда, когда подготовка к чему-либо сталкивается с возможностью. Возможность может встретиться на пути, а может, и нет. Вам может повезти, а может и не повезти. Но если вам повезет, то лучше быть готовыми к этому.

О необходимости стремиться к успеху. Возможно, люди скажут, что я слишком осознаю свой успех. Но это не так. Успех придет к тем, кто стремится его достичь. Если не сделать что-либо своей целью, как же это можно получить?

Иллюзия, что можно взбираться по лестнице успеха. Думаю, что представление о том, что можно взбираться по лестнице успеха, абсурдно, так как это лишь

иллюзия. Нельзя достичь чего-либо, сидя здесь и занимаясь размышлением. Хотя сегодня у меня уже есть успех, тем не менее я буду продолжать познавать себя. Но то, что я смогу «подняться выше», это все же иллюзия.

Цена успеха. Человек, который хочет достичь успеха, должен научиться бороться, стремиться и страдать. Можно многого достичь в жизни, если готов от многого отказаться ради этого.

Самый большой недостаток успеха. Самый большой недостаток успеха в том, что по его достижении человек лишается личной жизни. Ирония в том, что все стремятся разбогатеть и стать знаменитыми, но как только достигают этого, понимают, что жизнь и тогда не усыпана розами.

Успех усложняет достижение простоты. Для многих слово «успех» означает «рай». Сейчас он у меня есть, но это не что иное, как удачное стечение обстоятельств, которые лишь усложняют мое внутреннее стремление к простоте и обретению личной жизни.

Успех — это не конечный пункт назначения. Не забывайте, что успех подобен путешествию, у которого нет конечного пункта назначения. Верьте в свои возможности. И тогда у вас все получится.

Непреходящее условие для достижения успеха. Цель — это непреходящее условие для достижения успеха.

Три ключа к успеху. Настойчивость, настойчивость и еще раз настойчивость. Силу можно приобрести и поддерживать только ежедневными тренировками, то есть необходимо совершать постоянное усилие.

Деньги

Сущность денег. У денег нет своей сущности. Сущность денег проявляется в том, как к ним относиться.

Деньги — это средство, а не конец чего-либо. Ребенку с ранних лет надо говорить, что деньги — это лишь средство, полезный инструмент. И, как у любого инструмента, у денег тоже есть определенное предназначение, но благодаря им нельзя достичь всего. Необходимо научиться пользоваться ими, понять, что ими можно делать, но, прежде всего, что ими нельзя делать.

Деньги — это второстепенный вопрос. Считаю, что деньги — это второстепенный вопрос. На первом месте находится способность или желание что-либо сделать. Если это есть, то затем приходит черед и второстепенных вопросов.

Необходимо справедливо делить прибыль. Многие продюсеры думают, что я заинтересован лишь в получении денег. Поэтому, чтобы заманить меня к себе на съемочную площадку, они обещают мне огромные деньги и ничего более. Но все, что мне надо, это лишь справедливо делить прибыль от фильма.

Удача не может длиться вечно. Философия отца относительно денег очень помогла мне. Он обычно

говорил мне: «Если в этом году заработаешь десять долларов, то не забывай, что в следующем году можешь заработать лишь пять долларов, поэтому надо быть готовым к этому».

Деньги — это далеко не все в жизни. Несомненно, что деньги играют важную роль для того, чтобы содержать семью; они дают нам то, что нам хочется. Но это далеко не все в жизни.

Важно получать удовольствие от работы. В одно время мне хотелось только второстепенных вещей: денег, славы, больших премьер фильмов. Сейчас у меня все это есть или начинает появляться, но это уже не кажется таким важным, как раньше. Я понял, что заниматься делом намного важнее. Мне нравится этим заниматься. Деньги для меня не главное.

Слава

Об иллюзии быть звездой. Звезда — это иллюзия. Это то, что может вас закалить. Когда вас называют звездой, это лишь игра. Вы верите в это, и получаете удовольствие от всей этой лести (да, человеку свойственно ошибаться и до определенного момента всему верить), и забыли, что как только вы перестанете быть звездой, те же самые люди, которые вчера были вашими «приятелями», бросят вас и пойдут за новой звездой. Конечно, вам решать. Это ваше право (хотя необходимо себе задавать эти вопросы, и все же это ваш выбор и ваше право).

Звезды появляются, а затем падают. И это не удивительно. Дело в том, что многие из них не знают себя,

поэтому после падения приходят в уныние. Они должны спросить себя, а было ли у них достаточно основания для успеха или же им просто повезло. Если они успокоятся и снова начнут проверять на что способны, то почувствуют себя лучше. Но я убедился, что не все звезды такие. Успех ослепляет их, они думают, что стали самой великой звездой в мире. Поэтому, когда везение, в конце концов, проходит, они чувствуют себя несчастными.

Оскорбление звезды. Очень много звезд и слишком мало актеров. Кассовый успех часто наделяет звезд большой силой. К сожалению, многие злоупотребляют этим.

Успех не должен ослеплять. Успех и слава могут легко вас ослепить. Если у вас длинные волосы, то люди вам будут говорить следующее: «О, это модно, детка, это модная прическа». Но если вы неизвестны, то они скажут: «О, только посмотрите на этого отвратительного молодого преступника».

Лесть

Две болезни эго. Одна болезнь в том, чтобы ездить на осле и искать осла, а другая — ездить на осле и не хотеть с него слезть.

Шесть болезней повышенного самосознания. Существует следующие шесть болезней:

- желание победы;
- желание прибегать к техническим уловкам;
- желание выставлять напоказ свои знания;

- желание держать противника в страхе;
- желание играть пассивную роль;
- желание избавиться от любой болезни, которой можно заразиться.

Остерегайтесь людей, которые на все говорят «да». Я имею в виду, что слишком много людей говорят все время «да, да, да». Поэтому, если к этому времени действительно не поймете, что представляет собой жизнь и что происходит что-то вроде игры, и не поймете, что эта игра прекрасна и восхитительна, то ничего страшного. Но многих людей она ослепляет, потому что все повторяется слишком много раз, что начинаешь в это верить.

Неискренность тех, кто просит совета. Нет ничего столь неискреннего, как просить и давать советы. Кажется, что тот, кто просит совет, не согласен с мнением друга и хочет только убедиться в правильности своего собственного мнения, а также хочет привлечь своего друга к ответственности за свой поступок. А тот, кто дает совет, благодарит за проявленное к нему доверие тем, что делает это с кажущимся равнодушием; на самом же деле редко думает о чем-нибудь другом, кроме как о своем интересе и репутации. А тот, кто просит совет, обычно хочет, чтобы его похвалили.

Часть V



Об искусстве и людях искусства

Искусство

Искусство — это способ выразить себя. Искусство действительно является способом выразить себя. Чем сложнее и ограниченнее метод, тем меньше возможностей для выражения естественного чувства свободы.

Искусство и осведомленность обо всем. Люди искусства должны учиться за всем наблюдать, не отдавая ничему предпочтения, разбираться в своих наблюдениях, а затем выражать их в своих работах.

Искусство начинается с чувств. Искусство возникает в результате опыта или чувств человека.

Искусство и эмоции. Искусство — это общение при помощи чувств.

Забудьте о разуме и станьте со своей работой единым целым. Если стремишься создавать хорошее искусство, то надо перестать быть хорошим художником, так как разум «останавливается» при каждом движении, через которое он проходит. Важно забыть о разуме и слиться в единое целое со своей работой.

В искусстве требуется свобода и творчество. Искусство живет там, где есть абсолютная свобода, потому что там, где ее нет, не может быть и творчества. В искусстве не может быть твердости.

Искусство недекоративно. Искусство существует не для того, чтобы украшать, а чтобы просвещать. Другими словами, искусство — это способ обретения свободы.

Цель искусства. Цель искусства в том, чтобы проецировать внутренний образ во внешний мир.

Необходимое качество художников. Необходимое качество художников — это чистота сердца.

Искусство трансцендентально. Искусство — это выражение жизни, оно выходит за пределы времени и пространства.

Искусство помогает услышать музыку души. В каждом движении проявляется музыка души. А пустое движение подобно пустому миру: в нем нет смысла. Движения, за которыми не скрываются соответствующие эмоции, это пустые движения.

В искусстве требуется полная отдача. В искусстве требуется только непосредственное, честное и искреннее движение. Посредством искусства при помощи сердца и души человек должен придать новую форму и смысл природе и миру.

Искусство — это духовное понимание. В искусстве проявляется духовное понимание внутренней сущности

вещей, а также через форму выражается связь человека с НЕБЫТИЕМ, с природой абсолютного. Творчество в искусстве — это духовное раскрытие личности, которая выходит из небытия. Оно способствует тому, что восприятие душой становится глубже.

Искусство развивается при помощи отражения души. В искусстве требуется в совершенстве владеть техникой, которая развивается, отражаясь внутри души человека.

Простое искусство — это искусство души. «Простое искусство» — это художественный процесс, происходящий внутри художника, который означает «искусство души». Всевозможные движения инструментами — это шаг вперед на пути к раскрытию абсолютного, прекрасного мира души.

Художественное мастерство должно исходить из души человека. Художественное мастерство не означает художественного совершенства. Оно является постоянным средством отражения изменений, происходящих в духовном развитии человека. А совершенство последнего невозможно выразить при помощи формы: оно должно исходить из души человека. Деятельность художника состоит не в том, чтобы творить искусство ради самого себя. Необходимо проникать глубже, туда, откуда проистекают все формы искусства и откуда проявляется в реальности гармония души и космоса небытия.

Задача искусства. Задача искусства заключается в том, чтобы в эстетической форме выражать наиболее сильные душевные переживания человека и его

жизненный опыт, чтобы это было понятно людям и вписывалось бы в рамки представлений об идеальном мире.

Искусство является выражением души человека. Именно искусство души пребывает в умиротворенном состоянии подобно тому, как в воде глубокого озера отражается лунный свет.

Художник должен быть художником и в жизни. Деятельность художника должна стать мастерским отображением прошлой жизни, так как конечная цель художника — запечатлевать искусство того, как надо жить. Художник в любой области искусства должен быть, прежде всего, художником и в своей жизни, так как любое творение исходит из души человека.

Искусство раскрывает сущность жизни. Искусство ведет к области безграничного и раскрывает сущность жизни, которая заключается в творческом действии в состоянии восприимчивости всех органов чувств, то есть когда они находятся в состоянии наивности, в положительном смысле этого слова.

Искусство — это совершенство природы. Искусство — это совершенство природы и жизни, выраженное в творении художника, который в совершенстве владеет техникой, а поэтому не зависит от нее.

Искусство раскрывает все возможности человека. Цель искусства не в том, чтобы способствовать одностороннему развитию духа, души и ощущений человека, а в том, чтобы РАСКРЫВАТЬ все способности

человека: мысли, чувства, волю — так чтобы все это было подчинено жизненному ритму природы. Именно так можно услышать беззвучный голос и привести себя к гармонии с ним.

Непосредственность в искусстве. Разве можно сразу же сделать рисунок глазами? Как много теряется на пути от восприятия глазом к движениям карандашом на листе бумаги!

Использование художественной техники может ограничить художественное выражение. При помощи искусства человек выражает себя. Чем сложнее и ограниченнее техника, тем меньше возможность выразить подлинную сущность свободы. И хотя на ранних этапах использование техники играет важную роль, тем не менее она не должна быть слишком сложной, узкой и выполняться механически. Слепое использование техники может привести к ограниченному искусству.

Цельное искусство — это совершенное искусство. Искусство совершенно тогда, когда не видно, при помощи чего оно создано.

Псевдоискусство — это результат неискреннего подхода. Большая часть псевдоискусства возникает при неискреннем подходе и при попытке создать произведение, не связанное с жизненным опытом человека или его переживаниями.

Четыре постулата для эффективного искусства. Для выражения адекватной формы в искусстве требуется следующее:

- индивидуальный подход, а не пустое воспроизведение;
- краткость, а не громоздкость;
- ясность, а не непонятность;
- простота выражения, а не сложность формы.

В искусстве требуется душевная отдача. Дело в том, что недостаточно много существует людей, которые с полной душевной отдачей посвящают себя делу и в то же время являются профессионалами своего дела.

Подлинное искусство нельзя перенять у другого мастера. Я утверждаю и настаиваю на том, что искусство, подлинное искусство, нельзя перенять у другого мастера. Следовательно, искусство никогда не должно быть декоративным и являться украшением. Вместо этого оно должно представлять собой постоянный процесс развития (в смысле того, что НЕ останавливаться на достигнутом!).

Искусство — это способ обрести личную свободу. Искусство, прежде всего, это способ обрести «личную» свободу. Ни твой путь не подходит мне, ни мой — тебе.

Путь художника. Когда учение брошено в никуда, когда ум человека (если есть такая вербальная субстанция) совершенно не осознает что работает, когда «сам человек» исчезает в никуда, именно тогда искусство достигает совершенства.

У подлинного художника нет зрителей. Подлинный художник не рассчитывает на реакцию зрителей, так

как сама работа доставляет ему радость, и он выполняет ее немного игриво и даже небрежно. Искусство достигает наивысшего пика выражения, когда отключается сознание художника. Человек обретает свободу в тот момент, когда меньше всего думает, какое впечатление производит или произведет его работа.

Простота — это последний этап на пути достижения мастерства в искусстве. Простота — это последний этап на пути достижения мастерства в искусстве и начальный этап выражения в природе.

