

Очерки по истории боевых искусств Китая

Дмитрий Моисеев и Илья Профатилов

Группа единомышленников из Питера, Москвы и других городов с середины 80-х проводит ежегодные многолетние этнографические исследования в малопосещаемых иностранцами регионах Китая с целью поиска, интервьюирования, изучения и сохранения наследия старых традиционных боевых и оздоровительных систем.

Шаньдунские зарисовки - Вместо предисловия

Любое приключение должно с чего-либо начаться...

Банально, но даже здесь это правда...

— Льюис Кэрролл, «Алиса в стране чудес»



Не оскудела еще возможностями земля Шаньдунская, есть где разгуляться разнообразию вкусов и желаний привередливому туристу! Охочий до всего древнего и известного, он может, вооружившись томиком «Бесед и рассуждений»¹, пройтись по трем святыням в Цюйфу², размышляя о человечности и долге, милосердии и ритуале, о здравом смысле и искренности. А затем, уже изучив досконально эти основы³, из округа Цзинин⁴ перебраться в Цзыбо⁵, прогуливаясь кварталами Линьцзы⁶ и, как положено преждедородженному⁷ из ученого двора у западных ворот Цзи⁸, размышлять о том, что в древности гуманность была основой, а власть возникает из войны, а не из гармонии между людьми⁹ ...

Устав от суеты городов, можно отправиться встречать рассвет на Первой горе Поднебесной¹⁰. Если не удалось соединиться с Небесами или встретить Бессмертных, можно продолжать подражать императорам древности, запастись томиком «Ле-цзы», да и отправиться в уезд Янтай на поиски горы

¹ «论语» — наиболее популярная книга Конфуция, составленная его учениками после его смерти. Является частью конфуцианского канона «四书», основой классического образования вплоть до отмены экзаменационной системы в 1905 г.

² 三孔 или «Три конфуцианские святыни» — это 曲阜的孔庙、孔府、孔林: Храм Конфуция, родовая усадьба Конфуция и его потомков, и родовое кладбище — т.н. «Лес Кунов». Кроме «Трех святынь», в Цюйфу (曲阜) можно посетить и 黄帝寿丘, погребальный холм еще одной легендарной личности — *Желтого Императора*.

³仁, 义, 礼, 智, 信

⁴济宁

⁵淄博

⁶临淄区 Линьцзы сейчас район г. Цзыбо, но до захвата Цинь Шихуаном в 221 году был столицей удельного княжества Ци (齐), один из наиболее богатых и крупнонаселенных городов с своего времени, где также была расположена известная академия Древнего Китая.

⁷ Общеупотребительное в наше время обращение «先生» первоначально использовалось в качестве титула по отношению к наиболее уважаемым преподавателям Академии Цзися.

⁸稷下學宮 — «Академия Цзися», наверное, самая известная академия Древнего Китая, исключительность которой заключалась в том, что в её деятельности участвовали представители всех основных философских школ, существовавших на тот момент.

⁹ «古者，以仁为本、以义治之谓正。正不获意，则权；权出于战，不出于中人...», знаменитое начало из «司马法», одного из семи классических военных трактатов Древнего Китая.

¹⁰ Расположенная рядом с городом Тайань (泰安) гора Тайшань (泰山) считается одной из пяти священных гор даосизма, местом обитания даосских святых и бессмертных, 仙人 и 神仙. Вышеупомянутый Цинь Шихуанди когда-то провозгласил здесь объединение страны, а императоры ритуалом «封禅» обращались к Небу и Земле за подтверждением легитимности своей Власти. Поэтому понятно, почему это место очень популярно у граждан страны и туристов. Этот топоним также часто используется в местном фольклоре, например «泰山石敢当» для защиты дома от злых духов или «泰山压顶» как термин, обозначающий прием ушу.

Пэнлай¹¹, а вдруг удастся разглядеть её в тумане Бахайского залива? Почему именно Ле-цзы¹², спросите вы? А просто считается, что в трактате Ле-цзы информация о горе Пэнлай изложена наиболее подробным образом. Ну а в среде любителей ушу этот трактат известен вот этой притчей:

- Цзи Синцзы тренировал бойцового петуха для чжоуского царя Сюаньвана. Через десять дней [царь] спросил:*
- Готов ли петух к бою?*
- Еще нет. Пока самонадеян, попусту кичится. Через десять дней [царь] снова задал [тот же] вопрос.*
- Пока нет. Еще бросается на [каждую] тень, откликается на [каждый] звук.*
- Через десять дней [царь] снова задал [тот же] вопрос.*
- Пока нет. Взгляд еще полон ненависти, сила бьет через край.*
- Через десять дней [царь] снова задал [тот же] вопрос.*
- Почти [готов]. Не встревожится, пусть даже услышит [другого] петуха. Взгляни на него — будто вырезан из дерева. Полнота его свойств совершенна. На его вызов не посмеет откликнуться ни один петух — повернется и сбежит¹³.*

Если путешественника уже не прельщают изыски древней культуры Поднебесной, и хочется сейчас лишь экзотики да новых впечатлений, почему бы числа так двадцатого апреля не отправиться в Вэйфан? Этот город неподалеку от Цзыбо известен как 世界风筝之都, мировая столица воздушных змеев; на ежегодном празднике здесь можно насладиться играми в восходящих потоках многочисленных собратьев творения человеческого разума. В древности их называли 鷁, сейчас — 木鳶, или 风筝, 风琴, 纸鹞, 鹞子, 纸鸢, и наверное, как ни будь еще...

¹¹ Пять мифических гор-островов, на которых жили бессмертные, — это «Колесница Преемства» (岱輿), «Круглая Вершина» (員峤), «Квадратная Чаша» (方丈), «Обитель Красавиц» (瀛洲), «Приют Презревших Блага» (蓬萊). Сейчас в разговорной речи эти названия используют, например, как символ почётного места, видного положения и т.п.

¹² 列子

¹³ перевод Л.Д.Позднеевой



Продолжая двигаться на восток от Горы¹⁴ в сторону Желтого моря, наш путешественник захочет пляжного отдыха в его мутных водах у побережья бывшей немецкой военно-морской базы времен «三国干涉»¹⁵, а затем поджаренные с острым перцем моллюски-гала и шашлыки с цикадами выпить местного разливного¹⁶ в каком-нибудь из многочисленных кабачков на «Пивной улице»¹⁷.



Устав от всех этих переездов и впечатлений, можно просто посидеть у окна с книжкой хороших стихов, глядя на полную луну и тоскуя о том, что хоть и закончился уже «пост»¹⁸, но нет ни цветов, ни вина..., как в известных стихах Ван Юйчэна¹⁹:

无花无酒过清明 兴味萧然似野僧
昨日邻家乞薪火 晓窗分兴读书灯

¹⁴ А названия провинций Шаньси и Шаньдун привязаны именно к топониму Тайшань

¹⁵ Требования России, Германии, Франции пересмотреть условия договора по итогам японо-китайской войны 1894-1895 гг привели к созданию баз в Порт-Артуре и Циндао.

¹⁶ Еще несколько лет назад термин «扎啤» был местным эндемиком и стоил каких-то 1,32 юаня за цзинь, причем — в целлофановых пакетиках с логотипом завода.

¹⁷ «啤酒街» туристическое название 登州路, на которой как раз и расположен один из пивзаводов Циндао.

¹⁸ «Праздник холодной пищи» (寒食节) — в древности трехдневный период, когда воздерживались от зажигания огня для готовки пищи. Предшествовал Дню поминовения усопших — Цинмину

¹⁹ 王禹偁, шаньдунский поэт 10 в.

Но гораздо приятнее как-нибудь вечером выбраться в хорошей компании в какой-нибудь парк, или поехать туда, где величественная Желтая река впадает в Бахайский залив²⁰, или еще лучше — в Лаошань²¹, и благоразумно захватив с собой согревающее, сидя у озера или реки, просто отдохнуть от мирской суеты, не забыв поднести и духам воды:

«江中的鬼呀，也来喝上一盅吧!»

А вдруг и вам, как и Старине Сю²², повезет обрести нового друга?



Как видите, есть, есть где разгуляться на земле Шаньдунской и любителям культурной программы, и любителям разных развлечений!

²⁰ 黄河口, ехать из Цзыбо через Дунъян 东营.

²¹ 崂山, горы недалеко от Циндао, считаются священными в даосизме, хотя и не входят в т.н. «Пять великих гор» 五岳, как гора Тайшань.

²² Персонаж новеллы Пу Сунлина «王六郎», в сборнике «聊斋志异». Действие, понятно, происходит в Шаньдуне, на родине автора в Цзычуане (淄川), неподалеку от упоминаемого выше Цзыбо.

Впрочем, нам этот регион интересен совсем, совсем иным аспектом. Так уж сложилось, что с самых давних времен, аж с периода Сражающихся царств²³ и Цинь Шихуанди, и до недавнего времени, вплоть до изгнания японцев в 1945, провинция была довольно популярным местом всяческих войн и сражений. И если богатый Юг удобно использовал реки для основных торговых коммуникаций, то на Севере гористый рельеф, казалось, сам способствовал возникновению многочисленных бандформирований, бодро тиранивших не только проходящие караваны, но и поселения селян и богатые усадьбы, да и местные «сильные мира сего» не гнушались подобной небольшой прибавки к своему состоянию.

Японские пираты-вокоу²⁴ тоже многие годы не обделяли своим вниманием прибрежные края. Поэтому обитатели тех мест в какой-то момент стали озадачиваться вопросом выживания, а ветеранов упомянутых войн и просто служивого люда в отставке хватало в изобилии. Вся эта многовековая веселуха привела к возникновению понятия «Золотой треугольник ушу»²⁵, образованный провинциями Шаньси — Хэбэй — Шаньдун. Где в итоге и появились те стили²⁶, которыми занимались преимущественно охранники-бяоши, телохранители, деревенские отряды самообороны, ну и конечно, все те же ... бандиты! Причем с постоянным и активным взаимопроникновением между этими слоями общества, чему хорошим ликбезом, а на мой взгляд, даже обязательным к прочтению всем поклонникам китайских боевых искусств, послужит история бравых ребят из Ляншаньбо — классический роман «Речные заводи»²⁷. Ляншаньбо²⁸ располагается сравнительно недалеко от упоминаемого выше Тайаня в сторону 东平, сейчас это вполне туристическое место с регулярными костюмированными представлениями по мотивам романа.

²³ 战国

²⁴ 倭寇

²⁵ «сердцем»-центром «золотого треугольника ушу» иногда называют Цанчжоу (滄州)

²⁶ Есть даже такое понятие — «юньфабельный стиль», от китайского 用法, т.е. «применимый и применяемый в бою» теми, для кого это было необходимостью по образу жизни или заработка

²⁷ «水浒传»

²⁸ 梁山泊

Давайте ненадолго заглянем в 29 главу²⁹ этого романа, где мы познакомимся с историей о том, как по обыкновению пьяный У Сун избивает трактирщика Цзяна. Для читателей, не владеющих ханьской мовой, в переводе Рогачева:

Однако, увидев У Суна, Цзян Мынь-шэнь решил, что тот пьян, и, уверенный в легкой победе, ринулся вперед. Медленно рассказ ведется, но быстро происходят события. У Сун сжал кулаки, размахнулся, будто хотел ударить Цзян Мынь-шэня в лицо, и вдруг повернулся и побежал прочь. Цзян Мынь-шэнь рассвирепел и бросился за ним. На бегу У Сун так двинул его ногой, что Цзян Мынь-шэнь схватился обеими руками за живот и присел на корточки. Тогда У Сун повернулся и ударил Цзян Мынь-шэня правой ногой в висок, и тот навзничь упал. Затем У Сун наступил ему на грудь ногой и своим тяжелым, как молот, кулаком принялся дубасить Цзян Мынь-шэня по голове. Здесь необходимо рассказать, что прием, с помощью которого У Сун победил Цзян Мынь-шэня, называется «Шаг колесом и два пинка», – все дело в том, чтобы вовремя использовать ложный выпад и затем, повернувшись, ударить левой ногой. После этого надо снова обернуться и со всей силой ударить правой ногой. Прием этот был не из легких, но У Сун отлично знал его, так как тренировался всю свою жизнь³⁰.

Упомянутый в в тексте прием ушу, сочетающий «шаг нефритового кольца» и «удар стопой утки-мандаринки»³¹ является неотъемлемой частью двух известных стилей ушу: 戳脚 и 螳螂拳. Собственно второй в этом списке и есть искомым предмет нашего пристального изучения — Танланцюань, или Кулак Богомола!

²⁹ «武松醉打蒋门神»

³⁰ «蒋门神大怒，抢将来。被武松一飞脚踢起，踢中蒋门神小腹上。双手按了，便蹲下去。武松一趄，趄将过来，那只右脚早踢起，直飞在蒋门神额角上，踢着正中。望后便倒。武松追入一步，踏住胸脯，提起这醋钵儿大小拳头，望蒋门神脸上便打。原来说过的打蒋门神扑手：先把拳头虚影一影，便转身，却先飞起左脚，踢中了，便转过身来，再飞起右脚。这一扑，有名唤做“玉环步，鸳鸯脚”。这是武松平生的真才实学，非同小可。打的蒋门神在地下叫饶»

³¹ 玉环步 и 鸳鸯脚

Поэтому в Ханчжоу мы никак не могли не навестить могилу У Суна.



А начались эти многолетние исследования еще в лохматые 90-е, когда известный пекинский эксперт по традиционным боевым искусствам Ма Ханьцин, Учитель и приемный отец Ильи Профатилова, согласно существующей традиции «у-гун»³², отправлял его с рекомендательными письмами к другим серьезным учителям этого стиля.

Потому что в старом Китае, в улиньской среде, была хорошая годная традиция — навещать друзей для обмена опытом и знаниями.

³²传统武功 — именно этим термином обычно предпочитают пользоваться старые Учителя, а не привычным нам «ушу»

«Навещать друзей»³³, было не только обменом знаниями, но и проверкой ученика в поединке; когда ученик рвется проверить свои навыки, можно отправить его в дружественную школу, где его грамотно вернут с небес на землю, при этом не остудив интереса к занятиям³⁴.



Основное место наших поисков — это не вся провинция, а лишь полуостров на востоке провинции Шаньдун³⁵. Два его региона — Лайян и Яньтай — стали тем местом, где возник, сформировался и развивался предмет наших исследований.

³³ 访友

³⁴ Конечно, если Учитель предполагал, что может «потерять лицо», он мог сперва организовать своему ученику поединок в кругу знакомых или родственников.

³⁵ 山东半岛, или, правильнее, 胶东

Достаточно часто можно встретить мнение об отсутствии свободных поединков (спаррингов) в традиционном ушу, рассуждения о том, что ушу - это в первую очередь система духовно-философская система самосовершенствования через разнообразнейшие упражнения для тела, ума и энергии. Однако, даже если слегка копнуть в китайские первоисточники, то вырисовывается совсем иная картина. Мы обнаружим, что за века существования ушу существовало большое количество терминов, синонимов спарринга: саньшоу³⁶, саньда³⁷, гошоу³⁸, гочжао³⁹, шоучжань⁴⁰, чайшоу⁴¹, цяншоу⁴², пайчжан⁴³, далэйтай⁴⁴. Суть терминов - это свободный или регламентированный рукопашный бой, то есть одна из форм схватки в китайском ушу с использованием в качестве основных техник удары руками, ногами, броски и приёмы связанные с захватами⁴⁵. В наше время распространено мнение, что саньда это неологизм, и более корректными являются термины поединки на помостах⁴⁶ или поединки саньшоу⁴⁷. Поединки проводились на специальных площадках- лэйтай⁴⁸. В русскоязычных источниках указывают габариты высотой 1,3 метра, длиной 20 метров и шириной 18,6 метра, однако на испытаниях в Нанкине высота 2 метра, ширина 16,3, длина 33⁴⁹, но часто в уездных поединках просто делали т.н. площадку «10 на 10»⁵⁰, а на каких-либо крупных региональных, где сразу проходило несколько боев, строились уже большие помосты «саньшиму»⁵¹. Падение с помоста или выталкивание за его границы также приравнивалось к победе.

³⁶散手

³⁷散打

³⁸过手

³⁹过招

⁴⁰手战

⁴¹拆手

⁴²抢手

⁴³拍张

⁴⁴打擂台

⁴⁵ т.е. основные четыре раздела ТКБИ - 打, 踢, 摔, 拿

⁴⁶ 武术打擂台

⁴⁷打散手

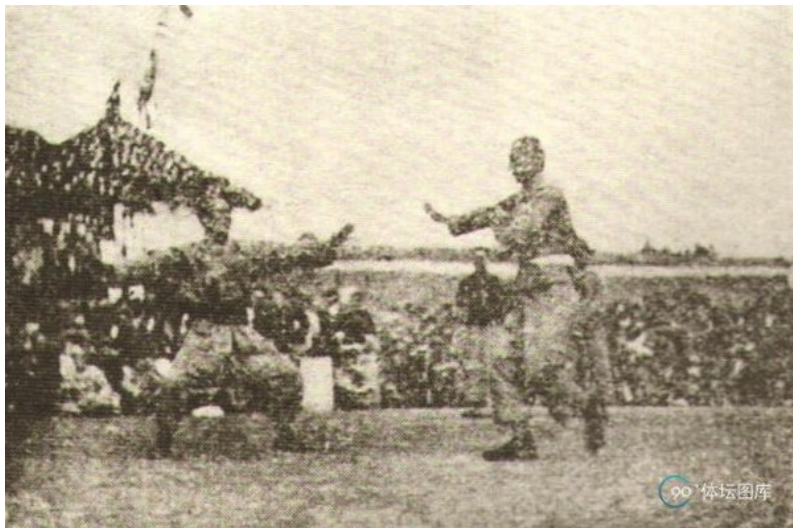
⁴⁸擂台 - бойцовский помост для проведения поединков в ушу

⁴⁹Дословно «高达二米、宽五丈、长十丈»

⁵⁰ Дословно «十米乘十米»

⁵¹ «三十亩», от размера в 30 му - мера площади, равная 1/15 га

Принято считать, что до организации т.н. «Всекитайских Государственных Испытаний» в 1928 году «Центральным институтом гошу»⁵² (хотя это и не совсем так) проводились лишь местечковые региональные официальные бои, где проводились т.н. свободные поединки, которые все же определялись правилом "не убивать и не калечить", т.е. - наносить необратимых увечий, типа руку сломать можно, а вот выбить глаз уже нельзя!



В рекламных целях (набрать студентов, привлечь толковых спецов, за которыми перед этим ездили по всему Китаю) в тогдашней столице Нанкине были устроены поединки на помосте, названы

«гошу гокао»⁵³. Испытания продолжались в течение 10 дней и проходили на прямоугольной площадке «лэйтай», при этом были разрешены любые приемы. Однако запретили атаку в глаза, горло и пах, и нужно было победить как минимум в двух раундах из трех, без ограничения по времени.

Но участники тогда еще привыкли к манере традиционных свободных поединков на лэйтай, и соревнования пришлось остановить, не доведя до финала, а всех уцелевших, дошедших до четверть финала объявить победителями. Чтобы лучше понять эти события, предлагаю перейти к официальным документам.

