

BRUCE LEE

Lo esencial de su filosofía práctica

Por Toni Giménez
tonigimenezfajardo@gmail.com
www.tonigimenez.cat

SEGUNDA PARTE

DOMINÓ

Tira una piedra en una esquina de un lago y la onda producida se expandirá por todo el lago. Es el efecto de los círculos concéntricos, también llamado el efecto dominó. Mueves un aspecto y todos los demás aspectos se moverán con la fuerza de éste. Todo (in)fluye.

EMPIRISMO

Así como el racionalismo lo explica todo desde la razón, el empirismo lo experimenta todo para poder llegar al conocimiento.¹

ÉXITO

El éxito no surge de la suerte. Consigues el éxito cuando haces algo de corazón. Triunfar y tener éxito son fruto del esfuerzo. El éxito, al igual que la felicidad, debe ser un camino, no un destino.² Es algo individual, algo conseguido con pruebas superadas por uno mismo. Sólo así el éxito es algo positivo, sino se convierte en una guillotina.

EXPERIENCIA

Cada experiencia es parte de nuestra maduración personal.³ Vivir nuestra propia experiencia y hacerla parte de nuestra sabiduría.⁴ Solamente a través de ella, podemos conocer y hacer del conocimiento, sabiduría.

EXPRESARSE

Expresarse con sinceridad.⁵ Buscar en nuestro interior es una expresión personal sincera.⁶ Manifestar siempre lo que piensas,⁷ no para impresionar, sino para expresarnos nosotros mismos, con franqueza, sin engaño.⁸ No hay que buscar el éxito ni las recompensas financieras, ni la opinión o cariño de los demás. Hay que sacar el máximo provecho del potencial de cada cual, en lugar de malgastarlo en intentar actualizar una imagen que cada vez se difumina más rápidamente.⁹ La mayoría de la gente vive por y para su imagen. En lugar de llenarse

¹ *Pensamientos extraordinarios.*

² *Pensamientos extraordinarios.*

³ *Pensamientos extraordinarios.*

⁴ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 18.

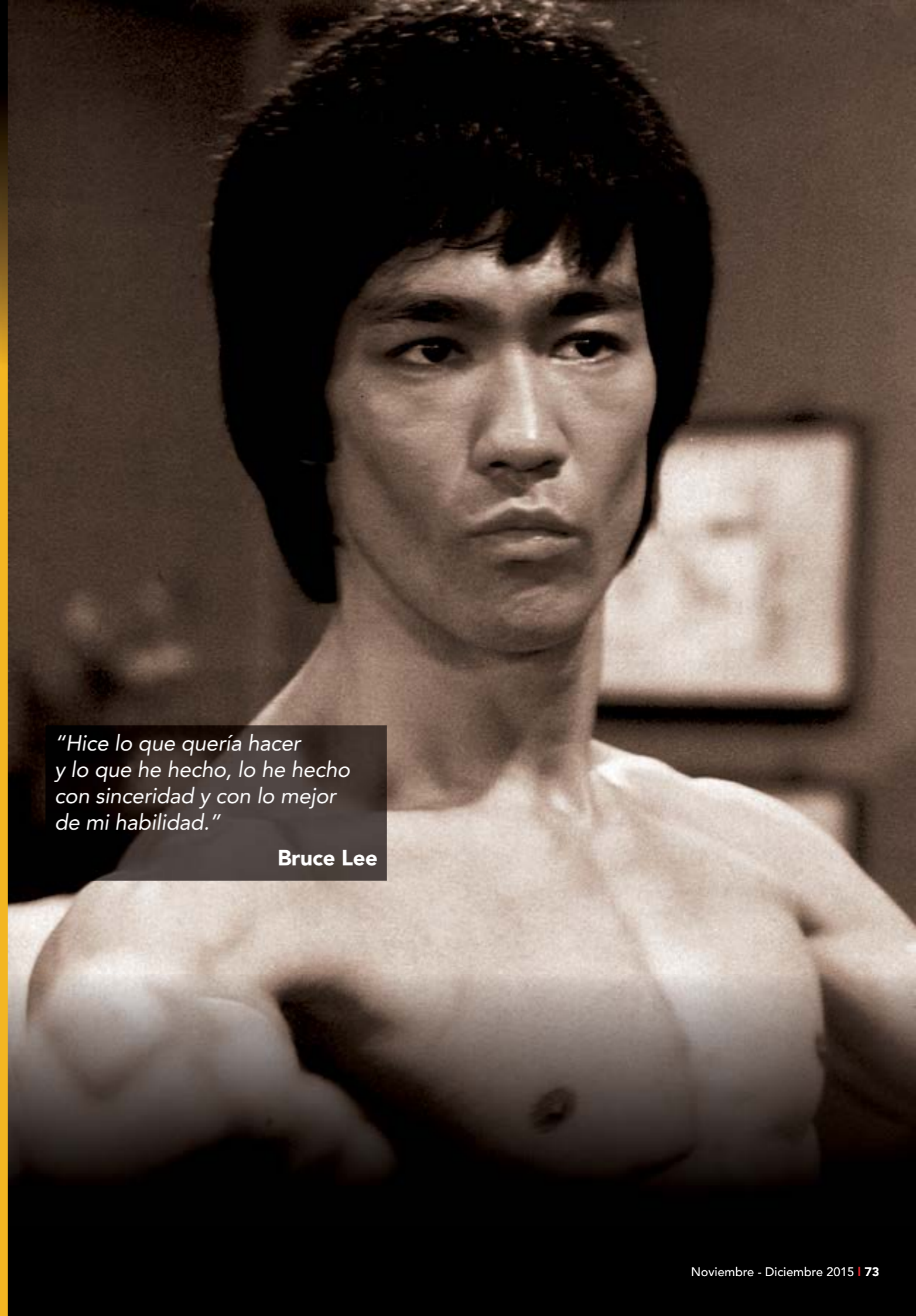
⁵ *Cartas del dragón*, pág. 10.