Там, где есть искусство. Искусство живет там, где есть АБСОЛЮТНАЯ СВОБОДА, так как там, где ее нет, нет и творчества.

Об искусстве. Дело в том, что надо использовать искусство как средство постижения Пути.

В поисках преданного своему делу художника. Как в боевом искусстве достаточно трудно тренировать новичка и подготовить его физически и психологически к боям, так и в среде искусства сложно найти художника с правильным подходом и тем редким качеством, как преданность своему делу. Такое случается очень редко.

Кино

Желание снять действительно хороший фильм. Я хочу снять действительно хороший фильм. К сожалению, мало продюсеров отвечает моим ожиданиям. На самом деле, я бы был даже довольно счастлив просто посидеть и поговорить с любым, кто серьезно

относится к съемке фильмов. Я был бы даже удовлетворен, несмотря на то, что это просто разговоры.

Сфера кино — это сочетание бизнеса и искусства. К сожалению, в сфере кино все еще удручающим фактом остается сочетание бизнеса и искусства, будь то в Голливуде или в Гонконге.

Не надо превозносить насилие. Не думаю, что в кино надо показывать насилие и агрессивность. Это плохо.

Открытие нового направления в кино. Я пытаюсь начать целое направление фильмов о боевых искусствах в США. Мне кажется, что они намного интереснее вестернов, в которых люди только стреляют из пушек. А здесь будет показано все. Это выражение тела человека.

О творческой пользе режиссерской работы. Мне хочется руководить съемкой фильмов, так как чувствую, что режиссерская работа более творческая. У вас действительно появляется возможность сделать то, что хотите.

Актерское мастерство

Профессиональный актер. Какого же актера можно считать профессиональным? Начнем с того, что он не является так называемой звездой кино, что само по себе является не более чем символом и абстрактным понятием, придуманным людьми. Людей, стремящихся стать не актерами, а звездами кино, намного больше. Для меня актер — это сумма всего того, чем он является. Для меня важен его высокий уровень понимания

жизни, хороший вкус, жизненный опыт, энергия, уровень образования и, что намного важнее, как я уже сказал, это сумма всего, чем этот человек является.

Актер — это профессиональный посредник. Актер, хороший актер, а не типичный представитель этой профессии — это такой актер, который является так называемым профессиональным посредником, который не просто готов к невидимой двойственности бизнеса и искусства, но в художественной форме успешно гармонизирует ее в одно целое. Посредственных актеров много, но нелегко физически и умственно подготовить «профессиональных» актеров. Как не существует двух абсолютно похожих людей, точно так же нет и похожих друг на друга актеров.

Ограничения творческого выражения актеров. Актер ограничен в своем творчестве. Он делает то, что ему говорит режиссер. Я могу до некоторой степени оказывать влияние на процесс из-за своего нынешнего положения. Но это не совсем правильно, так как я знаю, что вмешиваюсь в процесс, а я не люблю вмешиваться в чужую работу.

Актер, прежде всего, это человек. Что касается меня, и это только мое мнение, актер, прежде всего, подобно мне и вам, является человеком, а не обаятельным символом, известным под названием «звезды». Это, прежде всего, абстрактное понятие, которое актеру приписывают люди.

Актер полностью отдается своей профессии. Мой более чем двадцатилетний опыт актера позволил мне

взглянуть на все это следующим образом. Актер — это преданный своему делу человек, который много работает, так много, что обретает такое знание, которое позволяет ему достоверно выражать физические, психологические и душевные состояния людей, что делает его притягательным для зрителей.

В актерском мастерстве важно честное самовыражение. Еще одно важное качество хорошего актера — это то, что он должен достоверно выражать себя, как если бы он повел себя в реальной подобной ситуации. Проблема актера заключается в том, чтобы не быть эгоистичным, сохранять спокойствие, больше изучать и делать открытий в области выражения душевных состояний человека. Преданность своей профессии, абсолютная преданность — вот, что не дает останавливаться в развитии.

Творчество, а не подражание. В наше время редко можно встретить действительно опытного, хорошего актера, что требует от актера быть настоящим, быть самим собой. Зрители сегодня не глупые; актер не просто показывает то, чему он хочет, чтобы поверили зрители. Это простое подражание, иллюстрация, но не творчество, несмотря на то, что его поверхностное исполнение может быть выполнено с удивительным умением.

Актер — это сумма всего, чем он является. Что такое актер? Не является ли он суммой всего того, чем он является: его уровень понимания, способность увлечь зрителей достоверным выражением чувств в сценах кино? Таких актеров от обычных можно отличить следующим способом. У американцев есть для этого специальное

слово «харизма». Все, что показывают в сцене кино, является суммой уровня понимания, вкуса, уровня образования, энергетики.

О разочарованиях в актерской профессии. Мне бы хотелось сняться в различных ролях, но я не могу этого сделать в Юго-Восточной Азии, так как за мной закрепился определенный тип героев. Я должен играть положительных героев. Мне даже нельзя немного посеять, так как ни один продюсер не позволит мне этого сделать. Кроме того, мне нельзя даже выражать себя полностью, в противном случае зрители не поймут, о чем я говорю.

Искусство актера. Я отношусь к актерскому ремеслу как к искусству, точно так же как к своим занятиям боевыми искусствами, так как это является выражением себя. Актерская профессия, подобно любой другой, требует полной отдачи, никаких «если», «и», «но».

Бизнес и талант. В зависимости от уровня понимания, сегодня киноиндустрия представляет собой сосуществование практичного делового чутья и таланта, каждое является причиной и следствием одно другого. Для администраторов, сидящих в своих офисах, актер — это товар, который стоит денег, денег и еще раз денег. Продать его или нет — вот их основная забота. Самое важное — это кассовый сбор с фильма. С одной стороны, они неправы, а с другой стороны, правы. Рассмотрим это позднее. Хотя кинопроизводство представляет собой фактически сосуществование бизнеса и таланта, но рассматривать актера, человека, как продукт потребления мне неприятно.

Часть VI



Об освобождении человека

Общепринятые правила

Человек и «что должно быть». Почему ты как человек зависишь от пропаганды, длившейся на протяжении тысячелетий? Идеалы, принципы, «что должно быть» являются причиной лицемерия.

«Родиться заново». Отбросьте внутренние препятствия. Ум человека не будет свободным, если на него влияют какие-либо общепринятые правила. Выбросьте все это из головы и родитесь заново.

Пусть на вас не влияют общепринятые правила предыдущих поколений. Чем больше вы знаете, тем больше надо распространять эти знания, чтобы ум всегда был свежим и чтобы на него не оказывали влияния общепринятые правила предыдущих поколений.

Устраните все психологические препятствия. Чтобы проявлять в полную силу свою естественную активность, необходимо устранить психологические препятствия.

Перестаньте оказывать внутреннее сопротивление. Вы плывете как нечто единое и способны и дальше плыть в соответствии с внешними обстоятельствами

или же вы оказываете сопротивление, что не согласуется с выбранной вами моделью поведения?

Истина находится вне установленных правил. Общепринятые правила придуманы, чтобы ограничивать свободу человека рамками определенной системы. Все установленные правила лишают человека гибкости и способности приспосабливаться. Истина находится вне пределов всех установленных правил.

Освободите ум от всего и расширяйте границы своей жизни. Если в глазу соринка, то мир превращается в узкую тропинку. Освободите ум от всего и поймете, насколько больше станут возможности в жизни.

Вносите изменения в свою жизнь каждую секунду. Люди живут, следуя установленным правилам поведения. Снова и снова они выполняют одни и те же роли. Чтобы увеличить свои возможности, необходимо ЖИТЬ И КАЖДУЮ СЕКУНДУ ВНОСИТЬ В ЖИЗНЬ ИЗМЕНЕНИЯ.

Человек должен сказать «нет» всем общепринятым правилам. Человек должен сказать «нет» всем общепринятым правилам, чтобы не упустить новое и свежее на пути. Действительность меняется каждую секунду, даже когда я говорю это.

Системы

Придавать чему-либо определенную форму — значит препятствовать развитию. Соблюдение установленных норм и правил может оказаться препятствием

Общепринятые правила

Человек и «что должно быть». Почему ты как человек зависишь от пропаганды, длившейся на протяжении тысячелетий? Идеалы, принципы, «что должно быть» являются причиной лицемерия.

«Родиться заново». Отбросьте внутренние препятствия. Ум человека не будет свободным, если на него влияют какие-либо общепринятые правила. Выбросьте все это из головы и родитесь заново.

Пусть на вас не влияют общепринятые правила предыдущих поколений. Чем больше вы знаете, тем больше надо распространять эти знания, чтобы ум всегда был свежим и чтобы на него не оказывали влияния общепринятые правила предыдущих поколений.

Устраните все психологические препятствия. Чтобы проявлять в полную силу свою естественную активность, необходимо устранить психологические препятствия.

Перестаньте оказывать внутреннее сопротивление. Вы плывете как нечто единое и способны и дальше плыть в соответствии с внешними обстоятельствами

или же вы оказываете сопротивление, что не согласуется с выбранной вами моделью поведения?

Истина находится вне установленных правил. Общепринятые правила придуманы, чтобы ограничивать свободу человека рамками определенной системы. Все установленные правила лишают человека гибкости и способности приспосабливаться. Истина находится вне пределов всех установленных правил.

Освободите ум от всего и расширяйте границы своей жизни. Если в глазу соринка, то мир превращается в узкую тропинку. Освободите ум от всего и поймете, насколько больше станут возможности в жизни.

Вносите изменения в свою жизнь каждую секунду. Люди живут, следуя установленным правилам поведения. Снова и снова они выполняют одни и те же роли. Чтобы увеличить свои возможности, необходимо ЖИТЬ И КАЖДУЮ СЕКУНДУ ВНОСИТЬ В ЖИЗНЬ ИЗМЕНЕНИЯ.

Человек должен сказать «нет» всем общепринятым правилам. Человек должен сказать «нет» всем общепринятым правилам, чтобы не упустить новое и свежее на пути. Действительность меняется каждую секунду, даже когда я говорю это.

Системы

Придавать чему-либо определенную форму — значит препятствовать развитию. Соблюдение установленных норм и правил может оказаться препятствием

для развития. Это можно отнести ко всему, в том числе и к философии. Основатель направления в любом виде деятельности должен мыслить оригинальнее обычного человека. Однако если его последователи не будут развивать это достижение с такой же изобретательностью, то оно приобретет определенную форму и развитие зайдет в тупик. Прорыв и дальнейшее развитие будут почти невозможны.

Бесформенная форма. Когда границы реальности и нереальности не установлены и не определены, когда нет следов изменений как таковых, необходимо подчинить себе бесформенную форму. Когда человек придерживается формы, когда есть склонность ума к чему-либо, то это не является истинным путем. Когда прием появляется сам из себя, то это Путь, который выходит из ниоткуда.

Нельзя просто отрицать. Не отказывайся от классического подхода ради отрицания, так как таким образом попадаешь в ловушку еще одной модели шаблонного поведения.

В памяти когда-то подвижного человека. Надгробный камень в памяти подвижного человека перекошен живым отчаянием.

Неосведомленные последователи истину могут превратить в могилу. Основатель направления или метода может лишь наполовину раскрыть истину, но со временем, особенно после смерти основателя, эта раскрытая наполовину истина становится правилом или, что еще хуже, верой, направленными против

«различных» сект. Чтобы передавать знания из поколения в поколение, необходимо его структурировать, классифицировать и представить в логическом порядке. Таким образом, что однажды появилось в форме нечто вроде озарения основателя, теперь превратилось в прочную систему знаний, которую рассматривают как средство упорядочивания масс людей. Таким образом, последователи превратили эту систему знаний не просто в святую усыпальницу, а в могилу, в которой похоронена мудрость его создателя. Для поддержания организованной структуры методы становятся все более изощренными, и для их выполнения требуется огромное внимание, в результате со временем забывается конечная цель всего этого. Затем последователи начинают воспринимать эту «организованную структуру» как целую реальность. Конечно, будет появляться и множество «других» подходов, возможно, как прямая реакция на «другую правду». Очень скоро и вокруг этих подходов вырастут большие организованные структуры, каждая из которых будет претендовать на обладание абсолютной «истиной».

Проблемы веры. Вера ограничивает, вера изолирует. Это застывшее в своем развитии направление. Это выстроенная цепочка, звенья которой находятся в зависимости друг от друга. Все взаимосвязано. Оно не может понять новое, свежее, вечное. Средства разрушают все свежее, новое, не дают сделать непосредственное открытие.

Система препятствует развитию настоящего чувства. Когда человека охватывает настоящее чувство,

например гнев, страх и др., можно ли «дать волю чувству» в пределах классической системы или же человек просто слушает свои крики и автоматически продолжает следовать установленному порядку?

Раб системы. Все хотят чувствовать себя уверенно, чтобы ничто не нарушало их душевного равновесия, поэтому они устанавливают для себя определенные правила поведения, мышления, взаимоотношений с другими людьми и др. Затем они попадают в зависимость от правил, становятся рабами выстроенной системы и эту систему принимают за действительность.

Система препятствует получению знаний. В результате ошибки, совершаемой на протяжении многих лет, истина становится правилом или верой, и чинит препятствия на пути получения знаний. Система, которая, по существу, есть невежество, представляет собой порочный круг. Такой круг можно разорвать не поисками знаний, но только осознав причину невежества.

