

Айкидо: конфликт и гармония.

Интервью с Кристианом Тиссье

Интервью записано: Delphine Lhuillier

Источник: *Génération Tao* n° 52, www.generation-tao.com

Перевод с французского: Антон Коронелли

Благодаря своей философской составляющей, айкидо выделяется среди других боевых искусств. Морихей Уесиба стремился создать искусство, ключевым понятием для которого является «гармония». Но о «гармонии» какого рода идёт речь? Чтобы разобраться в этом, мы встретились с знаменитым как во Франции, так и в остальном мире, мастером айкидо – Кристианом Тиссье.

Целый час Кристиан Тиссье отвечал на наши вопросы. Благодаря его чётким, прагматичным ответам, ни одна тема не оказалась обойдённой вниманием. Мы начали со сравнения айкидо и цигун, и Кристиан рассказал нам о своём отношении к наиболее «мистической» стороне айкидо...

Что такое «гармония»?

GT: Как по-вашему, можно ли сказать, что айкидо – это, своего рода, разновидность цигун?

Я далеко не специалист по цигун, но думаю, что про любой вид тренировки, направленный на использование танден, центра, работу с дыханием, с устойчивой позицией, можно сказать, что он имеет что-то общее с цигун. Однако для меня это не главное, хотя некоторые и считают это основой айкидо. Я посвятил себя такому боевому искусству, в основе которого есть понятие конфликта, причём для айкидо характерен специфический взгляд на конфликт, поскольку мы пытаемся быть в гармонии со всем, что нас окружает, и, в частности, с тем, кто, со своей стороны не хочет быть в гармонии с нами. Поэтому и атакующий и защищающийся играют каждый свою роль. Мы пытаемся найти гармоничное разрешение конфликта притом, что роль партнёра заключается в том, чтобы помешать мне, создать для меня проблему. Идеал заключается в том, чтобы оказаться в гармонии с тем, кто этого не хочет. Это боевая составляющая, значение которой в том, что за всякую ошибку приходится расплачиваться. Если представить себе, что мы вооружены мечами, то последствие ошибки фатально, но когда мы тренируемся, то, совершив ошибку, мы можем начать сначала. Перенося эту мысль на общество в целом, можно сказать, что если мы не живём в равновесии с природой, то это тоже будет иметь для нас последствия.

Можете ли вы сказать, что айкидо учит тому, как строить взаимоотношения с другими?

Помимо своей внешней стороны, айкидо – это искусство, которое возвращает нас в ту среду, в которой мы живём, со всей её агрессивностью: шумом, резким светом, загрязнением, вирусами. Цель айкидо в том, чтобы избавиться от страха и не сдаваться перед лицом трудностей. Но это не значит, что мы обязательно должны бороться с ними, скорее, иметь стойкость для того, чтобы жить в гармонии со всем тем, что является частью нашей жизни. Так вот, на тренировке плохая позиция, напряженные руки или стресс мешают нам найти состояние этой гармонии. Мы стремимся справиться с атакой партнёра за счёт соответствующих техник, которые построены не на использовании силы, но на изменениях позиции и на владении своими рефлексам. Постоянные тренировки в таком духе не могут не налагать отпечаток на то, как мы ведём себя в повседневной жизни, поскольку в их основе принципы, противоположные самоизоляции, стремлению отгородиться от других. В айкидо партнёр играет роль дестабилизирующего фактора, а всё техники направлены на то, чтобы не потерять своей стабильности. Я думаю, что те, кто слишком много говорят об «энергии» в айкидо, возможно, обращаются к этой эфемерной теме, чтобы скрыть свою слабость в том, что касается техники.

Суммируя сказанное, Вы отдаёте предпочтение совершенствованию техники, но такой техники, принципы которой могут быть перенесены на повседневную жизнь.

Совершенно верно. Айкидо это не спорт, это такая дисциплина, в которой физическая активность соединена с внутренним совершенствованием. Эти две составляющие неразделимы, однако меня

в айкидо привлекла физическая составляющая и именно она для меня приоритетна. Другие, возможно, идут к той же цели, используя другие средства, будь то цигун, дзен или что-то ещё.

Айкидо и Ки

Какое место Вы отводите Ки в вашем айкидо?