⁶ *Palabras del dragón*, pág. 161.

⁷ *Pensamientos extraordinarios.*

⁸ John Little. *Be water, my friend*, pág. 231.

⁹ John Little. *Be water, my friend*, pág. 232.



*"Hice lo que quería hacer
y lo que he hecho, lo he hecho
con sinceridad y con lo mejor
de mi habilidad."*

Bruce Lee

de dicha, se quedan vacíos, elaborando una fachada de sí mismos.¹⁰ Expresa lo que tú eres, lo que sientes, al margen de lo que digan o piensen los demás. Si dependes de la opinión de los demás, dejas de ser tú mismo y conviertes a todo el mundo en tus jueces. ¿Cómo sabes que ellos poseen la verdad? ¿Qué legitimidad tienen los demás para juzgarnos?

FAMA

La fama te obliga a perder la privacidad. Si eres famoso y llevas el cabello largo te dirán que eso es lo que se lleva. Si nadie te conoce, dirán "mira ese melecundo" y dudarán de ti.¹¹ Para Bruce la fama y el estatus no significaban nada.¹² La fama es como la espuma:

sube pero baja enseguida, es una guillotina que siempre te está amenazando. Si eres famoso, todo el mundo se fijará en ti y cada cosa que digas o hagas será juzgada por todos. El precio que pagas por ella, por muy atractiva que sea, es muy alto. Tarde o temprano buscarás refugiarte de ella y es triste tener que esconderse constantemente.

FE

Hay que tener fe en nosotros mismos, tener fe en nuestra propia capacidad para salir adelante.¹³ La fe es fe en uno mismo. Creer en nuestras propias capacidades.¹⁴ Puedes si crees que puedes. Nunca conseguirás de la vida más de lo que esperas. Hoy es el resultado de los pensamientos de ayer.¹⁵

FELICIDAD

Ser feliz empieza en el simple hecho de vivir, no en una espiral de reflexiones y dudas filosóficas sobre la felicidad.¹⁶ La felicidad es un camino, una manera de obrar, no una meta donde hay que llegar. Si nos la planteamos así, seremos infelices siempre, puesto que no llegaremos nunca a ella. La felicidad hay que encontrarla en la cotidianeidad.