Догмы мешают человеку видеть. Естественное видение ослабевает, и, очевидно, о нем забывают, когда начинают выбирать какое-либо направление и устанавливать правила. Дорога и ворота не имеют значения, если впереди видна цель.

Сущность традиции. Традиция складывается подобно тому, как формируются привычки.

Традиция порабощает ум человека. В рамках классической системы и традиций ум человека превраща-

ется в послушного раба. Человек теряет индивидуальность и становится продуктом. Ум человека является результатом влияния на него огромного количества вчерашних дней.

Индивидуальность человека намного важнее системы. Первостепенное значение имеет индивидуальность человека, а не приверженность системе. Не забывайте, что человек создал систему, а не система — человека. Не надо втискивать себя в систему с предвзятыми понятиями, которая, несомненно, кому-нибудь и подойдет, но необязательно это будете вы.

Истина находится вне пределов всех установленных систем. Любая строго фиксированная система лишена гибкости и способности приспосабливаться. Истина находится вне пределов любых установленных систем.

Свобода выражения возможна, если выйти за пределы системы. Настоящее наблюдение начинается там, где нет стереотипов; свобода выражения возможна, если выйти за пределы системы. Направление — это ответная реакция в рамках системы на выбранную склонность к чему-либо.

Отсутствие способа действия как Способ действия. Человек постоянно развивается, а когда он связан определенной системой представлений или так называемым способом того, как надо что-либо делать, то он перестает развиваться.

Ограниченность установленных способов действия. Пусть вашим способом действия будет отсутствие какого-либо способа действия. Так как в самом способе действия заключена ограниченность свободы действия. Где есть окружность, там есть ловушка. Все, что попадает в ловушку, начинает разлагаться. А то, что начинает разлагаться, лишается жизни.

Не ограничивайте себя одним подходом. Надеюсь, вы знаете, что существует много разных подходов. И не надо ограничивать себя одним подходом. Мы должны ко всему вырабатывать свой подход. Мы всегда находимся в процессе обучения, а так называемое направление, или система, представляет собой нечто завершенное, установленное. Этого нельзя делать, так как человек учится каждый день.

Система лишает человека свободы мыслить. Система, какой бы требовательной она ни была, втискивает способность человека мыслить в определенные рамки. Система вырабатывает сопротивление, а там, где есть сопротивление, нет понимания. Дисциплинированный ум — это несвободный ум. Любой способ, каким бы желаемым и достойным он ни был, становится болезнью, когда ум человека одержим им.

Важнее любой системы творческий человек. Человек, живое существо, творческий человек, всегда важнее любого установленного направления или системы.

Направление — это нечто завершенное, а человек это развивает. Человек постоянно чему-нибудь учится,

тогда как определенное «направление» — это нечто завершенное, установленное. Нельзя этого делать, так как каждый день, по мере взросления, человек чему-нибудь учится.

Человек в рамках классической системы является рабом системы. Человек в рамках классической системы следует заведенному порядку, традициям и представлениям. Если он что-либо делает, то каждый миг жизни переводит в рамки старых представлений.

Организованные учреждения производят людей, лишенных своих представлений. Мне не интересны системы и организации. Организованные учреждения производят людей с шаблонной системой представлений. А учителя там часто находятся под влиянием рутины. Конечно, еще хуже, что членам подобных учреждений навязываются безжизненные, давно сформулированные представления, которые мешают их развитию.

Отчуждение

Плыть в пустоте без препятствий. Прежде всего необходимо «забыть» приобретенные знания и умения, только после этого можно плыть в пустоте спокойно и без препятствий.

Видеть вещи такими, какими они являются на самом деле. Необходимо видеть вещи такими, какими они являются на самом деле, и не быть ни к чему привержденным. Находиться в бессознательном состоянии —

значит не иметь представления о том, как работает эмпирический ум. Если нет приверженности мысли к чему-либо — это означает свободу мысли. В отсутствии постоянства в чем-либо заключается сущность жизни.

Устраните все психологические препятствия. Нельзя овладеть какой-либо техникой, не устранив все психологические препятствия. В таком случае достигается состояние пустоты (подвижности), даже при освобождении от приобретенной техники; при этом не надо делать никакого сознательного усилия.

Пустоту нельзя ограничить. Нельзя причинить боль тому, что не имеет формы. Мягкое нельзя ударить, а пустоту нельзя ограничить.

Быть отчужденным — значит быть свободным от всего позитивного и отрицательного. «Желать чего-либо» — значит иметь привязанность к чему-либо. «Желать, ничего не желая» — это тоже своего рода привязанность. Быть ни к чему не привязанным означает быть свободным от всяких утверждений, позитивных и негативных. Другими словами, быть одновременно согласным и несогласным, что в интеллектуальном плане звучит абсурдно.

Искусство отчуждения. Перестаньте думать, как будто не переставали думать. Соблюдайте приемы, как будто не переставали соблюдать их.

Надо решить проблему, чтобы освободиться от нее. Будьте рядом с болезнью, сопровождайте ее, так

как это является способом того, как от нее избавиться.

Сила пустоты. Небытие нельзя ограничить, мягкое нельзя ударить.

Приверженность к чему-либо препятствует развитию. Напряжение: от СЕЙЧАС к ПОТОМ. Люди стремятся придерживаться того, что похоже. Такая приверженность препятствует развитию.

Сознание, лишенное мыслей (у-синь)

Сознание, лишенное мыслей, — это отсутствие пристрастий. У-синь, или «сознание, лишенное мыслей», это не пустое сознание, исключающее все эмоции, но и не просто спокойствие ума. Хотя спокойствие и необходимо, но это так называемое отсутствие способности быстрого восприятия ума, которая составляет принцип «сознания, лишенного мыслей». Когда ум человека останавливается на чем-либо, это означает, что он подвергается замораживанию. Когда он перестает свободно передвигаться, как это ему требуется, то он перестает быть умом в своем роде.

Ум, который ни на чем не задерживается, подвижный ум. Отсутствие пристрастий к чему-либо. Ум, у которого нет постоянного места жительства, не задерживается ни на чем, а продолжает бесконечно развиваться, не обращая внимания на ограничения. Не стремитесь локализовать где-либо свой ум, пусть он заполняет все ваше тело, пусть он свободно протекает по

всему вашему существу. Как говорит Алан Уоттс, «сознание, лишенное мыслей» — это «состояние целостности, в котором сознание функционирует свободно и легко, без ощущения наличия второго сознания или эго, стоящего над ним с дубинкой в руке». Он имеет в виду, что надо думать о том, о чем хочется, и не позволять вмешиваться в этот процесс чужому сознанию или своему эго.

У-синь — это естественный процесс протекания мысли. Пока ум думает о том, о чем ему хочется думать, то для этого не надо прилагать никаких усилий. А отсутствие усилий в процессе размышления — это как отсутствие второго участника, который бы вмешивался в этот процесс. Ничего не надо стараться делать, принимайте все, что возникает в голове, включая отсутствие благосклонного отношения к чему-либо.

У-синь — это свершение. «Отсутствие зрения» и «сознание без мыслей» — это не самоотречение, а свершение. Видеть и при этом не смотреть на какой-нибудь определенный субъект или объект — в этом и заключается «чистое видение».

Сознание, лишенное мыслей, — это свободное чувство. «Сознание, лишенное мыслей» — это не значит не иметь эмоций или чувств, а значит, что их выражению ничего не препятствует. Это ум, на который не оказывают влияние чувства. Это «как река, так как все время течет, не останавливаясь». «Сознание без мыслей» — это значит задействовать работу всего головного мозга, подобно тому, как мы воспринимаем

глазами различные предметы, не делая никаких усилий, чтобы посмотреть на что-нибудь специально.

Притча о Гуань Инь. Гуань Инь (Авалокитешвара) — богиня милосердия, которую иногда изображают с тысячью рук, в каждой из которых она держит по какому-нибудь инструменту. Если она решит, например, применить копье, то не будет пользы ни от одной другой руки (999). И только потому, что ей никогда в голову не приходит идея пользоваться только одной рукой, она использует то одну руку, то другую, поэтому все ее руки оказываются ей полезными. Таким образом, данная фигура должна показать, что если осознать истину, то даже такая вещь, как тысяча рук на теле, может быть очень полезна.

У-синь — значит освободить себя от всего. Необходимо избавиться от желания управлять внешним и своим внутренним миром, чтобы быть совершенно открытым, ответственным, сознающим, живым. Часто говорят об этом как о необходимости освободить себя ото всего. Это не подразумевает что-либо негативное, но означает открытое для восприятия сознание.

У-синь — это подвижность ума каждый день. Это свойство ума ни на чем не останавливаться известно как подвижность, а также называется «пустым умом», или «обычным умом». «Иметь что-либо на уме» означает озабоченность какими-либо мыслями, а значит, отсутствие времени для чего-нибудь другого. Однако пытаться избавиться от мыслей означает начать думать о чем-то другом. Поэтому что же делать? Ничего не

надо делать! Не решайте это никак, это пройдет само. Не торопитесь: это обычный ум, совершенно ничего особенного.

Дзэн-буддизм

В философии дзэн-буддизма нет метафизики. Философия дзэн-буддизма стремится избежать бессмысленной ошибки поймать жизнь в ловушку, расставив метафизическую сеть, вместо того чтобы просто жить.

Философия дзэн-буддизма показывает, что нет проблемы, а значит, нет и решения. Философия дзэн-буддизма показывает, что человеку некуда деться от этого мира; нет такой таверны, где он бы мог справится со своей тревогой; нет такой тюрьмы, где он бы мог искупить свою вину. Поэтому вместо того чтобы сказать, в чем заключается проблема, философия дзэн-буддизма утверждает, что вся проблема заключается в неспособности осознать, что не существует никакой проблемы. И это, конечно же, означает, что нет никаких решений.

Притча о чайной церемонии. Однажды один ученый обратился к учителю дзэн-буддизма с просьбой рассказать об этой философии. Учитель начал ему рассказывать, но ученый часто прерывал его и выражал свое мнение по тому или иному вопросу.

В конце концов учитель перестал рассказывать и начал наливать ему чай. Он налил полную чашку чая, но продолжал наливать, пока из чашки не полилось.

— Хватит, — сказал ученый. — Чашка уже полная, больше некуда лить.

— Я знаю, — ответил учитель дзэн-буддизма. — Подобно этой чашке вас переполняют ваши собственные мнения и представления. Не вылив чай из своей чашки, как вы сможете попробовать мой чай?

Буддизм не требует проявления усилий. Философия буддизма не требует прилагать усилий. Ведите себя как обычно, не делайте ничего особенного. Ешьте, очищайте желудок, пейте воду, а когда устанете, лягте отдохнуть. Незнающие посмеются надо мной, а мудрые поймут.

О восьмиэтапном пути в буддизме. В философии буддизма сформулированы следующие восемь требований для устранения страданий через устранение ложных представлений и обретения истинного знания об истинном смысле жизни:

- Сначала, надо ясно увидеть, что не так.
- Затем принять решение о необходимости исправления этого.
- Теперь необходимо действовать.
- Говорить надо так, чтобы было понятно, что вы хотите это исправить.
- Средства к жизни не должны противоречить терапии.
- Терапия должна продвигаться с «неослабевающей скоростью», с предельной скоростью, которую можно выдержать.
- Необходимо думать и чувствовать это постоянно.
- Надо научиться глубоко размышлять.

ИЛИ
- Правильные взгляды (или понимание).
- Правильная цель (или стремление).
- Правильная речь.
- Правильное поведение.
- Правильные средства жизни (или призвание).
- Правильное усилие.
- Правильная осведомленность и контроль разумом.
- Правильная концентрация и медитация.

В философии дзэн-буддизма не существует кумиров. Дзэн-буддизм освобождает ум от служения воображаемым духовным сущностям в виде «объектов», которые превращаются в кумиров и вводят в заблуждение того, кто ищет.

Как избавиться от кармы. Чтобы избавиться от кармы, надо правильно использовать разум и волю.

Утверждение дзэн-буддизма. Утверждение относится к философии дзэн-буддизма, только когда оно само по себе является действием и не относится ни к чему, что утверждается в нем.

О праджне (мудрости). Праджня заключается не в самореализации, а в реализации в чистом и простом виде, вне субъектов и объектов.

О бодхисатве. Оставим мудрость и еще раз вернемся туда, где живут простые люди. После того как поймешь другую сторону, то возвращаешься и живешь на этой стороне.

Медитация

Медитация — это не сосредоточенность на самом себе. Это не способ сосредоточиться на самом себе, при помощи которого человек стремится избавиться от всего материального и от внешнего мира, устранить отвлекающие мысли, при этом сидит в тишине и освобождает свой ум от образов и концентрируется на чистоте своей духовной сущности. Дзэн-буддизм — это не мистическое учение о «сосредоточении на самом себе» и «уходе от мира». Это не «приобретенное созерцание». Думать, что эта проницательность является субъективным опытом, «достижимым» при помощи некого процесса умственного очищения, значит, вводить себя в заблуждение. Это значит «протирать зеркало дзэн-буддизма».

Остановитесь внутренне. Сейчас остановитесь внутренне. Когда вы остановитесь внутреннее, то психологически ваш ум успокоится, очистится. Тогда вы действительно сможете увидеть «это».

Медитация — это просветление. Не надо отделять медитацию как средство (дхьяна) от просветления (праджня), так как они действительно неразделимы. И учение дзэн-буддизма учит осознавать эту целостность и единство праджни и дхьяны во всех действиях.

