

# БРЮС ЛИ

ПУТЬ СОВЕРШЕНСТВА



Москва

УДК 791.6:929  
ББК 85.374(3)-8  
Л55

Bruce Lee  
ARTIST OF LIFE

Copyright © 1999 Linda Lee Caldwell  
Фотография на обложке: © Everett Collection / East News

**Ли, Брюс.**  
Л55      Путь совершенства / Брюс Ли ; [перевод с английского Е. Мордашева, Д. Субботина]. — Москва : Эксмо, 2026. — 384 с.

ISBN 978-5-04-232149-8

Он вошел в историю как актер, мастер боевых искусств и символ свободы духа. Но за стремительностью его ударов скрывался другой мир — мир художника, ежедневно отсекавшего все лишнее, чтобы приблизиться к подлинному себе. Китаец, рожденный в США, Брюс Ли вобрал в себя две традиции — Востока и Запада, но вершиной познания считал собственный путь разума — искусство создавать «видимую музыку души».

Произведением искусства стала и его жизнь, отраженная в этих мемуарах — собрании автобиографических заметок, писем, эссе и стихов разных лет. На этих страницах Брюс Ли предстает как поэт и мыслитель, муж и отец, для которого жизнь стала величайшим из искусств.

УДК 791.6:929  
ББК 85.374(3)-8

ISBN 978-5-04-232149-8

© Мордашев Е., перевод на русский язык, 2023  
© Субботин Д., стихотворные переводы, 2023  
© Издание на русском языке, оформление.  
ООО «Издательство «Эксмо», 2025

# СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие. Путь художника	9
«Художник жизни»	13

## 1. КУНГ-ФУ

1А. Дао кунг-фу: научение пути китайского боевого искусства	22
1В. Кунг-фу: средоточие восточных боевых искусств	35
1С. Момент понимания	37
1D. Размышления о кунг-фу	41
1Е. Научись самообороне	45
1F. Психология в обороне и в атаке	49
1G. Как выбрать инструктора боевых искусств	51
1H. Единство мягкости / твердости	54
1I. Мое видение кунг-фу	56

## 2. ФИЛОСОФИЯ

2А. Почему я стал изучать философию	62
2В. О человеческом понимании	65
2С. Жизнь: единство вещей	67
2D. Единство твердости и мягкости	72
2Е. Даосизм	75
2F. Инь-ян	77
2G. У-син (безмыслие)	80
2H. У-вэй (недеяние)	84
2I. Раскрепощение	87
2J. О западной философии	88
2K. Платон	90

2L. Платоновский диалог «Горгий»	91
2M. Сократ	93
2N. О природе человека	94
2O. Моральное поведение: относительное против абсолютного	96
2P. Объективные и субъективные суждения	97
2Q. Рене Декарт	99
2R. Декартовские «Размышления»	101
2S. Декарт — мнение	105
2T. О Декартовом «Cogito»	107
2U. «В любой цвет, какой захочу»	109

### 3. ПСИХОЛОГИЯ

3A. Заметки по гештальт-терапии	117
3B. Взаимоотношения организма и окружения	120
3C. Три типа философии	123
3D. Саморегуляция против внешней регуляции	126
3E. Хозяин жизни и аутсайдер	128
3F. Четыре основополагающих философских подхода	131
3G. Мышление есть повторение роли	133
3H. Научение	136
3I. Процесс «центрирования»	138
3J. Процесс	140
3K. Камень преткновения (тупик — фобическое напластование)	142
3L. Гессе о своенравии	145
3M. К освобождению	147

### 4. ПОЭЗИЯ

4A. Дождь, тучи...	153
4B. По Западному холму...	154
4C. Солнце, умирая...	155
4D. Любовь, как и дружба, — горенье...	157
4E. Снова сжимаю тебя в объятьях...	158
4F. Все реки, текущие на запад и на восток...	159

4J. На лодке по озеру Вашингтон	161
4H. На мгновение...	163
4I. Вдоль берега озера Вашингтон	164
4J. Ночной дождь	166
4K. Наше единство — сладкий сон...	168
4L. Все вокруг замолкает...	170
4M. Весна	172
4N. Что я вижу	173
4O. Колибри	174
4P. Мороз	176
4Q. Упавший лист	178
4R. Ночь создана для любви...	179
4S. Молчаливая флейта	180
4T. Когда ты ушла	182
4U. Разлука	184