FILOSOFÍA

La filosofía (desde un punto de vista etimológico: amante de la sabiduría) te dirá para qué vive el ser humano. Te dará fundamento (siempre debe haber un fundamento en lo que haces), busca ahondar en el porqué y en el sentido de nuestra vida. La filosofía refle-

xiona sobre los temas esenciales de la vida, sobre el ser humano y analiza por qué y para qué vivimos. A veces, por pereza a pensar, se rechaza todo lo que es de tipo filosófico. La filosofía (con una gran gama de escuelas y autores) da razones para explicarnos el porqué de la vida y el sentido de la existencia. Cada cual debe encontrar "su filosofía". Hay filósofos que lo son por formación académica y los hay por su talante personal. Quien se siente filósofo, lo es por amor a la sabiduría y al conocimiento. Pero no se trata de acumular conocimiento, sino de ser curioso: indagar, preguntarse, cuestionar, criticar, dudar, pensar, razonar... La filosofía ni es un dogma de fe ni una demostración científica.

FLEXIBILIDAD

Hay que dejarse mecer por el viento como el bambú o el sauce, adaptándose a las circunstancias. La rigidez y el hermetismo sólo provocan que las ramas del árbol se rompan. Hay que ser suaves, nunca rígidos. Hay que ser flexible como el bambú que se adapta al viento, no lucha contra él, aunque se mantiene bien arraigado al suelo.²⁰ La flexibilidad es la vida; la rigidez es la muerte.²¹ Adaptarse a las circunstancias por nuevas que sean, a los problemas que surjan, a lo cotidiano. Los niños y niñas lo hacen mejor que los adultos. No hay que ser como el roble, que se opone con firmeza, sino flexible como el bambú. Es decir, en lugar de resistirse a los patrones neutrales del universo, es mucho más productivo aprender a fluir y a mezclarse con ellos.²² No hay que oponer resistencia de ninguna manera.²³ Hay que abrir la ventana: ¡que corra el aire! No rivalizar con nadie ni con nada. Sé flexible como el bambú. No luchar contra la naturaleza, ser viento (*Be Wind*).²⁴

¹⁰ John Little. *Be water, my friend*, pág. 235.

¹¹ *Pensamientos extraordinarios*.

¹² John Little. *Bruce Lee. Artista de vida*.

¹³ *Pensamientos extraordinarios*.

¹⁴ *Cartas del dragón*, pág. 151.

¹⁵ *Pensamientos extraordinarios*.

¹⁶ Toni de la Torre. *Be Water, My Friend. Filosofía Bruce Lee per a la vida diària*, pág. 45.

¹⁷ *Palabras del dragón*, pág. 143.

¹⁸ *Pensamientos extraordinarios*.

¹⁹ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 35.

²⁰ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 65.

²¹ *Pensamientos extraordinarios*.

²² John Little. *Be water, my friend*, pág. 103.

²³ John Little. *Be water, my friend*, pág. 104.

²⁴ Toni de la Torre. *Be Water, My Friend. Filosofía Bruce Lee per a la vida diària*, pág. 60.

FLUIR

La persona más fuerte es la que aprovecha la fuerza de su adversario como hace el bambú que se mece con el viento y no se opone a él. Fluir, no forzar nada, no ponerse en contra.²⁵ Moverse como el agua, responder como el eco, pasar sin que nadie se de cuenta y mantenerse sereno.²⁶ Seguir el flujo de la vida. Ser capaz de alcanzar un estado mental en el que sientas que no existe nada que te ate a este mundo o a tu vida..²⁷ Cuando el ciempiés se puso a pensar cómo se lo hacía para caminar con todos los pies y no enredarse, tropezó y se cayó. Como decía Buda: "No busques, todo viene cuando menos te lo esperas".



FORMAS

Estamos demasiado sometidos a las formas, a los roles que debemos asumir según las situaciones y los momentos que vivimos las maneras sociales obligadas de actuar. Hay que liberarse de las formas puesto que ellas moldean el caparazón de nuestro ego, impidiéndonos penetrar en nuestro interior.

GANAR / PERDER

Más que a ganar, debemos aprender a aceptar cómo perder.²⁸ La educación social está demasiado basada en el triunfo. ¿Qué es ganar? ¿Qué es perder? ¿Cómo me afecta a mí? El verdadero ganador es el que asume su derrota como algo positivo. La próxima derrota sabrá encajarla mejor y la próxima victoria sabrá valorarla aún más.

