

## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие Джеффа.....	7
Предисловие Берни .....	11
<b>ПРОСТО КИНЬ ЭТОТ ЧЕРТОВ ШАР, ПРИЯТЕЛЬ!</b> .....	13
1. Бывает, ты ешь медведя, а бывает, медведь ест тебя ....	15
2. Они где-то там, дай взгляну еще разок.....	29
3. Чувак, ты ведешь себя не по-чуваковски .....	45
<b>ЧУВАК ПРОСТО ЕСТЬ И ЧУВАКА ЗДЕСЬ НЕТ</b> .....	53
4. Это только ты так считаешь, приятель .....	55
5. Телефон звонит, Чувак.....	71
6. Очередное дерьмо всплывет по-любому.....	91
<b>ЭТОТ КОВЕР РЕАЛЬНО ЗАДАВАЛ СТИЛЬ ВСЕЙ КОМНАТЕ, РАЗВЕ НЕТ?</b> .....	109
7. Знаешь, Чувак, я и сам когда-то баловался пацифизмом. Не во Вьетнаме, конечно .....	111
8. Ты имеешь в виду коитус?.....	127
9. Что делает мужчину мужчиной, мистер Лебовски?..	141
10. Чем вы занимаетесь, мистер Лебовски? .....	153
11. Ничего еще не проср*но, Чувак!.....	165
<b>НАСЛАЖДАЮСЬ СВОИМ КОФЕ</b> .....	185
12. Прости, я не слушал .....	187
13. Ямы и кочки, спуски и подъемы.....	201
14. Съедем по бургеру, выпьем пива, посмеемся. Наши долбанные проблемы позади, Чувак.....	213
15. Скажи, друг, не найдется ли у тебя еще этой прекрасной сарсапарильи?.....	225
Благодарности .....	235



## ПРЕДИСЛОВИЕ ДЖЕФФА

Дело было так... Однажды мой приятель Берни Гласман спросил:

— Ты в курсе, что многие буддисты считают Чувака из «Большого Лебовски» мастером дзен?

— О чем ты, черт возьми, говоришь? — ответил я.

— О, да, — сказал он.

— Ты, наверное, шутишь. Пока мы снимали «Лебовски», не было ни слова о дзен или буддизме. Братья\* даже ни разу не обмолвились об этом.

— Ну-ну, — засмеялся Берни, — ты только взгляни на их фамилию: братья Коаны.

Коаны — это короткие истории в традиции дзен, которые обретают смысл только для того, кто видит, что жизнь и реальность — это совсем не то, что он о них

\* Братья Итан и Джоэль Коэны написали сценарий и были режиссерами картины «Большой Лебовски», вышедшей в 1998 г. — *Прим. авторов.*

думает. Большинство коанов были записаны в Китае много веков назад.

— «Большой Лебовски» полон коанов, просто звучат они на «жаргоне нашего времени», если цитировать Чувака, — продолжал Берни.

— О чем ты, приятель? Что ты имеешь в виду? — не понимал я.

— Да фильм просто усыпан ими, возьми, например, «Чувак просто есть» — очень по-дзенски, или «Чувака здесь нет» — классический дзен, или «Донни, ты не в теме», или «Ковер реально задавал стиль всей комнате». Да они там на каждом шагу!

— Ну и дела!

Вот теперь стоит сказать, что мой приятель Берни — мастер дзен. В начале 1960-х он оставил работу авиаинженера в McDonnell Douglas, чтобы обучаться в Центре дзен в Лос-Анджелесе у своего учителя Маэдзуми Роси, великого японского мастера, который стоял у истоков традиции дзен в Америке. Берни стал одним из первых учителей-американцев. Он учредил общество «Дзен-миротворцы», а также строил дома для бездомных семей, центры для работы с детьми, находил жилье и медицинскую помощь людям, больным СПИДом, основывал компании (например, нехилую пекарню), чтобы дать рабочие места безработным. Эта пекарня однажды выиграла конкурс на лучший чизкейк «Нью-Йорк» и теперь поставляет брауни для Ben & Jerry's Ice Cream. Берни считается одним из основных игроков в мире социально активного буддизма.

Я познакомился с Берни на ужине, который мой сосед устроил специально в честь него и Рам Дасса, автора

«Будь здесь и сейчас» (Be Here Now) и многих других прекрасных книг. Сидя между этими двумя парнями, я наслаждался беседой. Мы с Берни быстро нашли общий язык, наши интересы во многом совпадали.

Вот тут и появляется «Лебовски». Берни уже давно задавался вопросом, как сделать учение дзен более доступным и понятным для нашего времени и культуры, более актуальным и близким к насущным земным делам. И он увидел, что «Лебовски» в этом отлично преуспел. Поэтому он спросил меня, не хочу ли я написать с ним книгу.