Ки есть повсюду, ки всё время в движении, во всяком случае, так должно быть. Чем бы Вы ни занимались, например цигун или каллиграфией, если вы слишком напряжены, или Вы занимаете плохую позицию или плохо работаете с дыханием, течения ки не возникнет. В айкидо, мы стараемся сделать так, чтобы партнёр потерял равновесие. Часто при этом наши рефлексыв препятствуют движению ки. Занятия айкидо должны позволить нам найти наиболее экономичные движения, без лишнего напряжения, так что течение ки будет свободным. Для меня это главное в тренировке. Но даже айкидока высокого уровня не сможет измерить количество ки или сказать, что он работает с ки. Всё время говорить о ки это всё равно, что объяснять то, что вы хотите сделать, волшебством, и, по моему мнению, айкидоки поступают так чтобы скрыть недостаточное владение техникой. Но, при этом, их айкидо не будет работать с тем, кто не играет по их правилам. В основе представления о ки – спонтанность, проявления ки безграничны. Наверное, в айкидо для того, чтобы гармонично разрешить конфликт, достаточно найти правильную позицию. Дело, кроме того, и в предвосхищении того действия, которое неизбежно должно произойти, но ещё не произошло. Есть связь между намерением сделать что-либо и возможностью реализовать это намерение, связующим фактором между которыми является время.

Значит, речь идёт о предвосхищении.

Не только. Следует связать между собой три фактора. Когда партнёр вас атакует, Вы должны оценить все параметры происходящего – как прыгун с шестом, который сначала рассчитывает свой прыжок – чтобы возникло Ваше намерение действовать. Но намерение, за которым не следует действие – это только мечта, поэтому оно должно быть моментально реализовано. Если



есть намерение, оценка ситуации, спонтанность – то ки возникает в тот же самый момент.

Можно ли говорить в таком случае о владении своими инстинктами?

Прежде всего, дело в том, чтобы в тот же момент когда Ваше намерение действовать будет адекватно Вашим физическим возможностям и возможностям партнёра, Вы оказались в идеальной позиции, чтобы эти три элемента соединились. Надо понимать, что работа ки заключается не в том, чтобы продумать всё заранее. Иметь одно только

намерение недостаточно. Если Ваше намерение не будет мгновенно реализовано или если оно не принимает во внимание Ваших возможностей, ничего не выйдет. Воображение не имеет границ, например, я могу представить себе, что умею летать, но для того, чтобы намерение превратилось в действие, моё тело должно быть к этому подготовлено. Что касается инстинктов, то в айкидо мы постоянно работаем над тем, чтобы ими овладеть. Однако не инстинкты возвышают человека, а практика, направленная на развитие человеческих качеств.

Это очень близко к таоистскому принципу У-Вэй, согласно которому нужно лишь создать ситуацию, для того, чтобы необходимое действие произошло в нужный момент.

Конечно. В айкидо этот принцип очень ощутим, именно над этим мы работаем.

Обучение и передача опыта

Как менялось Ваше отношение к тренировке за время Ваших занятий айкидо?

Я начал заниматься очень молодым, и моим учителем был японский мастер, который уделял очень много времени разговорам об «энергии». Со временем, я осознал что эти «магические» рассуждения лишены смысла. Когда я попал в Японию, нам не рассказывали ни о ки, ни о духе, но

о технике. Парадоксальным образом, только в Японии я в первый раз услышал о том, какую роль играет работа бёдер, что такое «хара», почему должны быть расслаблены плечи. Разговоры были не о том, что такое «ки», а о том, как правильно двигаться. В своей основе тренировки были чисто физическими и, в нужный момент рядом всегда оказывался кто-нибудь, кто мог дать верный совет и помочь ухватить суть. Со временем, моя техника стала более точной и это позволило мне найти слова, чтобы формулировать то, что относится к самой тренировке - как это работает, на что нужно обращать внимание, что происходит в тот или иной момент, – чтобы передать это знание другим.

С накоплением опыта практика обретает смысл, от автоматического повторения мы переходим к осознанным занятиям.

Да. Изучение техники предполагает способность повторить одно и то же движение в идентичной ситуации. Как только техника удаётся, мы должны суметь увидеть все составляющие, физические и ментальные, благодаря которым она работает, но, кроме того, ещё и понять, что в ней действительно важно. Например, иногда достаточно посмотреть не в ту сторону, и техника уже не получится. Я должен понимать, почему в одном случае она работает, а в другом нет. Понемногу становится понятно, что всё взаимосвязано.

На Востоке, в отличие от Запада, не видят дихотомии между телом и сознанием.