Просветление несет знание. Не существует разницы между просветлением и тем, что обычно называется знанием. В последнем контраст заключен между тем, кто познает, и уже известным, тогда как в первом нет такого контраста.

В результате медитации возникает мысль, которая не имеет физической природы. После того как мысли сформулированы, они отделяются от объектов чувственного восприятия и человек все еще находится среди объектов чувственного восприятия, хотя и лишен их.

Настоящая медитация приводит тебя в Сейчас. Нельзя «постичь» философию дзэн-буддизма, протирая зеркало медитации, но только если самозабвенно раствориться в жизни здесь и сейчас. Мы не «приходим», так как мы «есть». Не стремитесь стать, просто будьте.

У медитации нет причины. Обычный ум, конечно, тот, который работает, думает, чувствует безо всякой причины. Где есть причина, должен быть и способ, система дисциплины. Причина вызвана желанием добраться до конечной цели, а чтобы достичь цели, необходим способ действия, и т. д. Во время же медитации происходит освобождение ума от всех причин.

Для медитации не требуется умственных усилий. Любое умственное усилие ограничивает ум, потому что усилие предполагает борьбу по направлению к цели. А когда есть цель, это накладывает на ум ограничения, и именно при помощи такого ума вы пытаетесь медитировать.

Медитация — это не процесс сосредоточения. Несомненно, что медитация не может быть процессом сосредоточения, потому что высшая форма мышления — это негативное мышление. Отрицание — это не противоположное свойство положительного, но состояние, в котором нет ни положительной, ни негативной реакции. Это состояние абсолютной пустоты.

Медитация означает быть внутренне невозмутимым. Медитировать — значит осознать невозмутимость своей истинной сущности. Медитация означает освобождение от всего; быть спокойным — значит быть внутренне невозмутимым. Спокойствие придет, если освободиться от внешнего влияния и сохранять невозмутимость.

О необходимости придерживаться сути

Придерживайтесь сути. Мы представляем собой водоворот, центр которого в неподвижной и вечной точке. Она проявляется в движении, скорость которого увеличивается, как у водоворота или торнадо (эпицентр которого остается неподвижным), от ядра к периферии. Ядро находится в Реальности, тогда как водоворот — это явление в форме многомерного силового поля. Поэтому придерживайтесь сути.

Неподвижное. Неподвижное — это концентрация энергии в центре, как в оси колеса, вместо того чтобы быть задействованной в различных видах деятельности.

Неподвижность в движении. Я двигаюсь и я совсем не двигаюсь. Я подобно луне, отражение которой качается на волнах, пребывающих всегда в движении.

Свобода

Где есть система, там нет свободы. Чем сложнее и ограниченнее система, тем меньше возможность для выражения истинной свободы.

Свободу нельзя продумать заранее. Свобода — это нечто, что нельзя продумать заранее. Для осознания свободы требуется живой энергичный ум, ум, который способен на мгновенное восприятие, не выделяя этапов на пути достижения конечной цели. В том, что сформулировано заранее, отсутствует гибкость, способность приспособиться к тому, что постоянно изменяется. На данном этапе многие спросят: «Как же тогда можно достичь безграничной свободы?» Я не могу вам ответить, так как в противном случае это станет способом. Хотя я могу сказать вам, что этим не является, но не могу сказать, что это. «Так-то», мой друг, надо найти это самому, так как здесь можешь помочь себе только сам.

О «достижении» свободы. Кто сказал, что мы должны «достичь» свободы? Свобода всегда была у нас, и это не то, что можно достичь в конце, если следовать каким-то определенным доктринам. Мы не «становимся», так как мы просто есть.

О состоянии свободы. Состояние свободы приравнивается отсутствию чувства внешней скованности. Не ощущать свободы приравнивается отсутствию наличия чувства внешней скованности. Разные люди по-разному ощущают свободу. Поэтому у нее может быть разная степень. Тогда вопрос должен быть следующим: «Насколько мы свободны?»

Об освобождении. Чтобы освободиться, надо внимательно наблюдать за тем, что ты обычно делаешь. Не осуждай и не одобряй, а просто наблюдай.

Выражать себя свободно. Чтобы выразить себя свободно, необходимо забыть обо всем, что было вчера. Если следовать классической модели поведения, то не поймешь заведенного порядка вещей, традиций. Не поймешь себя.

То, что ограничивает свободу. Не может быть свободы, если человек окружен:

- эгоизмом;
- стеной дисциплины.

Взаимоотношения свободы и чувствительности. Огромная свобода = огромной чувствительности.

Пойми эту свободу. Свобода от следования каким-либо направлениям.

Самовыражение человека должно быть свободным. Самовыражение человека должно быть свободным. Освобождение истины становится реальностью, только если она прочувствована на опыте самим человеком.

Три ключа. Простота. Ясность. Свобода.

У свободы нет прошлого. Чтобы выражать себя свободно, необходимо отказаться от всего, что связывает тебя с прошлым.

Вне пределов того, что правильно и неправильно. Нельзя делать что-либо правильно или неправильно, когда есть свобода.

Свобода и ум. Настоящая свобода является результатом деятельности ума.

Свобода — это самопознание. Свобода лежит в том, чтобы узнавать себя каждую минуту.

Часть VII



Процесс становления

Самореализация

Посредственный художник (конформист). Посредственный художник слепо следует за учителем, перенимает его знания, и в результате его поступки и, прежде всего, мышление происходят механически, в соответствии с перенимаемой системой знаний. И, следовательно, он перестает расти. Он превращается в робота, в продукт, являющийся результатом пропаганды и правил жизни, складывавшихся на протяжении тысячелетий. Посредственный художник редко обретает способность ни от кого не зависеть, выражая себя, так как постоянно следует навязываемым ему образцам поведения. Таким образом, взращивается зависимый ум, неспособный на независимый поиск ответов на вопросы.

Так называемый «человек-зеркало». «Человек-зеркало» всегда хочет знать, какое впечатление он производит на людей. Вместо того чтобы ко всему относиться критически, он отражает направленную на него критику и ему постоянно кажется, что он на сцене.

Наиболее мучительно человек переживает отсутствие надежности в жизни, когда находится один.

Люди больше верят тому, чему подражают, чем тому, что рождается непосредственно у них в голове. Часто люди не уверены в том, до чего додумываются сами. Наиболее мучительно человек переживает отсутствие надежности в жизни, когда находится один, когда же человек подражает, то он не один.

Не ищите образец для подражания среди успешных людей. Когда я оглядываюсь вокруг, то всегда учусь чему-нибудь, а именно, быть всегда самим собой. Выражать себя. Верить в себя. Никогда не ищите образец для подражания среди успешных людей, что очень часто происходит в Гонконге. Люди всегда копируют чьи-нибудь характерные особенности, но никогда не заглядывают в самую суть себя и не спрашивают: «Как мне стать самим собой?».

Необходимо быть настоящим. О чем еще можно просить в жизни, как не быть настоящим? Необходимо использовать свой потенциал, а не растрачивать энергию на то, чтобы реализовывать ускользающий образ, который не является настоящим и, следовательно, является пустой тратой жизненной энергии. Нас ждет много работы, для выполнения которой требуется отдача и много-много энергии.

Выполняйте свое предназначение в жизни. Если вы заглянете себе в душу и будете уверены, что поступили правильно, вам не придется бояться и беспокоиться. Надо следовать только своему предназначению в жизни и отбросить мысли о соперничестве и агрессии.

Многие из нас воспринимают себя как средство в руках других людей. У всех есть огромное желание видеть себя в качестве средств для достижения цели в руках других людей и таким образом освободить себя от ответственности за действия, вызванные нашими собственными наклонностями и побуждениями. Как сильные, так и слабые люди хватаются за такое алиби. Последние под послушанием прячут свою злобу: они поступили нечестно, так как выполняли приказ. Сильные люди тоже требуют оправдания под предлогом заявления, что высшие силы выбрали их средствами для осуществления своих замыслов, например, Бог, история, судьба, нация или человечество.

Самореализация — это высшая ступень развития человека. Самая высшая ступень, которой может достичь человек, это добраться до центра, до своей сути.

Стремитесь быть лучше. Каждый должен стремиться быть лучше. Границей является Небо.

Надо найти свой Путь. Быть наготове — значит быть очень серьезным. Быть очень серьезным означает быть искренним по отношению к самому себе, именно искренность, в конце концов, помогает раскрыть свой Путь.

О свете внутри человека. Несмотря ни на что, надо дать внутреннему свету вывести вас из темноты.

Невежество слепо. Те, кто ничего не знает, идут в темноте. Они никогда не увидят свет.

Процесс саморазвития. Если человек хочет развиваться, прежде всего он будет работать над своей душой. Если человек хочет работать над своей душой, он стремится быть искренним в своих мыслях. Если он хочет быть искренним в своих мыслях, он прежде всего расширяет до предела свои знания. Чтобы расширить знания, необходимо все исследовать.

Утверждение самореализации. Я есть то, что я есть здесь и сейчас.

Самореализация и самореализация ради создания имиджа. Существует различие между самореализацией и самореализацией ради создания имиджа. Многие люди живут только ради имиджа. Там, где у некоторых есть индивидуальность, отправная точка, у многих лишь пустота, так как они заняты тем, что представляют себя то тем, то этим. Они посвящают свою жизнь реализации представления о том, какими бы они хотели выглядеть, вместо того чтобы свой растущий потенциал использовать для того, чтобы быть человеком. Они растрачивают всю энергию на постройку внешнего фасада, вместо того чтобы сосредотачивать энергию на увеличении своего потенциала и использовать ее для эффективного общения и др.

Бесполезно поддерживать фасад. Бесполезно поддерживать фасад, то есть внешне делать одно, а чувствовать при этом совершенно другое. Быть самим собой помогает выстраивать настоящие отношения. Принятие себя таким, какой ты есть, помогает вносить изменения.

Человек, посвящающий себя самореализации, — настоящий человек. Если человек посвящает себя самореализации и видит проходящего мимо другого человека, который тоже занимается самореализацией, он не может не сказать: «О, вот еще один настоящий человек!».

Как человеку стать тем, чем он является. Важно заниматься самореализацией. И я стараюсь донести до людей то, что надо заниматься самореализацией, а не самореализацией ради имиджа. Надеюсь, что они будут вести внутренний поиск для честного самовыражения.

Впитывайте в себя то, что полезно. Анализируйте свой опыт и впитывайте то, что полезно; отвергайте то, что бесполезно, и добавляйте то, что является непосредственно вашим.

Настоящий индивидуализм кроется в самодостаточности. Оценка других людей не имеет для меня никакого значения. Только самодостаточный человек может жить сам по себе. Многим же нужна толпа людей, за которой можно следовать и подражать ей.

Человек, который самореализовался, ищет свободу и чистоту. Те, которые не доверяют жизненной силе внутри себя или у которых ее нет, компенсируют ее отсутствие деньгами. Когда человек уверен в себе, когда все, чего он хочет в мире, — это прожить свободную и чистую жизнь, то он начинает относиться ко всем

дорогим и явно переоцененным приобретениям как к дополнительным средствам, которыми, возможно, и приятно обладать или использовать их, но он не делает их целью своей жизни.

Чтобы самореализовываться, необходимо уметь слушать. Перестаньте растрачивать время, играя какие-нибудь роли. Вместо этого научитесь СЛУШАТЬ себя, свой потенциал. Самое главное — это уметь слушать. Слушать, понимать, быть открытым — это одно и то же.

Самый трудный путь — это путь самореализации. Человек приобретает чувство собственного достоинства, реализовывая свои таланты, занимаясь чем-либо, а также раскрывая себя в каком-нибудь деле: в должности руководителя, в группе, в каком-нибудь приобретении и др. Все три пути самореализации являются очень сложными. На этот путь вступают, когда другие дороги для развития чувства собственного достоинства недоступны.

Самореализация — это просветление. Сатори заключается в пробуждении от сна. Пробуждение, самореализация, способность видеть свою сущность — все это синонимы.

Путешествие в поисках духовного начала совершается в одиночку. Каждый человек должен реализовывать себя. Ни один учитель не может дать этого.

Имидж создает зависимость. Если человек отрекается от своей сущности и реализовывает представление о себе, то он становится целью и зависит от нее.

На игру в представления о себе растрачивается ценная энергия. В ходе игры в представления о себе накапливается негативная энергия, это мешает видеть и, прежде всего, отнимает ценную энергию, которую можно было бы использовать для творческого развития своей сущности.

Будьте всегда наготове, ставьте вопросы и ищите на них ответы. Важно быть всегда наготове, ставить вопросы и искать на них ответы. Вот в этом случае будет проявляться инициатива человека.

Помощь себе

Возможна только помощь самому себе. Мой личный опыт и страстное желание учиться помогли сделать мне открытие, что самую большую помощь человек оказывает себе сам. То есть не может быть другого вида помощи, кроме как помощь самому себе. Это значит делать все, что от тебя зависит, полностью отдаваясь этому делу, причем у этого процесса нет конца, он постоянно развивается.

Не бойтесь делать ошибки. Ошибки всегда простительны, если у человека есть смелость признать их.

Не может быть внешней помощи. Проблема заключается в том, что люди попросят других разрешить их собственную проблему, вместо того чтобы сделать это самому. Я могу предложить вам десять тысяч способов, но это мои способы, а не ваши. На поставленные вопросы может ответить только сам человек, и ничего не будет достигнуто, если просто сидеть и слушать чужие способы разрешения проблемы.