Я ответил просто: «Окей».

И вот что мы сделали. Мы отправились на мое ранчо в Монтане, прихватив с собой единомышленника, Алана Козловски, и устроили джем-сейшен: пять дней чистой импровизации. Алан фотографировал, записывал наши разговоры, делился мнением и т. д. Потом Ив, жена Берни, занялась расшифровкой записей. Мы встречались снова, обсуждали что-то по телефону, в скайпе, переписывались, и... в итоге получилась эта книга.

Для меня она своего рода змеиная кожа. Такую можно найти у обочины и смастерить из нее что-нибудь полезное, например ремень или ленту для шляпы. Сама змея при этом уже уползла по своим змеиным делам: пофлиртовать с другой змеей, перекусить крысой, сбросить еще один слой кожи и т. д.

Точно так же я воспринимаю кино. Экранная версия фильма — это змеиная кожа, которая, безусловно, может быть довольно интересной и ценной. Но сама змея — это то, что происходит в процессе создания фильма: отношения и опыт, который мы получаем. Я стараюсь

раскрыться по полной, наладить связь с коллегами: с режиссером, актерами, производственной группой — мы все варимся в одном безопасном и дружелюбном котле, пытаюсь делать свою работу. И нам нужно разжечь огонь под этим котлом как можно раньше, потому что наше совместное время — ограничено. Два или три месяца, иногда шесть — вот и весь срок для воплощения задумок. И в особенные моменты — поймать что-то, струящееся сквозь наши желания и намерения. Я обожаю, когда такое случается, а случается оно довольно часто, ведь съемочный процесс непредсказуем. Я думаю, что лишь поэтому я до сих пор снимаюсь в кино.

Настоящая «змея» этой книги — наше общение, работа с Берни, Ив, Аланом и всеми, кто нам помогал. Это была прекрасная возможность для танца, творчества, близости и свободы.

Надеюсь, вы проникнетесь.

Надежда — интересная штука, не так ли? Абсолютно безнадежное занятие — пытаться выключить надежду.

*Джефф Бриджес, Санта-Барбара, Калифорния*

## ПРЕДИСЛОВИЕ БЕРНИ

Меня всю жизнь интересовало, как можно выразить свою истину так, чтобы понял любой. Знаменитый японский мастер дзен Хакун Ясутани Роши говорил: «Пока ты не сможешь объяснить суть дзен любому рыбаку, ты понятия не имеешь, о чем говоришь». Около пятидесяти лет назад профессор Калифорнийского университета в Лос-Анджелесе сказал мне то же самое о прикладной математике. Нам нравится прятаться от истины за умными словами или научным жаргоном. Существует пословица: «Часто истину зовем, но нечасто узнаем». Пока мы не познаем истину, мы не сможем помочь ни себе, ни другим.

Я узнал про Чувака, посмотрев «Большого Лебовски» на DVD где-то в конце 1990-х. Несколько лет спустя я познакомился с Джеффом Бриджесом в Санта-Барбаре и мы стали время от времени вместе «зависать», как он любит выражаться, часто раскуривая сигары. Джефф снимается в кино с самого детства. Людям меньше известно о его почти столь же продолжительной работе по борьбе с голодом в мире. Раньше я был авиаинженером

и математиком, но все же бóльшую часть жизни преподавал дзен-буддизм; на этой почве мы и пересеклись, обсуждая не только медитацию (о ней большинство людей думают при упоминании дзен), но и «дзен действия» — дзен свободной жизни в этом мире без причинения вреда, освобождении себя и других от страданий.

Вскоре мы обнаружили, что в наших разговорах часто присутствует еще один загадочный персонаж, некто по имени Чувак. Нам обоим понравился стиль его рассуждений. Забавно учиться у кого-то, кого ты не видишь. Правда, его слова настолько многозначительные и емкие, что им порой необходимо толкование. Так и появилась эта книга.

Пусть она ему понравится и послужит на благо всем живым существам.

*Берни Глассман, Монтэгю, Массачусетс*



ПРОСТО КИНЬ ЭТОТ ЧЕРТОВ ШАР,  
ПРИЯТЕЛЬ!





БЫВАЕТ, ТЫ ЕШЬ МЕДВЕДЯ,  
А БЫВАЕТ, МЕДВЕДЬ ЕСТ ТЕБЯ

Д Ж Е Ф Ф : Снимаем мы, значит, «Большого Лебовски». Все, кто видел фильм, в курсе, что Чувак и Уолтер увлекаются боулингом, так? Я в прошлом немного играл в боулинг, но не был таким уж экспертом, каким должен быть Чувак. Так что братья Коэн наняли тренера по боулингу, чтобы тот научил играть Джона Гудмэна, Стива Бушеми и меня. Тренер был чемпионом мира, и его сопровождал ассистент.