Если мы посмотрим официальный отчет о проведении, скажем, вторых «Всекитайских государственных испытаний» по боевым искусствам (по рукопашным схваткам, борьбе шуайцзяо, боям на длинном и коротком оружии) в 1933 году,

⁵²中央国术馆

⁵³国术国考

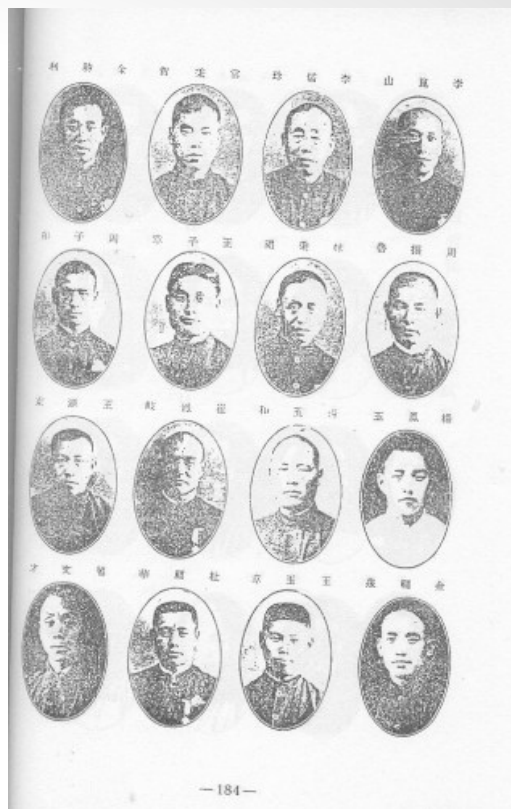
то увидим, что из 46 победителей со всех регионов страны больше всего было именно из провинции Шаньдун. Победителей из Шаньдуна было 11 человек, следующим был Нанкин — 7, Хунань — 5, Хэнань — 4 и т.д. Всего было 438 участников, включая девять женщин!⁵⁴.

На первых же испытаниях в 1928 году, где было всего 15 финалистов, треть тоже была из Шаньдуна. Вот полный список с указанием имен, места и стиля:

Чжу Гофу, Шанхай, стиль синьцзяоань	朱国福(上海, 形意)
Ван Юньпэн, пр. Хэнань, стиль шаолиньцзяоань	王云□(河南, 少林)
Чжан Чжан'и, Шанхай, стили синьцзяоань и ицзяоань	□□□(上海, 心意/意拳)
Ма Юфу, пр. Шаньдун, стили шаолиньцзяоань и шуацзяо	□裕甫(山□, 少林 摔跤)
Чжан Инчжень, пр. Шаньдун, стиль чацзяоань	□英振(山□, □拳)
Доу Лайгэн пр. Шаньдун, стиль чацзяоань	□来庚(山□, □拳)
Ян Фа'у, пр. Шаньдун, стиль чацзяоань и шуацзяо	□法武(山□, 摔跤/□拳)
Ян Шивэнь, пр. Шаньдун, стиль мицзунцзяоань	□士文(山□, 迷踪拳)
Гу Жучжан, пр. Цзянсу, стиль шаолиньцзяоань	□汝章(江□, 少林)
Ван Чэнчжан, Шанхай, стиль хунцзяоань	王成章(上海, 洪拳)
Чжу Гучжэнь, пр. Хэбэй, стили синьцзяоань и ицзяоань	朱国楨(河北, 心意/意拳)
Чжан Вэйтун, пр. Шаньдун, стиль люхэцзяоань	张维通(山西, 六合拳)
Чжу Гулу, пр. Хэбэй, стили синьцзяоань и ицзяоань	朱国禄(河北, 心意/意拳)
Ма Чэнжи, пр. Аньхой, стиль шаолиньцзяоань	马成智(安徽, 少林)
Ху Цзион, пр. Хунань, стиль шаолиньцзяоань	胡炯(湖南, 少林)

⁵⁴ Ряд источников почему-то иногда не включает девятерых участников

崔鳳岐 二十九	王子章 二十三	常秉碧 二十一	王三喜 二十	楊玉和 十九	林榮健 二十六	李信珍 二十三	金福泉 二十二	楊鳳玉 十九	鄧錫雲 二十六
山東軍	河南北	山東	河南	山東	山東	山東	山東	山東	山東
軍	軍	軍	軍	軍	軍	軍	軍	軍	軍
精武體育會	精武體育會	精武體育會	精武體育會	精武體育會	精武體育會	精武體育會	精武體育會	精武體育會	精武體育會
王鳳岐	王子章	常秉碧	王三喜	楊玉和	林榮健	李信珍	金福泉	楊鳳玉	鄧錫雲
山東省國術館	山東省國術館	山東省國術館	山東省國術館	山東省國術館	山東省國術館	山東省國術館	山東省國術館	山東省國術館	山東省國術館



Команда провинции Шаньдун «государственных испытаниях по гошу» в 1933 году, фотографии участников и таблицы с личной информацией.

Пусть и доминировали на этих испытаниях стили, активно развиваемые «Институтом исследования гошу»⁵⁵ того времени, некоторое представление о развитии «применимых стилей» на территории Поднебесной вполне можно получить! Легко заметить, к примеру, что знаменитые в наше время южные стили, из Фошаня или Сычуани (например, «Эмэйское направление» если кто не в курсе) вообще не попали в число призеров, а из пров. Хунань на первых «гошу гокао» в призеры попал только один, а во вторых — лишь пятеро, и это при сотне участников в команде!

Но именно эти испытания принята считать переломным этапом в развитии поединков в ушу, т.е. уход от свободного поединка к регламентируемому единоборству с постепенным введением ограничений, защитного снаряжения, пра-

⁵⁵ 国术研究馆 основан в Наньцзине 13.03.1927, позднее стал «Центральным институтом гошу», 中央国术馆, один из важнейших центров реформации и массового распространения китайских боевых искусств в начале XX века

вил, категорий и тп. Что характерно, про эти вторые испытания уже тогда в среде ушу говорили, что саньшоу стало походить на петушинные бои.

Дальнейшее развитие остановила война и кратковременный запрет на занятия любыми боевыми искусствами (после прихода к власти КПК и во время т.н "Культурной революции", в основном гонениям и запретам подвергались тренировки практической направленности - парные отработки и т.п.), но уже в 1952 году на спартакиаде национальных видов в Тяньцзине, саньшоу было снова включено как один из состязательных разделов.

Затем 1979 году в Наньнине на «Всекитайском Собрании Ушуистов» саньшоу вновь стало полноправной и активно развиваемой дисциплиной. С этого момента Госкомспорт КНР под термином «единоборство саньшоу(саньда)» подразумевает "...осуществляемое в определённой ситуации, в соответствии с определёнными правилами, в определённое время на строго определённой площадке в определённом защитном снаряжении сравнение техники и тактики двух людей, а также их физических и умственных достоинств..." . Однако технически это больше похоже на официально поддерживаемый государством кикбоксинг с бросками.

Важно понимать, что принципиальная разница боев до вышеупомянутых «гошу гокао» заключается в том, что поединки ранее носили испытательно-развлекательный характер, идея же спортивных состязаний была фактически позаимствована на Западе как часть концепции физического воспитания и т.д. Конец XIX и начало XX века ознаменовалось большим подъёмом интереса к спорту и к физкультуре во многих европейских странах, возродилось олимпийское движение. Все это таки или иначе повлияло на реформу ушу в послереволюционном Китае, ведь у руля стояли люди, боровшиеся с прежней, изоляционистской политикой династии Цинь. Многие из этих реформаторов получили западное образование, и с интересом перенимали то, что им казалось лучшим.

Но наш разговор не об этом, мы хотим немного поговорить об истории традиционных боевых искусств Старого Китая. И надеюсь, вы уже догадались по предыдущему описанию Всекитайских испытаний, что именно в провинции Шаньдун места очень рыбные для исследователей ушу, т.к. именно бойцы этой провинции были в большинстве среди победителей боев. Но чтобы выловить рыбки в мутной воде, места нужно знать! Поэтому любому исследовательскому выезду в поля предшествует долгая и тщательная предварительная работа. Но том, как это происходит, какими материалами мы обычно руководствуемся, будет рассказано ниже. Мы расскажем, почему тратим на эти разъезды свое время, деньги, здоровье, и казалось бы — непонятно что; как происходит подготовка к поездке и какими материалами-источниками руководствуемся; кто помогает нам в наших поисках, какие встречаются трудности и в какие смешные ситуации приходится порой попадать, что скрашивает наши суровые походные будни и многое другое...



Почему несколько раз в год мы отправляемся «в места высокие, края далекие, на тропы те, где гибнут рысаки», где в названиях мест и окрестностей путаются не только таксисты и водители тамошних маршруток, но и сами местные жители.



И приходится раз за разом останавливаться и спрашивать, спрашивать, спрашивать...



А потом какая-нибудь затерянная в горах деревушка оказывается не каким-то вполне определенным населенным пунктом, а разделяется на центральную, верхнюю-нижнюю, западную и т.п. Или еще веселее: скажем, в уездном архиве многопрошлого века указана «Деревня Пестрой Змейки», а сейчас она — Деревня Гадюкино!



И так далее, и запутаннее... Особенно, если дело близится к ночи! Блуждать в таких условиях приходится достаточно долго, учитывая сильно горный рельеф, грунтовые разбитые дороги и отсутствие четкого знания — где же они, эти носители Традиций, прячутся?!





Но если этот выстрел был удачным, и искомый житель жив-здоров, а не умер, уехал, сошел с ума, что, увы, достаточно часто встречается, то таких случаях всегда предшествуют долгие неторопливые переговоры, возможно, сопровождаемые застольем.

Сперва неторопливо и без излишней западной суетливости все притираются к друг другу, и старшее поколение всегда будет оценивать серьезность ваших намерений, соблюдение положенного для таких ситуаций этикета, уровень знаний и навыков, и много, много других факторов, иначе просто

вежливо ответят на вопросы — ровно настолько, насколько посчитают должным. Но если требования выполнены, они сами раскрываются и охотно идут навстречу общению, сами все расскажут и покажут.

В этом году ареалом наших исследований был уезд Цися⁵⁶, знаменитый своими яблоками и тем, что здесь когда-то обитал один из «Семи бессмертных»⁵⁷ и, даос Цю «Вечная Молодость»⁵⁸, более известный под своим монашеским именем Чан-чунь⁵⁹. Наверное каждый, кто хоть немного увлекался китайской культурой, знает о путешествии колоритной компании в Индию за буддийскими сутрами⁶⁰, но кому из вас, уважаемые читатели, известно еще одно подобное



путешествие, тоже на Запад, но уже даоса Чан-чуня? Чингисхан вызвал его в свою ставку, находившуюся в то время в Средней Азии. И Чан-чунь совершил свое путешествие из Северного Китая в Среднюю Азию и обратно в 1220—1224 гг. Повествование об этом

путешествии «Описание путешествия на Запад истинного мужа Чанчуня»⁶¹ входит в даосский канон, а также является самым ранним источником по вопросу о политике монгольских ханов к религии в покоренных ими странах.

⁵⁶ 栖霞

⁵⁷ основатель знаменитой школы «Совершенной истины» (全真教), Ван Чунъян (王重阳), по легенде получил наказ от бессмертных небожителей обучить семерых в провинции Шаньдун.

⁵⁸ 丘长春子

⁵⁹ Чан-чунь (長春) в дальнейшем создал свою школу Драконьи Врата (龙门派), и был похоронен в Пекине в самой известном даосском храме.

⁶⁰ «Путешествие на Запад» (西游记) один из четырёх классических романов, литературно-фольклорная обработка истории о путешествии монаха Сюаньцзана.

⁶¹ 长春真人西游记

Пыльными тропами истории: к истокам традиции ушу

«Поскольку и отступления важны, и даже они основное в историческом романе, мы включили повешение ста мирных жителей на площади, сожжение живыми двоих монахов, прохождение кометы. Каждое такое отступление неоценимо, оно замечательно отвлекает читающего от смысла»⁶²



Мы сидим за одним столом, такие разные, но, тем не менее, объединяемые одной общей идеей, целью, стремлением. Неважно, как называть. Наши сотова-

⁶² Карло Генка, «Дом псов»

рищи только вернулись, по их удачному выражению, из «Мекки ушу»⁶³, а тут мы, насквозь пропахшие китайской деревней и угаром длительных переездов в «булках»⁶⁴ по шаньдунским просёлкам. Провидению было угодно столкнуть нас на узких переулках пекинских хутунов⁶⁵, сперва выдала родная речь, а уж эмблемы с футболок завершили процесс взаимного опознания. Они что-то слышали про нас, мы — немного про них, и этого оказалось достаточно, и вот мы здесь, за этим вращающимся столом, в ожидании того, что нас объединяет в этот момент. Но это отнюдь не китайские боевые или оздоровительные системы, здесь нас собрало совсем иное искусство — китайское застолье!



⁶³ так в шутку называют популярные места у «ушутуристов» — Шаолинь, Удан, Чэньцзягоу

⁶⁴ «面包车» китайский минивариант ну очень микроавтобуса, самый дешёвый вариант четырех-колёсного транспорта с закрытым салоном

⁶⁵胡同 hútòng — переулок, проезд; в обиходе – традиционные одноэтажные жилые кварталы в Китае

Пока мы сидим в предвкушении ужина, наши соотечественники с восхищением и каким-то неземным блеском в глазах, мне рассказывают о Духовных и Возвышенных Учителях. О необходимости сокрытия Сокровенного Знания и Чистоты Передачи от передачи недостойным, о том, как прежде занимались тайком, дабы избежать «воровства приемов», караемого, кстати, смертью! А я вспоминаю дом гостеприимного Лю, его мозолистые крестьянские руки, насквозь впитавшие в себя все нечерноземье Хайянской земли. Его воспоминания про работу в поле без выходных с рассвета и до заката, а как стемнеет и работать уже нельзя, то надо перекусить-передохнуть, и тогда можно тренироваться. Но когда Учитель живёт в соседней деревне, быстро бежишь туда, узкой горной тропой, мимо все тех же бесконечных террас полей с похороненными на них предками, среди посевов и яблонь мчишь на горку, где уже давно ждут, и тренироваться, тренироваться, тренироваться, хотя все семь потов давно-давно уже много раз сошли еще днем, там, на поле, а потом так же бегом обратно, немного урвать сна, пока сперва робко разминающиеся петухи не известят начало следующего дня...



Мне рассказывают про движения энергий «ци» в «киноварных полях» и разъясняют боевые движения по восьми триграммам, а тактику свободного боя — по «И цзин», но я вспоминаю рассказы стариков про повсеместность бандитов; про уездные бои на помостах, когда не боятся убить родича местного чиновника и тогда твой Учитель сохранит лицо; как нападали из засады при солидном численном перевесе, стараясь подобрать удобный момент, когда противник не ждет, в кабаках, борделях...; как травили и заражали сифилисом⁶⁶; как швыряли песком в лицо и метали отравленные дротики, пытаясь вырвать победу любыми средствами!

Я вспоминаю и смотрю, как мои собеседники, уже выбрав лаовайски-традиционную «свинину в кисло-сладком соусе» и подобные ей блюда, пытаются выяснить у откровенно скучающей официантки — какой тут лунцзин лучше? А наши парни, уже метнувшись самостоятельно к стойке за «小二»⁶⁷, в ожидании тоуфу, рыбы, и, конечно же, риса, уже, потихоньку выплеснув зеленый чай под ноги, разливают по чашкам эту дурно пахнущую отраву. И понимаю, что мы, рожденные в одной стране, выросшие в рамках одной культуры, говорящие на одном языке, никогда не найдем понимания на этой почве, что лучше просто промолчать, и тогда я просто поднимаю бокал и говорю вечный тост:

«За лучший стиль всех времен и народов! Ганбэй⁶⁸!».

И все радостно присоединяются, продолжая веселье.

⁶⁶ да, бывало и такое... например, при разборках меж линией багуачжан Инь Фу и танланцюань Цзян Хуа-луна в 莱阳, XIX в.

⁶⁷ сяо 'эр, простонародное наименование маленькой водки 二锅头 эрготу, популярной в простонародной среде Китая — стоит дешево и в карман удобно помещается! Неотъемлемая часть народного фольклора, как и 老二

⁶⁸ 干杯 самый распространенный тост в Китае, означает «до дна»

Небольшое историческое отступление



Как же родилось это непонимание, получилось это различие? Ведь для стороннего обывателя мы занимаемся одним и тем же — ушу, боевыми искусствами Китая? Поэтому, признавая скорбную незначительность своих знаний по истории и культуре Поднебесной и ни в коем разе не претендуя на окончательную и абсолютную истину, хочется немного взглянуть немного в глубину истории развития китайских боевых искусств, для затравки отметив пару важных моментов:



Во-первых, с каждым годом можно наблюдать сочетание снижения повседневной физической активности с общим ростом комфортности жизни — при повышении общей ее интенсивности. Нам стало значительно проще добывать себе еду и одежду, развитие транспортных технологий избавило от долгих пеших переходов, нет необходимости защищать свой кров и своих близких, Все это и многое другое на корню убивает у обывателя мотивацию заниматься не только жесткими прикладными системами рукопашного и оружейного боя, но часто и просто физической культурой в принципе. Ведь намного проще посидеть с пивасиком или чаем с плюшками перед телевизором, или за компьютером в социальных сетях.

Во вторых, в отличие от ещё совсем недавнего времени, мы живём в эпоху развитых и общедоступных информационных технологий, причём — с переизбытком информации обо всех и обо всем. Однако при постоянном росте этого информационного потока, охватывающем практически все возможные аспекты окружающего мира, мы сталкиваемся с т.н. «парадоксом ложной вседоступности информации». Огромный объём и отсутствие четких критериев достоверности, рекламные и прочие манипуляции с информацией и сознанием, например с целью какой-либо выгоды, на самом деле усложняют поиски требуемого достоверного контента.

И в случае с китайскими боевыми и оздоровительными системами - все это усложняется особенностями китайской культуры, в том числе из-за чрезмерной к склонности к «нахождению своих корней в седой старине», приписывая происхождение своих школ или стилей легендарным личностям своей истории, таким как Тай Цзу, Бодхидхарма или Чжан Саньфэн и другие.



Корни ушу находят в примерах противоборства человека с окружающим миром, когда первобытным людям для выживания приходилось драться с дикими зверями, ссылаясь на сохранившиеся наскальные изображения. Действительно, суровые условия жизни не только на территории современного Китая, но и во всех других ареалах обитания наших предков, вынуждали непрерывно создавать и развивать простейшие техники боя с оружием и без.

В классических старых трактатах находятся многочисленные упоминания о необходимости занятий боевыми искусствами, о необходимости проверки претендентов на государственную должность в храбрости и владении ушу, иначе порядку-то и не будет! И в «Книге песен»⁶⁹ в разделе «小雅» в «巧言» вполне определенно об этом сказано :

无拳无勇

职为乱阶

А ведь сам Кунцзы⁷⁰ призывал изучать «Ши цзин» как важнейший источник основополагающих сведений об окружающем мире, о природе и обществе, о людях и явлениях. Но в рамках обсуждения данной темы важно помнить, что также он оказал значительное влияние на жизненный уклад людей, занимав-

⁶⁹诗经 *Ши-цзин* — широко известный сборник приблизительно 300 примеров из жизни общества того времени, один из древнейших памятников, а также первая из классических книг конфуцианского канона, XI—VI вв. до н. э.

⁷⁰孔子, более известный у нас как Конфуций, один из фундаментальнейших философов Китая, и что характерно — шаньдунец из г. Цюйфу (曲阜)

шихся ушу, включая формирование системы взаимоотношений Учитель и Ученик, в четком согласии с которой и происходило обычно обучение (как минимум до Синхайской революции 1911 г.). Может как раз отход от конфуцианской системы обучения ТКБИ⁷¹ и стал причиной нынешнего состояния ушу в наше время?

Собственно, и в каноне «Обрядов и установлений»⁷², в разделе «Совершенное управление государством»⁷³ приглашают всех умельцев со всех краев, показать, кто что может:



凡执技·论力·适四方·羸股肱·决射御。

Далее, например, в разделе в «Времена года»⁷⁴, поясняя правила повседневного образа жизни, однозначно указывают на необходимость ежедневно упражняться в различных видах боевых искусств:

是月也，大饮烝。天子乃祈来年于天宗，大割祠于公社及门闾。腊先祖五祀，劳农以休息之。天子乃命将帅讲武，习射御角力。

是月也，大饮烝。天子乃祈来年于天宗，大割祠于公社及门闾。腊先祖五祀，劳农以休息之。天子乃命将帅讲武，习射御角力。

В общем, чтобы не перегружать читателя цитатами, просто отметим, что различные наименования-синонимы для рукопашного боя и борьбы, такие как сианбо, шоубо, цзюэли, цзюэди⁷⁵ и многие другие, неоднократно упоминаются в разных письменных материалах. Борьба вообще была свойственна, судя по дошедшим до нас свидетельствам, всем древним народам, от греков до скандинавов, от кельтов до монголов.