## 5. ДЖИТКУНДО: ОСВОБОЖДЕНИЕ 185

5A. Джиткундо: путь «опережающего кулака»	190
5B. К освобождению личности (Джиткундо — I)	193
5C. К освобождению личности (Джиткундо — II)	199
5D. Джиткундо: чем оно не является (Джиткундо — III)	207
5E. К освобождению личности (Джиткундо — IV)	219
5F. К освобождению личности (Джиткундо — V)	231
5G. Частичная подготовка (Джиткундо — VI)	241
5H. ДКД (Джиткундо — VII)	251
5I. К освобождению личности Джиткундо — VIII)	258
5J. Заметки о джиткундо	269
5K. Новые заметки о джиткундо	272
5L. Дополнительные заметки о джиткундо	277
5M. Главный источник джиткундо	281
5N. Тема	295
5O. Истинный мастер	298
5P. Боевое искусство	301
5Q. Препятствия на пути познания	303
5R. Объективная оценка мастерства бойца Брюса Ли экспертами	305

## 6. АКТЕРСКОЕ МАСТЕРСТВО

- 6А. Что же такое актер? 317  
6В. Актер: совокупность качеств 319  
6С. Самореализация и реализация собственного образа  
в актерском искусстве 322  
6D. Откровенные признания еще одного актера 324

## 7. САМОПОЗНАНИЕ

- 7А. Первая статья, которую я пишу в Гонконге 331  
7В. В процессе моей жизни — I 332  
7С. В процессе моей жизни — II 336  
7D. В процессе моей жизни — III 338  
7Е. В поисках кого-то настоящего  
(В процессе моей жизни — IV) 340  
7F. В процессе моей жизни — V 342  
7G. В процессе моей жизни — VI 345  
7H. О самоопределении  
(В процессе моей жизни — VII) 346  
7I. В процессе моей жизни — VIII 348  
7J. Страстное состояние ума 351

## 8. ПИСЬМА

- 8А. «Истинное значение жизни — спокойствие духа» 360  
8В. Используй свой опыт и воображение 364  
8С. «Кто я?» 368  
8D. «Превращение препятствий в ступени лестницы» 372  
8Е. «Все это зависит от состояния разума» 375  
8F. «Искусство живет там, где есть  
абсолютная свобода» 378

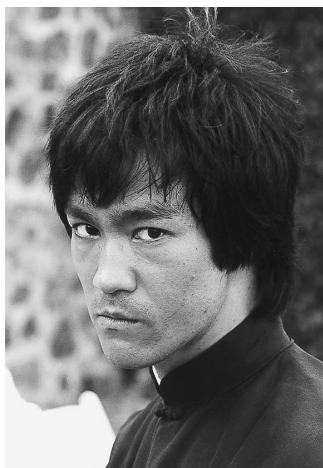
# ПРЕДИСЛОВИЕ

## Путь художника

*Людей действительно выдающихся на нашем жизненном пути попадает не так много. И скрещение с яркими судьбами этих немногих замечательных личностей оставляет в нем явный след. Откровение встречи с необыкновенным человеком посреди будничного существования воистину способно нас изменить.*

*Думаю, большинство назовет от силы пару человек, оказавших на нас судьбоносное влияние. Вашим вдохновителем мог быть отец, учитель или друг, писатель или историческая личность. А поскольку вы читаете эту книгу, возможно, одним из редких людей, повлиявших на вашу жизнь, был Брюс Ли.*

*И разумеется, моя жизнь была бы совершенно иной, не встретить я Брюса тем знаменательным днем 1963 года. Я благодарна за девять лет брака, за привилегию быть рядом с этим редким и одаренным человеком. За радость семейной жизни с ним, за то, что общение с этим заряжающим энергией человеком — настоящее приключение. Но главное, я многому научилась у Брюса. И все эти годы с момента своего ухода он продолжает вести меня.*



Размышляя о том, как много успел Брюс за свою короткую жизнь, мне хочется думать, что энергия души, покинув физическое тело, не угасает никогда. Даже молодым человеком Брюс часто говорил о внутренней «таинственной силе», определяющей жизненные пути, которые он выбирал. Я считаю выдающимся качеством Брюса его способность увидеть и оценить горевший в нем таинственный дар. Интуитивно он знал, что в его жизни есть цель, и даже заявляя, что его устами говорит вековая мудрость, он одновременно стремился воплотить свои представления о будущем.