Говорят, что такой дихотомии нет, однако она всё же существует. Скажем так, все «до», все японские дисциплины с которыми я знаком, включая икебану и искусство чайной церемонии, основаны на идее о том, что, через посредство определённой физической деятельности, можно работать над своим сознанием, чтобы обрести «Единение С Вселенной». Однако среди всех японских мастеров, которых я встречал, лишь один мог объяснить, что он делал. Остальные не задавались такими вопросами, для них это было неважно, поскольку речь шла о том, чтобы следовать традиции. Осознав это, я задался вопросом о передаче знаний другим. Если мы действительно учимся, только наблюдая демонстрацию техники, без каких-либо объяснений, то возникает риск упустить самое важное.

Правда, что на Востоке меньше верят в силу слова, чем на Западе, но на Западе слова не всегда соответствуют действиям.

Представители Западной культуры смогли разработать по-настоящему педагогический подход.

То, как я преподаю сейчас, в 50-е годы не встретило бы никакого отклика у японских учителей, однако сегодня ко мне прислушиваются, поскольку между нашими культурами начинает налаживаться взаимопонимание. Сегодня действительно существует взаимообмен.

В чём остаётся основное педагогическое различие?

В возможности утвердить свою собственную компетентность, так как чрезмерное уважение к учителю тормозит развитие.

Морихей Уесиба

Не связан ли мистицизм айкидо непосредственным образом с личностью самого основателя – Морихея Уесибы?

О нем сложено много легенд, а сам я не знал Морихея Уесибу. Я могу точно сказать одно: когда я смотрю на старые фотографии, я не узнаю на них айкидо, которым я занимаюсь. Однако я учился у его сына, Киссёмару Уесибы, который передал мне точную и продуманную технику. Он говорил мне, что айкидо которое О-Сенсей преподавал своим наиболее близким ученикам не похоже на то, что мы видим на фотографиях и в фильмах, в особенности это относится к съёмкам сделанным в конце его жизни. Мой основной учитель, Ямагучи-сенсей, говорил об О-сенсее не как о выдающемся мастере боевых искусств, но как о выдающейся личности. Исходя из всего, что я знаю об айкидо, я вижу в этих фильмах, что партнёры О-сенсея всегда ведут себя так, как от них требовалось. Это нормально, поскольку всякая тренировка построена на определённых условностях, а показательные выступления в особенности, это не драка, даже если техника на самом деле работает. Если всё подготовлено заранее, то движения выглядят более плавными. Чтобы сказать больше о технике О-сенсея, мне надо было бы ощутить её на себе, так, например, я

мог почувствовать технику своего учителя. Его движения были очень чёткими, но внешне их почти не было заметно. И, хотя я и «играл по правилам», но могу сказать, что когда я делал захват, я это делал по-настоящему, и всё равно были моменты, когда я вдруг ничего больше не чувствовал. Всё было на уровне ощущений, со стороны ничего нельзя было заметить. Мы готовы поверить в то, что видим в зависимости от того, что мы способны в этом разглядеть, ну и, кроме того, некоторые видят всегда то, что хотят увидеть. Когда я, зная все техники, смотрю на движения О-сенсея, то я не вижу того, что я должен был бы увидеть, и может быть, в этом и проявляется его гениальность. Может быть, можно было почувствовать, что он делал, но внешне этого не видно. Это как если мы смотрим, например, на бегуна: мы видим, что он должен оттолкнуться от земли – это то, что нам видно, но то, что происходит в момент, когда он находится в воздухе, менее очевидно. С айкидо то же самое. Есть точки опоры, есть движения, которые должны быть видны, но в данном случае я их не вижу. К тому же, многие часто смотрят не туда. На человека непосвящённого могут произвести впечатление движения рук, в то время, как бёдра в этом движении никак не участвуют. То есть такое движение неправильно, но выглядит эффектно. Тот же, кто разбирается, будет обращать внимание на то, какое занято положение, а это меньше бросается в глаза. Когда я смотрю на некоторые техники в исполнении О-сенсея, я вижу, что у него неудачная позиция и не смогу сказать, что в этот момент должно происходить. Очевидно, должно быть что-то ещё, чего я не могу проанализировать. У меня нет ориентиров, чтобы понять, что он делал. Но и привнести их извне я не пытаюсь, поскольку я не вижу ничего исключительного. Я не вижу то, что должно было бы быть заметно, но и не могу говорить о том, что незаметно, именно потому, что это незаметно. Есть вещи, которые от меня ускользают.