HABLAR / ESCUCHAR

Las cabezas vacías tienen una lengua larga.²⁹ Hay que callar o nuestra lengua nos volverá sordos". Tenemos dos orejas y una boca: dos orejas, para escuchar mucho, y una (sola) boca, para hablar poco.³⁰ Vivimos rodeados de palabrería. Todo el mundo habla y habla. La mayoría son diálogos de sordos. Escuchar es aprender a respetar la argumentación de los demás, sin avanzar de inmediato nuestra respuesta. Incluso si hablas más lento tienes más tiempo para reflexionar lo que vas diciendo. Escuchar, de manera consciente, dándose cuenta de que las demás personas tienen también sus razones.

HUMILDAD

Humildad, desde un punto de vista etimológico, proviene de *humus* que significa tierra. Quien es humilde pretende ser sencillo como la tierra (*Be Earth*). Humildad y sencillez.. Ser humilde frente a los superiores es un deber, frente a los iguales es cortesía y frente a los inferiores es nobleza.³¹

IDEALES (Sueños, utopías)

Si dedicas demasiado tiempo a pensar sobre algo, jamás conseguirás hacerlo realidad.³² Hay que visualizar lo positivo. Todos los sueños, utopías e ideales los podemos hacer realidad. Pero esto hay que trabajarlo y trabajarlo con imaginación.³³

El maestro no debe responder a las preguntas del alumno, tan sólo darle pistas para que las encuentre por sí mismo, si no el alumno siempre dependerá del maestro...

IDENTIDAD

En los rincones más íntimos de nuestra mente, bien lejos del relumbrón de lo superficial y de lo trivial, es donde residen nuestras pasiones, nuestros deseos y nuestro ser más auténtico.³⁴ Ahí es donde radica nuestro yo, nuestra propia identidad, sin trampa ni cartón, este es el concepto de alma, desde un punto de vista psicológico, ahí donde realmente somos nosotros mismos. Aquí es donde surge la pregunta: "¿Quién soy yo?". Como decía el escritor Juan Ramón Jiménez, no es necesario correr puesto que allí donde tenemos que ir es tan sólo a nosotros mismos. Nuestra identidad. Todo lo que realizamos en la vida debe ser hecho con el alma,³⁵ poniendo lo máximo de nosotros, haciéndolo lo mejor posible, sacando nuestro "oro" interior. Debemos poner el alma al descubierto.³⁶

IMITACIÓN

Tenemos más fe en lo que imitamos³⁷ que en nuestra propia capacidad de creación.

INTEGRIDAD

No hacer nada que vaya en contra de nuestros principios.³⁸ Ser capaces de permanecer fieles a nuestra manera propia de ver la vida. Una persona se hace admirar por su integridad, por no haberse corrompido en el camino, por haber sido valiente y fuerte a pesar de las dudas y tentaciones.

LÁGRIMAS

Las lágrimas son agua que limpia,³⁹ por eso cuando hemos acabado de llorar nos encontramos mejor. Las lágrimas son una sauna para el alma. Apaciguan y limpian para que podamos ver mejor. Expresan siempre nuestra dimensión emocional humana. Lejos de prohibir llorar, hay que hacer como los niños cuyo llanto brota de manera natural.

LEER

Bruce fue un lector empedernido. Desde muy pequeño le resultaba imposible estar sin hacer nada. Su madre descubrió que la única forma de que estuviera quieto era darle un libro. El efecto colateral de esto fue una miopía provocada por largas horas forzando la vista, lo que le llevó a usar gafas desde los seis años.⁴⁰ A pesar de todo, este hábito de leer y su pasión por la lectura se mantuvieron durante toda su vida.

²⁵ *Cartas del dragón*, pág. 41.

²⁶ *Pensamientos extraordinarios*.

²⁷ John Little. *Be water, my friend*, pág. 161.

²⁸ *Pensamientos extraordinarios*.

²⁹ *Pensamientos extraordinarios*.

³⁰ Tal como dice el Talmud.

³¹ *Pensamientos extraordinarios*.

³² *Pensamientos extraordinarios*.

³³ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 61.

³⁴ *Cartas del dragón*.

³⁵ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 118.

³⁶ *Cartas del dragón*, pág. 10.