Я спросил у тренера: «Как, по-твоему, может играть Чувак? Он долго готовится, ловит настрой? Или он похож на Арта Карни в сериале “Новобрачные”?»\* Когда

\* «Новобрачные» (The Honeymooners) — популярный американский комедийный телесериал, выходивший в 1955–1956 гг. — *Здесь и далее, кроме особо оговоренных случаев, прим. пер.*

героя Арта просили подписать какой-нибудь документ, герой Джеки Глисона говорил ему: «Нортон, поставь здесь подпись». Тогда Карни начинал мяться и елозить, и это продолжалось до тех пор, пока Глисон не взрывался: «ПОДПИШИ БУМАГУ!» Поэтому я и спросил тренера по боулингу, может ли Чувак вести себя подобным образом.

Тут его ассистент начал ржать, да так, будто сейчас описается. Тренер замотал головой, закатывая глаз — он явно был очень смущен, и я спросил, что происходит.

— Ничего, ничего, все в порядке, — сказал ассистент.

— Ладно, расскажи ему, — ответил тренер.

— Нет, ты расскажи.

В итоге тренер рассказал свою историю. Оказывается, давным-давно он пытался катать шары как в книге «Дзен и искусство стрельбы из лука»\*. Книга учит, что нужно полностью отпустить свое эго, чтобы попасть в яблочко. Если ум спокоен и чист, все кегли уже практически лежат в тот момент, когда игрок отводит руку назад для броска. Тренер по боулингу пытался поймать этот настрой, но выходило так, как у Арта Карни. У него были свои приемчики, чтобы освободить тело от напряжения, например ритуальный танец, который продолжался пять–десять минут — и это посреди соревнования. Его товарищи по команде тем временем сидели на скамейке

\* Херригель Е. Дзен и искусство стрельбы из лука. — СПб.: Наука, 2005. Считается, что эта книга открыла принципы дзен для европейцев в 1940-е гг.

и подобно Джеки Глисону орала: «ПРОСТО КИНЬ ШАР!»

Дела пошли настолько плохо, что он вообще не мог расстаться с шаром. Просто не мог заставить себя отпустить руку и сделать бросок, потому что еще не достиг нужного «настроя». В конечном итоге он отправился к психотерапевту, и они прорабатывали эту проблему.

— И что теперь? — спросил я.

— Я просто кидаю этот чертов шар! И ни о чем не думаю.

Мне это понравилось. Вам не кажется любопытным, что во всем фильме мы ни разу не видим, как Чувак играет в боулинг? Так, может быть, проблема в «думании»? Все мы в этом спецы, да и мозг как бы нужен для того, чтобы думать.

**Б е р н и :** Проблема — не в «думании». Мы зависаем, потому что ожидаем определенного результата или хотим достичь в чем-то совершенства. Мы можем настолько заикнуться на этом, что больше ничего не способны сделать. Ставить цели — это нормально; что мне не нравится, так это застревать в ожиданиях или привязываться к конечному результату. Вопрос в том, как быть свободным в игре.

**Д ж е ф ф :** Просто кидать чертов шар!

С этим вроде бы ясно, но иногда я все равно слишком беспокоюсь. Когда я был маленьким, то довольно сильно заикался. Даже сейчас порой заикаюсь, когда чувствую,

что хочу поделиться чем-то, но у меня не получается правильно выразить. Я волнуюсь, и это еще больше все портит.

В кино такое тоже случается. Я часто беспокоюсь перед съемкой важных сцен: *Как я буду играть это?* При этом работа над менее значительными сценами, в которых я полностью уверен, не вызывает никаких трудностей. Когда наступает день съемок, большие и важные сцены идут как по маслу, а с маленькими возникают проблемы. И вот я думаю: *«Все это время ты волновался не о тех сценах!»* Марк Твен сказал: *«Я очень стар и измучен неприятностями, большинство из которых так и не случились»*.

Мой брат Бо однажды познакомил меня с книгами Алана Уоттса\*. Когда я только начал учиться в старшей школе, Бо дал мне почитать *«Мудрость ненадежности»* (*The Wisdom of Insecurity*). Позже я читал и другие книги Уоттса, слушал его записи. Мне всегда нравился Уоттс, потому что он не был помпезным, не считал себя гуру или кем-то подобным, не пытался ни в чем тебя убедить, ему просто нравилось делиться своими мыслями. Одна из них состояла в том, что, если ты будешь ждать, пока у тебя появится вся необходимая для действия информация, ты так никогда ничего и не сделаешь, потому что информации в мире — бесконечное количество.