⁷¹ Традиционные китайские боевые искусства

⁷² «礼记», «Ли Цзи», «Книга обрядов/ритуалов/установлений» IV—I вв. до н.э, также входит в конфуцианский канон из пяти книг

⁷³ «王制»

⁷⁴ «月令»

⁷⁵ 相搏, 手搏, 角力, 角觝

Седая древность

Во время династии Чжоу, а точнее в «Период Весны и Осени»⁷⁶, как принято именовать эпоху Восточного Чжоу в 722-481 годах до н.э по названию одноименной исторической летописи⁷⁷ о княжестве Лу⁷⁸ в провинции Шаньдун, ежегодно весной и осенью все желающие собирались состязаться в военном искусстве. Об этом упоминается и в трактате «Гуаньцзы»⁷⁹, а трактат сей считается ценным источником по истории военной науки, астрономии, математики, географии того времени.

Поименован он вполне традиционно — по имени автора. Был такой Гуань



Чжун, главный министр царства Ци⁸⁰ во все том же Шаньдуне. Жил он еще в «лохматые» 725—645 годах до н.э., проводя активные военные реформы для защиты своего государства, чем нам, собственно, и интересен. С другой стороны, был он и основоположником легизма, идей равенства всех перед Законом,

идей о том, что людей надо ценить по реальным заслугам, а не по происхождению, что когда бояться наказаний, то и управлять легко. Нет сомнения в том, что Гуань Чжун придавал большое значение подобным воинским состязаниям, где любой, кто смог заставить себя пройти через тяготы и лишения изнурительных тренировок, и в результате усердного труда обладающий нужными способностями, смог бы показать себя. А затем и дослужиться высоких постов. И это хорошо пересекается с вышеуказанной идеей из «Ши цзин».

Вообще про него хорошо сказано у Сыма Цянь:

⁷⁶ «春秋»

⁷⁷ «春秋», авторство летописи традиционно приписывают опять же Конфуцию

⁷⁸ 鲁 - княжество на территории нынешней провинции Шаньдун в эпоху Чжоу и сокращенное обозначение провинции Шаньдун в наше время

⁷⁹ «管子»

⁸⁰ 齐 - княжество на территории нынешней пров. Шаньдун в эпоху Чуньцю

Став советником циского гуна и взяв на себя управление делами, Гуань Чжун использовал расположение маленького княжества Ци на морском берегу и развернул торговлю. Накопив таким образом богатства, сделал государство процветающим и укрепил войска, разделяя чаяния простых людей. Недаром он говорил: «Когда склады и закрома полны, [люди] соблюдают ритуал и нормы поведения; когда одежды и пищи вдоволь, [люди] различают, где слава, а где позор; если правители соблюдают нормы, отношения между люцинь⁸¹ крепки; если четыре устоя не поддерживаются, государство гибнет. Указы для нижестоящих подобны источнику воды, [они] делают сердца людей послушными. Указы должны быть ясными и немногословными, чтобы народу легко было их

выполнять. Предоставьте простому народу то, что он желает, и поскорее избавьте от того, что он отвергает».

Его (Гуань Чжуна) управление было таким, что он умел [даже] несчастье превращать в счастье, а поражение в успех⁸².

Итак, в разделе «七法» своего трактата, Гуань Чжун пишет о том, как весной и осенью со всей Поднебесной собирались герои на борцовские испытания:

春秋角试...收天下之豪杰，有天下之骏雄。



⁸¹ 六亲 т.н. «шесть родственников»-традиционное понятие, включающее разные категории родства. Согласно мнению Ван Би (226-249 гг.), комментатора Ицзина, в это число входят отец 父, мать 母, старшие 兄 и младшие 弟 братья, жена 妻, сыновья 子

⁸² цитируется по http://www.vostlit.info/Texts/Dokumenty/China/I/Syma_Tsjan/Tom_VII/text62.phtml

И возможно, как одни из самых ранних в истории ушу, мы встречаем в этом тексте поэтические образы, сравнения с природными явлениями, такими как полет птицы, гром и молния, ветер и дождь и другие, применительно к занимающимся боевыми искусствами:

举之如飞鸟，动之如雷电，发之如风雨，莫当其前，莫害其后，独出独入，莫敢禁围。

Человек воспринимается как неотделимая часть окружающего мира, и ему тоже свойственны природные проявления. В наше время подобные метафоры уже привычное, устоявшееся явление.

И именно в «Период Весны и Осени» появляется знаменитое понятие «文武分途» — «гражданское и военное идут разными путями», закладывая тем самым основу для более позднего «из хорошего железа не делают гвоздей, из хороших людей не делают солдат».

«Золотой период» китайской цивилизации в Танскую эпоху⁸³ многим знаком по чайной церемонии⁸⁴, но с точки зрения ушу важен даже не разнообразием воинских формирований того времени от местного ополчения до войск пяти домов⁸⁵, а скорее благодаря знаменитой истории о неудачном купании Ли Шиминя⁸⁶ с последующим благополучным его спасением мимоходящими монахами, итогом которой стал прецедент и по наше время смущающий умы лаовайских любителей ушу. Речь идет о возникновении разделения на монахов практикующих и не практикующих ушу в монастыре Шаолинь, с появлением не известной ранее категории усэнов- боевых монахов⁸⁷. Однако здесь мы не будем затрагивать историю этой обители, а всех интересующихся сразу отправим читать фундаментальное исследование Тан Хао⁸⁸. Да, вышеозначенному

⁸³唐代

⁸⁴茶艺

⁸⁵ Соответственно 府兵 и 五府

⁸⁶ 李世民(599-649), он же император Тай Цзун (太宗), правил 626-649 годы

⁸⁷武僧

⁸⁸ 唐豪, известный китайский исследователь истории ушу, в начале XX провел подробные архивные и археологические исследования с целью прояснить историю узловых тем ушу. В частности выяснил, что исторически Южного Шаолиня не существовало, известная история с сожжением манчжурами является

монастырю перепало от императорских щедрот и разрешение содержать монастырско воинство, вкушать мяско и куча других приятных сердцу мелочей, однако в других местах дело обстояло не так радужно. Начиная со второй половины VII века большая часть монастырей была взята под государственный контроль. Правительство создавало специальные управляющие структуры типа танского совета «Десять великих добродетелей⁸⁹», устанавливало правила и нормы приема в буддийскую общину. Монахи прикреплялись к конкретной обители, что подтверждалось соответствующим документом. Покидать обитель тоже можно было лишь по разрешению. Классический пример: пожалуй всем в современном Китае знакома история о путешествии веселой компании монаха Сюаньцзана⁹⁰ за сутрами в Индию, однако мало кто знает, что по возвращении означенному монаху пришлось специально обращаться к императору за прощением, ибо отправился он в свой Великий Поход без высочайшего разрешения.



В городе Чэнду, в храме Вэньшюань⁹¹, где хранятся реликвии Сюаньцзана, рано утром можно встретить занимающихся ушу.

пересказом романа XVIII в., книга называется 武学丛书第三辑之三 «少林武当考 — 太极拳与内家拳 — 内家拳»

⁸⁹十大德

⁹⁰玄奘

⁹¹文殊院

При этом монахи, кроме обязательных и регулярных молитв здравствующему правителю, активно приобщались к различной государственной деятельности, такой как сбор налогов или надзор над ирригационными каналами. Как уже говорилось выше, государство контролировало монастыри и благодаря этому получало возможность влиять на формирование внутреннего устава монастырей с монахами — добропорядочными подданными империи. И одним из самых суровых было наказание за измену государству и бунт. С другой стороны, за этим стремлением властей стояли в не последнюю очередь и экономические факторы. Ведь общины и монастыри богатели, становились крупными землевладельцами с большим количеством прикрепленных к земле работников, а популярное бегство в обитель от тяжелого крестьянского труда подрывало экономику. В итоге монастыри также рассматривались властью и как источник налогообложения и обогащения.

Таким образом, выделяя уникальность существования Шаолиньского ушу в Китае, определяют такие факторы малой вероятности повторения этого явления в других монастырях, как их поднадзорность местной и центральной власти. Любая власть воспринимала хранение оружия и практику монастырского ушу как подготовку к мятежу, поддержку народных волнений и т.д., а так же как не соответствие целям и догматам Учения, внутреннему регламенту и распорядку монастыря, который, напомним, все также утверждался властями. Как, например, регламент о запрете употребления алкоголя и мясной пищи «Сочинение об отказе употребления от вина и мяса⁹²», написанный как раз императором У-ди⁹³ династии Лян⁹⁴, с которым когда-то и встречался Бодхидхарма. Вероятно, что именно покровительство означенного императора в то время и позволило Дамо активно интегрировать в созерцательную практику монахов Шаолиня упражнения цигун и ушу как одного из четырех аспектов жизнедеятельности (когда сидишь, идешь, спишь или ешь).

⁹² «断酒肉文»

⁹³ 武帝

⁹⁴ 梁



*Шаолиньские монахи практикуются в созерцании*⁹⁵

Но важно не забывать, что из мира в монастырь уходили и бывшие военные, и мастера ушу, и участники разгромленных антиправительственных восстаний, т.е. уже владеющие этим навыками. И они вполне могли для сохранения физической формы или иных целей продолжать свои занятия и после пострига в монахи, как это было в том же Шаолине еще до официального позволения. Кроме того, адаптация религиозной практики для простого народа, как «形尽神不灭», с сочетанием с тем, что по китайским традициям почтительный сын должен был оберегать тело, в котором продолжалась жизнь его предков, позволяли более широко и в рамках ситуационной этики трактовать концепцию непричинения зла насилем (даже не говоря уже об однозначном запрете убийства любых живых существ «不杀生» для исповедующих буддизм), формально допуская монахам и верующим не только занятия ушу, но и участие в войнах. Вот только

⁹⁵ автор фото — польский фотограф Томаж Гудозоватый

конкретных **данных** по существовавшим монастырским школам, оставивших **подобный след в истории**, как в Шаолине, в других монастырях — очень и очень мало. Хотя у монаха 志磐 в «大正新修大藏经» упоминается о том, как в VII в. в северных районах монахи практиковали верховую езду и стрельбу из лука. С другой стороны, встречаются упоминания, когда обители в глухих местах захватывались небольшими бандитскими шайками или повстанцами, и те продолжали в целях конспирации выдавать себя за монахов. Кроме того, в местечковых обителях, где происходило смещение в сторону местных культов, духов плодородия и т.п., могли «квартировать» местные отряды самообороны 瞳社 для защиты от тех же бандитов или пиратов, а отдельные упоминания такого плана порой выдаются за наличие якобы системной и многолетнее развитие ушу в этих монастырях. Что касается монахов-воинов, тут проблема не в их отсутствии и тп, есть достаточно источников с их упоминанием, например в «Записях о главных победах монахов-воинов» написанных Чжэн Жоцзэном (1503 — 1570), даже приводится классификация крупнейших центров буддийских боевых искусств Китая того времени (16-го столетия). Самыми лучшими и искусными мастерами ушу он называет монахов с Суншаньских гор, из Шаолиня. На втором месте в боевом мастерстве, по его мнению, стоят буддийские монахи из монастырей с горы Фунюшань (Гора лежащего быка, провинция Хэнань). На третьем месте, по Чжэн Жоцзэну, находятся монахи-воины из буддийских монастырей с горы Утайшань (Гора пяти высот, провинция Шаньси). Кроме этого, он упоминает буддийских монахов-воинов и из других регионов Китая, в частности, из монастырей города Ханчжоу (провинция Чжэцзян).. Нет сомнений, что мастера ушу и просто люди с боевым опытом искали себе убежища в монастырях. По самым разным причинам, кто-то бежал от властей, кто-то от себя, кто-то искал Высшей Мудрости и так далее. Проблема скорее о наличии стройной и структурированной системы передачи знаний от поколения к поколению, благодаря чему сохранилась бы до наших времен, как в Шаолине.

В любом случае этот вопрос требует дополнительных изысканий

Двигаясь далее по реке Времени, мы увидим, как при династии Хань защитные



и атакующие техники рукопашной схватки развивались весьма хорошо, появились такие разновидности, как борьба 角抵, методы безоружного боя 手搏 и состязание в фехтовании на мечах. В «汉书» в разделе «艺文志» указано, что в записи тринадцати семей, искусных в военном деле, многие обладают высоким мастерством именно в технике рукопашной схватки 格斗. А в биографии того периода «汉书·傅常郑甘陈段传» говорится как раз об испытании именно в мастерстве рукопашного боя:

«弁手搏也。试武士为手搏，以手固实用之术也»。

От чжурчжэней и монголов до японских пиратов

Волна интереса к боевым искусствам, к стратегии и тактике, уже в сунскую династию⁹⁶ привела к появлению сборника «Семь военных канонов»⁹⁷, ставшим также и основой для последующих государственных военных экзаменов:

1. «Искусство войны»⁹⁸ Сунь Цзы, самый известный и основополагающий текст канона, автор тоже шаньдунец — родился в княжестве Ци, хотя и прославился как полководец княжества У⁹⁹;
2. «Законы войны почтенного У»¹⁰⁰ генерала У Ци¹⁰¹, считается что он не проиграл ни одного сражения, воевал на стороне княжества Лу

⁹⁶宋代

⁹⁷武经七书

⁹⁸孙子兵法

⁹⁹吴, княжество, затем царство эпохи Чжоу и Чуньцю на территории нынешних пр. Цзянсу и Чжэцзян, пало в 475 г. до н. э.

¹⁰⁰吴子兵法

¹⁰¹吴起

против Ци на территории все той же многострадальной провинции Шаньдун;

3. «Методы Сыма»¹⁰² созданный в опять же в княжестве Ци и назван в честь Сыма Жанцзюя¹⁰³, командующего армией княжества Ци;
4. «Шесть секретных учений»¹⁰⁴ генерала Цзян Цзыя¹⁰⁵, который также известен как Тайгун¹⁰⁶ и основатель династии все того же княжества Ци, пров. Шаньдун;
5. «Вэй Ляо-цзы»¹⁰⁷ по имени Вэй Ляо, которого Сыма Цянь упоминает как советника Цинь Шихуанди. Как известно, объединение Китая принято считать как раз с момента, когда Цинь завоевало Ци;
6. «Три стратегии Хуан Ши-гуна»¹⁰⁸, обычно авторство приписывается полумифическому Хуан Шигуну, вручившему трактат генералу Чжан Ляну¹⁰⁹, однако по одной из версий автором вполне мог быть и вышеупомянутый Цзян Цзыя;
7. «Вопросы танского Тай-цзуна и ответы Ли Вэй-гуна»¹¹⁰, трактат танской династии и интересен как обзор предшествующих текстов на данную тематику.

Таким образом, хочу обратить Ваше внимание, что именно на территории современной пров. Шаньдун уже в то время закладывались основы классической китайской военной науки, т.е и условия соответствовали, и были в достатке люди, которые активно изучали, практиковали и передавали следующим поколениям воинскую науку. Возможно сыграло важную роль влияние аристократии того времени, где Шаньдун и Хэбэй были родиной одних из самых влиятельных родов. А может быть влияло непрерывное чередование войн и набегов, наличие множества популяций разбойников да прибрежных пиратов. Возможно, тут

¹⁰²司马法

¹⁰³司马穰苴

¹⁰⁴六韬

¹⁰⁵姜子牙

¹⁰⁶太公

¹⁰⁷尉缭子

¹⁰⁸黄石公三略

¹⁰⁹张良

¹¹⁰唐太宗李卫公问对

проявилось продуктивное влияние киданей, бохайцев или чжурчженей, привнесение их боевых навыков в местную среду. Или межэтническое смешение здесь оказало свое влияние. Например, японский монах 円仁, будущий глава буддийской Школы Тэндай, путешествуя в танские времена по здешним местам отмечал значительное количество разных поколений корейцев, постоянно проживающих на территории провинции Шаньдун. А несколькими веками спустя, наиболее активными борцами против японских пиратов станут не местные ханьцы, но переселенцы-мусульмане. Увы, этот вопрос опять же требует более длительного и детального исследования, чем наши скромные зарисовки по истории ушу.

Другим важным явлением династии Сун является возникновение разнообразных обществ любителей боевых искусств, оказавших значительное влияние на последующие развитие ушу, таких как занимающиеся:

- стрельбой из лука «弓箭社»;
- боем на копье и шесте «英略社»;
- занятиями борьбой «角抵社»。

Являясь по своей сути местными отрядами самообороны, «армиями» крупных землевладельцев или клановых объединений, они стали прообразом т.н. «деревенской милиции», явления дожившего аж до XX-века и крайне важного в плане развития боевых искусств Китая. И тут необходимо отметить, что основной аспект был на работу с оружием — как один из ключевых факторов, если рассматривать происхождение современных стилей ушу от работы с оружием, где кулачная техника была в некотором роде второстепенной, однако необходимой как часть силового и психофизического воспитания бойцов. Основной задачей этих сил самообороны была не только самосовершенствование своих навыков, но и защита от широко распространенных и многочисленных банд, которые позволяли себе не только грабить поместья или даже целые кварталы городов, но и активно противостоять властям.

Один из четырёх классических китайских романов, «Речные заводи»¹¹¹, рассказывает как раз о приключениях шаньдунских разбойников в правление династии Сун. Кроме прекрасных зарисовок о том времени он также дает и представления об технике ушу той эпохи. Например, в главе «徐宁教使钩镰枪...», Сюй Нинь (именно он изображен на японской гравюре ниже) довольно подробно знакомит нас с методикой как за полмесяца обучить владению钩镰枪, копьем с крюком, повествуя не только о технических элементах, но и о тактических действиях с этим оружием:

臂健开弓有准，身轻上马如飞。弯弯两道卧虫眉，凤翥鸾翔子弟。战铠细穿柳吓，乌巾斜带花枝。常随宝驾侍丹墀，神手徐宁无对。

当下徐宁选军已罢，便下聚义厅来，拿起一把钩镰枪，自使一回。众人见了喝采。徐宁便教众军道：“但凡马上使这般军器，就腰胯里做步上来，上中七路，三钩四拔，一搠一分，共使九个变法。若是步行使这钩镰枪，亦最得用，先使入步四拔，荡开门户；十二步一变，十六步大转身，分钩、镰、搠、缴；二十四岁，那上攢下，钩东拔西；三十六步，浑身盖护，夺硬斗强。此是钩镰枪正法。”就一路路敷演，教众头领看。众军汉见了徐宁使钩镰枪，都喜欢。就当日为始，将选择精锐壮健之人，晓夜习学。又教步军藏林伏草，钩蹄拽腿，下面三路暗法。不到半月之间，教成山寨五七百人。宋江并众头领看了大喜，准备破敌。

¹¹¹ «水滸传»

Когда вы будете применять это оружие, сидя верхом на коне, – говорил он, – то ваше тело должно двигаться, как при ходьбе. Вначале вы четыре раза подаетесь вперед, затем делаете три рывка назад. После этого вы наносите еще удар вперед и удар в сторону. Таким образом, весь прием состоит из девяти движений. Применение подобного рода пик необходимо и в пешем бою. В данном случае вы делаете сначала восемь шагов вперед и четыре выпада пикой. Это для того, чтобы прорвать ряды противника. На двенадцатом шаге вы поворачиваетесь влоботорота. А на шестнадцатом – делаете полный поворот, оттягиваете пику к себе и, выбросив ее вперед, пробегаете двадцать четыре шага. Затем вы должны взмахнуть пикой сверху вниз. При чем нужно, чтобы крюки двигались слева направо. Через тридцать шесть шагов вы, тщательно прикрываясь щитом, противопоставляете всю свою силу силе врага. Это и есть настоящие приемы боя, в которых применяется пика с крюками¹¹².



¹¹² цитируется по Ши Най-ань «Речные заводи», переводчик: А. Рогачев.



