



Основы. 10 ключей к Тен Ти Дзин.

Эта упрощенная педагогическая система полезна как инструкторам, так и практикующим Будзинкан Будо. Она обобщена в 10 правилах. Я прошу вас следовать этим правилам, начиная с сегодняшнего дня, и попытаться понять их настолько, насколько это возможно.

1. Тен Ти Дзин - ключ к знаниям
2. Понятия, скрытые в Тен Ти Дзин, должны быть хорошо известны.
3. Бесплезно учить наизусть техники школ.
4. Все сложные движения представляют собой сочетание базовых движений.
5. Основы Будо Тайдзюцу лежат в Укеми (падения), Камаэ (базовые положения),

Сансин но Ката и Кихон Хаппо.

6. Основы применяются в пяти сферах перемещения.
7. Основы - ключ к движению, работа - ключ его приобретения.
8. Ноги - секрет перемещения и истинного движения.
9. В движении все взаимодополняемо, дистанция и гибкость
10. Естественное движение существует без деления на Уке и Тори

Эти правила предназначены для регулярного изучения и размышления практикующими. Давайте рассмотрим каждый из пунктов и попытаемся понять, что они значат.

1. Тен Ти Дзин - ключ к знаниям

Тин-ти-дзин объединяет три мира движения. Тен это небо, оно включает в себя все базовые движения: кувырки, камаэ, удары, уходы; формы перемещения и ключевые техники: Сансин но Ката (Гогё но Ката) и Кихон Хаппо. Это наиболее важная часть программы.

Ти - Земля. Она включает в себя принципы всех техник: удары ногами, высвобождения, скручивания, захваты, броски, удушения, контроль.

Дзин это Человек. Он включает в себя пятьдесят техник девяти школ Будзинкан. Дзин можно рассматривать как пересечение перемещений Тен с техниками (принципами) Ти. Не тратьте свое время на изучение техник, составляющих Дзин. Они созданы для развития понимания движения, перемещения и дистанции.

2. Принципы, скрытые в Тен Ти-дзин, должны быть хорошо известны.

Самое важное в Тен Ти Дзин не изучение форм или Ката, а важным является рассмотрение принципов, связанных с движением, дистанцией и перемещением. .
Вся структура Тен Ти Дзин должна быть известна и периодически ее необходимо заново просматривать.

В Будо Тайдзюцу нет повторения движений. Каждое движение существует, потому что оно в гармонии с конкретной окружающей средой, которая дает движению жизнь.

3. Бесплезно заучивать наизусть техники школ.

Так как движения должны быть естественными, бесполезно и опасно заучивать десятки техник (часто не приспособленных к реальной ситуации) наизусть. Техники школ Будзинкана созданы, чтобы тренироваться. В техниках нет скрытого секрета "силы". Не заучивайте техники, работайте над ними. Если они и содержат секрет, вы найдете их во время работы, благодаря приложенным усилиям. Во время работы усвоение внешнего содержания техник и базовых форм(основ) переходит в понимание их внутреннего содержания, что позволяет практикующему глубже проникнуть в понятие движения. Через эту повседневную работу постигается в основном внутренняя, а не внешняя сторона техники. Также нет необходимости коллекционировать техники, ими надо жить.

4. Все сложные движения представляют собой соединение базовых движений. С опытом совершенствуется движение. Одно движение, одна техника всегда есть совокупность элементарных частей или базовых, которые соединены друг с другом.

Повторение основ и техник школ приводят тело и дух к вечному прохождению по тем же точкам соприкосновения. Повторяющееся неоднократно истинное движение становится естественным в результате повторения и работы. Синтез основ и работы ведет к углублению внутреннего понимания движения. Вот почему каждый практикующий шаг за шагом развивает свой собственный стиль.

5. Основы Будо Тайдзюцу лежат в Укеми(падения), Камаэ (базовые положения), Сансин но Ката и Кихон Хаппо.

Основы Будо Тайдзюцу это движения, которые вы делаете снова и снова без остановки. Они всегда одинаковые и тем не менее всегда разные. Можно сравнить

эти движения с днем. Каждый день идентичен предыдущему и в то же время он абсолютно другой (из-за времени, погоды, позиции планет).

В Основах вы найдете все ключи вашему росту, физическому и духовному. Вот почему в Будзинкан додзе вы работаете над ними каждую тренировку.

6. Основы применяются в пяти сферах перемещения.

Глубокое знание Основ распространяется на рукопашный бой и на работу с оружием. Пять сфер перемещения используют Основы. Основы имеются в рукопашном бою, техниках с коротким оружием, средним оружием, длинным оружием и метательным оружием (на большой дистанции). Их форма меняется, но внутренний принцип остается тот же. Вот почему не следует замораживать эти Основы, вы рискуете увидеть процесс их превращения в мертвые формы, неинтересные. Мы не занимаемся археологией боевых искусств, но, наоборот, мы практикуем живое искусство. Секрет движения в работе.

7. Основы - ключ к движению, работа - ключ его приобретения.

Без повторения в течение долгого времени базы Будо Тайдзюцу, вы не сможете обрести необходимый уровень для появления естественного движения. Только посещаемость, благодаря усилиям и работе в Додзе(и вне его), позволяет приобрести это движение. Без движения боевое искусство ограничено замороженными или шаблонными формами, которые мешают творчеству практикующего. Адаптация к внешней среде всегда остается ключом к Будо Тайдзюцу.

8. Ноги - секрет перемещения и истинного движения.

Движение создается и осуществляется ногами. Движения, ограничивающиеся верхней частью тела, бесполезны, если они не включают в себя перемещения ног. Это перемещение может быть ограничено перемещением на месте. Истинное движение вне пространства и времени. Истинное движение это колебание, это длительное ожидание без действия.

9. В движении все взаимодополняемо, дистанция и гибкость.

Движение живое, поскольку оно не обязательно является сменой позиции в пространстве. Движение приспосабливается к Уке, к окружающей среде. Эта взаимодополняемость может существовать, когда практикующий, сформировавшийся, благодаря Основам и своему опыту на Татами, может «естественно» включить в свое ответное действие условия удачного исхода. Нет техники, дистанции, силы и гибкости. В движении есть взаимодополняемость между нападающим и защищающимся, дистанция одного составляет одно целое с другим, сила одного дополняется гибкостью другого. Пока практикующий думает, что движение это соединение технических моментов, он ошибается.

10. Естественное движение существует без деления на Уке и Тори

Естественное движение существует без деления на Уке и Тори. Что дает практика Будо Тайдзюцу, так это естественную способность защитить себя от всех и вся. Не существует первоначального желания, есть ответное действие. Вот почему мы должны держать в памяти философию нашего искусства: «Shizen Gyô Un gyû Sui: хотя истинный смысл этого выражения, что «красивое и естественное движение, непрерывно адаптирующееся», можно перевести как «Будо Тайдзюцу стремится к единству тела и духа для строительства бытия и к уходу от видимости, в непрерывной адаптации с окружающей средой».

Если Уке и Тори здесь не просто для демонстрации, то движение будет по-прежнему существовать. Уке и Тори откроют действительность, о которой они даже не думали.

Arnaud Cousergue (Арно Кусерг), Франция.

Перевод с французского – Семенова Екатерина

19.02.2013