\* Алан Уоттс (1915–1973) — британский философ, писатель и лектор, переводчик и популяризатор восточной философии, автор многочисленных книг, в том числе *«Путь дзен»*.

Б е р н и : И она к тому же постоянно меняется. Вот почему не имеет смысла привязываться к результату. Только как к нему не привязываться?

Д ж е ф ф : Просто кидай этот чертов шар! Просто сделай это. Нырни и посмотри, куда это тебя приведет.

Однажды я работал с Сидни Люметом\* над фильмом «На следующее утро». Моей партнершей была Джейн Фонда. Его метод состоял в том, что он дважды за день прогонял весь фильм целиком. Сидни размечал границы площадок для сцен прямо на полу зала, чтобы мы чувствовали пространство, в котором будем играть. Самое главное указание было следующим: «Я не хочу, чтобы вы показывали, как вы это сделаете. Я хочу, чтобы вы это сделали. Не экономьте силы. Выучите текст, насколько сможете, оторвитесь от сценария и просто сделайте это».

Сидни и сам был актером. И он не боялся репетиций. У некоторых актеров и режиссеров есть страх, что если слишком много репетировать, то во время съемок все будет тухло. Во время репетиций ты будешь на высоте, свежим и естественным, а к моменту съемок зачерствеешь и просто будешь повторять то, что делал раньше. Я понимаю это беспокойство. Я тоже хочу, чтобы камера запечатлела то, как я раскрываю персонажа, а не как воссоздаю открытое или наработанное несколько дней назад. Меня восхищает такая манера не заигрывать со зрителем, я и сам стремлюсь к тому же; зритель — это просто муха на стене. Если мы спонтанны, то просто оргазмируем, и получается именно то, что нужно.

\* Сидни Люмет (1924–2011) — голливудский кинорежиссер.

Сидни тоже хотел, чтобы все было свежо, но у него был другой способ этого достичь. Я думаю, он просто практиковал с нами оргазм, — практиковал не-практику. Во время репетиций он хотел, чтобы ты вжился в роль и вложил в нее всего самого, без остатка. Каждый раз, проделывая это, ты открываешь какие-то мелочи, которым позволяешь развиваться в следующий раз. Ты повторяешь это снова, снова и снова и все равно возвращаешься к пустоте, к тому моменту, когда еще ничего не понятно. В этом и заключается ловушка. Если ты не можешь вернуться к пустоте, ты просто проговариваешь слова, вместо того чтобы делать работу. Механически повторяешь, а не открываешь их заново каждый раз.

У Сидни мы учились каждый раз начинать с нуля. Дважды в день мы прогоняли весь фильм, погружаясь в историю, которую он рассказывал. Не забывай обычно сцены снимаются не одна за другой, то есть ты не следуешь ходу рассказа, хотя это самое важное. Когда ты снимаешь сцены не подряд, возникает опасность, что начнешь придавать слишком большое значение каждой сцене в отдельности. В таком случае легко забыть, что эта сцена — часть связной истории.

Когда мы прогоняли весь фильм от начала до конца, мы не корпели над каждой сценой, а просто шли дальше. Это была практика свежести. Сидни говорил, что только так можно «очистить луковицу»: с каждым разом мы открывали что-то новое, будучи целиком погружены в процесс.

И в день съемок все шло как по маслу. Мы надевали костюмы, приезжали на съемочную площадку, и каждая сцена занимала всего один или два дубля. Сидни собирал



съемочную группу, приговаривая: «Ну, поехали, бубеле\*», и мы приступали к следующей сцене. Съёмки шли в хорошем темпе, и знаешь что? По ощущениям было даже свежее, чем во время репетиций, потому что мы были в костюмах и находились на настоящей локации.

Когда снимали «Такера»\*\*, Фрэнсис Форд Coppola дал отличное упражнение нам с Мартином Ландау. наших героев в фильме связывают тесные отношения, так что Coppola сказал что-то вроде: «Парни, я хочу, чтобы вы вдвоем сейчас симпровизировали. Мы сделаем это только один раз, но сделаем. И потом вам не нужно будет думать, как лучше это сыграть, потому что это раз и навсегда станет частью вашей личной истории, это будет в вашем мозгу. Я хочу, чтобы вы, парни, разыграли свою первую встречу. Вы встретились в поезде, вот ваши места». И он принес пару стульев, поставив их рядом. «Марти, садись здесь, а ты, Джефф, — на соседнее место. Отлично, парни! Мотор!»