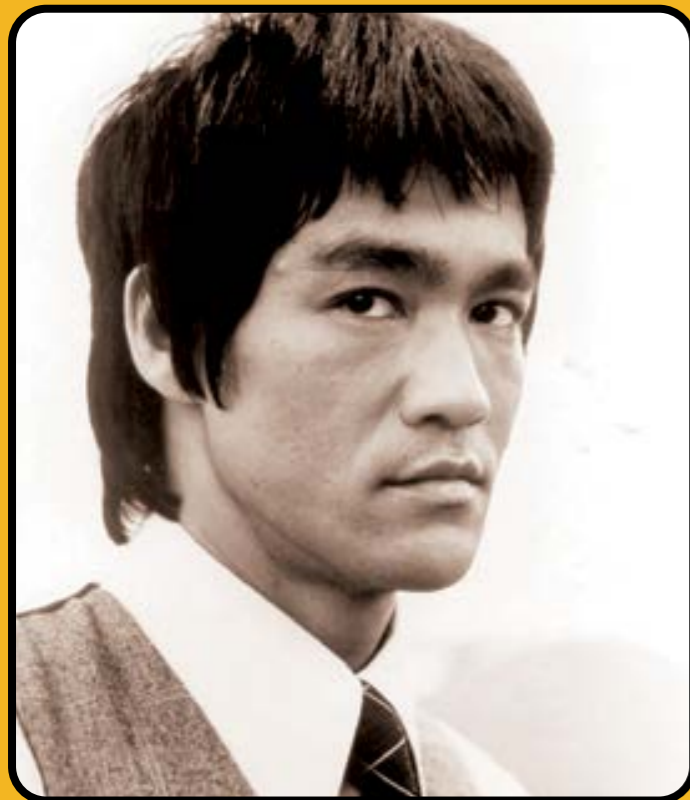
³⁷ *Pensamientos extraordinarios*.

³⁸ *Pensamientos extraordinarios*.

³⁹ *Pensamientos extraordinarios*.

⁴⁰ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 36.

La lectura es el alimento de la mente.⁴¹ Leer es un viaje interior individual, Cada libro engrandece nuestra del mundo. Cada cual debe encontrar su propia lectura, sus propios libros.



LIBERTAD

Buscar la libertad no quiere decir hacer lo que queramos, sino aprender a expresarse libremente; ser libre es saber adaptarse a una situación y a las circunstancias; moverse sin estar atado a nada ni depender de nadie. Hay que liberarse de los apegos.⁴²

LUCHAR

La verdadera lucha es luchar contra nuestras propias dudas y miedos, o sea, enfrentarnos a ellos. Encontrar la causa de nuestra propia ignorancia. Poner en duda nuestro propio conocimiento, no dar nada por sentado ni mucho menos por definitivo.

Luchar, no tirar la toalla, mantenerse firme en el rumbo escogido y superar los problemas, luchar sin luchar con los demás. Para que cambien los demás hay que empezar por cambiar uno mismo.

MADURAR

El ser humano siempre crece⁴³ pero el reto de la vida es madurar.

MAESTRO (Enseñanza, aprendizaje, escuela)

El verdadero maestro es el que ayuda al discípulo a que descubra por sí mismo lo que más le conviene.⁴⁴ Un maestro debe estudiar a cada alumno individualmente, despertándolo para que se explore a sí mismo. El maestro no debe responder a las preguntas del alumno, tan sólo darle pistas para que las encuentre por sí mismo, si no el alumno siempre dependerá del maestro. Quien busca es el alumno, sin dependencias de ninguna otra persona. Solamente así se gana en comprensión.⁴⁵ Un buen maestro debe proteger a sus alumnos de su influencia.⁴⁶ Como maestros, podemos ofrecer nuestra experiencia pero eso es algo no concluido.⁴⁷ Los alumnos no deben ser miniaturas de un maestro, al igual que un niño no es un adulto en miniatura. Debe encontrar lo que a él le va bien; tomando de aquí y de allá y construyéndose su propia visión de la vida y del mundo. La respuesta está en nuestro interior, no fuera de él. La finalidad de la educación no es el aprendizaje, sino la vida. Bruce decía: "No puedo enseñaros, sólo ayudaros a conoceros. Nada más".⁴⁸ Toda enseñanza debe acabar siendo descubrimiento. Un buen profesor funciona como un señalador de verdad, nunca como un dador de verdad.⁴⁹ La verdad es mucho más importante que el profesor. El filósofo Sócrates decía que no podía enseñar nada a nadie, tan sólo hacerle pensar. El buen maestro no da verdades, tan sólo hace de guía, acompaña; no está encima ni debajo, ni delante ni detrás. Es el alumno quien debe experimentarlo todo. No debemos aceptar nada sin que nos lo cuestionemos y mucho menos aceptar eso de "me han dicho que...". Si dejas de preguntar, dejas de dudar. Y si dejas de dudar, dejas de aprender. Debemos asumir que siempre somos aprendices.⁵⁰

