

BRUCE LEE

Lo esencial de su filosofía práctica

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

CUARTA Y ÚLTIMA PARTE

VERSIÓN

Dar lo mejor de uno mismo, con la responsabilidad y el oficio de un número uno.¹ Negarse a aceptar todo lo que no sea dar lo mejor de uno mismo.² Deberíamos ofrecer siempre la mejor versión de nosotros mismos, procurando siempre rendir al máximo, con la máxima eficacia, a través de la máxima eficiencia.

VIDA

La meta de nuestros planes y de nuestros actos es encontrar el verdadero sentido de la vida.³ No conseguiremos de la vida más de lo que esperamos de ella; tú eres hoy el fruto de tus pensamientos de ayer.⁴ La vida, como el viento, no tiene forma, tan sólo fuerza. No tiene ninguna estructura interna ni entorno, no es rígida. La vida es que debe ser vivida, no analizada ni conceptualizada; si la tienes que pensar, no entenderás nada.⁵ Somos los responsables últimos de nuestras vidas.⁶

La vida es relación e intercambio. La vida es el presente. La vida se vive cuando se es consciente de vivirla.

Vivir es el placer de vivir. La vida es para ser vivida.

El sentido de la vida es saber quien soy yo. Y yo soy lo que siento y lo que pienso, de aquí surge la actitud y la acción. Hay que gozar tanto del proceso como del resultado porque la vida es demasiado corta para gozar tan sólo del resultado. No descuides la vida preocupándote por la muerte. Ser un artista de la vida, puesto que la vida es siempre un proceso de crecimiento continuado.⁷

La vida es un proceso, una dirección; un viaje, no un destino.⁸ Por eso, el proceso es mucho más importante que el resultado. El resultado siempre es efímero (al igual que un récord). Nos construimos en el camino y el gozo debe ser en el propio construirse puesto que, a menudo, la obtención del resultado final (conseguir la propia utopía) es menos emocionante de lo que pensábamos (eso es evidente en la infancia, cuando esperas el día de tu cumpleaños o los Reyes Magos; la espera es mucho más emocionante).

1 *Cartas del dragón*, pág. 11.

2 *Cartas del dragón*, pág. 15.

3 *Cartas del dragón*, pág. 10.