И подобно дошедшим до нас кулачным трактатам, приводится в романе стихотворная квинтэссенция упражнения:

四拨三钩通七路，共分九变合神机。
二十四步那前后，一十六翻大转团。
破锐摧坚如拉朽，搴旗斩将有神威。
闻风已落高俅胆，此法今无古亦稀。

Такой любопытный подход в обучении возник в условиях неграмотности простого человека, позволяя упростить запоминание приемов, их порядка и т.п. Кроме того, ритмичность и омонимичность китайского языка, объединение звучания иероглифов в семантически-грамматически-фонетическом сочетании, позволила интегрировать в процесс отработки технических движений и дыхательные упражнения. Выполнение формальных упражнений *таолу* или комплексов *цигун* с одновременным речитативом стихов-описаний до сих пор является частью традиционного обучения некоторых старых школ.

От ремесла – к искусству

«Город нависал над путником, давил его беспощадно своей громадиной, а потом оставлял в недоумении посреди площади перед вознесшимся к небесам храмом. На улицах ... в любое время года и в любые часы можно было встретить множество зевак с разинутыми от восхищения ртами, крутивших головами во все стороны – местные жители посматривали на них с нескрываемым превосходством... Тут полагалось не зевать – срезать кошелек с пояса могли за миг – и внимательно поглядывать под ноги, чтобы не испачкать обувь. Чего-чего, а нечистот здесь хватало и в прямом и в переносном смысле... Авторитетов здесь не признавали – в ночное время получить нож под ребра мог даже сам император, появившись он ... без охраны. Здесь ценили не изысканные манеры, а золото и умение владеть заточенным куском железа, жестокость да твердую руку и способность оставаться трезвым после нескольких кувшинов вина.¹¹³»



Продолжая наш краткий экскурс в историю развития ушу, необходимо упомянуть другой важный момент, также повлиявший на последующие мета-

¹¹³ Ян Валетов, «Сердце Проклятого»

морфозы китайских БИ. Развитие цивилизации, ремёсел, торговли и т.д. привело к интенсивному развитию городов, уровня жизни в них. Как и в других регионах Земли, города становились, по сути, центрами экономической и культурной жизни своего региона. Нам же интересно то, что городская площадь богатейших и густонаселенных городов как центр сбора множества людей дала мощный толчок развитию разнообразных зрелищ народного театра, различных представлений, в которых встраивались элементы ушу, от ритуально-культурных танцев и традиционной оперы, до выступления циркачей и странствующих мастеров ушу, а также разнообразные соревнования силачей.



В праздники же такой ареной для бродячих трупп, борцов и акробатов становились и парки, и просто улицы. Дальнейший рост благосостояния увеличил спрос на развлечения, на повышение качества этих услуг, и в крупных торговых городах появились крытые театры «瓦子» ((wǎzǐ)), также извест-

ные как «勾栏» ((gōulán)), «瓦肆» ((wǎsì)), «瓦舍» ((wǎshè)), предоставляя изысканной публике самый разнообразный спектр развлечений и удовольствий. Однако нам они интересны тем, что там регулярно происходили состязания силачей, борцов, рукопашников с большим спектром разыгрываемых наград — от памятных вымпелов до денежных вознаграждений. Был даже организован специальный госдепартамент, отвечающий за преподавание борьбы и проведение таких соревнований. Высокая популярность этих мероприятий способствовала созданию множества различных организаций и ассоциаций, объединяющих занимающихся борьбой, и принимать участие в этих соревнованиях стали даже женщины, хотя ранее было как-то не очень принято в обществе вообще их обучать боевым искусствам.

Завершая этот беглый обзор династии Сун, необходимо упомянуть еще одну популярную личность истории ушу, генерала Юэ Фэя ((岳飞 yuèfēi)).



Мавзолей Юэ Фэя близ озера Сиху в Ханчжоу. Наверху известное изречение, приписываемое генералу, «Верните мои реки и горы»¹¹⁴

¹¹⁴ 還我河山



От него ведут свою историю школы ушу 岳武穆兵书, 岳家拳, 岳家枪, а широко распространенные стили 心意六合拳 и 形意拳 традиционно считают своим патриархом, хотя исторические исследования возводят корни этих стилей ко вполне конкретным людям династии Цин, а это разница аж в несколько веков! Кроме того, его считают создателем и одного из самых распространенных методов *цигун*¹¹⁵ нашего времени — упражнений «Восемь кусков парчи»¹¹⁶. Герой войны с чжурчженями¹¹⁷, синоним верности долгу в китайской культуре, он тоже, согласно веяниям своей эпохи, большое внимание уделял силовой

¹¹⁵气功

¹¹⁶八段锦

¹¹⁷宋金战争

подготовке своих солдат посредством занятий «сианпу»¹¹⁸, прототипом японской борьбы *сумо*.

Содержание же «сианпу» и «цзюэли»¹¹⁹ того времени малоизвестно, хотя и



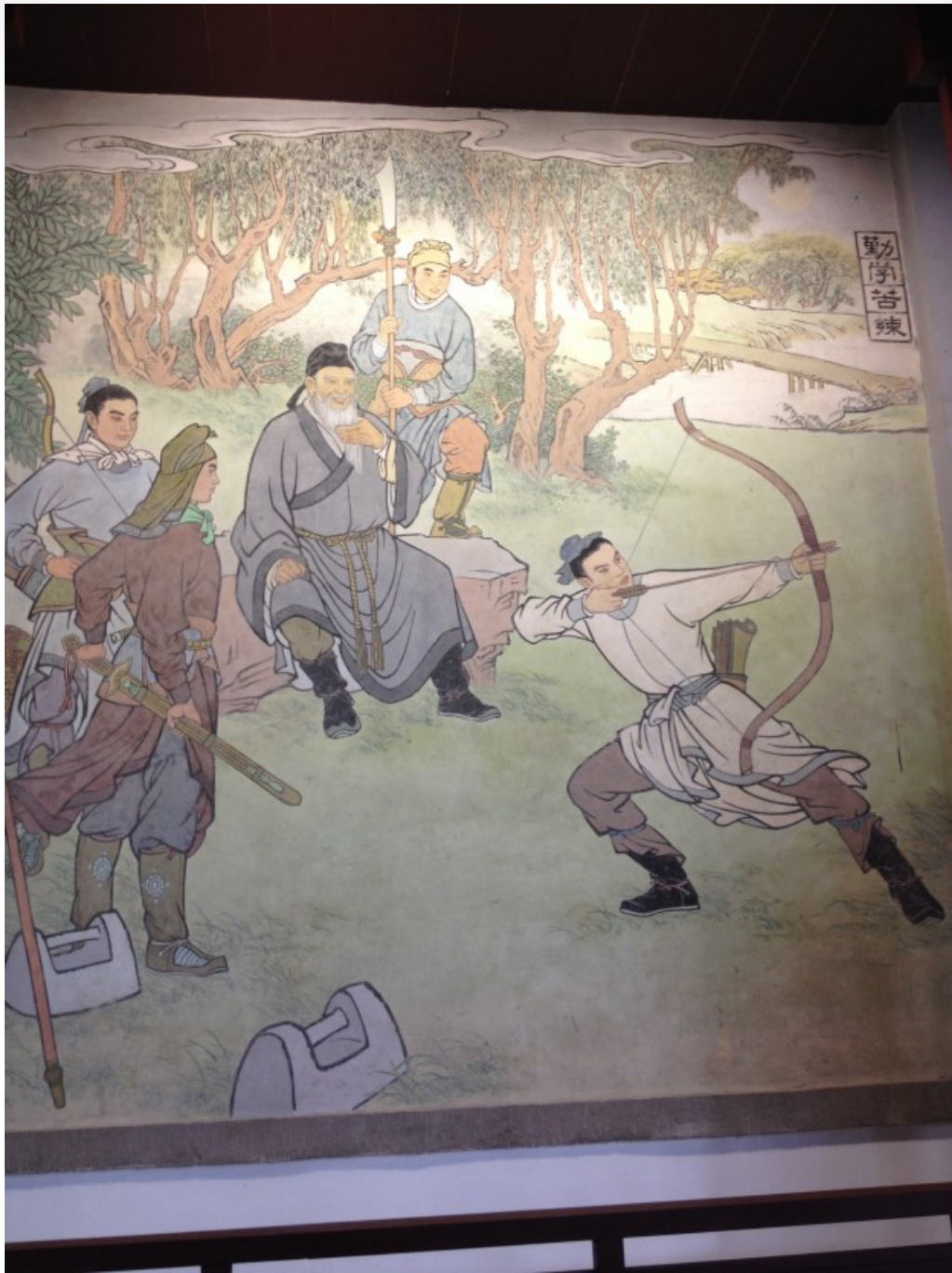
охватывало в том числе известные нам сейчас «打, 踢, 靠», однако они скорее всего не идентичны как ным основам 拳术 ((quánshù)) нашего времени, так и 摔跤 ((shuāijiāo)). Направления эти, хотя и тесно плетались, и были взаимосвязаны с кулачными техниками, но по ряду исто-

рических, этнических причин развивались самостоятельно. Но связь борьбы и кулачного искусства проявляется в таких элементах, как, например, «扭» ((niǔ)) и «抓» ((zhuā)), являющиеся частью болевых методов воздействия на суставы, известных нам сейчас как 擒拿 ((qíná)), а также методы «抠, 点, 压» ((kōu, diǎn, yà)) и пр., позволяющие воздействовать на 经穴 ((jīng xué)), акупунктурные точки и каналы, в разделе 点穴 ((diǎnxué)). Хотя исторические отсылки возникновения «相扑» ((xiàngpū, сумо)) доходят порой аж к периоду 黄帝¹²⁰, однако скорее всего была заимствована у соседних степняков, которые, по мнению современных китайских исследователей, использовали «грубую силу» 蛮力 ((mánlì)) вместо искусных техник современного 摔跤 ((shuāijiāo)). Но скорее всего это произошло не ранее 秦汉 ((qín hàn — эпоха династий Цинь 221-207 до н. э. — Хань 206 до н. э. — 220 н. э.)), когда у знати были в моде состязания в верховой езде и стрельбе из лука, охоте и силовых поединках, иногда упоминаемые и в 家法 ((jiāfǎ)).

¹¹⁸相扑

¹¹⁹角力

¹²⁰ Хуаньди, Желтый Император



В левом нижнем углу этой фрески в мавзолее Юэ Фэя изображены так называемые «каменные замки», один из популярнейших тренажеров в современном традиционном ушу, где признают наработку «石锁功» ((shísuǒgōng)) необходимой не только для развития силовых качеств бойца, но для постановки основополагающей техники рук. Неизвестно, было ли это изображение с момента строительства «杭州岳王庙» ((Hángzhōu yuè wáng miào)) в 1221 году, но в лю-

бом случае она показывает понимания важности силовой подготовки в разные времена.

Завоевание монголами Китая, приведшее к власти династию Юань¹²¹ кроме долгожданного воссоздания империи, восстановления системы госэкзаменов и пр, породило систему жестких запретов, стремясь таким образом умиротворить хаос и мятежность, опасаясь, что будут «бунтовать и сеять смуту», как это неоднократно происходило ранее.

В «Юань ши»¹²² указывается, что местным властям неоднократно предписывалось изымать оружие у населения, запрещалось его незаконное хранение: «民间私藏武器», за хранение и укрытие «оружия и доспехов» наказанием была смерть. В нарушение всех сложившихся обычаев, запрещалось хранить семейное оружие даже и в родовых святилищах, исключение делалось лишь для деревянных или глиняных реплик. Естественно, что попали под запрет и деревенские отряды самообороны, обучение военному делу, и охота. Даже запрещалось хранение железа в количестве, достаточном для оружейного производства.

¹²¹ 元朝— монгольская династия, правившая в Китае с 1271 по 1368. Основана внуком Чингисхана, ханом Хубилаем. Династия пала в результате восстания «Красных повязок» в 1351 году.

¹²² «元史» содержит в себе изложение событий царствования императоров династии Юань (元) в хронологическом порядке, одна из 24 династических историй, составлена 宋濂 в 1370 году во время династии Мин 明, состоит из 210 свитков



Семейный храм предков в уезде Хайян

Но, исходя из своей военной тактики кочевых племен, наиболее серьезным опасным оружием воспринимали лук и стрелы, а не традиционное китайское копьё. И в «*通制条格*», раздел *卷二十七*, от 1285 года не только предписывалось изымать их у местного населения, но и сортировать, низкого качества — уничтожать, среднего — передавать монголам в использование, а лучшие запаковать в хранилищах:

«复分汉地及江南所收弓箭器为三等，下等毁之纒中等赐近居蒙古人，上等贮于库。»

В тексте «*元史*», «*刑法志*» также указывается запрет собираться толпой и занятия охотой, тренировки копьём и палкой, да и вообще боевыми искусствами:

«聚众围猎，弄枪棒，习武艺。»

Кроме того, в ряде областей был введен комендантский час, ограничивающий передвижения коренного населения преимущественно в ночное время:

«一更三点，钟声绝，禁人行，五更三点，钟声动，听人行，违行笞二十七。」

В тексте «通制条格», в 卷十六, указывается, что запрещались сходки и митинги, создавать различные общества, деревенские отряды самообороны, ограничивали даже количество кухонных ножей на семью и тп...

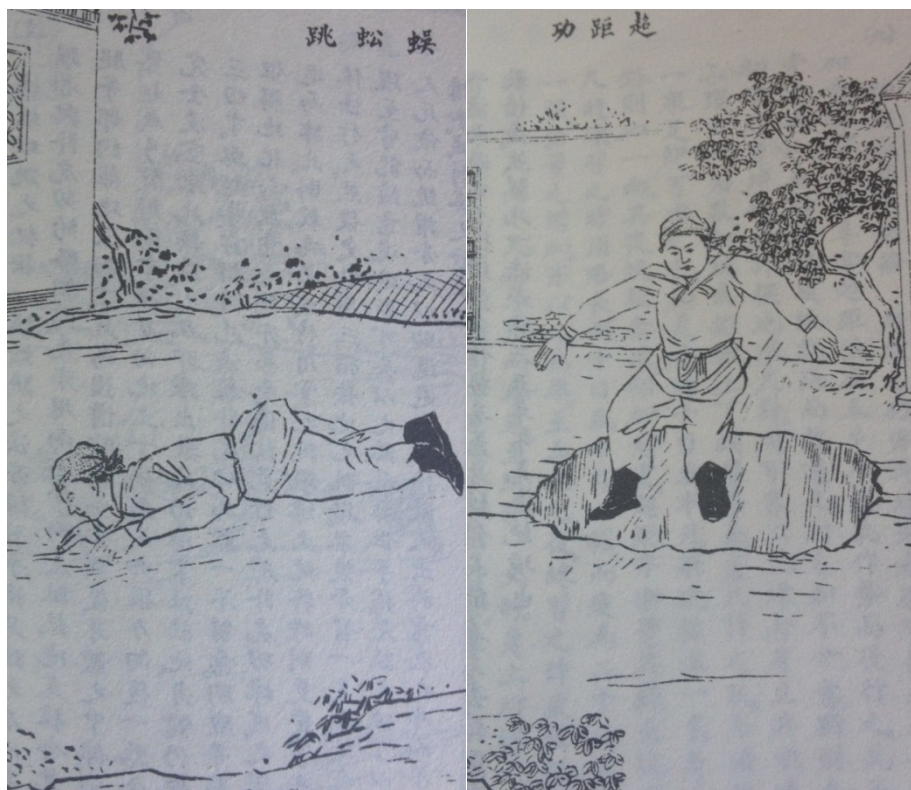


Традиционный деревенский дом в провинции Шаньдун



Все это крайне негативно сказывалось на развитие ушу, но скорее всего старшее поколение продолжало на свой страх и риск передавать свой опыт и знания тем, кто готов был рискнуть. По понятным причинам, в письменных источниках это не нашло должного отражения. Вероятно, что именно таким образом за время правления монголов сформировалась традиции заниматься тайно, обычно в темное время суток. И, скорее всего, именно опасение доносов властям, возможно, стало первоначальной причиной убивать подсматривающих за подглядывание занятий ушу. Особенно это было критично для разных тайных обществ, типа «Белого лотоса», которые агитировали за свержение Юань, а также обучали боевым искусствам. Кроме того, опасность хранения оружия в принципе привела к качественному сдвигу от занятий и тренировок оружейных видов боя, к безоружному. Именно это и считают одной из причин смещения акцентов в сторону кулачного боя, в том числе выразившееся через некоторое время в активном использовании иероглифа кулак 拳 ((quán)) в наименованиях подавляющего большинства современных стилей и школ ушу. Такие занятия не требовали специального снаряжения, униформы и помещения, можно было заниматься в повседневной одежде, используя, как и принято до сих пор, предметы домашнего обихода в качестве спортивных тренажеров или оружия особого

вида. Это также давало больше возможности для маскировки и маневра для сокрытия тренировок в случае внезапного обыска или проверки. Вероятно предположить, что застигнутый врасплох ханец, выполнявший силовые упражнения с кувшином, вызывал меньше подозрений и обладал большими шансами выкрутиться, чем его собрат, застигнутый на упражнениях, скажем, со штангой. Ряд исследователей высказывают точку зрения, что именно опасения быть пойманными во время тренировки, дали импульс широкому развитию упражнений типа изометрических, статических или плиометрики, причем с активным использованием мимикрии под обычный вид деятельности. Надо быть очень опытным специалистом даже в наше времена, чтобы распознать подобные упражнения. Ну, стоит человек, толкает рукой стену. В случае внезапного появления властей достаточно быстро можно перестать, заняться другим делом, да и со стороны тайного наблюдателя не очень явно его упражнение на развитие сухожильного усилия.



На этих рисунках представлены наиболее распространенные упражнения плиометрики в ушу, первоначально известных как «三十六种硬功», но сейчас это часть «少林七十二艺».

Хотя во время династии Юань, как уже было сказано выше, строго воспрещались любые попытки изучать и совершенствоваться в боевых искусствах, одновременно с этим возник интересный парадокс. Ушу и все связанное с ним — категорически воспрещалось и пресекалось, а вот традиционный театр — продолжал активно развиваться. А надо отметить, что в драме того времени, например в «李逵负荆», «关大王单刀会», «单鞭夺槊», «关张赴西蜀梦», «三战吕布» и других, было достаточно разнообразных персонажей, так или иначе по сюжету владеющими и демонстрирующими боевые искусства, причем активно используя достаточно широкий арсенал традиционного оружия, как например 斧¹²³, 刀¹²⁴, 鞭¹²⁵, 槊¹²⁶, 戟¹²⁷, 剑¹²⁸, 枪¹²⁹... В итоге именно в рамках театра сформировалось распространенное в наше время понятие о 18 видах классического оружия «十八般武艺».

Эта своеобразная ситуация предоставила небольшую лазейку для мастеров ушу, которые могли таким образом продолжать зарабатывать на пропитания своей семьи, демонстрируя ушу не как боевое искусство, но как часть сюжета традиционной драмы, оперы или циркового выступления. Но понятия «武戏»¹³⁰ и «武艺»¹³¹ не идентичны, и если в прикладных БИ в первую очередь была важна эффективность, то в театре движения рук, глаз, тела должны были подчеркнуть амплуа героя, его действия и слова... В итоге постепенно происходило смещение в сторону красивых, эффектно выглядящих для неискушенного зрителя движений и характерных поз, увеличивалась доля акробатики и т.д. и т.п. Так же изменялся подход в обучении. И если, к примеру, повсеместно и активно практиковались базовые наработки типа 压腿 или 甩腰, что и сейчас присущи ушу, то в системах, акцентированных на *демонстрационный* аспект, а

¹²³ fǔ секира

¹²⁴ dāo нож, клинок

¹²⁵ biān палица

¹²⁶ shuò длинная боевая секира

¹²⁷ jǐ «цзи» — древнее оружие, соединявшее в себе клевец и пику: длинное древко с топорovidным лезвием, заканчивавшееся заострённым наконечником

¹²⁸ jiàn меч

¹²⁹ qiāng пика

¹³⁰ wǔxì военная (театральные) пьеса

¹³¹ wǔyì военное искусство

не *прикладной*, основной аспект наработки сменялся постепенно в сторону многократных повторений одиночных формальных комплексов-*таолу*, сознательно исключая популярные ранее многообразные парные и вспомогательные наработки как позволяющие однозначно идентифицировать себя властям как практикующего запрещенное ушу. В итоге сложилась не совсем логичная ситуация, когда власти повсеместно запрещают ушу, но с подмостков и площадей артисты через демонстрацию «武戏» пропагандировали «武艺», через искусство и эмоции глубоко проникая в сердца зрителей. Плюс к этому, период владычества монголов был не очень долгов, и можно допустить вероятность сохранения непрерывности передачи знаний и навыков меж поколениями.