В чём вы видите связующие звенья между Вами и основателем айкидо?

В его техническом наследии. О-сенсей передал его своему сыну, Киссёмару Уесибе, который умер в 1999 году. Он возложил на него обязанность быть вторым Дошу – «хранителем пути» и встать во главе мирового айкидо. Он завещал ему своё техническое наследие, это не вызывает сомнений. Если это наследие останется неискажённым, даже при том, что оно эволюционирует, мы сможем точно сказать, на что будет похоже айкидо через пятьдесят лет, поскольку все техники подчинены определённой логике. Как мастера, которые передают ученикам своё ремесло, мы обучаем базовым принципам.



«Хорошее» айкидо

Как узнать человека, у которого хороший уровень в айкидо?

По тому, как он ведёт себя на татами, это становится понятно очень быстро: по тому, какая у него стойка, как он использует центр, как двигается, насколько он расслаблен, насколько умеет предвосхищать события, по его взгляду.

Должно ли хорошее айкидо быть эстетически привлекательным?

Оно неизбежно должно выглядеть красиво, поскольку в его основе работа над чистотой движения: совершенствование в ключевых принципах, несмотря на помехи, которые создает партнёр. Ямагучи сенсей говорил, что айкидо – это идеал чистоты, выраженный в движении. Мы стремимся к как можно более естественному и экономичному движению. Тот, кто обладает художественным восприятием, оценит движения хорошего айкидоиста.

Айкидо и багуаджан

Как Вы думаете, возможно ли, что на создание айкидо О-сенсея вдохновили спиралевидные движения багуаджан (один из «внутренних» стилей китайских боевых искусств – А. К.)?

Не знаю и, честно говоря, сомневаюсь, что это так. Он был в Китае очень недолго и не для того, чтобы учиться, а чтобы основать синтоистский храм. Он был там вместе с преподобным Дегути, известным своими националистическими взглядами, что в то время было обычным делом. Они были арестованы и выдворены из страны. Думаю, это было для них довольно унижительным опытом. Наконец, все надо рассматривать в соответствующем контексте. Это было в конце эпохи Мейдзи, император ещё считался божеством, и занятия боевыми искусствами были проникнуты этой верой. Самураи, подобно рыцарям, составляли отдельную касту. О-сенсей сначала приобрёл навыки владения мечом, потом он занимался дзю-дзюцу, немного дзю-до, и впоследствии он видоизменил техники, которые знал, сделав их более плавными. Каратэ, дзю-до и айкидо родились в одну и ту же эпоху. До того понятие «до» не было известно. Боевые искусства, составлявшие наследие самураев, сами по себе больше не были востребованы. Ношение самурайских мечей было запрещено, стало использоваться огнестрельное оружие, а техники были систематизированы, чтобы их было легче передать будущим поколениям. Таким образом, эти искусства не были утрачены. Дзигоро Кано, основатель дзю-до, первым понял, что это наследие может стать прекрасным инструментом для воспитания, как в физическом, так и в моральном отношении. Распространение боевых искусств по миру произошло именно благодаря этой идее.

По сравнению с другими будо, айкидо как бы обладает дополнительным измерением и в этом отношении отличается от других боевых искусств. Айкидо – это путь гармонии...

Это правда. Айкидо это не самая эффективная боевая система, это искусство, которым можно упорно заниматься очень долгое время. Каждый раз мы вновь повторяем те же самые техники, поскольку всегда можем открыть в них для себя что-то новое.

У Вас никогда не было желания создать Ваш собственный стиль?

У меня есть свой стиль, но новичкам я показываю не то, что я хотел бы делать, а то, чему я учился сам.

Как бы Вы охарактеризовали Ваш стиль?

Наверное, не мне об этом говорить, но я бы сказал, что для него характерны плавность движений, мощь и быстрота.

Могли бы Вы выразить одной фразой, в чём заключается для Вас значение айкидо?

Я стараюсь строить свою жизнь на тех же принципах, что и своё айкидо: поступать как можно более прямо. И в жизни это гораздо сложнее.

Фотографии Марии Полевой с семинара в Рокебрюне (Франция), июль 2009 г. Посмотреть весь альбом:
<http://picasaweb.google.com/photomansfeld/ChristianTissierRoquebruneJuly2009#>