Брюс часто говорил, что людей отличают не жизненные обстоятельства. Мерилом правильно прожитой жизни служит то, как они решают на эти обстоятельства реагировать. При взгляде на основные мотивы в жизни Брюса видны и моменты принятия решений, и то, как его, возможно, направляла таинственная сила. Не случайно Брюс начал изучать кунг-фу под руководством мастера Ип Мана, внушившего ему, что боевые искусства выше сферы физического. Не случайность, а желание внести в боевые искусства философский дух побудило Брюса изучать философию в Вашингтонском университете. Не случайно, развивая актерские способности, Брюс отказался от стези создания образа, а работал над тем, чтобы раскрыть и выразить свое истинное «я». А ненасытное чтение и плодотворная писательская деятельность стали источником непрерывного самообразования и обеспечили углубление и расширение потенциала Брюса.

Брюс был высокообразованным человеком, потому что к любому «факту» или «ситуации» он относился как благоприятной возможности узнать новое о самом себе. Как ученый он смог обратить это интеллектуальное познание на себя, сделать его инструментом самосовершенствования. Как философ сумел применить специфические принципы своего искусства к более широким устремлениям живой жизни как «реального» человеческого существования.

Воистину выдающейся чертой Брюса было умение взаимодействовать с процессом познания, одновременно применяя его к себе, буквально живя им. Преподавал ли Брюс, играл, писал или говорил, ему неизменно удавалось достичь до раскрытия своей личностной сути. Как он любил говорить, и в боевом искусстве, и в фильме он «просто и честно выражает себя». Упрощенно это можно считать «харизмой», но на более глубоком уровне эту способность обнажать душу следует называть «искусством». Подобно тому как Микеланджело брал глыбу мрамора и отсекал от нее лишнее, чтобы наконец явить Давида, Брюс снимал слой за слоем своей души, чтобы показать миру свое истинное «я».

Видя Брюса на экране, не чувствуете ли вы инстинктивно его истинную человеческую сущность? И разве не этот процесс самораскрытия отличает Брюса от других мастеров боевых искусств и актеров? Для тех, кто знаком лично, Брюс-актер не отличался от человека, каким мы его знали в реальной жизни. И на экране, и за его пределами он был больше чем жизнь — во всем.

Слова Брюса, содержащиеся в этой книге, настолько красноречиво говорят сами за себя, что мне вряд ли надо пояснять его мысли. Я просто хочу радушно пригласить вас воспользоваться возможностью лучше узнать Брюса, разделить мир его идей, и тогда, возможно, вы и себя узнаете лучше. Конечным пунктом назначения путешествия Брюса было спокойствие — истинный смысл жизни. Поскольку Брюс предпочел путь самопознания накоплению фактов и путь самовыражения оттачиванию образа, я уверена, что ему действительно удалось достичь своего предназначения — спокойствия разума. И это дает мне душевное спокойствие.

Брюс говорил: «Чтобы познать себя, требуется вся жизнь». Он не терял ни минуты.

Линда Ли Кэвелл

## Странствие древней души

*Линда Ли Кэдвелл*

Древняя душа бороздила духовную вселенную вдоль  
и поперек.  
Она была мудра, ибо обитала в величайших мыслителях  
человечества.  
Она была огромна, ибо собранным ею человеческим  
опытом можно было заполнить бездну.  
Она была невероятно сильна, ибо прожила бесчисленные  
жизни в самопознании.  
Царство безвременья заполнено новыми душами, и они  
все время отбывают в мир людей.  
Но древняя душа ждала в бесплотной пустоте,  
ждала призыва особой плоти.  
И случилось так, что вопли сердца и ума одного мальчика  
привлекли внимание древней души.  
И бессмертная странница снова облагодетельствовала  
человечество мудростью своей и состраданием.  
Лишь тридцать два года душа полыхала неистовой  
таинственной силой.  
Она помогала человеку искать истину, помогала  
высвободить беспримерной мощи творческий дух.  
Знание и мудрость изливались на протяжении всей этой  
плотской жизни души,  
Хоть художник и душа существовали лишь одно едва  
уловимое мгновение в океане времени.  
Но не напрасно, ибо от этого странствия древней души  
осталось духовное наследие,  
Коим могут обогатиться сердце и ум, коим может  
укрепиться дух всякого, кто дерзнет посмотреть  
в зеркало истинной жизни.

## «ХУДОЖНИК ЖИЗНИ»

Примерно за полгода до смерти Брюс Ли создал глубоко личное эссе «В процессе моей жизни», где изложил свое понимание жизненных процессов. Из самого сердца Ли писал о глубочайших чувствах, еще не пропущенных сквозь фильтр «я».