Как и в прежние времена, до сих пор в деревнях предпочитают тренироваться у себя во дворе.

Увы, достоверных и подробных источников, о том, как же происходило развитие ушу в это время — нет, большинство китайских исследователей основываются на косвенных данных и анализе состояния ушу в следующем периоде. В любом случае ушу как феномен — выжило. Да и разнообразные тайные общества должны были изучать ушу, и в итоге восстание «Красных повязок»¹³² сменило империю монголов на империю Мин¹³³, в итоге после долго запрета на



занятия БИ, наступила эпоха «ренессанса ушу». Исходя из сложившихся вековых традиций, возглавить это обновление должен был несомненно уроженец провинции Шаньдун. Так и произошло, и значительное влияние на дальнейшее развитие ушу оказал генерал Ци Цзигуан¹³⁴ из местечка 登州, на улице имени которого в Циндао автор этих строк прожил достаточно долгое время...

Его авторству приписывается целый ряд фундаментальных трактатов по боевым искусствам («紀效新書», «练兵实纪», «將臣寶鑑», «莅戎要略», «武备新书») а также сборник стихов «止止堂集» с вполне так типичной для всех времен армейской лирикой:

不见郎君到，

但见塞鸿归。

鸿归知妾意，

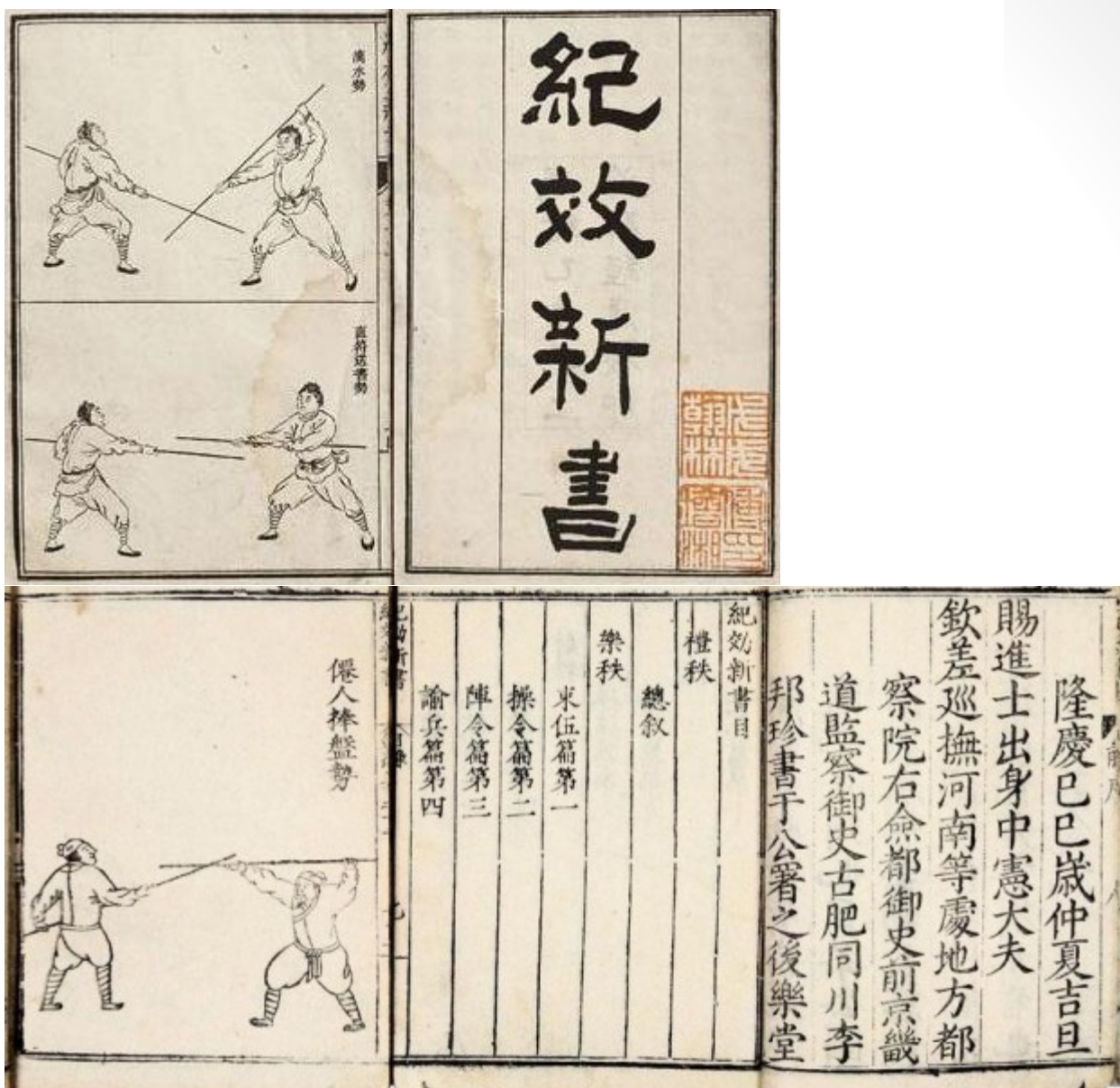
故向楼前飞。

¹³² 红巾军 hóngjīnjūn

¹³³ 大明国 dàmingguó

¹³⁴ 戚继光 Qī Jìguāng 1528-1588, военачальник эпохи Мин, нанес решающее поражение японским пиратам на суше

Однако принято считать, на боевые искусства наибольшее влияние оказала «Новая книга записей о достижения»¹³⁵.



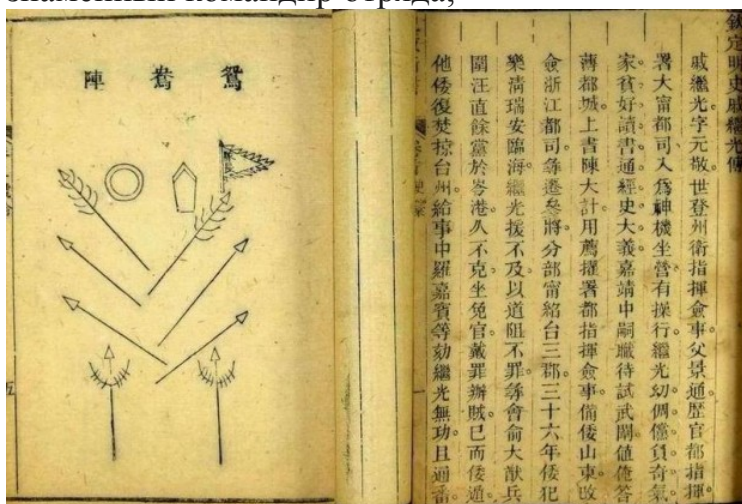
Интересен его комментарий мастерах, в том числе и из из провинции Шаньдун, где автор перечисляет их поименно с указанием области их мастерства:

¹³⁵紀效新書

«山東李半天之腿，鷹爪王之拿，千跌張之跌，張伯敬之打，少林寺之棍與青田棍法相兼，楊氏鎗法，與巴子拳棍，皆今之有名者。」

Оказавшись в ситуации, когда оргструктура и вооружение приданных войск оказалась беспомощной против японских пиратов¹³⁶ с их длинными мечами ((长刀 и 腰刀)), им была разработана специальная система построения, в которой основной боевой единицей является отряд из 12 человек:

- знаменный командир отряда;



- мечники первой линии, вооруженные дао и плетеным круглым ротанговым щитом ((藤盾牌手)), закрывавшим его от плеча до колена;
- вторая линия с «волчьей метлой» ((狼筅手));
- ядро отряда с длинными пиками ((长枪手));
- резерв с оружием ближнего боя ((短兵手));
- завершал построение солдат службы обеспечения ((负责伙食的火兵)).

До наших времен дошла характерная для них тактика атаки с использованием ротангового щита в падении, прикрываясь им практически полностью и атакуя противников на нижнем уровне, тем самым предо-

¹³⁶倭寇

ставляя возможность одновременной атаки бойцам следующих уровней построения.



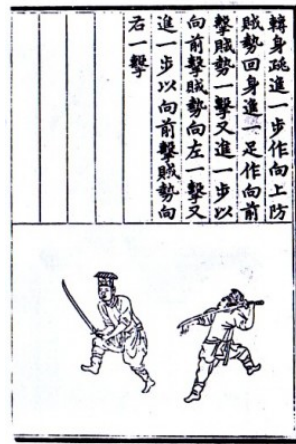
К сожалению, по финансовым причинам, запланированная этой весной поездка как раз к одному из последних старых спецов этого боя сорвалась. Лишь поэтому, чтобы получить хотя бы небольшое представление о подобной технике, предлагается небольшой кусочек из старого тайваньского фильма на нашем канале в [Youtube](#).

Ощутимое превосходство японской тактики, выучки и вооружения оказала настолько существенное влияние на умы того времени, что японское оружие закупалось, копировалось и воспевалось в стихах различными поэтами¹³⁷ конца династии Мин и начала Цин, и даже видные борцы с пиратами и специалисты боевых искусств как Тан Шунчжи¹³⁸, воспевали полученный в дар японский

¹³⁷ например, 李鏜

¹³⁸唐顺之 1507-1560 гг

меч, гравировку рисунком дракона в водорослях, его сияние и ощущение исходящей от него всепронизывающей энергии...



《日本刀歌》

有客贈我日本刀，魚須作靶青絲纒。
 重重碧海浮渡來，身上龍文雜藻荇。
 悵然提刀起四顧，白日高高天罔罔。
 毛髮凜冽生雞皮，坐失炎蒸日方永。
 聞道倭夷初鑄成，幾歲埋藏擲深井。
 日淘月煉火氣盡，一片凝冰斗清冷。
 持此月中斫桂樹，顧兔應知避光景。
 倭夷塗刀用人血，至今斑點誰能整。
 精靈長與刀相隨，清宵恍見夷鬼影。
 迺來鞞鞞頗驕黠，昨夜三矢又聞警。
 誰能將此向龍沙，奔騰一斬單于頌。
 古為神物用有時，且向囊中試韜穎。

Краткий итог развития ушу династий Юань и Мин

В древних текстах («*诗经*», «*管子*», «*荀子*», «*汉书*» и других) достаточно много разнообразных упоминаний о боевых навыках, но нет четкого понимания о технических элементах, содержании тренировки и методиках обучения. Даже сложно понять, насколько ушу тех времен отличается от ушу нашего времени. Но уже ко времени династии Мин, активно следуя за изменениями в обществе и под влиянием разнообразных внешних событий, в боевых искусствах в некотором роде завершается ряд процессов, оказавших сильное влияние на последующее развитие ушу. Формируется свод основной литературы по боевым искусствам, в которых кроме теоретических изысканий уже появляются и конкретные описания приемов и методик, схемы и рисунки. И в дальнейшем эти тексты послужат источником идей для «*семейных*» кулачных трактатов. Окончательно определяется классификация боевого оружия ((*武器的分类*)) и входит же в широкий обиход понятие «18 видов боевой техники» ((*十八般武器*)). Закрепляется разделение на ушу «показательное» и ушу прикладного плана, которым занимаются те, кому его нужно применять по роду деятельности — военные, бандиты, охранники, телохранители, деревенская милиция. Но, как и в наше высокотехнологичное время, навыки чисто рукопашного, безоружного, боя на поле битвы все же признаются не основными, но при этом обучение РБ обязательно, так как позволяет получить важную силовую и психофизическую подготовку. Свое влияние на БИ оказывают практики буддизма и даосизма, также частично готовые трактовать практику ушу как один из методов достижения Цели их Учения, и привнося уже свои наработки в мир боевых искусств. А уже эти синкретические методы, как и традиционные методики оздоровления «*养生功*», активно заимствуются мирскими школами ушу, становясь нераздельной составляющей семейных и т.п. школы. При этом начинают активно развиваться именно школы кулачного боя, где важным моментом тренировочного процесса становятся формальные комплексы-*таолу*. В деревенском ушу складывается основополагающая составляющая Старой Школы — опираться в первую очередь на устную передачу «от сердца к сердцу», даже при наличии письменных источников.. Тем более, что диалектные особенности, низкий уро-

вень грамотности как занимающихся, так и переписчиков, и многое другое вносили ошибки в передаваемые тексты и кулачные трактаты.

P.S. Внимательный читатель, я уверен, обратил внимание, на то обстоятельство, что так и не прозвучал ответ на вопрос в начале этого опуса. А его и не планировалось! Зачем? «Пусть расцветают сто цветов!» Какая разница — кто чем занимается! Лишь бы было это в радость!

Как происходили изменения в ушу



Продолжая цикл статей по истории развития ушу, в качестве наглядного примера общего генезиса традиционных боевых искусств Китая рассмотрим историю возникновения известных таолу-формальных комплексов упражнений одного из популярных во всем мире стилей ушу — танланцюань.



В различных школах боя богомола *танланмэнь* (螳螂門) существует раздел специальных форм, которые являются квинтэссенцией стиля, её лучшими техниками, без которых успешное ведение боя зачастую не представляется возможным. Ниже мы кратко ознакомим вас с информацией об этих формах, кропотливо собранной за двадцать с лишним лет упорных исследований и изучения многих школ боя богомола на территории КНР. Согласно рассказам представителей школы Сю Куньшаня (修坤善, 1864-1947) и благодаря результатам многолетнего опроса деревенских мастеров старого поколения, проживающих в уездах Лайян, Хайян и Цися, а также сравнительному анализу существующих версий, распространенных во многих школах и направлениях *танланцюань* (螳螂拳), можно прийти к следующему выводу.



Здание, в котором располагался гошугуань города Лайян.

Изначально система *мэйхуа танланмэнь* (боя богомола цветка сливы, 梅花螳螂門) включала несколько первоначальных форм, которые и составляли костяк стиля. Также существовали базовые формы, являющиеся вводными и представляющие собой, так называемые “обогомоленные” версии, принадлежавшие когда-то другим стилям и направлениям китайских боевых искусств. Эти смешанные базовые формы были результатом деятельности основателей стиля боя богомола, которые успешно соединили свои знания техник и форм ведения боя из различных школ, которыми они первоначально занимались. Таким образом, базовые формы системы боя богомола являются синтезом трех-четырёх стилей, популярных в конце минской и начале цинской династии на рубеже XVII-XVIII веков. При этом “чисто богомольскими” можно назвать только три формы: “сокрушить и заполнить” (*бэнбу*, 崩補), “хаотичное париро-

вание” (ланьцзе, 亂接) и “восемь локтей, разделяющие тело” (фэншень бачжоу, 分身八肘).

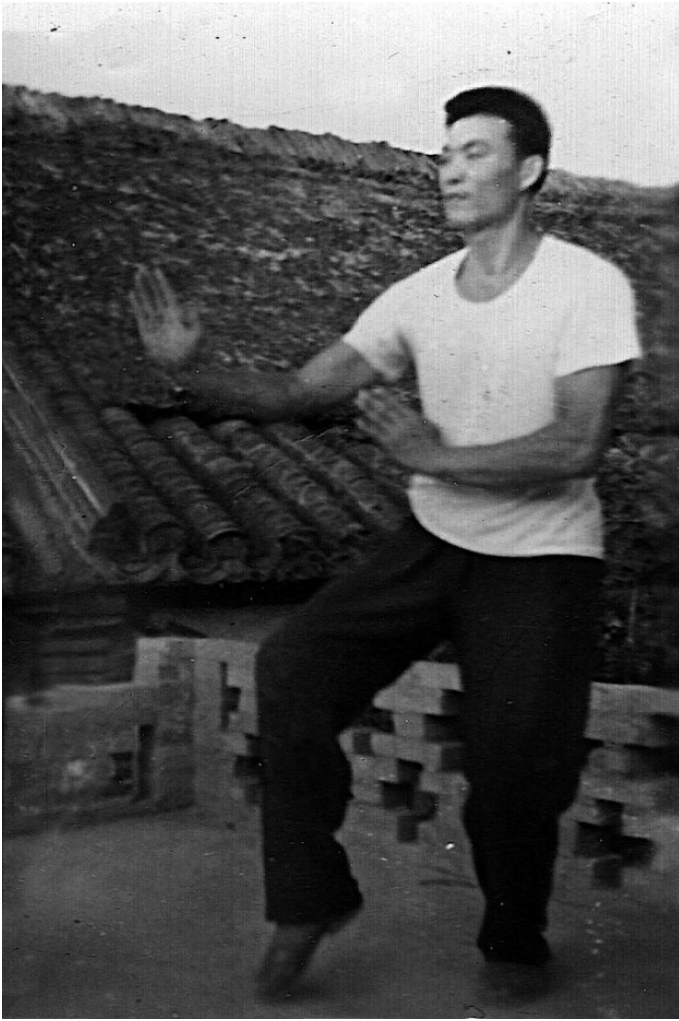


Исполнение таолу “сокрушить и заполнить” деревенским Мастером.

По прошествии некоторого времени первые поколения стиля решили совместить накопленный опыт и объединить все наиболее эффективные техники воедино. Результатом явилась группа форм под общим названием *танлан цзунди* (螳螂總敵) или просто *цзунди* (總敵). Смысл названия *танлан цзун-*

ди переводится как “собрание лучших техник боя для победы над любым врагом” или сокращенно *цзунди* — “собрание [техник] против всех врагов”. Всего было создано четыре формы, где первые три как раз и были объединением различных техник в связки, а четвертая форма делала акцент на бой на земле. Интересно заметить, что в системе боя богомола, до создания *цзунди* существовали боевые комбинации из двух, трех, максимум пяти техник. Формы *цзунди*, как бы стали кульминацией этого процесса развития комбинационного боя и были сгруппированы по принципу “три-пять-семь-девять рук” (三五七九手), что означало дальнейшее развитие комбинационных приемов до семи и даже девяти техник связанных воедино.

В современном мире бокса, борьбы и смешанных единоборств, подобные методы ведения боя весьма популярны. Так например, в самбо и вольной борьбе активно поощряется проведение разнообразных комбинаций приемов. А в дзюдо, хотя и доминирует борьба с акцентом на иппон, то есть чистый бросок с минимальным количеством связующих действий, ведущий к досрочной победе, борцы обычно разучивают разнообразные связки приемов. В боксе также мало приветствуются одиночные удары, а работа сериями наоборот поощряется и считается показателем уровня мастерства. Не стоит забывать, что многие китайские школы боевых искусств XVIII-XIX веков ставили акцент на завершение боя одним или максимум двумя приемами. Таким образом, комбинационные методы ведения рукопашного боя, развитые в *мэйхуа танланмэнь* в то время, были довольно революционным явлением.



В системе боя богомола формы *цзунди* составляли особый, можно сказать секретный раздел, редко известный многим представителям стиля. Только наиболее талантливые, наиболее преданные ученики были посвящены в “*таинства цзунди*”. В то же время, основная масса практикующихся заканчивала процесс обучения стилю после овладения базовыми и основными формами ведения боя системы богомола, что занимало от трех до пяти лет в зависимости от способностей человека. *Цзунди* же обуча-

ли только после семи лет ежедневных занятий под руководством носителя традиции. В результате, формы *цзунди* стали довольно редким явлением и практически исчезли с лица земли. На сегодняшний день, нам удалось найти только одну школу, представители которой еще владеют первыми тремя формами. К сожалению, четвертая форма на сегодняшний день практически утеряна. Остальные же мастера стиля, проживающие в провинциальной глубинке, либо никогда не слышали о *цзунди*, либо владеют отрывочными знаниями в этой области.*



Один из трех «реформаторов танланцюань», Сун Цзыдэ.