Эта импровизация создала основу для всего фильма. Ты вкладываешься, вовлекаешься целиком и полностью, это становится частью тебя и в итоге все происходит, как нужно.

**Б Е Р Н И :** Люди очень часто застревают, потому что боятся действовать. Худший случай — это как у твоего

\* Бубеле (*идиши*) — детка, дорогуша.

\*\* «Такер: Человек и его мечта» (1988) — биографический фильм американского режиссера Фрэнсиса Форда Coppola с Джеффом Бриджесом в главной роли.

тренера по боулингу: мы настолько привязываемся к конечному результату, что не можем сдвинуться с места. Нам нужна помощь просто для того, чтобы сделать следующий шаг. Но только жизнь не будет ждать.

Д Ж Е Ф Ф : Нет смысла говорить себе «Я должен избавиться от ожиданий», потому что это тоже ожидание. Так можно попасть в полную неразбериху и путаницу.

Б Е Р Н И : Есть одна детская песенка, которая как бы подводит итог этому всему.

Д Ж Е Ф Ф : Валяй.

Б Е Р Н И :

*По течению грести  
Весело веслом.  
Плавню, лодочка, неси.  
Жизнь — всего лишь сон\*.*

Представь, что ты уже плывешь по ручью и при этом пытаешься разобраться, как это сделать. Мне сначала грести правым или левым веслом? А что делает плечо? А рука?

\* Эта песня входит в сборник «Детские песенки матушки Гусыни» (Mother Goose Nursery Rhymes).

Как будто Джо-многоножка с сотней ног не может разобратся, с какой ноги ему начать.

Д Ж Е Ф Ф : Арт Карни из мира многоножек.

Б Е Р Н И : Этот никуда не доберется, так же как и человек, задумавшийся во время гребли. Пока он тормозит, обдумывая все возникшие вопросы, ручей подталкивает его течением вперед. И вот уже самому хочется подгребать, грести, грести, плавно плыть в лодочке по течению. Не делая из этого чего-то большого. Не ругая себя за то, что ты не являешься экспертом в гребле. Не изучая дикое количество книг, чтобы выяснить, как это правильно делается. Просто плавно гребь в своей лодочке вниз по ручью.

Д Ж Е Ф Ф : Весело веслом.

Б Е Р Н И : Да, это важно. Один английский философ сказал, что все космическое в то же время комическое. Делай все, что в твоих силах, но не воспринимай это слишком серьезно.

Д Ж Е Ф Ф : Когда я был маленьким, мама записала меня на танцы. Я начал ныть: «Мам, мне еще рано на танцы», но она все равно заставила меня пойти. И мне понравилось. После первого занятия я подошел к ней: «Мам, смотри: я покажу тебе бокс-степ». Эти занятия научили меня не только танцевать, но и взаимодействовать с людьми,

не имея конкретной цели. В конце концов ты никуда не торопишься, просто танцуешь. Годы спустя, когда мама провожала меня на работу, она приговаривала: «Получи от этого удовольствие и не воспринимай все слишком серьезно». У меня есть слово, которым можно описать многое из того, что я делаю. Это слово — «*игрботать*»\*. То есть я не играю и не работаю, а нечто среднее: *игрботаю*.

Знаешь, игра — это необязательно что-то легкомысленное. Можно воспринимать симфонию Бетховена как что-то запредельно серьезное, но ее все равно *играют*. По-моему, это Оскар Уайльд сказал: «Жизнь слишком важная штука, чтобы воспринимать ее серьезно».

**Б е р н и :** Для таких случаев у меня с собой всегда красный нос. Если мне кажется, что я начинаю слишком серьезно что-то воспринимать или что человек, с которым я разговариваю, слишком серьезен, я надеваю свой нос. Не имеет значения, что мы делаем или о чем говорим, соглашаемся друг с другом или нет, — нос все меняет.

**Д ж е ф ф :** Цирк, да и только, дружище! Наше напряжение мешает буквально всему, кроме, пожалуй, самого напряжения.

**Б е р н и :** Не получается быть заносчивым или помпезным, если ты надел нос. Я всегда говорю людям — если

\* В оригинале plorking (от англ. play и working).

кто-то задевает вас, представьте этого человека с красным носом, и вам больше не захочется на него злиться. *Весело веслом*. Наша работа может быть очень важной, но мы не должны слишком серьезно к ней относиться. Однако мы привязываемся к какой-то мелочи и упускаем все остальное. Копаемся в своем уголке, а про полотно жизни забываем.