Несколько недель спустя он вернулся к своему эссе между съемками в «Выходе Дракона» и набрасыванием дополнительных идей для фильма «Игры смерти». Он дописывал комментарии по мере появления новых мыслей — в своей комнате в «Голден Харвест Студиос» в Гонконге, в своей мастерской в Коулун-Тхон или когда выходил поесть. В итоге он написал восемь вариантов эссе, и в каждом все яснее отражался его опыт мастера боевых искусств, актера, а главное — человека.

В последнем варианте эссе (написанном скорее всего исключительно для себя, поскольку Ли так никогда его и не опубликовал) Брюс достаточно красноречиво заявил: «Я всегда был художником боевых искусств и актером по профессии, это мой личный выбор. Но я надеюсь реализоваться прежде всего как художник жизни»<sup>1</sup>. «Художник жизни» — то



---

<sup>1</sup> Рукописное эссе Брюса Ли под названием «В процессе моей жизни», ок. 1973 года. Архив Брюса Ли.

есть тот, чье главное устремление — с помощью собственного независимого взгляда полностью осуществиться как человек: физически, интеллектуально, духовно. Более того, «художник жизни» готов обнажить душу для того, чтобы жить и общаться честно, не принимая навязываемой социумом роли, не создавая «образ собственного образа». Как однажды Ли сказал журналисту Пьеру Бертону: «Мне нетрудно устроить шоу, вести себя самоуверенно, а потом этим наслаждаться. Или делать всевозможные хитрые трюки и упиваться ими. Или показать какое-то действительно причудливое движение. Но выразить себя честно, не лгать самому себе — это, мой друг, очень сложно»<sup>1</sup>.

Ли стремился следовать этой истине во всем: в общении с друзьями, членами семьи и деловыми партнерами; в творчестве, хореографии, режиссуре, в актерской игре, написании философских трактатов, статей по психологии, поэтических размышлений и личных заметок. Интервьюеру Теду Томасу он сказал: «Моя жизнь... кажется мне самоанализом, постепенным изо дня в день сдираньем с себя слоя за слоем»<sup>2</sup>. Очевиднее всего это проявляется в том, как Ли писал — на любую тему: от китайских боевых искусств до лирической поэзии. В писательском творчестве он был «настоящим мужчиной», не стыдящимся обнажать душу.

Хотя Ли посещал Вашингтонский университет, основа его образования — неформальная и основывается на чтении запоем. В эпоху до появления фотокопий и персональных компьютеров Ли писал заметки, от руки конспектируя то, что считал правдивым и полезным. Пересмотр этих заметок вдохновлял его на писательскую работу. Идеи единомышленников он заносил в личные дневники. Многие из его записей (например, отрывки из книги «Страстное состояние ума» Эрика Хоффера и книги Фредерика С. Перлза о гештальт-те-

---

<sup>1</sup> Цитата Брюса Ли из интервью, данного Пьеру Бертону, опубликованного в книге *Bruce Lee: Words from a Master*, p. II, published by NTC/Contemporary Publishing Group, Inc., Chicago.

<sup>2</sup> Там же, с. 37.

рапии) включены в настоящее издание. Они показывают, что именно оказало на Ли влияние, какие позиции и мировоззрения он считал близкими себе по духу.

Идеи, встречавшиеся ему в чтении, часто касались очень личных для него моментов. Например, в своих очерках об актерской игре он исследует мысли Перлза о самореализации и реализации собственного имиджа. Гениальность Ли заключается в том, что он видел связи там, где другие их не видели. Прочитав работы Кришнамурти и Алана Уотса о духовности, Ли увидел их прямую взаимосвязь с разными видами деятельности, в том числе с боевыми искусствами, и возможность применения их в этих сферах. Кроме того, он изучил работу Перлза по психологии и увидел, что многое, описанное в ней, можно соотнести не только с лечением неврозов и депрессии, но с более динамичными действиями и дисциплинами.

Эти личные бумаги Ли никогда не предназначались для публикации. Но их по праву можно считать важнейшими документами, которые дают нам возможность проследить эволюцию взглядов и искусства Ли, их взаимосвязь. Кроме дневниковых записей, в эту книгу вошли сочинения, написанные Брюсом Ли только для себя, стихи и философские заметки, касающиеся широкого круга тем. В свете всего сказанного кажется ироничным, что более четверти века Ли превозносили в первую очередь за физические навыки и тактические принципы в искусстве боя без оружия. Однако книга «Художник жизни» ясно показывает: в отношении Брюса Ли этот ограниченный взгляд в корне неверен.