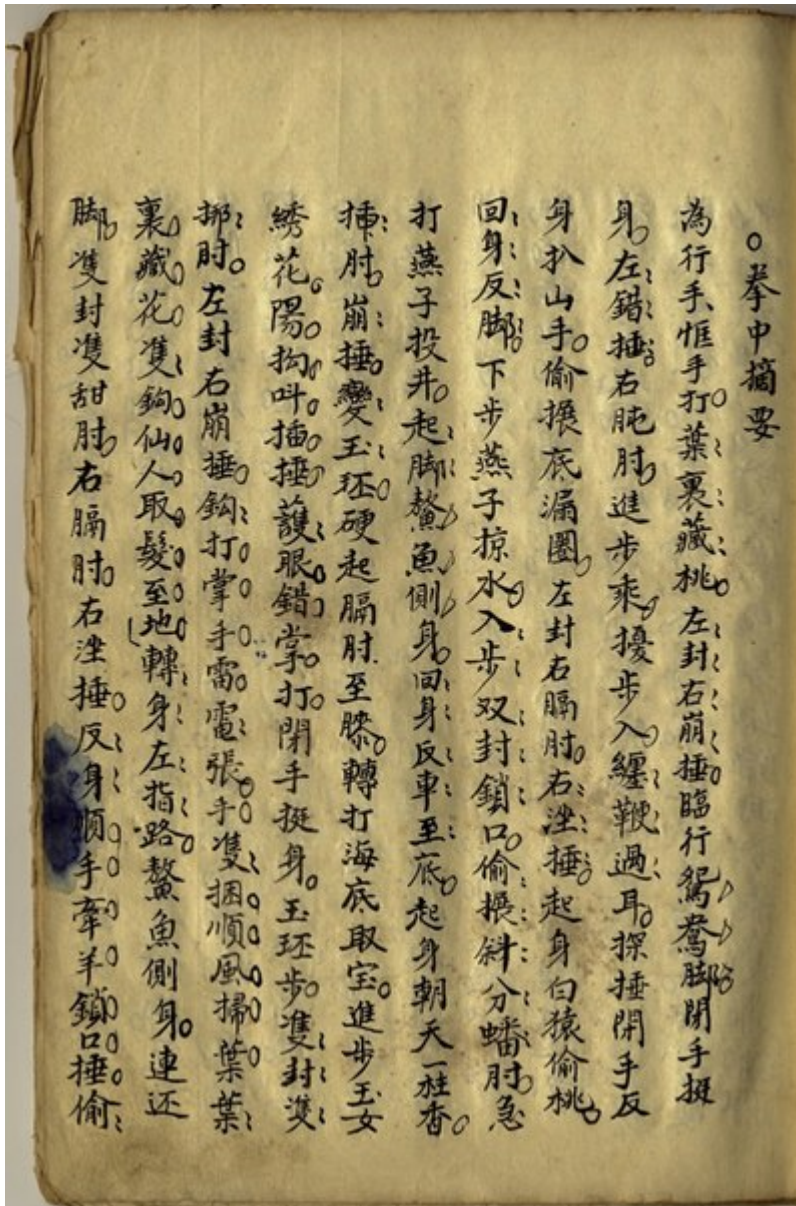
Следующий этап трансформации *цзунди* произошел в конце XIX века, когда великий мастер богомола — Цзян Хуалун (姜化龍, 1855-1924), вместе со своими кровными братьями Ли Даньбаем и Сун Цзыдэ решили изменить название *цзунди* на менее претенциозное *чжайяо* (摘要) — “избранное” (полное название: *цюаньчжун чжайяо* 拳中摘要 или избранные техники боя).



Дом, где жил великий мастер богомола — Цзян Хуалун.

Все три мастера имели серьезный и достаточный опыт в других стилях боевых искусств еще до занятий богомоллом, поэтому результатом их деятельности было объ-

единение лучших техник из всего, что они знали в семь форм, которые являлись квинтэссенцией их стиля богомола, который позже стал известен как “бой богомола великого предела” (тайцзи танланцюань, 太極螳螂拳).



Цюаньчжун чжайяо в семейном кулачном трактате.

Процесс создания семи форм чжайяо занял много лет, что и привело к различным техническим и стилевым вариантам исполнения самих форм, но это уже материал для отдельной статьи.

Краткое описание генезиса классической стойки «серебристого фазана» в системе боя богомола мэйхуатанланмэнь¹³⁹.

*«Если ты знаешь, то считается, что знаешь,
а если не знаешь, то считается, что не знаешь—
в этом и есть мудрость знания.»*¹⁴⁰



Ранней весной погода в уезде Хайян¹⁴¹ становится теплее, благоприятные ветра разгоняют облака и воздух обретает свою особенную, хрустальную чистоту. Наступает пора прогулок по горам. Ведь через два месяца это будет уже почти невозможно: высокая, по пояс трава, в которой, зачастую, теряются и без того почти незаметные тропы, кишит ядовитыми змеями, а сверх того – чудовищная жара заставляют задуматься даже самых отчаянных любителей горных прогулок.

Но вот весной — другое дело. Новая трава еще не выросла, а старая, двухметровая, выгоревшая на солнце, после зимних месяцев лежит на холмах и горах уезда мягким ковром. Что до ядовитых гадов, то они все еще пребывают в глубокой спячке. Словом, все благоприятствует и, порой, нет большего удовольствия, чем вооружившись палкой для ходьбы отправится в горы. Уйти с раннего утра и бродить там до самого вечера в поисках красивых пейзажей, затерянных живописных деревушек, разрушенных даосских кумирен, речушек, озер. Во

¹³⁹ 梅花螳螂门

¹⁴⁰《知之為知之不知為不知是知也》 - Конфуций (551-479 г.г. до. н. э)

¹⁴¹ 海阳

время таких прогулок, иногда сбиваешься с основной тропы и забредаешь в дебри прошлогодней травы. И вот тут, вдруг, из под самых ног, неожиданно, с громким хлопанием крыльев срываются фазаны. Порой один или два, а, зачастую, и небольшими стаями, взмывают они из-под травы и уносятся в низком полете за соседнюю гору.



В современном Китае охота запрещена, как, впрочем, и владение и хранение огнестрельного оружия. Потому всякая дичь чувствует себя в весенних горах привольно и вольготно. Но это не всегда было так.



Предков современных фазанов не только разводили в неволе для красоты и кулинарных изысков, эта птица также являлись желанной добычей для охотников всех мастей, начиная от маньчжурских чиновников и заканчивая бедными крестьянами. Научись стрелять из лука, заведи себе покрепче стрелы и уже не умрешь с голоду. Фазан для китайцев был в недавнем прошлом чрезвычайно популярной птицей. Встретить ее можно было как на обеденном столе, в каче-



стве одного из основных блюд, так и в виде изображения-нашивки, символа чиновничьей степени пятого класса, отличительного знака счастливых, успешно сдавших государственные экзамены и устроившихся на службу.

Фазаньи перья украшали шляпы высокопоставленных маньчжуров и костюмы героев пекинской оперы. В китайской культуре фазан — это символ красоты и удачи, а также один из двенадцати имперских символов, обозначающий литературную изысканность. Изображения фазана являлись одним из важных мотивов как в живописи, так и в росписи фарфора. Никак

не смогли обойти тему фазана стороной и мастера боевых искусств.

Одно из первых исторических упоминаний стойки серебристого фазана можно найти в трактате времен минской династии (1634 или 1659 года) «Трактат о кулачном бое и компиляция кулачных техник»¹⁴², относящегося к учениям шаолиньского монаха-воина Сюаньцзи. Являясь частью так называемых “*передвижений пьяных бессмертных*”, стойка серебристого фазана включала в себя уход с линии «атаки прыжком в сторону, сопровождавший подъем согнутой в колене ближней ноги».



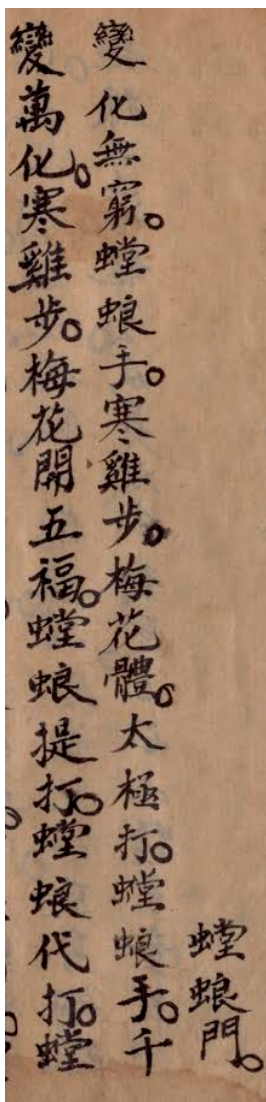
В одном из более поздних трактатов 1789 года, где описываются теория и содержание техники боя «шаолиньского богомола жесткой набивки» — стиля, распространенного на шаньдунском полуострове в середине 1700-х и ставшего, в итоге, одним из трех прото-стилей, вошедших в систему боя богомола, упоминается так называемая стойка фазана или *ецзибу*¹⁴³. Видимо позже, уже при создании трактатов мэйхуатанланмэнь, стойка *ецзибу* была переименована из

¹⁴² 拳经拳法备要

¹⁴³ 野鸡步

просто фазана в серебристого фазана ханьцзибу¹⁴⁴ и прочно вошла в арсенал стиля под этим названием.

В двух, наиболее редких трактатах мастера Лян Сюесяна (1818 — 1903) есть развернутая рифмованная формула, описывающая квинтэссенцию системы боя богомола мэйхуатанланмэнь:



*”В системе боя богомола комбинации бесконечны;
Используй руки богомола,
Передвижения серебристого фазана,
Тело цветка сливы,
И удары великого предела.*

Техники рук богомола постоянно меняются, переходя одна в другую,

И в сочетании с передвижениями серебристого фазана подобны пяти раскрывающимся лепесткам сливы мэйхуа”¹⁴⁵

В другом трактате мастера Лян Сюесяна 1842 года можно найти более сокращенный вариант этих постулатов:

*“Руки богомола,
Передвижения серебристого фазана,
Тело цветка сливы.*

Техники рук богомола постоянно меняются, переходя одна в другую,

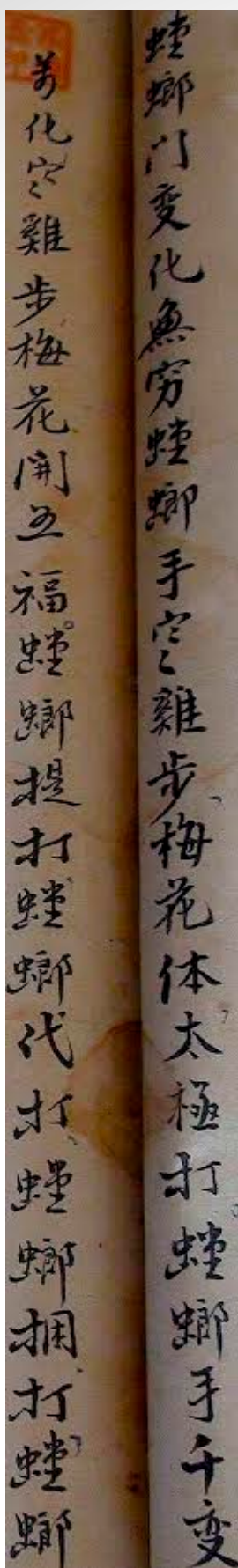
Передвижения серебристого фазана изменяются беспрерывно,

Цветок сливы мэйхуа распускает пять лепестков”¹⁴⁶

¹⁴⁴ 寒鸡步

¹⁴⁵ «螳螂門万化無窮螳螂手寒雞步梅花體太極打螳螂手千變萬化寒雞步梅花開五福»

¹⁴⁶ 螳螂手寒雞步梅花體螳螂手千變萬化寒雞步万化無窮梅花開五福



А уже в устной традиции последнего наследника прямой передачи учения Лян Сюесяна, мастера Линь Танфана (1919 — 2009), сохранившейся до наших дней, приводится третья и наиболее ёмкая версия данной формулы:

”Руки богомола,
Стойка обезьяны и передвижения серебристого фазана,
Тело цветка сливы.
Удары великого предела”¹⁴⁷

Изучая различные стили богомола, нельзя не обратить внимание на эти постулаты, несущие в себе суть древнейшего объяснения системы боя богомола. Также нельзя не задаться простейшим вопросом — что же такое есть передвижения и стойка серебристого фазана, как они выглядели раньше и как выглядят сегодня?

Многие современные мастера стиля скажут вам, что *ханьцибу* это обыкновенная «пустая» стойка *сюйбу*¹⁴⁸, столь популярная как в традиционном, так и в современном ушу. Однако, в системе боя богомола мастера Линь Танфана, практикуемой в одной из деревень уезда Хайян, *ханьцибу* — не просто одна из многих стоек. Это концепция передвижений и одновременно боевая позиция, на которой построена вся система ведения боя богомола. Ниже, мы кратко остановимся на передвижениях серебристого фазана *ханьцибу* — основном смысле этой стойки и истории ее развития.

Годами посещая деревни, затерянные в уездах Хайян, Сися и Лайян¹⁴⁹ шаньдунского полуострова, где все еще практикуется *старая*¹⁵⁰ система боя богомола, становится очевидным, что, вне

¹⁴⁷ 螻螂手猴勢寒鷄步梅花體太極打

¹⁴⁸ 虛步

¹⁴⁹ 海陽, 栖霞, 萊陽

¹⁵⁰ под термином «старая» подразумевается стиль богомола, популярный в XVIII и XIX веках

зависимости от линии передачи, *ханьцзибу* всегда делается в одной, определенной манере, которая напрочь отсутствует в более поздних стилях богомола, широко распространенных в городах Китая. С целью проиллюстрировать этот феномен, мы приводим серию исторических фотографий.

Для нашего удобства фотоматериал отобран по четырем группам, что позволяет наглядно продемонстрировать различные варианты исполнения стойки серебристого фазана как в *мэйхуатанланмэнь*¹⁵¹, так и в других стилях, включая *тайцзитанлан*¹⁵², *мэйхуатайцзитанлан*¹⁵³, *бабутанлан*¹⁵⁴ и *цисинтанлан*¹⁵⁵, которые доминировали в различные исторические периоды развития стиля как в деревне, так и в городе.



Первая группа иллюстраций, относится к наиболее ранним вариантам стойки серебристого фазана. Так, на фото 1 и 2 можно увидеть *ханьцзибу*, практикуемую немногочисленными представителями очень редкого деревенского стиля *мэйхуатанлан*, который дошел до наших дней без особых изменений с конца 1700-х годов. Далее следует историческая фотография мастера Хао Хэнлу (1887 — 1948), сделанная в Харбине в 1919 году, и которую можно считать эталоном данной стойки. Отец и учитель Хао Хэнлу, мастер Хао Ляньжу (ученик Лян Сюесяна и Лян Цзинчуаня) в своем одноименном трактате по богомолу «О сути духа»¹⁵⁶ писал: «Я есть мэйхуатанлан!»¹⁵⁷, тем самым весьма однозначно отождествляя себя со стилем, которым он занимался в конце XIX века. Далее, варианты *ханьцзибу* в исполнении мастеров Линь Танфана и Линь Жуньчжу (фото

¹⁵¹ 梅花螳螂门

¹⁵² 太极螳螂

¹⁵³ 梅花太极螳螂

¹⁵⁴ 八步螳螂

¹⁵⁵ 七星螳螂

¹⁵⁶ Цзиншэнь 精神

¹⁵⁷ 吾是梅花螳螂也

4, 5, 6) передачи Сю Куньшаня, лишь подтверждают аутентичность стилевой особенности, присущей старому *мэйхуатанланмэнь*. Фото 7, 8, 9 иллюстрируют различные направления *мэйхуатанланмэнь*, идущие от учеников Лян Сюесяна, но, к сожалению, только частично сохранившиеся в деревенской глубинке. На фотографии 10, мастер гонконгской (городской) версии *тайцзитанлан*¹⁵⁸ Чжао Чжуси демонстрирует стойку *ханьцзибу*, которая практически не отличается от деревенских вариантов. Далее, на этой известной фото 11, знаменитый популяризатор *цисинтанлан*¹⁵⁹ на юге Китая в 30-х годах прошлого века, мастер Ло Гуанюй демонстрирует *ханьцзибу*, практически идентичную варианту, принятому в *мэйхуатанланмэнь*.

Из всех этих фотографий, отчетливо видно, что старый вариант *ханьцзибу* характеризуется ярко выраженным положением передней ступни перпендикулярно поверхности земли, что переносит практически весь вес тела на опорную ногу. Сама стойка средней высоты и расстояние между ногами сравнительно небольшое. Таким образом, передняя нога «заряжена» для защиты, атаки и передвижений, сама же стойка позволяет легко перемещаться, как вперед-назад, так и в стороны или по диагонали. Также характерно для старого *мэйхуатанланмэнь* присутствие разделения *ханьцзибу* на **две** позиции.

Стационарную — фиксированная стойка серебристого фазана *дин ханьцзибу*¹⁶⁰, используемая для изометрического развития силы мышц, сухожилий, общей устойчивости и тренировки форм. И динамический, шаговый вариант—*хо ханьцзибу*¹⁶¹, к которому относятся три основные вариации: *эрцидэншань ханьцзибу*¹⁶², собственно *ханьцзибу*¹⁶³ и *даньгуа ханьцзибу*¹⁶⁴. Передвижения в динамичной *ханьцзибу* являются основной особенностью стиля и как бы его «торговой маркой», характеризующей **старый** или **деревенский** *мэйхуатанланмэнь*, где бой ведется именно в этой, мобильной стойке серебристого фазана.

¹⁵⁸ относится к старому *мэйхуатанланмэнь*

¹⁵⁹ семизвездного богомола

¹⁶⁰ 定寒鸡步

¹⁶¹ 活寒鸡步

¹⁶² 二级蹬山寒鸡步

¹⁶³ 寒鸡步

¹⁶⁴ 单挂寒鸡步



Вторая группа иллюстраций позволяет нам увидеть *ханьцзибу*, распространенную в более поздних, так называемых **городских** “подвидах” стиля *мэйхуатанланмэнь* 30-х годов XX века. Здесь уже преобладает стойка, более или менее относящаяся к унифицированному варианту, известному под общим названием *сюйбу*¹⁶⁵ или *пустая стойка*. Подобная вариация была широко пропагандирована шанхайской ассоциацией Цзин-у¹⁶⁶ как эталон, принятый в стилях *гошу*¹⁶⁷ или «государственного искусства боя¹⁶⁸». На волне политики самоусиления, гоминьдан начал поддерживать развитие боевых искусств. В 1910 году открылась знаменитая ассоциация Цзин-у в Шанхае, и чуть позже в 1928, Центральная академия боевых искусств в Нанкине¹⁶⁹. В середине 30-х годов филиалы Центральной академии боевых искусств Нанкина были созданы практически во всех уездах провинции Шаньдун. Таким образом, в 1935 году в уезде Лайян, на родине системы богомола, была основана Лайянская Академия боевых искусств *гошу*¹⁷⁰. Директором академии стал ученик мастера Цзян Хуалуна (1855 — 1924) — Ли Куньшань, а его братья по школе Ван Юйшань и Цуй Шоушань были назначены главными инструкторами академии, где и преподавали *тайцзитанлан* — стиль богомола, отпочковавшийся в начале 1900-х от *мэйхуатанланмэнь*. Поскольку новый стиль основывался на **старом** *мэйхуатанланмэнь*, *ханьцзибу* стала одной из преобладающих стоек. Известно, что Ли Куньшань, Ван Юйшань и Цуй Шоушань, как инструкторы академии, в обязательном порядке должны были проходить стажировку в провинциальном филиале нанкинской центральной академии боевых искусств в городе Цзинань, которая являлась центральным органом, диктовавшим правила

¹⁶⁵ 虚步

¹⁶⁶ 精武体育会

¹⁶⁷ 国术

¹⁶⁸ так называли ушу в 1930-х и продолжают до сих пор на Тайване

¹⁶⁹ 南京国术馆

¹⁷⁰ 莱阳国术馆

и порядок обучения *гошу*. Таким образом, *ханьцзибу* также претерпела заметные изменения согласно нанкинским эталонам *сюйбу*: передняя нога в старой стойке серебристого фазана была выдвинута на две ступни вперед и колено опорной ноги развернуто вовнутрь, что полностью поменяло динамику стойки.