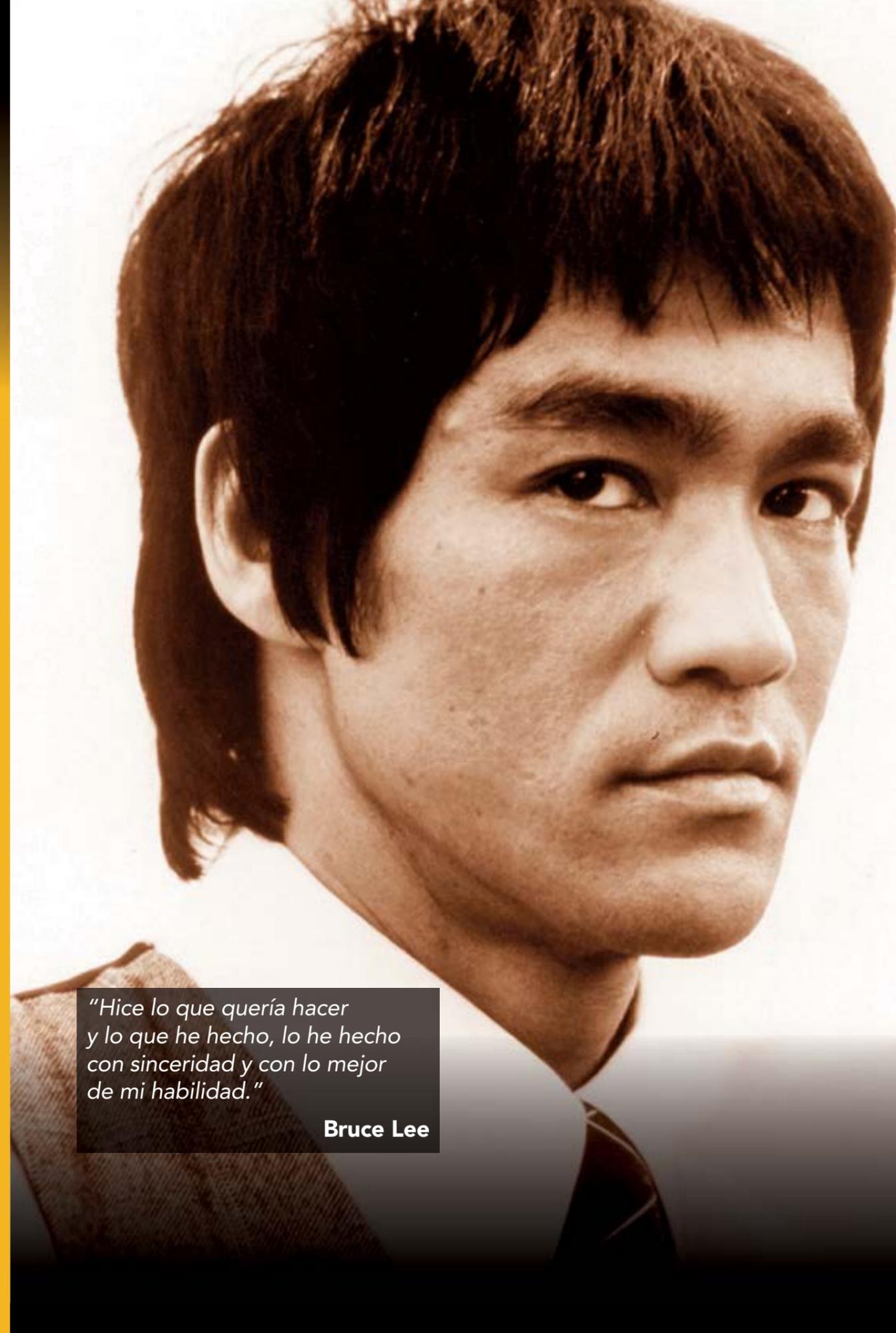
4 Toni de la Torre. *Be Water, My Friend. Filosofía Bruce Lee per a la vida diària*, pág. 49.

5 *Pensamientos extraordinarios*.

6 Toni de la Torre. *Be Water, My Friend. Filosofía Bruce Lee per a la vida diària*, pág. 31.

7 Bruce Lee. *Jeet kune do*.

8 *Pensamientos extraordinarios*. Pensamiento que, según el biógrafo Marcos Ocaña, Bruce tomó prestado de Ben Sweetland.



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

Bruce Lee

Una circunferencia, encierra y si encierra, pudre; y lo que se pudre, carece de vida.⁹ Como decía el filósofo Khalil Gibran: debemos añadir vida a los años, no años a la vida. El destino lo escribimos nosotros, día a día, de los miles de caminos y senderos entre los que podemos escoger. Hay que tener una vida que valga la pena recordar. La vida es un proceso continuo de crecimiento. No hay ningún fin ni ningún límite. Ahondar en uno mismo,¹⁰ viviendo a fondo la vida.

VIOLENCIA

La violencia radica en nuestro interior.¹¹ Si vivimos en paz con nosotros mismos, tranquilos e imperturbables, es muy difícil que algo externo nos vuelva violentos.¹² La violencia siempre acaba en derrota,¹³ no permitamos que los impulsos o deseos de los demás controlen nuestra voluntad.¹⁴

VOLUNTAD

La voluntad es la más grande de las fortalezas,¹⁵ nos posibilita alcanzar los objetivos que nos proponemos, es como un motor que nos impulsa a llevar a cabo lo que deseamos, en especial cuando las cosas no van bien, cuando algo nos imposibilita realizar nuestra vida con total dedicación y plenitud y, en especial, cuando una enfermedad o un impedimento físico o psíquico nos limita nuestras posibilidades.