Ли был в равной мере поэтом, философом, ученым, актером, режиссером, продюсером, автором, хореографом, мастером боевых искусств, мужем, отцом и другом. Он любил жизнь во всех ее чудесных проявлениях и целиком отдавался ощущению ее процесса. Неизменно оставаясь мыслителем, Ли был очарован проникновением в духовные истины, которые можно постичь, грамотно настроив фокус человеческого сознания. Это не означает, что, приступая к чтению «Ху-

дожника жизни», вам сначала необходимо, как писал мастер боевых искусств Брюс Ли, «опустошить свою чашку». Но вам придется подготовить место для встречи с Ли — «художником жизни».

Тот, кто вдохновлен искусством и философией Брюса Ли, кто хочет нести его идеи людям, непременно должен узнать этого человека во всех его проявлениях. Узнать, осознать, а главное — почувствовать, что он хотел сказать своими заметками в эссе «В процессе моей жизни», и постичь глубокое знание, которое содержится в восьми черновиках под общим названием «К личному освобождению (джиткундо)»: это поможет понять, на чем основаны боевые приемы Брюса Ли и, возможно, достичь высот в боевых искусствах.

Каждый большой художник общается посредством искусства. Глядя на картину, можно сразу догадаться, что чувствовал и думал автор, когда ее писал. В этот момент вы находитесь вне времени, ибо эмоции ваши столь ясны и отчетливы, словно вы сами перевоплотились в художника. Точно так же, глядя на широкие и яркие мазки, нанесенные Брюсом Ли на полотне жизни, мы чувствуем его личность и страсть, его искренние убеждения, его душу. Однажды Ли назвал искусство «музыкой души, обретшей видимость»<sup>1</sup>. Если так, то, несомненно, эта книга — его симфония.

Если вы читаете «Художник жизни» с «тихим непредвзятым осознанием», как любил говорить Ли, вы обнаружите, будто не столько читаете книгу, сколько встречаетесь со старым другом. И хотя Брюса Ли больше нет с нами физически, он по-прежнему способен общаться с нами через печатную страницу, выходя тем самым за пределы человеческой смертности. Цени его общество, мы должны следовать его совету: постараться самим стать «художниками жизни». Мы оказали бы ему и себе наисквернейшую услугу, если бы просто поставили его на пьедестал и приняли его слова

---

<sup>1</sup> Рукописное эссе под названием «Комментарии пути боевого искусства», I-й том, ок. 1970 года. Архив Брюса Ли.

и убеждения, как свои собственные. В своем письме «Джону» (включенному в 8-ю главу этой книги) Ли говорит об этом:

«Понимаешь, Джон... твой образ мышления определенно не такой, как у меня. Искусство в итоге — средство обретения “личной” свободы. Твой путь не такой, как мой, а мой — не похож на твой. Так что независимо от того, удастся ли нам встретиться, крепко запомни, что искусство “ЖИВЕТ” там, где есть абсолютная свобода»<sup>1</sup>.

Есть опасность слишком близко подойти к потоку чужих мыслей — и чем тот быстрее, тем легче в него упасть. Вместо этого давайте попробуем просто наслаждаться тем, как движутся мысли Брюса Ли, проходя по этим страницам, отмечая места их изгибов и поворотов, энергичного неистовства и безудержности. Если мы отступим и посмотрим на эти мысли с нашей сегодняшней точки зрения, с того берега жизни, на котором стоит каждый из нас, мы увидим большую картину, на которую указывает «палец» Ли. Именно в тот момент, когда река мысли одного человека встретится с морем человеческого понимания, мы наконец сможем увидеть «все это прекрасное небо», о котором Ли впервые поведал нам примерно четверть века назад, и испытаем священный трепет быть полностью осознающими, полностью людьми, полностью живыми и полностью самими собой. Поскольку, как заметил Ли, познать все возможно лишь в процессе познания себя.

Джон Литтл

---

<sup>1</sup> Рукописное письмо Брюса Ли «Джону», также опубликованное на стр. 167 5-го тома *The Bruce Lee Library Series: Letters of the Dragon*, edited by John Little, published by the Charles E. Tuttle Publishing Company Boston, (c) 1998 Linda Lee Cadwell.