

Шошин

Эта статья, я надеюсь, поможет взглянуть на изучение Будо с другой стороны. Занимаясь несколько лет Будзинкан Будо, я заметил некоторую особенность практикующих: изменение самого отношения к занятиям. И это отношение зависит от длительности процесса практики. Появляется усталость, усталость скорее не физическая, а духовная.

Когда новичок приходит в зал, у него есть цель. Он стремится к этой цели. Но проходит продолжительное время, а цель так и остается на том же отдалении или даже может отодвинуться. Этот парадокс возникает или от неверного взгляда на изучение боевого искусства, как искусства, или от неправильно поставленной цели.

Боевое искусство, тем более искусство Японии, требует иного взгляда, иного состояния души.

Это состояние можно назвать как состояние новичка или вернее «сознание новичка». В Японии новичка называют сёсиня. Отсюда и появилось выражение Сёсин (Шошин) – «сознание новичка».

В толковом словаре С. Ожегова читаем: «Новичок - тот, кто недавно ознакомился с чем-нибудь, недавно начал заниматься чем-нибудь. Новизна – нечто новое в чем-нибудь».

Для правильного понимания Будо, как Пути, необходимо иметь такое состояние сознания, которое мы называем «сознание новичка» или Шошин.

Шошин – это состояние сознания, которое всегда свежо, которое не цепляется за свое прошлое. Находясь в состоянии Шошин, мы воспринимаем каждое занятие искусством или тренировку так, как будто

впервые столкнулись с подобным родом деятельности, и абсолютно не важно, что мы, возможно, уже несколько тысяч раз выполняли это упражнение или практиковали определенную технику. С подобным внутренним отношением мы можем продолжать наше обучение год за годом, так никогда и не достигая той точки, когда можем сказать, что мы уже узнали и выучили все, что только можно узнать и выучить в определенном искусстве или его части.

Но необходимо понимать, что это не способ избежать самодовольного притворства, мыслей о том, что мы уже выучили все, что можно было выучить в практике того или иного искусства.

Подлинный Шошин это состояние сознания, которое не цепляется за прошлое, а всецело переживает настоящий момент. Это сознание, в котором сохраняется усердное отношение новичка, который только вступил на путь познания искусства. Сознание, которое отдает себе отчет в том, что предыдущая практика и тренировки не являются гарантией не только успеха в настоящем, но даже и правильного понимания. Каждый отдельно взятый момент уникален, и поэтому необходимо искать искусство и красоту именно в эту секунду, иначе мы никогда его не достигнем. Но здесь надо почувствовать ту грань, переступив через которую мы опрокинемся в зону самоуничужения.

Новичок, выполняющий омотэ в первый раз, пытается сделать непривычное для него действие правильно. Его сознание удерживает не только образ, созданный инструктором, но и новизну движения тела, новизну состояния сознания.

Совершенно иное происходит с тем, кто практикует несколько лет. Выполнение омотэ для него стало привычным. Он может что-то изменить в движениях тела, даже сам принцип выполнения. Но его сознание прочно удерживает образы сотни раз выполненных до этого действий или просто

увиденных. И вот здесь-то и кроется момент утраты чувства осознанности настоящего момента. Он смотрит на выполнение омотэ, опираясь на собственное представление. Но собственное представление о омотэ состоит из впечатлений, убеждений, предрассудков, желаний и прочего, что каким-либо образом имело к этому отношение. И чем больше опыта мы получаем, выполняя омотэ, тем более мы смотрим на то, что выполняем, через призму этих условностей, пропуская ощущение реальности через этот огромный фильтр. Фильтр пропускает все что угодно, но только не реальность, не чувство новизны.

Чтобы избежать подобной ситуации, нам необходима отстраненность – состояние, в котором мы полностью проживаем каждый отдельный момент, и позволяем раствориться, не цепляясь за него и давая ему возможность спокойно уйти. Сознание, которое не находится в настоящем моменте, неизбежно цепляется за прошлое, зависает в нем. Практикуя Путь, мы можем открыть для себя наше собственное сознание, находящееся в покое в каждый отдельный момент, который является бесконечным. Находясь в таком состоянии каждый раз, когда мы выполняем омотэ или просто, наблюдая за облаками, мы можем испытать чувство, которое так же свежо и ново, как и в первый раз. Мы видим, чувствуем то, на что смотрим или что выполняем, а не на наше собственное представление об объекте.

Настоящее находится вне времени. Как бы быстро мы не говорили, что мы осознаем настоящий момент, время уже ушло, этот момент остался в прошлом. Его невозможно задержать или измерить. То есть полное постижение красоты, настоящей красоты, присущей всему существующему, возможно только в этот короткий момент, а так как этот момент нельзя задержать или сохранить, красота существует в это мгновение, миг, который уже исчезает, уходит в прошлое.

Эстетика Шошин открывает нам понимание того, что реальность существует в моменте, находящемся вне временных границ ... а, следовательно, длящемся вечно.

Красота потому и обладает той притягательной силой и свежестью, что она всегда новая, спонтанная, принадлежащая только этому неповторимому моменту. Ее особенность в том, что ее нельзя сохранить или воспроизвести заново. С пониманием подобных вещей приходит способность видеть красоту в каждой форме проявления жизни, какой бы хрупкой она ни была, даже в увядающей цветке или стареющем друге.

Шошин представляет собой сознание новичка, для которого каждая секунда жизни является первой и единственной, которую можно прожить и почувствовать только сейчас и никогда больше.

Это состояние трехлетнего ребенка, первый раз видящего и наблюдающего за стаей воробьев.

Состояние шошин раскрывает для нас один из многих жизненных принципов: безоговорочное принятие нас самих такими какие мы есть.

Возвращаясь к первым строкам статьи, я хочу обратить ваше внимание не только на выбор цели, но и на то, как распорядиться тем, чего мы достигнем. В противном случае, нас может ждать разочарование.

Осознав, что за каждый прожитый миг жизни мы расплачиваемся огромной ценой - самой жизнью, мы будем ценить этот момент жизни – единственный и неповторимый!

В.Мезер