VOZ

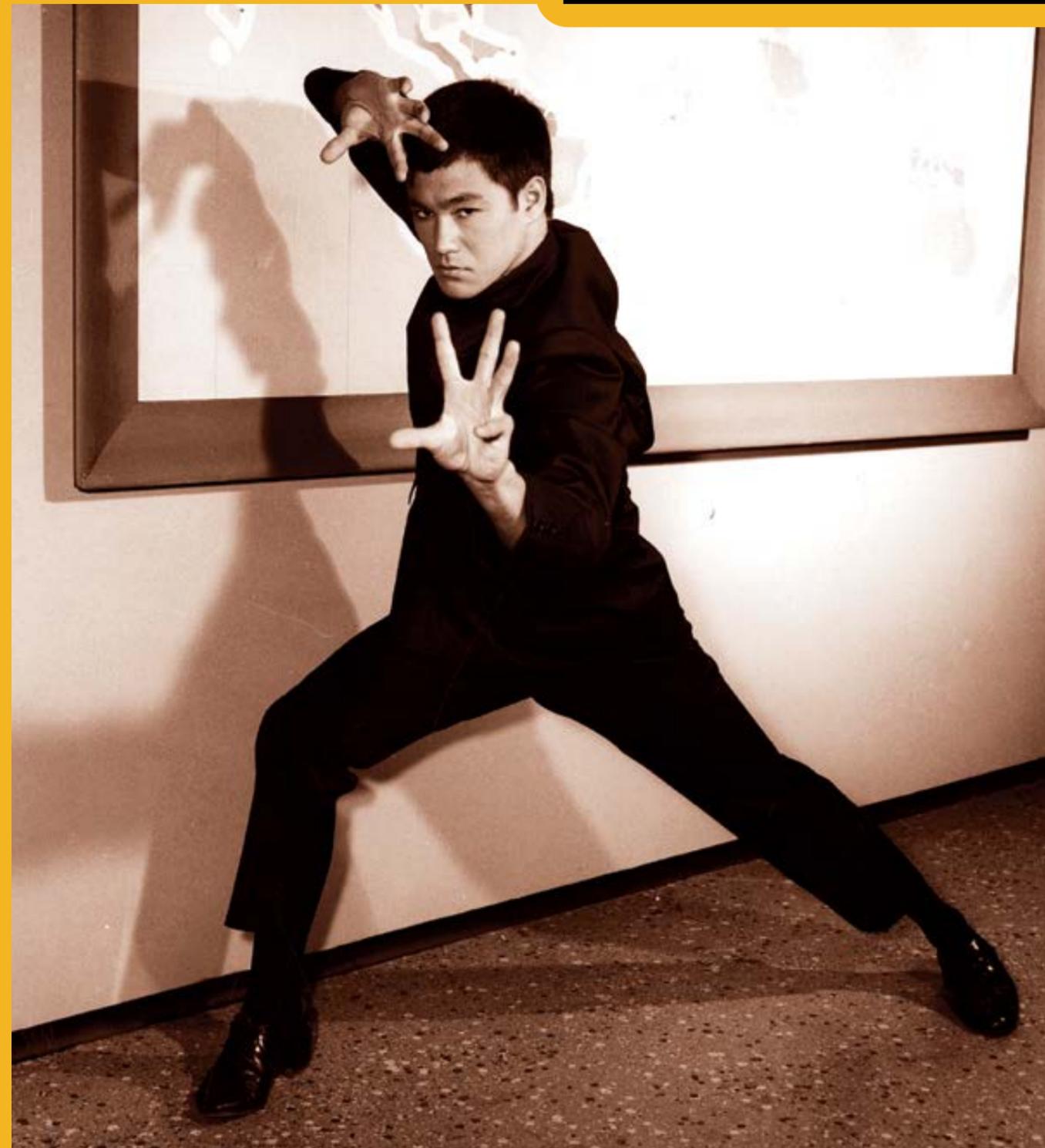
Bruce Lee escribió el guión de una película que no pudo realizar (años después se utilizó este guión para rodar la película "El círculo de Hierro" interpretada por David Carradine) y que se titulaba "La flauta silenciosa". Para Bruce, esto significaba que debemos escuchar nuestro interior, nuestra propia música (a la que él se refería como música del alma), nuestro propio ritmo. La voz in-

terior es nuestro propio superyo (del que hablaba Sigmund Freud) la voz que nos indica qué debemos escoger, si es lo correcto y hacia dónde, que nos indica lo que está bien y lo que está mal y que nos marca la dirección correcta.