Средство от избавления страданий лежит внутри самого человека. С самого начала средство от страданий лежало внутри меня самого, но я им не пользовался. Болезнь возникла во мне, но я не замечал ее до этого момента. Сейчас я вижу, что никогда не выйду на свет, пока, подобно свече, не стану своим собственным светом.

Помогать себе можно по-разному. Помогать себе можно по-разному: каждый день делать открытия, просто за всем подряд наблюдая; быть честным с самим собой, делать все, что от тебя зависит, что-то вроде упорной полной самоотдачи; и, прежде всего, понять, что нет пределов этому, так как жизнь представляет собой процесс развития.

Ключ к освобождению лежит внутри человека. Каждый человек ограничивает себя в движении, и этими оковами являются невежество, лень, страх и большое внимание к своей личности. Человек должен освободиться и принять тот факт, что мы все — люди этого мира, а значит, «летом мы потеем, а зимой мерзнем».

Уверенность в самом себе. Уверенность в самом себе — это значит понять, в чем нуждаешься, свою квалификацию.

Завоевать себя. Человек рожден для того, чтобы достичь великого, если у него есть сила завоевать себя. Видеть себя — значит ясно понимать, что правильно.

Надо доводить все до конца. Мы несем на себе груз прошлого до тех, пор пока НЕ ДОВЕДЕМ ВСЕ ДО КОНЦА.

Самую великую победу человек может одержать над самим собой. Самой великой победой является победа над самим собой. Могуч тот, кто завоевывает себя.

Изучайте свою природу, чтобы быть способными управлять ею. Чтобы быть способным управлять собой, необходимо принять себя таким, какой я есть, и не идти против своей природы. Каждый должен думать сам. Правильный путь большого человека может не подойти маленькому человеку. То, что правильно для того, кто делает все медленно, не подойдет тому, кто делает все быстро. Каждый человек должен знать свои сильные и слабые стороны.

Самопознание

Познавайте себя. Не думайте, что это поздно! Познавайте себя!

Ищите ответ внутри себя. Вместо того чтобы устанавливать строгие правила, необходимо заглядывать в себя и искать там, причину своих проблем и невежества. В итоге любое знание означает самопознание. Надо икать истину самому и все испытывать самому каждую минуту.

Самопознание происходит при помощи других людей. Узнавать себя — это значит изучать себя в совместном действии с другими людьми. Взаимоотношения — это процесс раскрытия себя. Взаимоотношения с другими людьми — это зеркало, в котором вы раскрываете себя, так как быть — это значит взаимодействовать с людьми.

Освобождающее свойство самопознания. Когда смотришь на свою собственную жизнь раскрытыми глазами, увеличивается знание о самом себе (другими словами, ваши умственные и психические способности раскроются вам). Также поймете, что знание о том, что вокруг вас, очень поверхностно. Чтобы исправить это, у самопознания есть свойство приносить освобождение.

Что хуже всего для человека. Хуже всего для человека — это не знать самого себя. Когда я только приехал, то снимался в телевизионной версии «Зеленого шершня» в 1965 году. Когда я оглядывался вокруг, то видел очень много людей. А когда смотрел на себя, то видел только робота. Все потому, что я не был собой и пытался воспроизводить несущественные способы обороны. Несущественные приемы: как повернуть

руку, как сделать движение — но я никогда не спрашивал себя, а как бы сделал Брюс Ли. Словом, если бы такое произошло со мной?

Критиковать других легче, чем понять себя. Легко критиковать других, но для того чтобы узнать, требуется, возможно, целая жизнь. Принимать на себя ответственность за свои поступки, хорошие и плохие, это нечто другое. Кроме того, все знание означает самопознание.

Непрекращающийся процесс избавления от всего наносного. Кажется, что всю свою жизнь я занимаюсь самоанализом, так как день за днем, понемногу, избавляюсь от всего наносного, что есть во мне. Чем больше я изучаю себя, тем проще мне становится делать это. Но все больше и больше возникает вопросов. А также все отчетливее и отчетливее я вижу: это не вопрос развития, то есть что было развито, а вопрос раскрытия того, что я забыл сделать. Однако это всегда находилось внутри нас, и никогда не было утеряно или искажено, но мы это неправильно использовали.

Необходимо ставить вопросы. Я знаю, что все считают, что мы являемся разумными существами. Но мне интересно, сколько людей задавали себе вопросы относительно всех этих известных фактов и истин, которые нам впихиваются в голову, как только мы приобретаем способность запоминать что-либо.

Надо учиться видеть по-настоящему. У нас есть два глаза, но многие из нас не видят в буквальном

смысле этого слова. Должен сказать, что когда глазами наблюдают за своими неизбежными ошибками, то очень быстро выносят приговор. Способность видеть по-настоящему, в смысле осознания всего подряд, помогает делать открытия, а открытие — это одно из средств раскрытия нашего потенциала.

Ищите причину негодования. Если вам трудно с кем-либо общаться, надо найти этому причину. Если чувствуете вину, найдите причину этому, затем выразите это, очень четко сформулируйте свое требование.

Самопознание ведет к свободе. Свобода лежит в том, чтобы понимать себя раз за разом.

Заботьтесь о душе. Погоня за удовольствиями беспокоит человека. Любовь к роскоши развращает человека. Поэтому мудрец заботится о душе, а не о внешности.

Самопознание и разум. Разумное действие заключается в том, чтобы познавать себя.

Осознание и робот. Надо знать себя, а не быть скучным роботом.

Трансцендентность. Я перешел от самореализации ради имиджа к самореализации, перестал слепо следовать пропаганде, непреложным истинам и т. д. Я стараюсь искать причину своего невежества.

Уважение людей и самоуважение. Что лучше уважение людей или самоуважение? Что лучше ценить

вещи или ценить себя? Что хуже иметь больше или иметь меньше? Чем больше ты имеешь, тем больше можешь потерять. Чем больше ценишь вещи, тем меньше ценишь себя. Чем больше зависишь от мнения людей, тем менее ты самодостаточен.

Самопознание — это настоящее мастерство. Настоящее мастерство выше любого искусства. Оно происходит от совершенного владения собой, то есть развитой посредством самодисциплины способности быть спокойным, полностью осведомленным и в полном согласии с самим собой и окружающим миром. Только тогда человек может познать себя.

Самопознание — это цель жизни. Пока мы живем, мы должны раскрывать, понимать и выражать свою сущность.

Самовыражение

Стремитесь к самовыражению. Стремитесь к самовыражению, а не просто функционируйте, повторяя выбранную модель поведения в жизни.

Значение самовыражения. Очень важно самовыражаться. Только самодостаточный человек может быть один, а многим людям нужна толпа, за которой можно следовать и подражать.

Выражайте то, что видите. Не надо просто повторять, а важно стараться передавать то, что видишь.

Самовыражение помогает выстраивать настоящие отношения. Не надо быть ни таинственным, ни сложным, а простым и открытым. Когда человек открыт, это помогает ему выстраивать настоящие отношения с людьми.

По направлению к самовыражению. Единственный путь к самовыражению — это полностью, непосредственно, не откладывая выражать себя. Физически и умственно вы должны быть одним целым.

Трудно быть честным в самовыражении. Быть честным в самовыражении, не лгать самому себе — это очень трудно сделать, мой друг.

Самовыражение — это реакция на то, что есть. Когда человек не «выражает» себя, он не свободен. Поэтому он начинает бороться, а борьба является причиной рутины. Очень скоро, вместо того чтобы реагировать на то, что есть, человек выполняет рутинные дела.

О развитии человека

Развитие человека. Развитие человека осуществляется через выполнение определенных ролей в обществе и путем заполнения пустых пространств в личности человека с тем, чтобы личность человека опять стала целой и полной.

Для развития человека необходимо делать что-либо. Чтобы развиваться, открывать новое, необходимо участвовать в каком-нибудь деле, иногда это приносит мне радость, а иногда разочарование.

Необходимо осознать Здесь и Сейчас. Когда вы произносите слова «здесь» и «сейчас» и осознаете это, тогда вы развиваетесь. Это средство для того, чтобы вновь почувствовать себя одним целым и взять обратно то, что принадлежит вам по праву.

Природа развития человека. Развитие человека — это постоянно делать открытия и понимать на протяжении всей жизни.

Процесс обучения не имеет границ. Я никогда не скажу, что достиг чего-либо. Я все еще учусь, так как этот процесс не имеет границ.

Необходимо расти. Не держитесь за то, что у вас есть. Это подобно парому, на котором люди переправляются на другой берег. Как только выйдите на другой берег, не несите паром на своей спине. Необходимо идти вперед.

Открытие + понимание = развитие + учение. Каждый день открывать что-то новое и понимать это — в этом и состоит развитие человека и его обучение. Я счастлив, так как я развиваюсь каждый день. Я честно не знаю, где находится предел моего развития. Надо быть уверенным, что каждый день можно сделать новое открытие.

Необходимо делать открытия каждый день. Я совершенствуюсь и делаю открытия каждый день. Если этого не происходит, значит, вы «затвердеваете» и приобретаете определенную форму.

Зрелость и взросление. Нет такого слова как «зрелость». Потому что если есть зрелость, значит, есть завершение, прекращение развития. Но это «конец». Вот там и закрывается крышка гроба.

О взрослении. Взрослеть — значит принимать ответственность на себя за свою жизнь и быть самостоятельным. Взросление — переход от поддержки вас окружающими к независимости.

Развитие человека — процесс постоянный. Человек постоянно развивается. Если он связан определенными представлениями или «способом» того, как надо что-то делать, то тогда он перестает развиваться.

Возраст и открытие. Возможно, с возрастом физическая форма человека ухудшается, но способность делать открытия каждый день не меняется. Вы не становитесь лучше по мере взросления, вы просто становитесь мудрее.

Понимать — значит проводить связи между явлениями. Чем больше человек понимает, тем больше и глубже будет связь его со всем, что вокруг него.

Цель развития человека. Цель развития человека — все больше и больше отходить от разума и все больше и больше возвращаться к своим чувствам. Больше и больше быть в связи с самим собой и с миром, вместо того чтобы следовать иллюзиям, предубеждениям и др.

Разочарование — это средство для развития человека. Люди должны развиваться посредством грамотного использования своих разочарований, в противном случае у них не будет стимула для развития своих собственных методов для решения проблем.

Развитие человека как результат противоположностей. В результате сравнения могут родиться новые представления.

Учиться на своих ошибках. Когда я слушаю о своих ошибках, то учусь.

Простота

Совершенная простота = здравый смысл. Совершенная простота здравого смысла — это наиболее прямой и логичный путь.

Настоящее совершенство стремится к простоте. Пиком развития является простота. Развитие на полпути представляет собой украшение.

Путь простака. Простак не устанавливает законы, принимает все по мере того, как это происходит в

жизни. Это простота по-настоящему утонченного человека.

Простота является результатом основательного развития. Простота является естественным результатом совершенного развития. Гений обладает способностью видеть и выражать просто то, что действительно просто! По-настоящему хороший художник, придерживающийся философии дзэн-буддизма, утверждает все, используя минимум линий и усилий.

Простота заключается в том, чтобы отбрасывать все несущественное. Каждый день надо не увеличивать, а уменьшать, отбрасывать все несущественное! Чем ближе к первопричине, тем меньше потери.

Люди, реализовавшие себя наполовину, много говорят, чтобы произвести впечатление. Плохие учителя, наставляющие на Путь, используют витиеватый стиль.

Простоты трудно достичь. Действительно сложно передать все очень просто.

Простота — это внутреннее чувство. Простота — это то, что находится внутри человека, она лишена противоречий, сравнений. Это способность восприятия при подходе к любой проблеме, но это не просто подход к проблеме с определенной идеей, верой или определенным образом мыслей.

Простота — это естественность. Естественность сравнивают с тем, как течет вода. Женское и детское начала — это путь слабых людей. Хотя кажется, что превозносят слабых людей, но наибольшее ударение делается действительно на «простоту».

Часть VIII



Последние принципы

Инь и Ян

О Инь-Ян. Инь и Ян — это два взаимодействующих начала одного целого, каждый из которых содержится друг в друге и ограничивает свойства своих составляющих. Этимологически Инь и Ян означают светлое и темное начала.

Этимология Ян. Ян (белое) представляет собой положительное, твердое, мужское, прочное, светлое, дневное, теплое начало и т. д.

Этимология Инь. Инь (черное) представляет собой негативное, мягкое, женское, непрочное, темное, ночное, холодное начало и т. д.

Основная теория о Инь-Ян. Основная теория о Инь и Ян в том, что нет ничего настолько постоянного, чтобы не меняться. Другими словами, когда активное начало (Ян) доходит до наивысшей точки, то становится пассивным, а пассивное начало — это Инь. Наивысшая точка пассивности точно также возвратится к активному началу, то есть Ян. Таким образом, активное начало является причиной пассивного начала и наоборот. Этот принцип взаимно дополняющего взаимодействия начал работает непрерывно. Отсюда можно видеть, что оба начала (Инь и Ян), хотя и противоположны друг

другу, но в действительности взаимодействуют и переходят одно в другое.

Инь и Ян не являются противоположностями друг друга. Распространенная ошибка Запада рассматривать эти два начала, Инь и Ян, как дуалистические, то есть, что Инь является противоположностью Ян и наоборот. Лучше рассматривать эти два начала как причину и следствие, но никогда не смотреть на них как на пару, подобно звуку и эху или свету и тени.