Третья группа фотографий относится к следующему этапу модификации *ханьцзибу* в 50-х годах XX века. В это время под эгидой Пекинской федерации ушу проходила активная модификация, унификация и спортизация традиционных боевых искусств. Новый стандарт не только стал базой спортивно-показательного ушу, но и со временем активно повлиял на форму стойки *ханьцзибу* во многих стилях богомола, наиболее подверженных массовому влиянию стандартизованного ушу в городских условиях. В данном варианте *ханьцзибу*, передняя нога расположена далеко впереди и повернута вовнутрь, как бы закрывая пах, а опорная нога очень сильно согнута в колене, делая стойку гораздо ниже.



Следующий и последний этап трансформации стойки серебристого фазана уверенно проходил под влиянием китайского кинематографа, а именно серии фильмов о монастыре Шаолинь, а также и в силу введения единых соревновательных норм спортивно-показательного ушу в начале 1980-х.

Этот этап характеризуется еще более низким вариантом исполнения стойки с широко расставленными ногами. Четвертая группа фотографий весьма наглядно иллюстрирует эти изменения в эволюции *ханьцзибу*.

Таким образом, в течение всего прошлого века, классический, боевой вариант исполнения *ханьцзибу*, доминировавший в деревенских и ранних городских направлениях начиная с XVIII века, был либо забыт, либо претерпел существенные изменения в сторону спортивно-показательного аспекта. Не следует забывать, что процесс трансформации *ханьцзибу*, проходил на фоне политических, социально-экономических и культурных событий, которые не могли не затронуть все слои китайского общества. Однако, благодаря более консервативному отношению к культурным ценностям в китайской глубинке, патриархальному укладу жизни и приверженности вековым традициям деревенские мастера боя богомола уезда Хайян, удаленных от более «революционных» городских центров сохранили **старые** варианты **мэйхуатанланмэнь**, что позволяет нам лучше представить себе, как выглядела система боя богомола более века назад и дает уникальную возможность проследить генезис системы боя богомола на примере стойки “серебристого фазана” с конца 1700-х и до наших дней.

Заветами Желтого Императора, или бегло про оздоровительные системы Китая.



«Сюань-цзан устроился на первой ступени лестницы, тщательно растер палочку туши, отлитую в форме дракона, достал из футляра кисточку и стал писать на куске шелка иероглиф «ци» почерком цаошу, так как неважно себя чувствовал, а, как известно, если смотреть на каллиграфически начертанный иероглиф «ци», любая болезнь постепенно пройдет.»¹⁷¹

¹⁷¹ Коростелева А.А. «Школа в Кармартене»



По узкой улочке хутона постоянно шастает по своим делам местный 老百姓 (местный житель), всякий уличный люд, и тут же наша 老外-ская (иностранная) команда, вольготно рассевшаяся на 折椅 (складной стул со спинкой) прямо посреди дороги. И что приятно, это никого совершенно не беспокоит и не напрягает — ни нас, ни тем более местных. Местным, по моему, все вообще глубоко индифферентно, а нас гораздо сильнее волнует, когда же наша прелюбезнейшая 阿姨 (тётушка) подкинет нам на стол 一笼包子 (порцию баоцзы) — очередную корзинку таких воздушно-нежных, прям с пылу — с жару, свежайших, сочных и ароматных!



Отпрыгав свою утреннюю тренировку в парке, мы, как есть — в мыле и грязюке, уже несколько лет приходим сюда, к этой радушной семье, двое родителей с двумя незамужними дочерьми, а они нас из года в год кормят утренним 馄饨汤 — пельменным супом с дафниями, 稀饭'ю — разваренной кашкой (таки очень полезно для пищеварения!!!), ну и канэчно — баоцзы, постоянными как Великая Китайская Стена, с соусом из перечного масла (辣椒油), уксусом (醋) и битым чесноком (大蒜). Всегда, в любой день нам здесь рады, хоть и приходим поздно вато по здешним меркам, совсем впритык под закрытие, но хозяева нас всегда дождутся, даже если уже других клиентов нет — ведь китайцы всей страной едят в общепринятое время, а мы, в свою очередь, отвечаем им взаимностью, безудержно поглощая их незатейливую улично-дворовую стряпню. Ведь это же так вкусно!!!



Хотя китайская еда, несомненно, уважительная и достойная причина поездки в эту страну, цель наших многолетних и ежегодных турне не совсем гастрономическая. Хотя и можно признать, вполне подходит нам это шуточное стихотворное резюме:

*Люблю повеселиться, особенно — пожрать,
А после начинает от мыслей распирать,
Я мысли на бумагу кладу, как на весы...
Особенно кураж я ловлю от колбасы,
От шашлыка свиного под водочки глоток,
Тогда почти как Гёте я, братцы, молоток!*¹⁷²

¹⁷² Хоакин Д'Алаюе. Эсквайр



Сейчас мы несколько отложим вопросы генезиса собственно ушу, да поговорим, увы, не о еде, а о куда более обширном понятии традиционного уклада Поднебесной — об *Яншэнсюэ* (养生学), «Учении о вскармливании жизни». Понятие это настолько глобально и всеохватывающе, что в нем легко затеряться и утонуть! Кроме понятного и доступного учения о правильном питании (о чем, надеюсь, мы поговорим позднее) с точки зрения сезонности, пяти элементов и прочих иньяней, Учение охватывает, например:

- взаимоотношения между мужчиной и женщиной с точки зрения правильного обмена «энергией» и т.п. (阴阳之术);
- взаимоотношения с окружающим нас Внешним Миром (风水);
- правильное, еще раз подчеркиваю — **правильное и умеренное**, употребление алкоголя (酒术) как квинтэссенции энергии плодов.

Кстати, практически вымершая практика «дышать дымом», пришедшая из шаманизма, формально тоже относится к *Яншэн*, что, на мой взгляд — несколько сомнительно. Хотя не раз и не два встречал у китайских «народных цигунистов» различные обоснования о несомненной пользе 抽烟 (втягивании дыма), и что якобы этим обусловлено почти повсеместное увлечение сигаретами. Так это или не так — вопрос, требующий отдельного изучения, однако в Китае можно встретить великовозрастных дедов, разминающихся в парке с сигаретой в зубах, а в некурящем доме хозяева могут угостить сигаретой и так далее. Начинаешь невольно задумываться — ну и причем тут здоровый образ жизни и пестование долголетия?

В общем, как вы уже догадались, *Яншэнсюэ* охватывает многие, чуть ли не все аспекты культуры и жизни социума (да, да, оздоровительная каллиграфия тоже присутствует!), и никакого здоровья не хватит на его детальное обозрение. Поэтому мы затронем может и не столь значимую, как застолье, но достаточно популярную его составляющую, и хоть и не связанную напрямую с местным «культулом еды», однако затрагивающую тему «питания». Явление же это большинству русскоязычных читателей известно под наименованием *цигун* (气功). И множество людей, занимающихся его различными видами и методами, легко можно встретить утром и вечером в парках Китая.

И зрелище несведущему порой предстает странное: вот идет пожилая женщина, похлопывая себя руками, да как вдруг заорет, пугая незадачливого лаовая. А под этим криком может скрываться разнообразие методов, ведь голос — это некое выражение энергии, когда можно выкриком резким выталкивать из себя негативное, можно разными звуками согласно теории «пяти элементов» (五行) регулировать работу внутренних органов, можно протяжным слогом «А» вводить себя в состояние созерцания, да много чего можно! Идет себе лаовой дальше в парк, и все ему «...страньше и страньше! Всё чудесатее и чудесатее! Всё любопытственнее и любопытственнее!» То движется кто-то плавно подобно реке, кто-то недвижим — уподобившись дереву, а кто-то наоборот — стоит, обняв дерево... Много разного можно увидеть в парках ранним утром.



Ввиду того, что многие отечественные поклонники китайских оздоровительных систем обычно сведения о Китае и его различных культурных аспектах черпают преимущественно из некитаеязычной литературы, а толковые и важные для понимания материалы (а главное — живые носители Традиции) вообще доступны часто лишь на территории самой КНР, давайте немножко затронем вехи истории этого явления...



Из письменных источников и устных наставлений старых Мастеров известно, что до начала XX века, в Поднебесной широко использовались разнообразнейшие термины/названия, в зависимости от среды их возникновения. Например: туна (吐纳), даоинь (导引), синци (行气), ляндань (炼丹, хуаньгун (玄功), нэйгун (内功), сюдао (修道), яншэнгун (养生功), цзингун (静功), дингун (定功), сингун (性功), цзочань (坐禅), нэйянгун (内养功 и др. Все эти названия по большей части не очень знакомы западному читателю. И только в 1934 г. была опубликована книга Дун Хао (董浩) о методах лечения и профилактики легочного туберкулеза «肺癆病特殊疗养法---气功疗法», где был впервые применен новый термин - цигунотерапия.

В 1935 г. издательство «中华书局» выпустило книгу «少林拳秘诀», где также использованы эти два иероглифа



А в 1958 г. врач Лю Гуйчжень (刘贵珍, 1902-1983) издал свой «Курс цигунотерапии» «气功疗法实践», где в рамках, принятых в китайских культуре и традиции, подробно разобрал содержание этого термина. И только тогда он утвердился в качестве официального.



气功療法令人可行
不花錢不費事可以
却病可以強身可以
全生可以延年

劉貴珍

Чтобы как-то структурировать и упорядочить все это многообразие методов и практик в рамках единого понятия, и тем самым уменьшить путаницу в головах занимающихся, в наше время была разработана следующая классификация:

1. оздоровительные методы, позволяющие помогать как себе, так и другим. Некоторые разделяют медицинскую (医家- когда лечишь других людей) и оздоровительную (когда решаешь свои проблемы со здоровьем) практики, однако суть этих методов одна;
2. религиозные практики, причем не только наиболее известные даосские (道家) и буддистские (佛家), но и множество других, так как две вышеупомянутые конфессии — не единственные в Китае как сейчас, так и в прежние исторические периоды;
3. методы прикладной направленности, т.е. методы, которые используются, например, в ушу (武家) или народном цирке.



Все эти классификации, как и любые другие разделения, достаточно условны и относительны.

В Китае говорят: у всего есть свой Путь и Плод, или, иными словами, — Цель определяет Средства ее достижения.

Например, Цели даосизма или буддизма определены догматами этих Учений, и ученику, практикующему Дхарму, упражнения позволяют остановить дискурсивный поток сознания - как посредством однонаправленной концентрации, так и специфичными для этого направления методами.

Занимающемуся боевыми искусствами нужно наработать крепкое, выносливое и быстрое тело, бесстрашный дух, и методы нэйгун позволяют, например, развить сухожильные усилия и достичь изменения скорости восприятия объекта ускорением передачи импульсов нейронами головного мозга.

Часто эти методы путают с цирковыми искусствами, что не совсем правильно. Цель боевых искусств – победить в бою, цель циркового искусства – показать зрелищное представление и этим заработать на жизнь. И во многих случаях

«цирковое ушу и цигун» — это всего лишь мастерство фокуса, а не демонстрация настоящего мастерства цигун. Хотя «цирковое ушу» как раз и произошло от «применимого ушу» в годы гонений на него от монгольской династии ([СМ. СТАТЬЮ](#)). В те времена мастерам боевых искусств приходилось маскироваться под театрализованные представления. И со временем, необходимость зрелищности привела к смещению акцентов в тренинге: от прикладной эффективности в бою - к эффектности шоу для неискушенного зрителя. Ну а как иначе денег-то заработать?!

Причем еще раз хочется обратить внимание, что в глобальном смысле, с точки зрения Старого Китая, эти методы, а также «геомантия» (风水), самосовершенствование с помощью алкоголя (酒术) или сексуальной практики (阴阳之术 и т.д) являют собой всего лишь частный случай Учения Яншэнсюэ (养生学), Учения о Возращении Жизни



С конца XIX и начала XX веков глобальные события в Поднебесной, сопровождавшиеся широким проникновением сведений о западной культуре, подтолкнуло китайскую интеллигенцию (читай - элиту) к общепринятому китайскому подходу заимствования в различных областях знаний и культуры Запада. Для понимания масштабы и глубины охвата этого процесса можно упомянуть разработку лингвистических исследований китайского языка по образцу европейских. Например, «[马氏文通](#)» - фундаментальный, первый систематизирующий грамматику, труд основан на системе описания грамматик ...латыни, где Ма Цзячжун (马建忠) фактически подогнал явления своего языка под европейские схемы.

Также к этому добавился и тотальный слом прежнего образа жизни, конфуцианства и культа императора, как неразрывной составляющей концепции восприятия окружающего мироздания. Таким образом, поворот к западным ценностям и принципам организации государства и общества неизбежно затронул и то, что мы сейчас знаем как «цигун». Кроме того методы, обобщенные сейчас под термином «цигун», начиная с того времени подверглись тесной интеграции с крайне популярными на тот момент на Западе методами психоанализа.

В итоге представителям прогрессивной китайской интеллигенции, стоящим у руля всех этих «Ассоциаций Цзиньбу», «Академии Исследования Гошу», «Общества Чжунъи» удалось сделать то, что не удавалось сделать ни монголам, ни маньчжурам - превратить в боевые искусства и цигун в общенародную и общедоступную физкультуру. Неизвестно, следовали ли тогдашние правители общему поветрию в мире на популяризацию физкультуры и здорового образа жизни, либо они были гениальными государственниками, стремящимися сплотить страну под лозунгом «здоровье нации – сила государства», и одновременно обеспечить страховку новому строящемуся обществу от опасностей, которые в прошлом исходили от носителей традиции боевых искусств.



Одной из причин подмены " старой школы " в то время явилось то, что старые методы делали человека несколько ... асоциальным и независимым от общества и нужд государства. А что нужно "толковому" государственнику? Чтоб гражданин долго жил, был здоров, чтобы мог эффективно работать и создавать материальные блага, платить налоги, да нарожать последующие поколения лояльных граждан. Думаете просто так мудрый Дэн Сяопин (邓小平) сказал – «Тайцзицюань - это хорошо», и вся страна мигом взяла под козырек?...

Все реформы и преобразования старых систем происходили с целью обратить их на благо населения и государства. Изначальные же цели даоинь, нэйгун и других практик были либо отодвинуты на задний план, либо подменены новыми.

Как следствие, большинство преподаваемых в наше время методов «цигун»

представляет собой физкультурно-дыхательные упражнения, разработанные или переработанные уже в XX веке. Они в большинстве своем полезны для здоровья обычного человека, но, как правило, не соответствуют той идее, что ставили перед собой древние системы.



В любом случае, само явление возникло очень давно, в те времена, «когда человечество еще не было отравлено ядом насмешливого скептицизма и не стыдилось простоты своей жизни, простоты и величия обители своей — матери-земли» (Дж.К.Джером). И точкой отсчёта полагают рисунки на бронзовых изделиях эпохи Шан и начала Чжоу, что позволяет китайским исследователям предположить зарождение этих упражнений еще аж до изобретения письменности.

Как и в случае с ушу, это объясняется тем, что для выживания человечеству необходимо было приспособиться к неблагоприятным воздействиям окружающей среды, научиться защищаться от негативных воздействий, развить адаптационные возможности организма. В итоге опытным путем древние китайцы пришли к пониманию, какими способами и методами можно получать пользу для своего здоровья и долголетия, регулируя не только тело, но и сознание, стремясь развить ясность мышления и избежать упадка сил и энергии в старости. Они постепенно переходили от эмпирического знания к осмысленным тренировкам, тем самым в итоге создав то, что нам известно под термином «цигун», используя такие термины для обозначения дыхательных упражнений и «выработки внутреннего усилия Ци», как 吐纳, 内功, 导引, 行气, 炼丹, 养生功, 玄功, 静功, 定功, 内养功, 性功, в зависимости от среды возникновения (религиозной — даосской или буддийской, прикладной для БИ, оздоровительной или медицинской и т.д. и т.п.).



Столкнувшись с необходимостью теоретического обоснования своих методик, истоки *цигун* берут свое начало в различных традициях, в шаманизме и даосизме, буддизме и традиционной медицине древнего Китая. А основы уже традиционной медицины, согласно общепринятой в Китае традиции, восходят непосредственно к Желтому Императору (黃帝), одному из легендарных предков китайской нации, который, как полагают, жил между 2698 и 2598 годами до нашей эры. Но мы то с вами понимаем, что, скорее всего, этот канон составлен значительно позднее, вероятно между третьим и первым веком до нашей эры, и относится периоду Сражающихся Царств (战国时代). А уже по упомянутой в первой части традиции, искусственно «удревнен» путем отсылки к общепри-

знанному авторитету. Сложно сказать, используют ли и в наше время китайские врачи «Трактат Желтого императора о внутреннем» («黄帝内经»). С русскоязычным текстом можно ознакомиться в известном переводе Виноградского издательства «Профит Стайл» от 2007 года, также можно глянуть перевод «素問» в издании «Су вэй, Нэй цзин: трактаты по традиционной китайской медицине» серии «Священные книги Древнего Востока» издательства «Серсон» от 1994 г. Но еще в бытность мою, студентом в 山西省针刀医学会 престарелый лектор Чжан-дайфу частенько сокрушался о тех славных, но уже минувших временах, когда требовалось наизусть заучивать Канон, а то, мол, так и до пациента не допустят! А сейчас в лучшем случае — на полку поставят в кабинете, для солидности! О tempora, o mores!



В любом случае, именно в этом, считающимся основополагающим, тексте заложена фундаментальная концепция *цигун*:

«上工治未病»

«высшее искусство лечения – не допустить болезни»

Есть замечательный хрестоматийный поясняющий пример, когда тело человека с тремя его составляющими уподобляется дверной петле, которой надо пользоваться и вовремя питать — смазывать, и тогда оно прослужит долго в целостности и разумной сохранности. Поэтому и сейчас Врачи Старой Школы начинают лечение не с таблеток и не с иглоукалывания, и даже не с популярного в простонародье массажа-гуаша (刮痧), но — с «питания и поведения». Перестань есть всякую дрянь, не тяни в рот фаст-фуд — а правильно и регулярно питай свое тело, поменяй свой образ жизни, вот прям сейчас возьми и перестань сидеть за компом, встань и походи погуляй, в парк или куда-либо еще, сделай это посто-

янной составляющей своей повседневности и увидишь, как жизнь постепенно заиграет новыми, куда более яркими красками!

Но давайте дальше побежим по реке истории, вернее — по основополагающим письменным источникам. Как указывается в «Летописи искусства» («艺文志») из «Истории Династии Хань» («汉书»), изданной прославленным историком Бань Гу (班固 по прозвищу 孟堅, родоначальник жанра династийных хроник), Трактат (или Канон) о внутреннем состоял на тот момент из восемнадцати разделов, томов или по старинке — свитков (卷). Известный врач и ученый Династии Цзинь Хуан Фуми (皇甫谧, 215-282 нашей эры) сообщает в своей «Азбуке акупунктуры и прижигания» («針灸甲乙經» или полностью «黃帝三部鍼灸甲乙經»):

...Сегодня существуют «Канон иглоукалывания» («針經») и «Простейшие вопросы» («素問»), каждый в девяти томах, что составляет восемнадцать томов «Канона внутренней медицины». (... 今有《針經》九卷《素問》九卷...)