И еще одна вещь на тему *«по течению грести весело веслом»*. Течения бывают разные. Иногда это водопад, иногда — отмель. Твой стиль грести должен соответствовать ситуации. Нельзя грести по крохотному ручью так же, как при падении с Ниагарского водопада. Даже если это всего лишь ручей, может произойти что угодно: изменится ветер или течение — и все поменяется. Поэтому действительно важно делать все *плавно*. Не толкай лодку через силу, не пытайся никуда вырваться. Следуй за естественным ходом вещей. Спроси себя: «В чем загвоздка? Я хочу двигаться дальше, но мне что-то мешает. Как мне справиться с этим? Нужно подождать или продолжать плыть? Если ждать, то сколько: день, год, пять лет? Если продолжать, следует ли сменить курс?» Будь наблюдателем в ситуации и верь, что правильные вещи произойдут самым естественным образом. Иначе застрянешь на мыслях вроде *«у меня ничего не получается, все не так»*.

**Д Ж Е Ф Ф** : Мы слишком серьезно все воспринимаем. Мысли меняются точно так же, как ветер и вода во время плавания на лодке. Мысли ничем не отличаются от всего остального.

Мы с Кевином Бэконом недавно работали над фильмом «Призрачный патруль»\*. Когда актеры начинали по привычке волноваться перед съемкой, Кевин оглядывал всех и с чрезвычайно серьезным выражением лица говорил: «Помните, от этого зависит всё!»

И все смеялись. С одной стороны, это, конечно, не так. А с другой — все ведь и правда зависит от настоящего момента и от нашего отношения к нему.

Если же говорить о лодках, то лодки тоже бывают разные. К примеру, лодка с парусом: я хочу приплыть к тебе, но ветер сдувает меня назад. Если я знаю, как танцевать с ветром, я могу использовать его силу, чтобы плыть сначала в одну сторону, потом в другую, потом в третью, пока наконец не доплыву до тебя. Если это гребная лодка, то работаешь преимущественно руками и плечами, но с парусом получаешь больше помощи от ветра и волн. Ты работаешь с разными стихиями, включаешь ум и восприятие, не опираясь лишь на силу мышц...

Похоже, я становлюсь слишком серьезным. Можно одолжить у тебя нос? Мне нужна носотерапия. Ноздри снизу, правильно?

**Б Е Р Н И :** Если, конечно, ты собираешься дышать.

\* «Призрачный патруль» (R.I.P.D — Rest in Peace Department) — фильм 2013 г. режиссера Роберта Швентке. Кевин Бэкон — один из актеров фильма.

Д Ж Е Ф Ф : Мне нравится наблюдать за кем-то серьезным и упорным. Как комик Джеки Глисон. Он вызывает у меня смех, потому что я вспоминаю о собственной серьезности и том, как потешно это выглядит. Всегда проще увидеть кого-то другого в таком положении, это куда смешнее. Классика типа банановой кожуры или торта, размазанного по лицу. Почему это так смешит? От облегчения «Слава богу, это случилось не со мной»? Или здесь что-то другое? «Я невероятно серьезен. Я торжественно и степенно разглагольствую о...» БАЦ! ТОРТ В ЛИЦО! Это крах любой уверенности. Я думаю, нам смешно потому, что мы осознаем, что вот такая она, жизнь, — сама неопределенность.

Б Е Р Н И : Когда я учился на клоуна, мне дали наставника. Знаменитый клоун и общественный деятель Вэйви Грэйви\* назначил им Мистера Ю-Ху (YooWho). Он координировал американское подразделение международной группы «Клоуны без границ», основанной в Барселоне. Ее участники работают по всему миру в странах, разрушенных войной, особенно с детьми в лагерях для беженцев. Я посещал эти лагеря несколько раз и заметил, что детям больше всего нравилось именно падение на банановой кожуре, а еще когда меня или Ю-Ху лупили по голове.

Когда я впервые встретил Ю-Ху, ему нужно было забрать какую-то компьютерную деталь из магазина

\* Wavy Gravy — букв. волнистая подливка.

в Беркли, Калифорния. Менеджер хотел показать коробку с программным обеспечением для другого клиента, пытаясь вытянуть ее из-под кучи других. Когда у него наконец получилось, то вся эта башня свалилась прямо на него. Ю-Ху улыбнулся, покачал головой и сказал: «Знаешь, мне нужно неделями тренироваться, чтобы получилось так же».



## 2

### ОНИ ГДЕ-ТО ТАМ, ДАЙ ВЗГЛЯНУ ЕЩЕ РАЗОК

Б Е Р Н И : Поделюсь с тобой отличной практикой дзен. Встаешь утром, идешь в туалет, отливаешь, чистишь зубы, смотришься в зеркало и смеешься себе в лицо. Начинай так каждый свой день.

Д Ж Е Ф Ф : Я, кстати, так и делаю время от времени. А дай-ка мне определение практики.

