

Морихей Уешиба

ИЗКУСТВОТО НА МИРА

София, 2011

Преводът е направен по изданието:
THE ART of PEACE
Morihei Ueshiba
SHAMBHALA PUBLICATIONS, INC.

Всички права запазени. Нито една част от тази книга не може да бъде размножавана или предавана по какъвто и да било начин без изричното съгласие на „Изток-Запад“.

Copyright © 1992, 2002 by John Stevens

© Жана Ценова, превод, 2011
© Издателство „Изток-Запад“, 2011

ISBN 978-954-321-873-8

Искусството на МИРА

Превод на английски и редакция
Джон Стивънс

Превод от английски
Жана Ценова

合気道
モリヘイ

Мориhei Уешиба



ВЪВЕДЕНИЕ НА ДЖОН СТИВЪНС

Морихей Уешиба (1883–1963) е най-великият в света майстор на бойните изкуства. Дори когато е бил на осемдесет години, Морихей е можел да обезоръжи всеки враг, да повали всякакъв брой нападатели и да отблъсне с един-единствен пръст противника си. Макар да е бил непобедим като воин, Морихей е бил освен това мъж на мира, който е ненавиждал боя, войната и всеки вид насилие. Неговият път е бил Айкидо, което може да се преведе като „Изкуството на Мира“. За разлика от авторите на такива класически произведения на бойното изкуство, като „Пътят на войната“ и „Ръкопис на Петте стъпала“, които приемат неизбежността на войната и наблягат на стратегията на коварството като средство за победата, Морихей е разбирал, че непрестанната борба – с другите, със самите нас и с околната среда – ще съсипе земята. „Светът ще продължи да се променя драматично, но борбата и войната могат напълно да ни унищожат. Онова, от което се нуждаем сега, са техниките на хармонията, а не тези на раздора. Нуждаем се от изкуството на мира, а не от изкуството на войната“. Морихей обучава в Изкуството на Мира като творческа дисциплина, тренира-

ща тялото и духа, като практическо средство за справяне с агресията и като начин на живот – в личните ни отношения, в начина, по който общуваме с обществото, в отношенията ни на работното място и в бизнеса, както и в отношенията ни с природата. Морихей Уешиба нарича своето велико прозрение *Такемусу Айки*, или „смел и творчески начин на живот“.

Цитатите в настоящата книга са подбрани от събраните беседи, поеми и калиграфия на Морихей, както и от устната традиция за него. За разлика от тези *дока*, дидактични „поеми за Пътя“, самият Морихей е писал малко. Това е типично за наистина великите майстори, които се въздържат да фиксират ученията си върху камък, а предпочитат да говорят на момента. Техните ученици е трябвало да слушат внимателно, да разберат какво им казва учителят и после да го предадат. Устната традиция включва магнетофонни записи на словата на Морихей, транскрипти от неговите беседи и интервюта, както и негови изказвания, такива каквито са запомнени и събрани от многобройните му ученици, привърженици и почитатели.

Настоящият текст е илюстриран и с образци от възхитителната и вдъхновяваща калиграфия на Морихей.

Макар че изучавах словата на Морихей Уешиба в продължение на повече от тридесет години, винаги изпитвах възхищение, че продължавам да съм толкова вдъхновен от неговите думи. Надявам се читателите на настоящото издание на „Изкуството на Мира“ да изпитат същото.

ИЗКУСТВОТО НА МИРА

*Божествената красота
на небето и земята!
Всички твари
са от едно семейство.*

Изкуството на Мира започва с теб. Работи върху себе си и върху определената ти задача в Изкуството. Всеки човек има дух, който може да бъде пречистен, тяло, което може да бъде тренирано по определен начин, подходящ за него път, който да следва. Ти си тук не за друго, а за да осъзнаеш вродената си божественост и да проявиш вроденото си просветление. Отгледай мир в своя собствен живот и после прилагай Изкуството към всичко, което срещаш.

Човек не се нуждае от сгради, пари, власт или статут, за практикува Изкуството на Мира. Небето е точно там, където си сега, и това е мястото, където да тренираш.

Всички неща, материалните и духовните, произлизат от един източник и са свързани, сякаш са едно семейство. Цялото минало, настояще и бъдеще се съдържат в силата на живота. Вселената се е появила и развила от един източник и ние сме се развили посредством оптималния процес на обединяване и хармонизиране.

Ето начинът, по който е възникнала вселената: не е имало нито небе, нито земя – само празно пространство. В тази огромна празнота внезапно се открила една единствена точка. От тази точка се завихрили в блестяща сфера пара, дим и мъгла и се родил свещеният звук *су*. След като *су* се разпространил кръгообразно нагоре и надолу, наляво и надясно, се появили природата и дъхът, прозрачни и незамърсени. Дъхът развил живот и се появил звукът. *Су* е Словото, за което се споменава в много световни религии.