Инь-Ян, а не Инь и Ян. Нельзя вставлять союз «и» между Инь и Ян, так как Инь-Ян — это не два начала, но как полюса взаимосвязанного процесса. Это как крутить педали велосипеда: надо постоянно надавливать на педали; велосипед будет ехать только в том случае, если будут работать обе ноги. Одно нельзя отделять от другого. Почему мы должны так думать? Это подобно тому, как пытаться заставить идти слона, толкая его. Это неестественно. Надо следовать естественному процессу, подобно тому, как мы крутим педали велосипеда. Если же только давить на педали, а затем отпускать, то никуда не уедешь и не сможешь насладиться красотой пейзажа.

О равновесии Инь-Ян. В символе Инь-Ян есть белая точка на черном фоне и черная точка на белом фоне. Это символизирует равновесие жизни: ничего не может существовать долго, если будет следовать одному началу, будь то чистое Инь (пассивное начало) или чистое Ян (активное начало). Не забывайте, что на ветру самое крепкое дерево быстрее ломается, тогда как бамбук или ива гнутся в направлении ветра. Из-за сильной

жары можно умереть, так же как и из-за сильного холода. Насилие, доведенное до наивысшей степени, не может длиться долго, лишь разумная умеренность может. Следовательно, позитивное начало (Ян) можно уравновесить негативным началом (Инь) и наоборот.

Кунь (Инь) прекрасно дополняет Чянь (Ян). Кунь (Инь — воспринимающее начало) прекрасно дополняет Чянь (Ян — позитивное начало). Дополняет, а не противостоит ему, так как воспринимающее начало не противостоит позитивному началу (Чянь), а дополняет его. Позитивное начало (Чянь) должно приводить в движение и вести воспринимающее начало. Только когда оно отходит от этого положения и начинает вести себя как равное начало, в таком случае это оборачивается злом. Каждое начало является причиной и следствием одно другого. Тогда в результате начинается противостояние и борьба с позитивным началом, которое несет зло. Именно позитивное начало порождает все, но рождение делает возможным воспринимающее начало. Воспринимающее начало приспосабливает себя к свойствам позитивного начала и делает их своими собственными. Следовательно, у воспринимающего начала нет необходимости в своей цели или в каком-либо усилии, наоборот, все происходит так, как должно происходить. Инь открывается, когда движется, и закрывается, когда отдыхает. Будьте мягкими, но не уступайте, твердыми, но не жесткими.

О дзэн-буддизме и Инь-Ян. Философия дзэн-буддизма много позаимствовала из китайского учения о равновесии: Инь, являющееся женским и мягким началом, и Ян, являющееся мужским и твердым началом.

Осознав эту основную идею, необходимо понять еще одно: нет такого явления как Инь и Ян в чистом виде. Мягкость должна быть прикрыта твердостью, а твердость необходимо смягчить.

Инь-Ян и взаимодействие добра и зла. Добро и зло, радость и боль существуют, но друг для друга. Вместо того чтобы быть противоположностями, они дополняют друг друга, являются функцией друг друга. Например, если бы я не чувствовал боли, как бы я мог почувствовать радость и наоборот? Когда смотришь на небо, то можешь отличить маленькие звезды, потому что есть большие, а если бы небо не было черным, то не было бы видно звезд. Дело не в борьбе добра со злом, но в том, чтобы плыть, подобно волнам, на воде.

Путь Инь-Ян. Когда хочешь расшириться, то прежде надо сжаться. Если хочешь быть сильным, то прежде надо быть слабым. Когда хочешь брать, то прежде надо отдавать. У всего в этом мире есть своя противоположность существования и несуществования (позитивное и отрицательное).

Инь-Ян в отношении восточной и западной культур. Ничего не может быть выше другого. Западное образование является хорошим в одном отношении, а восточное — в другом. Вы скажите: «Этот палец хорошо использовать с этой целью, а этот палец подойдет для другой цели». Но вся рука в целом подойдет для любой цели. Есть нечто хорошее в китайской культуре, но и в западной культуре есть хорошее. Восточная и западная культуры не исключают друг друга, но зависят

друг от друга. Не было бы ничего примечательного, если бы не существование другого.

Инь-Ян в отношении мужчины и женщины. Ни одна женщина не должна пассивно следовать за мужчиной. Она должна учиться активно следовать за мужчиной. У нее должно быть то, что на Западе называется «твердостью характера». По той же самой причине ни один мужчина не должен проявлять только твердость, его решимость должна смягчаться состраданием.

Инь-Ян представляют всеобщее. В действительности все является одним целым и не делится на отдельные части. Когда говорят, что «из-за жары выделяется пот», то жара и потение — это два взаимосвязанных процесса, и одно не может происходить без другого. Как объекту нужен субъект, так и сомневающийся человек не занимает независимую позицию, а действует как помощник. У всего есть своя вторая сторона, и они взаимосвязаны, то есть не исключают друг друга, они зависят друг от друга, являются функцией друг друга. Ничто не существует само по себе, но все существует ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ. Инь и Ян помогают друг другу, так как эта двойственность помогает выстраивать гармоничные отношения.

Инь и Ян и направление развития крайностей. Нельзя спасти то, что доведено до крайности. Например, нельзя назвать прической то, что на голове у молодых людей сегодня, так как эти прически годятся лишь для маскарадов. Мода не может продолжаться долго, так как доходит до крайности и начинает утомлять как тех, кто следует моде, так и тех, кто просто наблюдает за

ней. Возможно, даже скорее устанут те, кто смотрит, но в любом случае скука охватит всех. Так называемая элита общества состоит из очень скучных людей, в том смысле, что они всегда впадают в крайности.

Инь-Ян и болтовня. Кто много говорит, у того быстро наступает истощение сил.

Всеобщность

Не имейте пристрастий. Не имейте пристрастий, какими бы удивительными они ни казались. Надо смотреть на все как на целое.

Надо находиться под воздействием целостности творческой энергии. «Игриво» относитесь к серьезному во время творческих приливов (первоначальная творческая энергия), чтобы находиться под всеобщим воздействием этой энергии, а не части ее.

Всеобщность и просветление. Чтобы достичь просветления, надо исключить все, что делает непонятным «истинное знание», «действительность». В то же время здесь подразумевается «безграничное расширение», и действительно акцент надо делать не на развитии «отдельной части, входящей в состав целого», а на развитии «всего целого, которое входит в ту отдельную часть и объединяет ее с остальными».

Во всеобщем нет наиболее эффективных частей. В том, что представляет собой целое, нет такого понятия как эффективная составляющая. Как можно на что-то целое реагировать при помощи отдельной

части? В большем есть меньшее, а в меньшем нет большего.

Путь к свободе проходит через всеобщее. Подвижность заключается в изменении всего. Самопознание ведет к знанию. А всеобщее ведет к абсолютной свободе.

Не надо выделять то, что нравится и что не нравится. Не надо смотреть на то, что нравится и не смотреть на то, что не нравится. Надо просто смотреть, вот тогда можно увидеть целое, а не отдельные части.

Не придерживайтесь одного взгляда. Всеобщее означает, что надо следовать за тем, что есть, потому что то, что есть, постоянно движется и постоянно меняется. А если придерживаться одного взгляда, то отстанешь от того, что есть, так как оно передвигается с большой скоростью.

Всеобщее в действии. Действие не ставит вопросов, что правильно, а что нет. Только если действие частичное, а не целое, тогда и возникают вопросы о том, что правильно, а что нет.

Быть целым. Организм работает как одно целое. Мы не представляем собой сумму частей, но очень тонкую согласованную работу различных кусочков, которые составляют весь организм. Нельзя сказать, что у нас ЕСТЬ сердце и почка, так как мы ЯВЛЯЕМСЯ сердцем, почкой, головным мозгом и т. д.

О том, как смотреть на одно целое. Чтобы видеть одно целое, надо наблюдать за всем со стороны.

Дао

История Дао. Для китайцев все происходит из небытия, пустоты, которая неопределенна, абстрактна, охватывает все и называется дао: оно для них превыше всего. До Конфуция термином «дао» обычно называли дорогу, путь или способ действия. Конфуций употребил его как философское понятие для обозначения правильного поведения в моральном, социальном и политическом смысле. Последователи даосизма использовали термин «дао» для обозначения всеобщности вещей, который приравнивался термину «Абсолютное» у некоторых философов. «Дао» являлось основой всего, откуда все появилось. Оно было простым, не имело формы, желаний, ни к чему не стремилось, было предельно довольным.

О мягкости в книге «Дао дэ цзин». В книге «Дао дэ цзин», в которой выражены взгляды даосизма, Лао-цзы указал на значение мягкости. В отличие от распространенного взгляда на Инь, как на мягкое и гибкое начало, оно должно ассоциироваться с жизнью и выживанием. Если человек умеет уступать, то он выживет. Напротив, человек под влиянием Ян, которое является твердым и несгибаемым началом, легко ломается под давлением чего-либо.

О соединении с дао — личный опыт. Я лежал в лодке и почувствовал, что соединился с дао, так как слился с природой. Я просто лежал, а лодка сама плыла по течению. В тот момент я достиг такого состояния, когда все противоположности сосуществуют, а не исключают друг друга, когда больше не

было противоречий внутри меня. Весь мир казался мне одним целым.

Дао и пустота. Ассимиляция дао заключается в «мягкости», бедности духа и спокойствии. Иногда это выражают одним словом «пустота». Агрессивность, гордость приведут к падению, насилие обернется поражением; все это является результатом неправильного использования дао.

Философия даосизма. Даосизм — это философия о единстве Вселенной (монизм) и возвращении, поляризации (Инь и Ян), о вечном движении по кругу, о сглаживании всех различий, о возвращении всего к первоисточнику, Божественному разуму, источнику всех вещей. Из этого, вполне естественно, не возникает желание борьбы за лучшее положение. Таким образом, христианские проповеди о смирении и кротости имели рациональное основание, так как воспитывался мирный дух человека. Это подчеркивает непротивление и важность доброты.

Дао — это истина. У слова «дао» нет точного эквивалента в английском языке. Если назвать это «путем», «принципом» или «законом», значит, дать ему слишком узкое толкование. Хотя нет ни одного слова, которое бы определило его значение, я бы все-таки использовал бы слово «истина».

Истина

Быть честным и правдивым. Каждый должен быть честным и правдивым в своем подходе, постоянно

проводить независимые расследования и не следовать слепо определенному образцу, установленному другими.

Истина там, где нет проблемы. Мы найдем истину, когда рассмотрим проблему. Проблема никогда не существует отдельно от вопроса, проблема — это и есть ответ, так как понимание проблемы способствует разрешению проблемы. Ошибочно думать, что можно дать универсальное определение для проверки чего-либо.

Какие предположения являются правильными. Предположение правильное, если:

- каждое утверждение соответствует реально существующему факту;
- каждое утверждение представляет собой нечто вроде символа, который рисует какую-нибудь картинку, например, музыкальные гаммы. Если картинка правильная, то утверждение верно;
- неопределенная точка зрения;
- ясная точка зрения;
- каждое утверждение должно вписываться и не противоречить образцу;
- нельзя проанализировать опыт и выявить там подлежащее и сказуемое;
- можно рассмотреть опыт как целое;
- действительность понятна.

Правильные утверждения. Утверждение относительно реальности верно, если не противоречит другим утверждениям относительно реальности.

Правильная точка зрения. Точка зрения является правильной, если действия по этому убеждению оправдывают ожидания.

Истина в природе. Элемент правды есть во всем. Природа учит, хотя иногда она может ввести в заблуждение.

Человек, ищущий истину, живет тем, что есть. У человека, который действительно серьезно настроен найти, в чем находится истина, нет определенной линии поведения. Он живет только тем, что есть.

Человек должен на опыте испытывать, что правильно, чтобы это имело значение. Сытый человек не поверит, что существует голод. Через это надо пройти, чтобы понять. Никто не может за вас съесть пищу и переварить ее, чтобы у вас появились жизненные силы.

Осознание истины. Истина приходит, когда вы лишены всяких желаний и не стремитесь больше стать кем-либо. Это возможно, только когда ум спокоен и постоянно ко всему прислушивается.

Пример истины. Я до этого сказал, что «истину нельзя найти по карте». Ваша истина отличается от моей. Сначала вы можете подумать, что это и есть истина, но позже вы откроете еще одну истину и откажетесь от предыдущей истины, так как эта истина ближе. Возможно, когда узнаете больше о том, что не есть истина, то будете ближе к тому, что есть истина. Например, тот, кто испытывает боль, не обязательно

понимает, что она представляет, а также принимает ее или даже отрицает ее существование. Но она существует. Тем не менее, из этого не следует, что все также понимают боль и приходят к такому же выводу. Все, что надо сделать, это внимательнее отнестись к профессии врача. Однако, когда я говорю, что боль существует, то не имею в виду, что ЧТО-ТО испытываю, но переносить это ЧТО-ТО на другого человека, а не на себя — вот в чем трудность. Я уверен, что это нечто больше, чем семантическая трудность, это невозможно сделать. Семантически мы все реагируем на данную идею, представление или слово одинаково. То есть если представление, идея или слово выражено средствами родного языка.

Истину нельзя ограничить. Истину нельзя привести в систему или ограничить. Где нет центра и окружности, там и истина.