Б Е Р Н И : *По течению грести весело веслом.* Как и для лодки, для пробуждения нужно подобрать подходящие весла. Их я и называю практиками. Они бывают самые разные: дзен-весла, христианские весла, иудейские, мусульманские. Они могут и не быть связаны с духовностью

или религией: просто творчество, семья, работа. Или это может быть смех над собой.

Д Ж Е Ф Ф : Для меня практика — это всегда способ оказаться в новом пространстве. Мы постоянно делаем так в актерской игре, потому что каждый раз нужно вносить маленькие изменения: сыграй эту сцену так, а теперь — по-другому. Всякий раз, когда ты вносишь изменения, ты попадаешь в новое пространство.

Отец предложил мне сняться в «Морской охоте»\*, когда я был еще ребенком, и показал мне некоторые базовые актерские техники. Например, если мы вдвоем разыгрывали сцену, он говорил: «Не жди, когда я закончу говорить, чтобы мне ответить. Слушай, что я говорю, и отталкивайся от этого, когда будешь отвечать. Если я скажу свою фразу по-другому, то и ответить ты должен иначе». Или давал такое указание: «Пусть выглядит так, как будто ты делаешь это впервые». Или такое: «Выйди из комнаты, зайди обратно, но по-другому. Внеси небольшое изменение».

Когда медитируешь, тоже постоянно вносишь небольшие изменения, чтобы вернуться в пространство чистого бытия.

\* «Морская охота» (Sea Hunt) — популярный приключенческий телесериал, выходивший в США с 1958 по 1963 г., в котором Ллойд Бриджес, отец Джеффа, исполнял главную роль.

**Б е р н и :** Большинство из нас не просто пребывает в пространстве бытия, мы все куда-то гребем, в направлении некой цели или к идеальному месту назначения. Только куда мы движемся? Где этот заветный берег?

В дзен мы говорим, что он прямо под нашим ногами. Все, что мы ищем: смысл жизни, счастье, покой — все уже здесь. То есть вопрос не в том, как мне добраться из точки А в точку Б. Вопрос в том, как мне добраться из точки А в точку А. Как почувствовать на своем опыте, что не нужно никуда добираться, что я уже здесь? Это заветное место прямо у меня под носом. Я уже на другом берегу. В буддизме его иногда называют Чистой Землей\*.

На практике бывает трудно понять, что ты уже здесь — в том месте, которое ты ищешь. Можно услышать об этом много раз, но все равно остается часть тебя, которая не верит. И ты продолжаешь трудиться, чтобы куда-то попасть. И как только ты там оказываешься, снова понимаешь, что место не то. И ты опять отправляешься к другому берегу. Как только ты прибываешь туда, место снова оказывается не тем, и все начинается сначала. Поначалу ты бываешь рад: «Ох, ну наконец-то я куда-то добрался, теперь-то я счастлив!» Но вот проходит время, и ты такой: «Нет, всё не то, на самом деле мне нужно было не сюда».

**Д ж е ф ф :** Люди часто спрашивают меня о моем другом берегу. Куда я хочу попасть, чем я хочу заниматься, хочу ли я быть звездой.

\* Буддизм Чистой Земли — одна из школ Махаяны.

Но у меня этот «другой берег», по сути, не изменился. Меня забросило в будущую карьеру в возрасте шести месяцев. Отец был в гостях у друга Джона Кромвелла. Джон в тот момент снимал фильм «Компания, которой она владеет»\*, ему нужен был младенец в кадре, и отец предложил: «Вот, возьми Джеффа». Я никогда не хотел быть актером. Я даже сопротивлялся этому, так как мне казалось патриархальным и неправильным выходить в жизнь через дверь, открытую отцом. Мне хотелось, чтобы меня ценили за мои собственные таланты, а не за то, кем был мой отец. Я хотел делать что-то свое, но не знал, что именно, ведь меня всегда интересовало множество разных вещей. Можно сказать, что я сопротивлялся естественному течению своей жизни.

В то же время я бы сказал, что тем «другим берегом» для меня было и остается счастье. И я пришел к осознанию, что счастье — здесь, прямо у меня под ногами. Роберт Джонсон\*\* писал, что слово «счастье» (happiness) произошло от «случаться» (happen). Счастье — это то, что непосредственно случается с нами, в отличие от того, что написано в Декларации Независимости, где утверждается, что каждый имеет право на стремление к счастью. То есть, если его у тебя нет,

\* «Компания, которой она владеет» (The Company She Keeps) — кинодрама 1951 г. режиссера Джона Кромвелла. В эпизодических ролях также снялись Дороти Бриджес, мать Джеффа, и Бо Бриджес, его старший брат.