Всички звуци и вибрации произлизат от това Слово. Твоят глас е много мощно оръжие. Когато си в съзвучие с космическия дъх на небето и земята, твоят глас произвежда верни звуци. Хармонизирай своето тяло, дух и реч, и ще се появят истински техники.

Изкуството на Мира е произлязло от Божествената форма и от Божественото сърце на живота; то отразява истинната, добра, прекрасна и абсолютна природа на творението и същността на неговия основен велик замисъл. Целта на Изкуството на Мира е да формира искрени човешки същества; искрено човешко същество е онова, което е хармонизирало тяло и дух, онова, което е свободно от колебание или съмнение, и онова, което разбира силата на думите.



Ай-ки-до,
„Изкуството на Мира“, подпис: „Морихей“

Небето, земята, хората, обединени в Пътя на хармонията и радостта, следвайки Изкуството на Мира, пресичат огромните морета и изкачват най-високите върхове.

Ако имаш живот в себе си, имаш достъп до тайните на вечността, защото истината на вселената пребивава във всяко човешко същество.

Изкуството на Мира е лекарство за един болен свят. Ние искаме да излекуваме света, боледуващ от насилие, брожение и раздор – това е Пътят на хармонията. В света има зло и безредици, защото хората са забравили, че всички същества произлизат от един източник. Върни се при този източник и загърби всички егоцентрични мисли, дребнави страсти и гняв. Онези, които не са притежавани от нищо, имат всичко.

Практикуването на Изкуството на Мира е дело на вяра, вяра във върховната сила на ненасилието. То е вяра в силата на пречистването и вяра в силата на самия живот. То не е вид сурова дисциплина или празен аскетизъм. То е път, който следва естествените принципи, принципите, които трябва да прилагаш в ежедневието си живот. Изкуството на Мира трябва да практикуваш от момента, в който станеш да поздравяш утрото, до момента, в който се оттеглиш през нощта.

Практикуването на **Изкуството на Мира** те прави способен да се издигнеш над похвалата или упрека и те освобождава от привързаност към това и онова.

Вътрешните принципи дават свързаност на нещата; Изкуството на Мира е метод за разкриване на тези принципи.

Доброто съчетание е 70 процента вяра и 30 процента наука. Вярата в Изкуството на Мира ще ти позволи да разбереш сложностиите на съвременната наука.

Конфликтът между материалната и духовната наука причинява физическо и умствено изтощение, но когато материята и духът са хармонизирани, всичкият стрес и умора изчезват.



Ай, йероглифът за „любов“

Използвай тялото си, за да създаваш форми; използвай духа си, за да надхвърляш формите; приведи в единство тялото и духа си, за да активираш Изкуството на Мира.

Ако не си се свързал с истинската празно-
та, никога няма да разбереш Изкуството на
Мира.

Изкуството на Мира действа навсякъде по земята, от сферата на необятното космическо пространство до сферата на най-миниатюрните растения и животни. Изкуството на Мира ни позволява да забележим този огромен запас от космическа енергия и да черпим от него.

Осем сили поддържат сътворения свят: движението и покоят, втвърдяването и втечняването, разтягането и свиването, обединението и разделението.

Животът е растеж. Ако спрем да растем технически и духовно, все едно, че сме мъртви. Изкуството на Мира е възслава на спойката на небето, земята и хората. То е всичко истинно, добро и прекрасно.

Всички неща са хармонично свързани помежду си; това е действителният закон на гравитацията, който съхранява вселената неподвижната.

От време на време е необходимо да се усамотяваш сред високи планини и тайни долини, за да възстановиш връзката си с извора на живота. Седни удобно и първо съзерцавай проявената сфера на съществуването. Тази сфера касае външните страни, физическата форма на нещата. После изпълни тялото си с *ки* и почувствай начина, по който функционира вселената – нейната форма, нейния цвят и нейните вибрации. Вдишай и се зарей из вселената; издишай и върни космоса вътре в теб. После вдишай цялото плодородие и жизненост на вселената. Накрая смеси дъха на небето и дъха на земята с дъха на собственото си тяло и стани самият дъх на живота. След като се успокоиш, естествено уталожил себе си в сърцето на нещата. Намери центъра си и се изпълни със светлина и горещина.

Всички принципи на небето и земята живеят вътре в теб. Самият живот е истината и това няма да се промени никога. Всичко на небето и на земята диша. Дъхът е нишката, която свързва тварите. Когато съумееш да почувстваш мириадата вариации във вселенското дихание, се раждат индивидуалните техники на Изкуството на Мира.



Дай (окий), йероглифът за „едър, голям, велик“