Истину нельзя представить в организованном порядке. Нельзя представить истину в организованном порядке. Это подобно тому, как если пытаться завернуть воду в бумагу и придать ей форму.

Учитесь в истине. Развивайтесь и учитесь в истине, то есть много работайте, получайте удовольствие от составления плана и дальнейшего его выполнения. Частичное развитие не поможет подойти к истине. Нет «вашего направления» или «моего направления» развития, но есть понимание проблемы разумом.

Путь к истине. Путь к истине состоит из поиска истины, осознания истины (и ее существования), восприятия

истины (ее сущности и направления, подобно восприятию движения), понимания истины, ощущения истины на собственном опыте, совершенствования истины, предания истины забвению: забыть то, что несет истину, возвратиться к первоисточнику, из которого происходит истина и покой, — в небытие.

Все хорошие философы применяют свои представления об истине в жизни, чтобы понять ее. Согласно учению Дао, хороший философ применяет в жизни свои представления об истине, чтобы понять ее. Кришнамурти сказал, что чтобы увидеть истину, нельзя воспринимать все по отдельности, надо видеть все как единое целое.

О значении честности. Если не хочешь споткнуться завтра, то говори правду сегодня.

Истина в жизни. Истина и Путь проявляются в простых ежедневных движениях. По этой причине многие это упускают (Если есть тайна, то ее упускают при поиске). Если есть истина, то человек, должно быть, потерял ее, когда стремился ее раскрыть. Истина здесь, но люди хотят украсить простую истину, приделать змее ноги.

Истина как освобождение. Непосредственное осознание, во время которого формируется «истина, которая нас освобождает», — это не истина, как объект познания. Ею может стать только истина, которая была прочувствована на опыте человека при непосредственном и реальном ее осознании.

Гнев и истина. Человек, которому открыта истина, не может злиться.

Истина выше всех «за» и «против». Истинный путь сложен только для тех, кто выбирает. Не оказывайте ничему предпочтений, и тогда все будет понятно. Одно ничтожное сравнение может разделить небо и землю. Поэтому если хотите, чтобы истина всегда была вам понятна, никогда не будьте за и против чего-либо. Борьба между «за» и «против» — это самая тяжелая болезнь ума.

Истина тоже меняется. Я меняюсь и развиваюсь, поэтому, что казалось истиной два месяца назад, сейчас так не кажется.

Это дорога без определенного направления. Истина — это путь без определенного направления. Путь не являющийся путем. Это полное выражение, у которого нет до и после. Поэтому как могут существовать способы и системы достижения того, что живет своей жизнью? К тому, что статично, определено, мертво, может быть путь, определенная дорога, но только не к тому, что живет своей жизнью.

Истина находится за пределами форм и систем. Истина находится за пределами всяких форм и систем, поэтому ничего нельзя исключать из поля своего внимания. Истина не представляет собой определенную идею и, конечно же, не является выводом из чего-либо. Направления и методы включают в себя выводы, но истина жизни заключается в развитии.

Каждый сам для себя должен определить, что есть истина. Надо немедленно создать атмосферу свободы, так чтобы можно было жить и определить для себя, что есть истина. Это необходимо для того, чтобы можно было смело смотреть в лицо жизни и в то же время обладать способностью понимать ее, а не просто к ней приспосабливаться. Каждый сам может сказать, теплая вода или холодная. Точно так же человек должен убедить себя в правильности своих ощущений, только тогда они становятся настоящими.

Избегайте всего декоративного. Избегайте всего декоративного и банального.

Абсолютная истина. У абсолютной истины нет символа, нет направления, нет сверхчеловека.

Истину нельзя вычитать в книге. Истину нельзя вычитать в книге. Следовательно, такая книга служит лишь препятствием в ваших поисках истины. Необходимо самому искать истину и не зависеть от чьей-либо точки зрения или книги.

«Палец, показывающий на луну». Все написанное здесь в лучшем случае можно сравнить с «пальцем, показывающем на луну». Не принимайте палец за луну и не фиксируйте взгляд лишь на пальце, а иначе не увидите, как прекрасно небо. Кроме того, палец полезен потому, что он направляет внимание от себя на свет, освещающий и палец, и все.

Пустота — это конец. Сейчас я должен закончить, мой друг. Перед тобой длинное путешествие, и надо

провести его не в темноте. Начиная с этого момента, сбрось весь груз предвзятых представлений и «раскройся» всему и всем, что ждет тебя впереди. Не забывай, мой друг, что польза чашки в том, что она пустая.

Конец — это начало. Таким образом, начало и конец являются соседями. В гаммах в музыке можно начать играть с самых низких звуков, а затем подняться до самых высоких. Когда доходишь до самых высоких, то понимаешь, что они находятся рядом с самыми низкими. Знать, как будто не знаешь, — вот в чем состоит высшая мудрость.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Афоризмы Брюса Ли, приведенные в данной книге

- В начале всего лежит пустота
- Следуй течению жизни
- В жизни нет никаких границ
- Жить — это значит всегда ко всему иметь свое отношение
- Жизнь действительно существует
- Жизнь ради жизни
- Жизнь — результат наших чувств
- Смысл кроется в отношении человека
- Манипуляция и контроль не единственные радости жизни
- Насилие — часть жизни
- Иногда в жизни возникают неприятности
- Маятник жизни должен находиться в равновесии
- Пластичность жизни
- Жизнь — великий учитель
- Жить — значит создавать
- Совершенство жизни в простоте
- Жизнь невозможно понять сразу
- Наслаждайтесь жизнью
- Бытие первично по отношению к сознанию
- Бытие динамично по своей природе

- «Sum, ergo cogito»
- Существует фундаментальная взаимосвязь между бытием и познанием
- Вечность мгновения
- Зрите в корень
- Полностью отдавайтесь чему-либо, исходя из своей сущности
- В начале всего лежит сущность
- Сейчас — вот истина
- Сейчас включает в себя все
- Сейчас охватывает все, что существует
- Живи настоящим моментом
- Полностью осознайте то, что сейчас
- Невозможно оказывать влияние на то, что сейчас
- Мгновение — вот свобода
- Сейчас созидательно
- Сейчас изобретательно
- В сейчас отсутствует беспокойство
- Чтобы жить сейчас, необходимо забыть о вчерашнем дне
- Сейчас нельзя разделить
- Материя и энергия являются одним и тем же
- Небытие — это форма развития
- Не существует способов для описания реальности
- Знание приходит с опытом
- Формальная реальность равна объективной реальности
- Разум должен быть спокоен, чтобы действительно увидеть
- Избавьтесь от предвзятых мнений
- Общепринятые правила мешают воспринимать реальность

- Реальность становится очевидной, когда перестаешь сравнивать
- Реальность — это быть собой
- Пустота — живая субстанция
- Пустота как поток творческой энергии
- Первопричина всего находится вне пределов понимания человека («без места нахождения»)
- Думая о смерти, не забывайте о жизни
- Надо смириться с возможностью смерти
- Надо учиться умирать
- Осознайте свою человеческую природу
- Людям свойственно все объединять
- Человек — это результат того, как он управляет своими природными инстинктами
- Человек — это творческое животное
- Честность с самим собой помогает стать «настоящим» человеком
- Необходимо действовать исходя из своих убеждений
- Действие — прямой путь к самоуважению
- Только действие наполняет жизнь силой
- Надо не думать, а действовать
- Суть в том, чтобы делать
- Конец человека в действии
- Существует действие как умственное, так и физическое
- У-вей — это естественное действие
- Не растрачивайте все силы сразу
- У-вей — это спонтанное действие
- Не ищи, но разрешай
- У-вей — это проявление творческой интуиции
- Умный человек постоянно учится
- У умного человека пытливый ум

- Человек сам себе начальник
- Надо освободить ум
- Мысль не может быть полной
- Ограниченный человек не может свободно думать
- Ум человека должен на все реагировать
- Не будь рабом учения
- Человек все видит внутренним умом
- Ум — это основная реальность
- Ум — это динамический аспект пустоты
- Не указывайте уму
- Уму неприсуща активность
- Ум, не связанный условностями, интуитивно постигает истину
- Развивайте живость ума
- Бесконечная подвижность ума
- Очищенный ум
- Искренняя мысль
- Внутренняя мысль и ее внешнее выражение одинаковы
- Цель учения не в накоплении знаний
- Мысль продолжает жить подобно ручью, у которого нет конца
- Освободитесь от понятий и увидите истину своими собственными глазами
- Уравновешивайте мысли с действием
- Абстрактные мысли отдаляют от жизни
- Надо жить, а не строить представления о жизни
- Не позволяйте мыслям удалять вас от жизни
- Понятия мешают чувствовать
- Абстрактный анализ не дает ответа
- Знание — это не просто восприятие
- Знание наделяет силой, а характер — уважением

- Новые идеи всегда вознаграждаются
- Идея, вызванная эмоциями, приобретает физическое выражение
- Сама по себе идея не может быть ошибочной
- Через восприятие лежит путь к истине
- Воспринимать — значит постоянно осознавать
- Воспринимающий ум понимает истину
- Восприятие подразумевает и восприятие существования
- Полное понимание достигается через непосредственное восприятие мира
- Только через наблюдение можно увидеть чудо
- Наблюдайте за всем спокойно
- Восприятие — это непосредственное осознание мира
- Непосредственное восприятие — это наблюдение без вынесения оценок
- Никогда не делайте вывода в самом начале
- Не надо ни на чем задерживаться
- Надо избавиться от самосознания
- Секрет нирваны в том, чтобы быть бессознательно сознательным
- Самосознание характеризуется постоянством
- Необходимо стать выше самосознания
- Надо видеть все, пропуская через себя
- Надо стать прозрачным
- В сосредоточенном состоянии надо соблюдать осторожность
- Слишком большая сосредоточенность ограничивает жизнь
- В сосредоточенном состоянии необходимо осознание
- Сосредоточение — это путь к успеху

- Разум — это природный свет
- В действиях надо руководствоваться разумом
- Для логики характерно использование повествовательных предложений
- Ваша путеводная нить — это сознание
- Эмоции выражаются через сокращения мышц
- Надо давать выход гневу
- Эмоции бывают как положительные, так и отрицательные
- Счастье — это показатель нравственности человека
- Хороший муж или жена — это настоящее счастье
- Счастье требует поступков
- Стыд — это страх унижения
- В гордости присутствует страх и ощущение ненадежности
- Чем больше мы ценим вещи, тем меньше мы ценим себя
- Верховный суд ума
- Отказ от действия дарит покой и легкость
- Проявление воли может привести к фатальному исходу
- Герой — это своевольный человек
- Своеволие не подчиняется внешним законам
- Цель жизни своевольного человека заключается в развитии
- Помогай людям
- Старайся не обижать людей
- Следи за тем, что говоришь
- Надо помогать соседу
- Настоящие друзья — это редкость
- Пусть дружба развивается сама по себе
- Мечты — это будущая реальность

- Практичные мечтатели никогда не отступают
- Некоторые мечты отражают личность человека
- Духовное начало управляет существованием
- Важно реализовывать духовное начало
- Духовная сила превосходит все по своей мощи
- Энергия и/или энтузиазм — это Бог, который внутри нас
- Созерцать небо, в то время как живешь на земле
- Страдание закаляет дух
- Характер — это форма души
- Духовный рост происходит через привычные явления в жизни
- Духовное управляет телесным началом
- Внутри себя надо все сводить до минимума
- Дух не имеет формы выражения
- Быть подобно воде
- Здоровье — это состояние равновесия
- Ухаживание не всегда ведет к браку
- Нельзя разлюбить совсем
- Надо верить в любовь
- Любви свойственна математическая точность
- Семейная жизнь — это дружба
- Семейная жизнь — это забота о детях
- Семья будет прочной, если строится на событиях повседневной жизни
- Для семейной жизни характерен следующий пример: 1/2+1/2=1
- Надо любить и не ставить условий
- Важно подтверждать свою любовь
- Никогда не бейте ребенка
- Детей необходимо учить дисциплине
- Человека судят по поступкам
- Обучение требует чуткости и гибкости

- Учитель указывает на истину, но не выдает ее
- Учитель не должен превращать процесс обучения в рутину
- Самое трудное в жизни — это учить
- Всегда проверяйте мои слова на практике
- Необходимо хвалить учеников
- Учить — значит выстраивать открытые отношения
- Духовно бедный человек стремится к материальному благополучию
- Нет строго установленных схем при обучении
- Редко встречаются искренние ученики
- О правильном поведении
- «Хорошая жизнь» — это процесс развития
- Объективные нормы требуют знания
- Не существует так называемых средств для достижения цели
- Развивайте способность понимать
- Быть счастливым — значит вести себя, сообразуя свое поведение с нормами морали в любой ситуации
- Требуется понимать, а не просто выносить суждения
- Скромность вызывает уважение
- Под небесами живет только одна семья
- Причина расизма коренится в традициях
- Быть свободным от традиций — значит не иметь предубеждений
- Несчастья оказывают на человека благотворное воздействие
- Несчастья заставляют думать
- И глупые вопросы имеют ценность
- Никогда не растрачивай энергию на беспокойство и негативные мысли