Cuatro aspectos básicos de toda enseñanza:⁵¹

1. Motivar al aprendiz.
2. Promover la actividad mental mediante debates, preguntas y lecturas.
3. Dejar bien claro lo que se debe aprender como fundamental.

4. Facilitar la comprensión de lo que se debe aprender y su aplicación práctica.

No se trata de cuánto has aprendido, sino de cuánto has absorbido de lo que has aprendido.^{52/53} No consiste en memorizar ni en acumular, sino en saber aplicar lo aprendido, con eficacia.^{54/55} Todo conocimiento es, en realidad, autoconocimiento.⁵⁶ Hay que buscar en nuestro interior, no fuera de él.⁵⁷ Quien encuentra lo que busca, se vuelve una persona más calmada, fuerte i serena, se siente en paz y alegría.⁵⁸ Aprender es un proceso constante de descubrimiento y nunca un proceso concluyente. Requiere un proceso de desprendimiento de las ideas preconcebidas y de las propias creencias.⁵⁹ Bruce Lee se oponía a la instrucción masiva de alumnos.⁶⁰ Siempre somos educandos y nuestro mejor maestro es la vida.⁶¹ Beber de todas la fuentes posibles a fin de desarrollar al máximo nuestro potencial como ser humano.⁶² Aprender sin llegar nunca a conclusiones. El ser humano siempre está por hacer, la educación es siempre algo inacabado. Hay acto educativo hasta el momento de morir. A más conciencia de la propia ignorancia, más conocimiento. La primera e ineludible tarea de la educación es enseñar un conocimiento capaz de criticar el propio conocimiento.

Cualquier escuela o método restringe y limita nuestras propias posibilidades. Poner nombre a algo es limitar el propio concepto, es esperar verlo como nosotros deseamos verlo, por lo que esperamos de ello.

⁴¹ *Pensamientos extraordinarios.*

⁴² Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 87.

⁴³ Bruce Lee. *Jeet kune do.*

⁴⁴ *Palabras del dragón*, pág. 161.

⁴⁵ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 45.

⁴⁶ *Pensamientos extraordinarios.*

⁴⁷ *Pensamientos extraordinarios.*

⁴⁸ John Little. *Be water, my friend*, pág. 47.

⁴⁹ John Little. *Bruce Lee. Artista de vida.*

⁵⁰ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 243.

⁵¹ *Pensamientos extraordinarios.*

⁵² *Pensamientos extraordinarios.*

⁵³ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 83.

⁵⁴ John Little. *Be water, my friend*, pág. 218.

⁵⁵ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 80.

⁵⁶ John Little. *Be water, my friend*, pág. 14.

⁵⁷ John Little. *Be water, my friend*, pág. 243.

⁵⁸ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 153.

⁵⁹ Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 162.

⁶⁰ *Palabras del dragón*, pág. 161.

⁶¹ *Pensamientos extraordinarios.*

⁶² Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 88.

EDITORIAL ALAS
c/ Villarroel, 124 - bajos - 08011 Barcelona
info@editorial-alas.com - www.editorial-alas.com

CONVERSACIONES SOBRE BRUCE LEE

Vida y legado de una leyenda

Por **Fiaz Rafiq**

P.V.P. 26 euros
Número de páginas: 360
ISBN: 9788420305684



En esta obra, se glosa la vida, la figura y el legado de Bruce Lee a través de 50 entrevistas a personajes tan diversos como: Alumnos originales (Jesse Glover, James Demile, Patrick Strong...), amigos (William Cheung, Hawkins Cheung, Greglon Lee...), coprotagonistas y colegas (Bill Ryusaki, Peter Mark Richman, Marlyn Mason...) y descubriremos su legado a través de: Sugar Ray Leonard, George Foreman, Dorian Yates, Lenda Murray, Randy Couture, Tito Ortiz, Dolph Lundgren, John Woo...