\*\* Роберт Джонсон (1921–2018) — известный писатель и психоаналитик, ученик К. Г. Юнга.

ты имеешь право его искать. Однако Джонсон говорит, что, как только мы начинаем искать его, мы его теряем. Что думаешь, Берни?

**Б Е Р Н И :** Тут все непросто. Все хотят быть счастливыми, хотят найти это место, где их ждет счастье, просветление и удовлетворенность жизнью. Вот о чем думает большинство людей, когда слышит слова «другой берег». Они ищут его в книгах, посещают лекции, находят гуру, верят в то, что кто-то или что-то должно помочь им достичь другого берега, другого пространства. Как Дороти из «Волшебника страны Оз», которая пытается добраться домой. Дом для людей — это место, в котором комфортно, безопасно и всё в порядке. Дороти проходит через всю страну, находит Волшебника и обнаруживает, что ее дом все там же, в Канзасе.

**Д Ж Е Ф Ф :** В конце она говорит примерно так: «Чтобы найти то, чего действительно желает твое сердце, не нужно идти дальше собственного двора». А Волшебник оказывается жуликом, да?

**Б Е Р Н И :** Жуликом, но еще и приманкой. Это именно та идея, которая заставила Дороти прочесать всю страну Оз, и она же не дает нам покоя. Мы думаем, что нужное нам находится где-то там за радугой, пока не осознаем, что все уже и так под носом.

Д ж е ф ф : Мы можем думать, что другой берег — то, чего мы должны достичь: славы, успеха, просветления. Но это мешает увидеть простую вещь: все, что нам нужно, у нас уже есть. Думаю, что Чувак — из тех, кому не нужно ничего достигать. Ему нравится нежиться в ванной, попивая «Белый русский» и слушая песни китов в плеере.

Он относится ко всему легко, принимает всё как есть. И в этом очень много благодетства, ты не находишь? Люди говорят, что они *ищущие*, что они в поиске счастья, смысла, чего угодно. Я себя считаю нашедшим: все, что мне нужно, находится рядом.

Это с самого детства. У мамы была практика, которую она называла «*время*». Каждый день она проводила по одному часу с одним из троих детей. Когда наступал мой час, она говорила: «Чем займемся, Джефф?»

Я говорил, например: «Давай сюда свою косметику. Накрасим тебя как клоуна, а я буду монстром». — «Хорошо!» Или еще могло быть так: «Поиграем в космос. Ты — космонавт, под столом — космический корабль, а я — пришелец, который хочет тебя поймать. Давай позовем Томми поиграть вместе с нами?» — «Конечно, иди, позови».

Если вдруг маме кто-то звонил и ее звали: «Дороти, это тебя», она отвечала: «У меня *время* с Джеффом, скажи, что я перезвоню!»

Мама уделяла мне все свое внимание в течение этого часа, и так происходило с каждым из нас троих изо дня в день. У меня никогда не возникало ощущения, что она делала это из чувства долга. Это время подпитывало ее, она искренне любила проводить с нами время. Когда

мы стали подростками, можно было просто попросить «Мам, помассируй спину», и тогда она целый час делала массаж. Когда я стал взрослым, то звонил ей по телефону и спрашивал: «Как насчет того, чтобы провести время со мной?» Ее безраздельное внимание было таким насыщающим. У меня никогда не было нехватки в общении с мамой, его у меня всегда было вдоволь.

Я был свидетелем благородных поступков моих родителей в отношении других людей. Вместе с отцом я снимался в «Морской охоте» и других фильмах. Ребенком я порой стеснялся его поведения. Например, помню случай, когда он снимался в телепередаче, а режиссер был очень рассержен и обходился грубо и неуважительно с ассистентом или оператором. Отец подошел к режиссеру и у всех на виду сказал: «Я останусь у себя в трейлере, пока ты не будешь готов извиниться перед этим парнем. Зайди и дай мне знать». Я просто сторал от стыда! Но у него было подлинное чувство чести и справедливости, и он поступал так всегда.

Когда я стал взрослым, то понял эту радость, которую он испытывал от работы. Он обожал все, что с ней связано, и это было заразительно. Как только он появлялся на площадке, люди думали: «Этот парень так тащится от того, что он делает. Наверное, то, чем я занимаюсь, — тоже здорово». И всем становилось свободнее и легче, а это необходимо для того, чтобы родилось что-то новое. То есть даже если тебе приходится иметь дело с не очень радостными вещами, если возникают проблемы, которые вызывают злость или грусть, то ты всегда можешь попробовать не так мрачно к ним относиться. Тогда все складывается гораздо проще. Великодушие моего отца стало