- Волнение — это способ защиты
- Проиграть не стыдно
- Чтобы сделать то, что хочешь, иногда требуется сделать то, чего не хочешь делать.
- Несчастье — великий учитель
- В мире очень много нарушителей спокойствия
- Потрясение от неприятностей способствует развитию человека
- Неприятности подобны ливню
- Поражение учит
- Во время уединения ты, по крайней мере, один
- Терпеливо переносите обиды
- Не доверяй первому встречному
- Мудрый извлекает пользу из неудач
- Внутреннее сопротивление — это не решение
- Не усугубляй несчастья беспокойством
- Нельзя очистить грязную воду руками
- Беспокойство только создает проблемы для окружающих
- Учитесь идти дальше
- Не подвергай мастерство испытанию
- Не допускай рассеянного внимания и соперничества
- Не старайся предвидеть исход боя
- Все споры можно уладить в законном порядке
- Надо управлять противоборством
- Не поддавайтесь иллюзии
- Приспособляемость заключается в неподвижности при движении
- Мудрость проявляется в том, чтобы приспосабливаться
- Меняйся вместе с тем, что изменяется
- Изменения неизменны

- Неподвижность в движении
- Умный человек обладает способностью приспосабливаться
- Надо прогибаться и тогда выживешь
- Приспосабливайтесь подобно воде
- Никогда ничего не дается просто так
- Больше работы приравнивается большему количеству вознаграждений
- Вознаграждение надо искать в работе
- Вознаграждение должно быть пропорционально сделанной работе.
- Сильное желание создает собственные таланты и возможности
- Нравственные принципы человека отражаются в его работе
- Никогда не растрачивай силы, работая ради денег
- Делайте больше того, что считается вашей обязанностью
- Несмотря ни на что стремитесь к совершенству
- Если требуется быть продуктом потребления, то будьте самым лучшим продуктом потребления
- Качество — это самое ценное
- Ум человека определяет результат
- Страдания, главным образом, результат образа мыслей
- Поражение — это состояние ума
- Поражение — это временное состояние
- Никогда не растрачивай энергию
- Упасть духом — значит потерпеть поражение
- Человек — это то, что он себе думает
- Изменение происходит от внутреннего к внешнему
- Не впадай в уныние

- Выбирай позитивный настрой
- Отбрось негативные мысли
- Цели придают смысл жизни
- Цель не всегда подразумевает, что ее надо достигнуть
- Не бойся неудач
- Мысли — это предметы
- Редко можно достичь цели, сделав на пути к ней лишь один шаг
- Отношение определяет высоту поставленных целей
- Всегда придерживайся своих целей
- Вера — это состояние духа
- Вера питает душу
- Успех возможен тогда, когда подготовка к чему-либо сталкивается с возможностью
- Успех усложняет достижение простоты
- Успех — это не конечный пункт назначения
- Деньги — это средство, а не конец чего-либо
- Деньги — это второстепенный вопрос
- Необходимо справедливо делить прибыль
- Удача не может длиться вечно
- Деньги — это далеко не все
- Важно получать удовольствие от работы
- «Звезды» появляются, а затем падают
- Успех не должен ослеплять
- Остерегайтесь людей, которые на все говорят «да»
- Искусство — это способ выразить себя
- Искусство начинается с чувств
- Забудьте о разуме и станьте со своей работой единым целым
- В искусстве требуется свобода и творчество
- Искусство недекоративно

- Искусство трансцендентально
- Искусство помогает услышать музыку души
- В искусстве требуется полная отдача
- Искусство — это духовное понимание
- Искусство развивается при помощи отражений души
- Простое искусство — это искусство души
- Художественное мастерство должно исходить из души человека
- Искусство является выражением души
- Художник должен быть художником и в жизни
- Искусство раскрывает сущность жизни
- Искусство — это совершенство природы
- Искусство раскрывает все возможности человека
- Использование художественной техники может ограничить художественное выражение
- Цельное искусство — это совершенное искусство
- Псевдоискусство — это результат неискреннего подхода
- В искусстве требуется душевная отдача
- Подлинное искусство нельзя перенять
- Искусство — это средство обрести личную свободу
- У подлинного художника нет зрителей
- Простота — это последний этап мастерства в искусстве
- Сфера кино — это сочетание бизнеса и искусства
- Не надо превозносить насилие
- Актер — это профессиональный посредник
- Актер, прежде всего, это человек
- Актер полностью отдается своей профессии
- В актерском мастерстве важно честное самовыражение

- Актер — это сумма всего, чем он является
- Пусть на вас не влияют общепринятые правила предыдущих поколений
- Устраните все психические препятствия
- Перестаньте оказывать внутреннее сопротивление
- Истина находится вне всяких установленных правил
- Освободите ум от всего и расширяйте границы своей жизни
- Вносите изменения в свою жизнь каждую секунду
- Человек должен сказать «нет» всем общепринятым правилам
- Придавать чему-либо определенную форму — значит препятствовать развитию
- Нельзя просто все отрицать
- Неосведомленные последователи истину могут превратить в могилу
- Система не дает развиться настоящему чувству
- Система создает препятствия для получения знаний
- Догмы мешают нам действительно видеть
- Традиция порабощает ум человека
- Индивидуальность человека намного важнее системы
- Истина находится вне пределов всех установленных систем
- Свобода выражения возможна, если выйти за пределы системы
- Система лишает человека свободы мыслить
- Дисциплинированный ум — это несвободный ум
- Важнее любой системы творческий человек

- Направление — это нечто завершенное, а человек это развивает
- Человек в рамках классической системы является рабом системы
- Пустоту нельзя ограничить
- Быть отчужденным — значит быть свободным от всего позитивного и отрицательного
- Надо решить проблему, чтобы освободиться от нее
- Приверженность к чему-либо препятствует развитию
- Чистота сознания — это отсутствие пристрастий
- Ум, который ни на чем не задерживается, подвижный ум
- У-синь — это естественный процесс протекания мысли
- У-синь — это свершение
- Сознание, лишенное мыслей, это свободное чувство
- У-синь — значит освободить себя от всего
- В философии дзэн-буддизма нет метафизики
- Философия дзэн-буддизма выявляет, что нет проблемы, а значит, нет и решений
- В буддизме не требуется прилагать усилия
- У дзэн-буддизма нет кумиров
- Медитация — это не сосредоточенность на самом себе
- Медитация — это просветление
- Просветление несет знание
- В результате медитации возникает мысль, которая не имеет физической природы
- Настоящая медитация приводит тебя в Сейчас
- У медитации нет причины

- Для медитации не требуется умственных усилий
- Медитация — это не процесс сосредоточения
- Медитация означает быть внутренне невозмутимым
- Неподвижность в движении
- Где есть система, там нет свободы
- Свободу нельзя продумать заранее
- Личное выражение человека должно быть свободным
- У свободы нет прошлого
- Свобода — это самопознание
- Наиболее мучительно человек переживает отсутствие надежности в жизни, когда находится один
- Не ищите образец для подражания среди успешных людей
- Следуйте своему предназначению в жизни
- Многие из нас воспринимают себя как средство в руках других людей
- Самореализация — это высшая ступень развития человека
- Стремитесь быть лучше
- Надо найти свой Путь
- Невежество слепо
- Человек, посвящающий себя самореализации, это настоящий человек
- Впитывайте в себя то, что полезно
- Настоящий индивидуализм кроется в самодостаточности
- Человек, который самореализовался, ищет свободу и чистоту
- Чтобы самореализовываться, необходимо уметь слушать
- Самый трудный путь — это путь самореализации

- Самореализация — это просветление
- Путешествие в поисках духовного начала совершается в одиночку
- Имидж создает зависимость
- На игру в представления о себе растрачивается ценная энергия
- Будьте всегда наготове, ставьте вопросы и ищите на них ответы
- Возможна только помощь самому себе
- Не бойтесь делать ошибки
- Не может быть внешней помощи
- Средство от страданий внутри человека
- Ключ к освобождению лежит внутри человека
- Надо доводить все до конца
- Самую великую победу человек может одержать над самим собой
- Изучайте свою природу, чтобы быть способным управлять ею
- Познавайте себя
- Ищите ответ внутри себя
- Самопознание происходит при помощи отношений с другими людьми
- Критиковать других легче, чем понять себя
- Надо учиться видеть по-настоящему
- Самопознание ведет к свободе
- Заботьтесь о душе
- Самопознание — это настоящее искусство
- Самопознание — это цель жизни
- Стремитесь к самовыражению
- Выражайте то, что видите
- Самовыражение помогает выстраивать настоящие отношения
- Трудно быть честным в самовыражении

- Самовыражение — это реакция на то, что есть
- Для развития человека необходимо делать что-либо
- Процесс обучения не имеет границ
- Человеку необходимо развиваться
- Открытие + понимание = развитие + учение
- Необходимо делать открытия каждый день
- Развитие человека — процесс постоянный
- Понимать — значит определять связи между явлениями
- Разочарование — это средство для развития человека
- Надо учиться на своих ошибках
- Совершенная простота = здравый смысл
- Настоящее совершенство стремится к простоте
- Простота является результатом основательного развития
- Простота заключается в том, чтобы отбрасывать все несущественное
- Люди, реализовавшие себя наполовину, говорят, чтобы произвести впечатление
- Простоты трудно достичь
- Простота — это внутреннее чувство
- Простота — это естественный путь
- Инь и Ян не являются противоположностями друг друга
- Кунь (Инь) прекрасно дополняет Чянь (Ян).
- Инь-Ян представляют всеобщее
- Не имейте пристрастий
- Надо находиться под воздействием целостности творческой энергии
- Во всеобщем нет наиболее эффективных частей
- Путь к свободе проходит через всеобщее

- Не надо выделять то, что нравится и что не нравится
- Не придерживайтесь одного взгляда
- Истина там, где нет проблемы
- Истина в природе
- Человек, ищущий истину, живет тем, что есть
- Человек должен на опыте испытывать, что правильно, чтобы это имело значение
- Истину нельзя ограничить
- Истину нельзя представить в организованном порядке
- Учитесь в истине
- Все хорошие философы применяют свои представления об истине в жизни, чтобы понять ее
- Истина выше всех «за» и «против»
- Истина тоже меняется
- Истина находится за пределами форм и систем
- Каждый сам для себя должен определить, что есть истина
- Избегайте всего декоративного
- Истину нельзя вычитать в книге
- Пустота — это конец
- Конец — это начало

Фирма «ДИЛЯ»
приглашает к сотрудничеству книготорговые организации,
а также на конкурсной основе авторов и правообладателей.

Санкт-Петербург: тел./факс (812) 378-39-29
Москва: тел. (095) 261-73-96

198095, Россия, СПб., Митрофаньевское ш., д. 18 лит. «Ж»
www.dilya.ru
E-mail: spb@dilya.ru *(Санкт-Петербург)*
mos@dilya.ru (Москва)

Уважаемые читатели!
Книги «Издательства «ДИЛЯ» вы можете приобрести наложенным платежом, прислав вашу заявку по адресам:

190000, СПб., а/я 333, «Невский Почтовый Дом», тел. (812) 434-91-39
E-mail: nevpost@yandex.ru
почтовый каталог книг «Издательства «ДИЛЯ» высылается бесплатно, а также:
192236, СПб., а/я 300 ООО «Ареал», (812) 774-40-63
E-mail: postbook@areal.com.ru
Просьба не забывать указывать свой почтовый адрес, фамилию и имя.

ПОРАЗИТЕЛЬНЫЕ МЫСЛИ
Жизненная мудрость Брюса Ли

Ответственный за выпуск *С. С. Раимов*
Редактор *А. Г. Кудряшова*
Художественный редактор *И. Н. Фатуллаев*
Корректор *Л. Г. Алёшичева*

ИД № 06073 от 19.10.2001

Подписано в печать 28.12.2005. Гарнитура «Times».
Формат 84×108$^{1}/_{32}$. Усл. печ. л. 11,76. Печать офсетная.
Тираж 5000 экз. Заказ № 237.

ООО «Издательство «ДИЛЯ»
198095, Санкт-Петербург, Митрофаньевское ш., д. 18, лит. «Ж».

Отпечатано с готовых диапозитивов в ФГУП ИПК «Лениздат»
Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям
Министерства культуры и массовых коммуникаций РФ.
191023, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, 59.

«Настоящий учитель никогда не говорит, что есть истина; он лишь направляет, указывает на путь к истине, которую каждый определяет для себя сам. Хороший учитель — лишь катализатор».

БРЮС ЛИ

На страницах книги «Поразительные мысли» вы узнаете о секретах феноменального успеха Брюса Ли как актера, мастера боевых искусств, а также почему его жизнь служила источником вдохновения для людей во всем мире. В книге более 800 высказываний, которые охватывают свыше 70 тем от духовности до обретения личной свободы и от семейной жизни до кино. Они выражают те взгляды, которыми руководствовался в своей жизни Брюс Ли.

Брюс Ли изучал кунг фу в Гонконге под руководством легендарного мастера Ип Мэна. Он окончил Вашингтонский университет, где специализировался на философии. В 1964 г. Брюс Ли основал институт кунг фу в г. Окланде, штат Калифорния. Там студентов обучали боевому искусству, позднее получившему название Джит кун до. С юношеских лет и на протяжении семилетней карьеры в кино Брюс Ли записывал свои мысли обо всем, что вызывало его интерес, особенно в области философии. Брюс Ли умер от отека мозга в 1973 г. в Гонконге в возрасте 32 лет.

ДЖОН ЛИТЛЛ *пользуется всемирной известностью как специалист по вопросам жизни и творчества, боевых приемов и философии Брюса Ли.*

ISBN 5-8174-0385-4

9 785817 403855

ИЗДАТЕЛЬСТВО ДИЛЯ
www.dilya.ru