YIN-YANG

La naturaleza no está hecha de opuestos, sino de complementarios: yin y yang, mal y bien.¹⁶ Tomar y dar. Lo

La naturaleza no está hecha de opuestos, sino de complementarios: yin y yang, mal y bien. Tomar y dar. Lo negro, pasivo, y lo blanco, activo, son las dos mitades encajadas de un todo...



negro, pasivo, y lo blanco, activo, son las dos mitades encajadas de un todo, cada una de las cuales contiene dentro de sus límites las cualidades de su complementario (¡que no opuesto!).¹⁷ Etimológicamente hablando, los dos caracteres del yin-yang significan oscuridad y luz. Yang: blancura. Lo positivo, firmeza, masculinidad, sustancialidad, brillantez, día, calor. Mera actividad. Yin: negrura. Negatividad, blandura (suavidad), feminidad, insustancialidad, oscuridad, noche, frío. Mera pasividad. No son opuestos, sino complementarios. Uno completa al otro. Sonido y eco; luz y sombra. El carácter arcano del yin representa la oscuridad en el círculo. Encarna todo lo negativo, lo pasivo, lo suave, lo interno, lo insustancial, la feminidad, la luna, la oscuridad, la noche. La parte baja del yang representa un sol, es lo positivo, lo activo, la firmeza, la corporeidad externa, la masculinidad, el sol, la brillantez, el día. No son causa y efecto, sino dos fuerzas coexistentes de una única cosa.¹⁸ Nunca se debe decir yin y yang, porque nunca son dos, sino polos de un proceso interconectado. Hay que decir yin-yang. El diagrama del tai-chi, del yin-yang, del Absoluto.¹⁹ Un punto blanco sobre la parte negra y un

⁹ Bruce Lee. *Jeet kune do*.

¹⁰ John Little. *Bruce Lee. Artista de vida*.

¹¹ Toni de la Torre. *Be Water, My Friend. Filosofía Bruce Lee per a la vida diària*, pág. 35.

¹² Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 121.

¹³ *Pensamientos extraordinarios*.

¹⁴ John Little. *Be water, my friend*, pág. 181.

¹⁵ Toni de la Torre. *Be Water, My Friend. Filosofía Bruce Lee per a la vida diària*, pág. 39.

¹⁶ Toni de la Torre. *Be Water, My Friend. Filosofía Bruce Lee per a la vida diària*, pág. 35.

¹⁷ *Cartas del dragón*, pág. 42.

¹⁸ John Little. *Be water, my friend*, pág. 97.

¹⁹ John Little. *Be water, my friend*, pág. 98.

“El verdadero luchador es aquel que, con tenacidad y esfuerzo libra, día a día, una batalla con la vida y la afronta a base dejarse fluir por el deambular de sus sentimientos...”

punto negro sobre la parte blanca: el equilibrio de la vida. Sé suave pero no cedas, suave, pero no dócil; se firme pero no ni inflexible, firme, pero no duro.²⁰ Por ejemplo, calor y sudor son uno sólo; uno no podría existir sin el otro. Un organismo funciona como un todo. No tenemos partes, ¡somos esas partes!²¹ Tai Chi (*T'ai Chi Chuan*) significa literalmente: el supremo y definitivo sistema de boxeo.

Extendiendo el concepto: el supremo y definitivo sistema de autocontrol en cualquier situación. Fue dibujado por primera vez hace 3.000 años. Cuando la actividad (yang) alcanza el punto extremo, se convierte en inactividad (yin). La actividad es la causa de la inactividad y viceversa. Este deambular es continuo. Ambas fuerza son mutuamente interdependientes; en lugar de oposición, hay cooperación y alternancia.²² La aplicación práctica de los principios filosóficos del yin y el yang era constante en la vida diaria de Bruce.²³

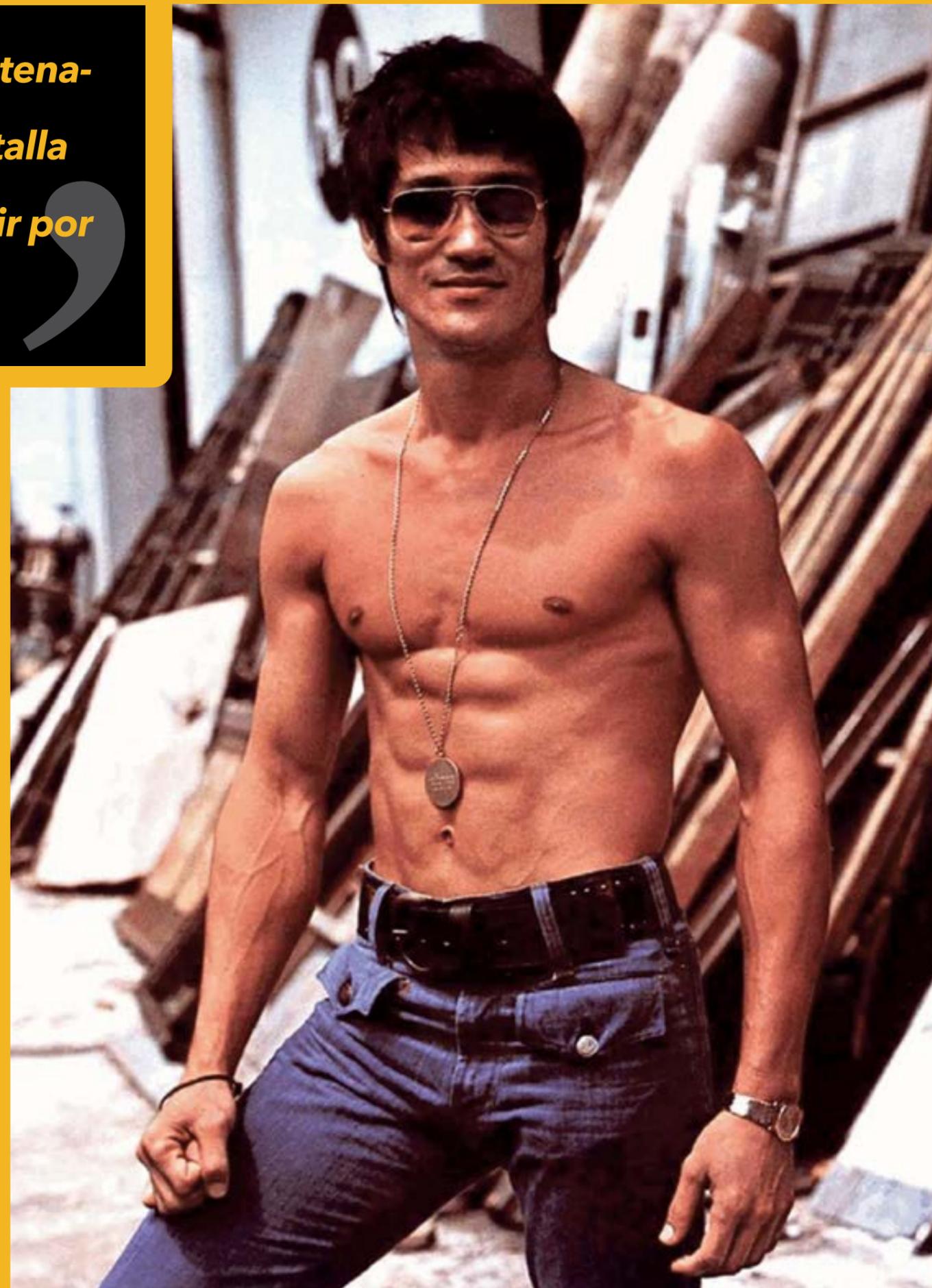
EPÍLOGO Y EXTRODUCCIÓN

El epílogo (*epi-logos*: redondeo final del discurso emitido) nos lleva a hacer las reflexiones finales y la extroducción (*extro-ducere*: lo que nos conduce hacia fuera) nos catapulta hacia la realidad.

Una de las necesidades humanas más esenciales es la de encontrar sentido a nuestra propia existencia. Al margen de nuestras creencias religiosas, si las tenemos, la filosofía nos ayuda a ahondar en nosotros mismos, a acceder a la realidad y a elaborar nuestra propia verdad. Equivocados o no, cada uno de nuestros sentimientos, pensamientos y acciones tienen siempre un fundamento, ya sea consciente o inconsciente. Reflejarse en una persona en concreto es algo muy natural: un espejo donde también nos encontramos a nosotros mismos. Los filósofos, como seres humanos, y la filosofía, como ciencia, cumplen esta función. Detrás del mundo de los hechos, hay el mundo de las ideas a las que ponen fundamento. Teoría y práctica van cogidas del brazo, al igual que deben hacerlo arte y ciencia. El ser humano es un todo muy complejo (no tan sólo la suma de unas partes) que siempre sorprende y para el cual siempre debe haber posibilidad.

Las artes marciales deben mostrar, sobre todo, el arte de vivir, para que cada ser humano despierte sus potencialidades interiores y las saque al exterior como el mejor tesoro que puede ofrecer a los demás. Cada persona es única e irrepetible. La mayor satisfacción para un maestro es que el discípulo florezca y que toda la comunidad goce de su esplendor. La única competición debe ser con uno mismo.

Bruce Lee nos mostró un sinfín de posibilidades para convertir nuestra vida en algo maravilloso. Sus reflexiones, afirmaciones y dudas nos muestran la fragilidad del ser humano. El verdadero luchador es aquel que, con tenacidad y esfuerzo libra, día a día, una batalla con la vida y la afronta a base dejarse fluir por el deambular



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

21 *Pensamientos extraordinarios.*

22 Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 37.

23 Marcos Ocaña. *Bruce Lee. El guerrero de bambú*, pág. 39.

de sus sentimientos que van marcando el camino a seguir. Sin victoria ni derrota. Luchar sin pretender luchar: adaptándose.

Bruce Lee tenía muchas capacidades innatas, muchas aptitudes, la más relacionada con la pedagogía, era el don de cambiar la calidad de la gente que trabajaba con él. Eso es digno de un maestro, con toda la amplitud que representa este concepto. Que sólo con ser cómo eres, puedas provocar que las personas que están a tu alrededor cambien para mejor es algo maravilloso; es parte de una sabiduría innata que quien la posee se convierte en un guía excelente para los demás, alguien en quien poderse reflejar.

A menudo, cuando leemos un libro, su contenido refleja algo que ya teníamos en nuestro fuero interno, puesto que la sabiduría radica en nuestro interior, no fuera de él. O sea que, a menudo, aprender es tan sólo despertar algo que yace aletargado, por eso es tan importante que cada persona —única e irreplicable—, pueda mostrar su riqueza interior y dejar relucir su potencial. He aquí la importancia y la trascendencia de la persona que educa y enseña: se convierte en el dedo que indica el camino.

¡Coraje y sabiduría!

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Hay mucha bibliografía sobre Bruce Lee. La que aquí se cita y recomienda es, a mi entender, la mejor que podéis utilizar si os queréis acercar, de verdad, a la figura humana, filosófica y pedagógica de Bruce.

- Conde, Pedro (2011). *Bruce Lee. Más allá de la leyenda*. Madrid: Budo International.
- De la Torre, Toni (2008). *Be Water, My Friend. Filosofía Bruce Lee per a la vida diària*. Barcelona: Columna.
- Diez, Ricardo (2003). *Bruce Lee, siempre...* Barcelona: Alas.
- Little, John (2008). *Be Water, my Friend*. Madrid: La esfera de los libros.
- (Comp.) (2007). *Bruce Lee. El arte de expresarse con el cuerpo*. Badalona: Paidotribo.

- (Comp.) (2007). *El Tao del Gung Fu*. Badalona: Paidotribo.
- (Comp.) (2006). *Bruce Lee. Artista de la vida*. Madrid: Dojo.
- (Comp.) (2006). *Cartas del dragón*. Madrid: Dojo.
- (Comp.) (2006). *Palabras del dragón*. Madrid: Dojo.
- (Comp.) (2006). *Pensamientos extraordinarios*. Madrid: Dojo.
- (Comp.) (2006). *Bruce Lee. Jeet Kune Do*. Badalona: Paidotribo.
- Ocaña, Marcos (2009). *Bruce Lee. El guerrero de bambú*. Madrid: T&B Editores.
- Ocaña, Marcos (2003). *Bruce Lee. El hombre detrás de la leyenda*. Madrid: T&B Editores.
- Rafiq, Fiaz (2013). *Conversaciones sobre Bruce Lee*. Barcelona: Alas.

Revistas:

- Bruceleemania (con Jaime Elías, Jaume Rossell y Marcos Ocaña a la cabeza)
- El Budoka 2.0. (con Jordi Sala como responsable)

También quiero hacer un reconocimiento personal y público a la gran labor que en su día realizaron las revistas Bruce Lee (con Pedro Conde a la cabecera), Bruce Lee J.K.D. Club (con José Ramón Sales como presidente) y Dojo.

Internet:

Evidentemente, en la red hay muchísima información sobre Bruce. Os recomiendo consultar las páginas web: www.bruceleespain.com, www.brucelee.com y www.bruceleefoundation.com

Post-scriptum

Si piensas que estás vencido, lo estás.
Si piensas que no te vas a atrever, no lo harás.
Si piensas que no ganarás, no ganarás.
Si piensas que perderás, estás perdido.
Si piensas que eres un fuera de serie, lo eres.

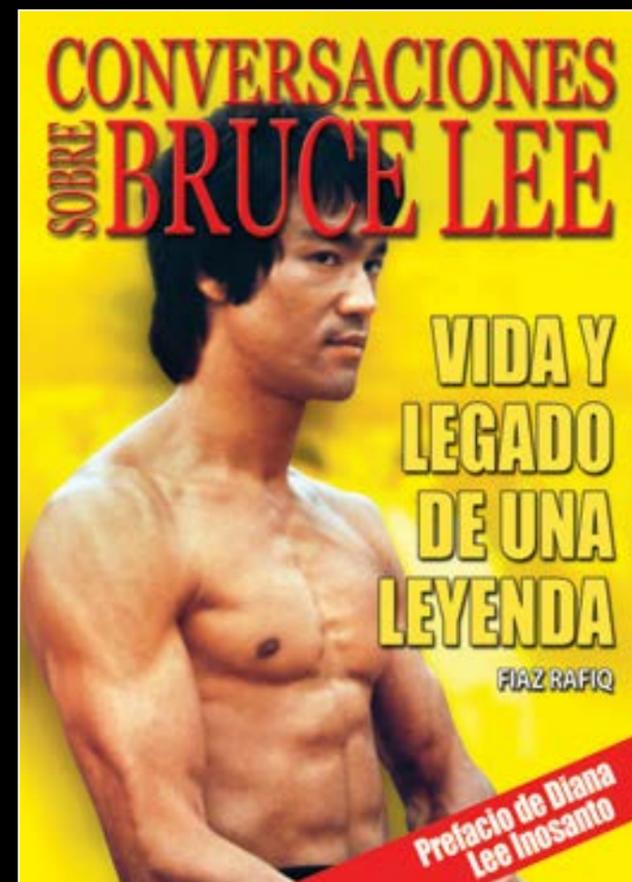
¡Confía en ti mismo!

WALK ON!

Bruce Lee

BIBLIOGRAFÍA

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



“...Bruce Lee fue luchador, estrella de cine, innovador de las artes marciales, fanático del fitness, profesor y filósofo. No sólo tuvo éxito popularizando las artes marciales a una escala global, sino que también redefiniendo el género del cine de acción...”

“Tras la prematura muerte de Bruce Lee el 20 de Julio de 1973, “Operación Dragón” —la primera y única película de Lee de Hollywood— pulverizó los récords de taquilla alrededor del globo, catapultándole a súper estrella mundial”

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 este libro de referencia, único e intrigante, el lector descubrirá una compilación de entrevistas exclusivas con los estudiantes originales de Bruce Lee, amigos, compañeros del estrellato y colegas. Aquéllos que lo conocieron mejor ofrecen su opinión sincera sobre el gran maestro de artes marciales y actor de cine de acción adorado por millones de personas alrededor del mundo. Sus memorias y relatos reflejan a Bruce Lee de una forma narrativamente sencilla como no se había expresado hasta ahora. Por otra parte —por primera vez— el lector descubrirá entrevistas exclusivas con algunos de los mejores boxeadores profesionales, culturistas, luchadores de UFC y personalidades de la industria cinematográfica, que constituyen un homenaje a la leyenda que sigue teniendo un impacto indeleble en los atletas y personas de todos los ámbitos de la vida. El lector disfrutará de más de 50 entrevistas atractivas y sugerentes. 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...