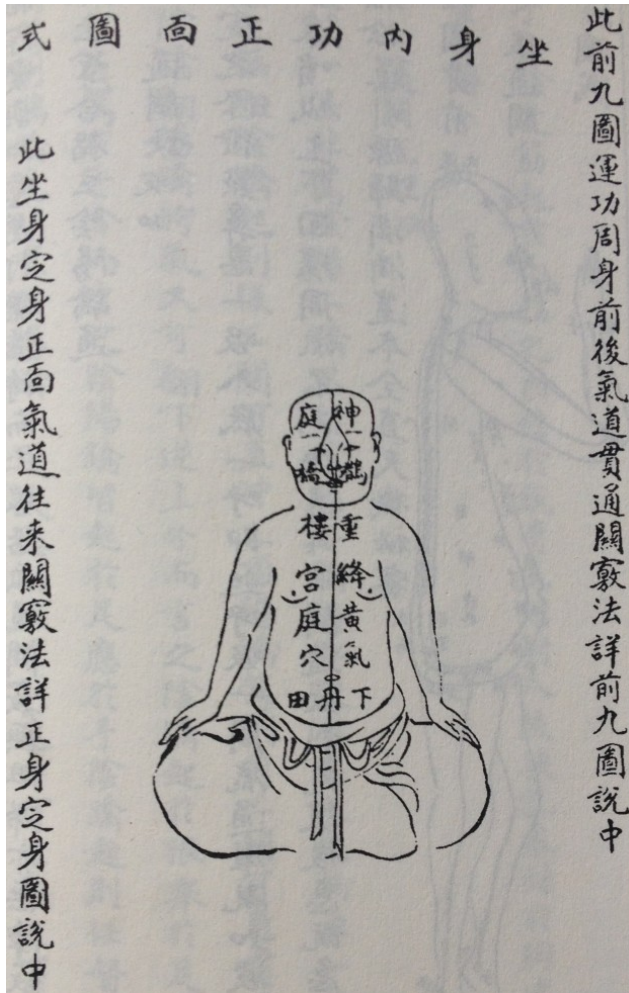
Известный врач времен Суй и Тан, Ян Шаншань (杨上善) по повелению императора Гао Цзуна (高宗) написал уже свое толкование *Канона*, используя для названия философский термин «первоначало качества» (黃帝內經太素). Так как в книге из 30-ти разделов также подробно рассматривались каналы и точки с позиции практики иглоукалывания, длительное время данный трактат был основным учебником по *чженьцзю*.

Другой известный придворный лекарь Танской эпохи Ван Бин (王冰) уделял больше внимания методам оздоровления (养生功) и даосским практикам долголетия, и в течение длительного времени занимался систематизацией этих методов. Углубившись в изучение «Простейших вопросов» и под впечатлением от «Канона о внутреннем», он создал свой комментарий («次注黄帝内经素问» или «重广补注黄帝内经素问») к тексту, объединив «Простейшие вопросы» с «Сутью жизненной силы» («灵枢经» или «九灵针经»), такое название было приведено для второй части «Канона внутренней медицины» в «Летописи литературы» («经籍志») из «Истории Династии Суй» («隋书»).

Если оторваться от перечисления фундаментальных текстов, заглянув в династические хроники, то, например, в истории династии Тан («舊唐書») мы найдем занятное описание танцев заезжими брахманами при дворе императора в 710 году. В тексте рассказывается, как они ходили на руках, танцевали на остриях заточенных мечей и ложились на них спиной, в то время как на их животах стояли музыканты, играющие на инструментах, и все это без каких-либо явных признаков ранения.



Возможно, что эти необычные способности происходят от усердных занятий индийской *йогой* (瑜珈). Однако не совсем правильно ставить знак равенства между *цигун* и *йогой*, поскольку каждая из этих систем прошла собственный путь развития и выработала свой характерный стиль. И совершенно неверно представлять *цигун* как некую «китайскую йогу». Будучи привнесённой в Китай, и, контактируя с *цигуном*, *йога* в любом случае подвергалась его влиянию.



Скорее всего, как индийские искусства передавались с монахами в Китай, так и китайские искусства тоже передавались в Индию. Наверное, поэтому на схемах упражнений для *йоги*, мы можем встретить семь центров человеческого тела, которые в точности совпадают с точками акупунктуры, расположенными в соответствии с теорией каналов традиционной китайской медицины. Возможно это небольшое свидетельство того, что взаимодействие этих двух традиций в итоге обогатило обе. Хотя *цигун* и *йога* являются творениями разных культур, но они разделяют общую цель – сохранение здоровья и продление жизни.

Некоторые важные аспекты теории и практики



*«..каждый, кто умеет считать, может начать отсчет: один, два, три... и
дойти до тысячи, убеждая себя при этом, что каждая единица означа-
ет ушедший год, смену поколений, императоров, даже династий, смещение
звезд с их обычных мест... И все же осмелюсь утверждать: тысяча лет —
это нечто большее, чем сумма прошедших лет. Это настоящая гора времени,
такая огромная, что преодолеть ее не в силах даже самые отважные птицы
нашего воображения. Тысяча лет — это не промежуток между «сейчас» и
«тогда». Это именно «здесь» и «там». Поэтому я буду писать «здесь»...*

*...благородному мужу должно быть ясно, что настоящее всегда гармонично,
нужно лишь дать себе труд прислушаться к этой гармонии, понять ее, а это
возможно, лишь когда человек не пытается все время уйти как можно дальше
«вперед», прочь от самого себя...»¹⁷³*

¹⁷³ Herbert Rosendorfer, «Briefe in die chinesische Vergangenheit»

*Явленный мир состоит из частей
Непостоянство — их главная суть.
Как пены узоры в текущей воде.*



Мы опять куда-то едем... Опять тобой, дорога, сомненья сожжены... Опять бесконечные пыльные грунтовки, опять бесконечные сады да террасы полей и красные черепичные крыши сменяют поочередно друг друга в окне «булки»-бурбухайки... Редкие мотовозы и пейзажи никак не оживляют веками неизменный пейзаж китайской глубинки. Бесцеремонно вырванная на рассвете из уютного мира спальных мешков братия добирает остатки сна, игнорируя тряску, жару и вездесущую пыль. Из окон авто на всю округу протяжно разносится:

...是留在乌鲁木齐难舍的情结。
你象一只飞来飞去的蝴蝶，
在白雪飘飞的季节里摇曳。
忘不了把你搂在怀里的感觉，
比藏在心中那份火热更暖一些...

Древняя, как окружающая действительность, кассетная автомагнитола плохо помогает нашему водиле бороться со сном, и очередная деревня по поисковому маршруту пролетает мимо. Резкая остановка. Задний ход. Все как обычно... Из динамиков вторит все тот же Даолан¹⁷⁴:

...像玫瑰花一样的女人
用你那火火的嘴唇
让我在午夜无休止的消魂
来来来来来来 ...

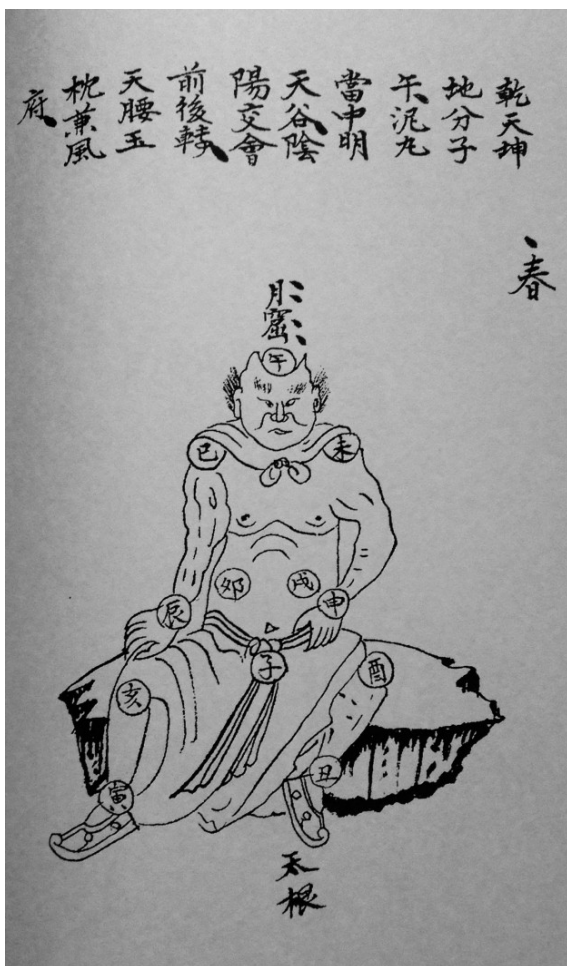
мы действительно приехали.

Именно здесь, в патриархальной глубинке провинциальной деревни еще можно найти оздоровительные методики Старого Китая, что сейчас обобщены термином *цигун*. Именно те крупницы старых знаний, что бережно передавались из поколения в поколение, избежав реформаторских влияний начала и второй половины XX века. Зародившись в Древнем Китае, эти методы оздоровления развились во множество самых разнообразных течений и школ, и, по мнению китайского исследователя Чжан Циня (张勤) из первой больницы при Южном медицинском университете¹⁷⁵, в настоящее время в стране практикуется более трех с половиной тысяч направлений *цигун*! Эти методы вполне обоснованно признаются национальным культурным достоянием¹⁷⁶, как традиционные методы лечения и восстановления здоровья, а также важным средством профилактики.

¹⁷⁴ 刀郎

¹⁷⁵ 南医大一附院

¹⁷⁶ 瑰宝



Как и наш мир, *цигун* зиждется на трех китах, хотя конечно там есть в качестве опоры и большая черепаха... ;) В общем, если коротко, то важными для занимающегося будут т.н. «три регулировки»:

1. **тела** (调身), когда с помощью подбора определенных положений тела можно достичь нужного внутреннего состояния, например, расслабления (放松), создавая условия «для гармонии сердца и дыхания», «правильной циркуляции *ци* и крови в нужном направлении». Благодаря этому мы расслабляем мышцы и связки, нервную и кровеносную системы, восстанавливаем внутренние

органы после усталости или болезни и т.д. И это тот самый начальный этап, когда можно легко получить расхождение в тысячу ли, ошибившись на первом шагу, ведь если «форма неверна, то *ци* не идет в нужном направлении, если *ци* не следует в нужном направлении, то мысли беспокойны, если нет покоя в мыслях то *ци* в беспорядочном состоянии»: «形不正则气不顺, 气不顺则意不宁, 意不宁则气散乱».

2. **дыхания** (调息), путем упорядочивания дыхания (используя 深, 长, 均, 细) можно привести в гармонию *ци*, раскрыть все каналы циркуляции, открывая доступ для *ци* и крови, и тем самым, возможно, раскрывая некие мистические силы и наполненность энергией.

3. **сознания** (调心), можно постепенно прекратить всякое движение мысли, погасить все эмоции и желания, успокоиться, устранить волнение, с тем чтобы ум пришел в состояние покоя, пустоты и легкости.

Кстати, есть еще и другие «три кита» *цигун* — это искренность, постоянство и спокойствие.



В предыдущей части уже говорилось, что до XX века вместо привычного нам термина *цигун* использовались другие разнообразные термины, такие как 导引, 吐纳, 行气, 存神, 修炼, 禅定 и т.д., что способно сбить с толку даже не новичков, поэтому для упрощения ориентирования в системах и методах возникло несколько условных подразделений направлений *цигун*:

1. Разделение на «четыре семьи» — медицинский цигун (医家), даосский (道家), буддистский (佛家) и мордобойно-прикладной (武家). Известная нелюбовь к четверкам, вероятно, повлияла на вариации этой классификации, когда выделяют, например:

а) оздоровительные методы, позволяющие помогать как себе, так и другим. Некоторые разделяют медицинский (когда лечишь других людей) и оздоровительный (когда решаешь свои проблемы со здоровьем), однако суть этих методов — одна.

б) религиозные, что вполне разумно, так как вышеупомянутые конфессии — не единственные в стране как сейчас, так и в прежние исторические периоды.

в) прикладной направленности, методы, которые используются в ушу, народном цирке и т.п.

2. Разделение на «жесткий» (硬) и «мягкий» (软). Часто демонстрацией «жесткого» *цигун* полагают разбивания кирпичей, сгибания копий и прочие подобные демонстрации. Однако раньше это подразумевало и непреклонность в практике, в выполнении сложных физически и психически упражнений. Причем обычно необходимо было соблюдать дополнительные обязательные жесткие вторичные условия режима и образа жизни.



Этот хайянский дедушка и в столетнем возрасте продолжал ежедневно практиковать 硬功 для укрепления тела.

Но эти все и другие, еще не упомянутые здесь классификации и разделения, достаточно условны и относительны. Условное разделение «на семь» основано на концепции «气一元论», и все явления состоят из двух субстанций согласно тезису «精气为物». Но так же у всего есть свой Путь и Плод, т.е. грубо говоря — Цель определяет Средства ее достижения. Цели даосизма или буддизма определены догматами этих Учений, например, практикующему Дхарму упражнения буддийского *цигун* позволяют остановить дискурсивный поток сознания как посредством однонаправленной концентрации, так и специфичными для этого направления акцентами и упражнениями. А для занимающегося боевыми искусствами нужно крепкое и выносливое тело. Однако эти методы часто путают с цирковыми искусствами, что не совсем правильно, ведь во многих

случаях — это просто фокусы, но не демонстрация мастерства *цигун*. Хотя «цирковое ушу» и произошло от «юнфабельного ушу», а именно в годы гонений на него от монгольской династии (см. статью). Тогда мастерам боевых искусств приходилось маскироваться под театрализованные представления, но со временем необходимость зрелищности привела к смещению акцентов в тренинге от прикладной эффективности в бою к эффектности шоу для неискушенного зрителя. Ну, а как же иначе денег-то заработать?!



Мечеглотатель.

Давайте рассмотрим, как делается один из известных трюков фальшивого жесткого цигун:

«Исполнитель стоит в центре площадки, с обнаженным торсом и в тренировочных штанах. Четверо помощников с копьями и арматурой в руках стоят сбоку. Продемонстрировав зрителям копьё и арматуру, исполнитель даёт команду помощникам, и те становятся в определенном порядке. Встав лицом к человеку с копьем, исполнитель упирает наконечник себе в солнечное сплетение, сзади второй помощник упирает арматуру в затылок исполнителю, оставшиеся два помощника упирают наконечники копий в центр спины исполнителя. Далее исполнитель начинает двигать «ци» по телу, четверо помощников медленно начинают прибавлять силу, неожиданно слышится, как исполнитель выкрикивает «хай!», оседает корпусом, напрягает мышцы, помощники разом прилагают силу, и только и видно как копьё и арматура начинают гнуться, исполнитель стоит, и на нем — ни малейшей царапины, за счет внутреннего «ци» он сопротивляется воздействию оружия, а оружие — гнется! Восторги публики не смолкают, раздаётся гром аплодисментов.

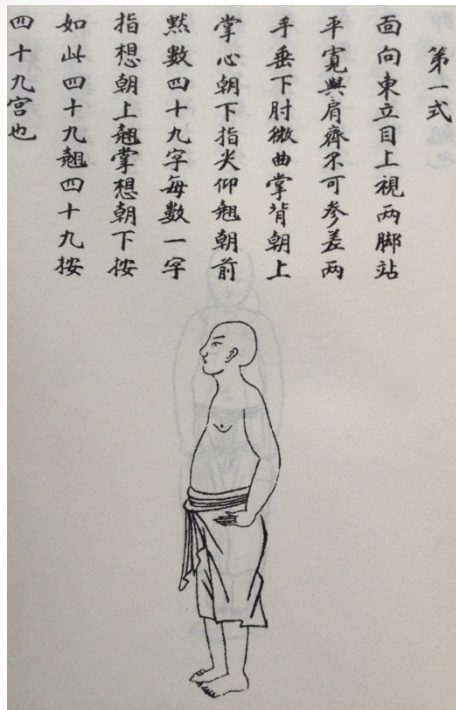
Что творится за кулисами: в инвентаре есть некоторые секреты, рассмотрим его поближе. Копья — это обычные копьё с красными кистями, но наконечники не являются заточенным, они гораздо тупее чем обычно. Древко копьё — ключ ко всему, нужно чтобы они могли скручиваться и расщепляться под нагрузкой. С точки зрения исполнителя, когда один помощник упирает наконечник под солнечное сплетение, а другие два — в спину, и с силой толкают копьё вперед, то первым делом нажимают тупым концом древка вниз, в результате чего усилие идет не на острие наконечника, и тело исполнителя остается в полной безопасности, а древки начинают сильно изгибаться. Таким образом, контакт тела исполнителя с наконечником происходит не по острию, а по его боковой стороне, что, естественно, не может причинить никакого ранения. Арматура — это не совсем обычная стальная арматура. Разбирающиеся в металлургии знают, что если дополнительно отжечь среднюю часть арматуры, то при малейшем усилии она будет там прогибаться. С точки зрения исполнителя: после того, как помощник упирает арматуру в затылок

исполнителю и прилагает силу как копьём, то помощник первым делом нажимает на арматуру вниз, исполнитель одновременно воздействует головой назад, и под воздействием двух усилий отожженная средняя часть арматуры легко прогибается, а помощник еще более толкает вперед, усиливая изгиб и не причиняя никакого вреда исполнителю. Кроме того, так как помощники прилагают силу в противоположных направлениях, то это еще больше облегчает задачу исполнителя.»¹⁷⁷



Уличные актеры демонстрируют стиль обезьяны.

¹⁷⁷ Ян Вэй «Цзиньбу» №7/98, Как делаются трюки фальшивого жесткого цигун



Но оставим фокусы и прочие развлечения страждущим, и рассмотрим кое-что из методов, относящихся к жестким методам. Вот есть нэйгун «二十大勁», который состоит из двенадцати малоамплитудных, изометрических, упражнений. Каждое в отдельности — вполне не сложное как в исполнении, так и в повторении. Но выполнить требуемое количество 49 раз, соблюдая максимальное напряжение всего тела, да без перерыва и отдыха между упражнениями, уже не так просто! Каждое движение необходимо стремиться выполнять с максимальным, предельным усилием. Можно даже сказать — с беспредельным, так как

«только предельное напряжение порождает предельное расслабление». И смысл у «硬» уже заключается в *безжалостности* по отношению к себе, к слабости своего тела. Смысл «硬» в том, что *вопреки всему* заставляя себя продолжать выполнять упражнение даже тогда, когда боль и «огонь» в мышцах, когда тело уже отказывается повиноваться. Но именно тогда намерение (意) ведет ци (气), тем самым в горниле непрерывной работы выплавляя «дух» — 神. Не просто работы, а согласно значению «硬» — *добротной и серьезной*. Делать действительно непросто, как любил говорить один наш практик — лучше пробежать зимой в ОЗК в полной выкладке пятерочку, чем по-нэйгунить эти «二十大勁»!

Даже один раз сделать — тяжело, но вот практиковать-то надо ежедневно от трех до пяти раз в сутки, с раннего утра до позднего вечера, и так в течении трех месяцев. И в этом случае иероглиф «硬» приобретает уже смысл *непреклонность* и *настойчивость*. В Какой-то момент хочется все бросить и на все забыть, но стоит пропустить хотя бы день — не важно по какой причине, по усталости, лени или болезни — все придется начинать сначала! И неважно, сколько тебе осталось до окончания, да хоть один день!



Интересно пересечение временных интервалов в этом нэйгун с современными исследованиями в физиологии. Понятно, что во время изометрической тренировки возникают большие механические нагрузки, приводящие к разрушению миофибрилл в мышечных волокнах. Сперва лизосомы разбирают их в течение трех-четырех дней, а потом новые миофибриллы наполовину синтезируются в течение того же времени, получаем примерно неделю. За две недели мышцы восстанавливаются на 90%, но полное восстановление занимает около 90 дней — собственно весь наш тренировочный цикл.

Но... Как всегда и везде — есть подводные камни. Здесь они начинаются в несоблюдении «трех регулировок», которые упоминались выше. Неправильное положение тела может привести к разным неприятным последствиям или болезням, к сожалению, пришлось наблюдать, как люди разрушали себе суставы в старательном усердии, забывая некоторые тонкие правила и наставления.

Да, *правильное положение тела* — выстраивает в итоге *правильное дыхание*, но отвлеченное сознание может привести к неправильному распределению напряжения, от лопающихся мелких сосудов в глазу до инсульта, как у одного нашего китайского собрата, совсем еще молодого. В общем, страшилок я мог бы вам рассказать массу — благо трактаты под рукой, да и историй было... много и разных. Но мы затронем другой момент. Возможно, что стремясь минимизировать такие потери или наоборот — усилить эффект от упражнений, китайцами в старые времена были сформулированы некоторые общие требования для занимающихся.



Как формировались общие требования — в наше время уже сложно сказать, но в любом случае на них влияли духовные учения древнего Китая — от конфуцианства с легизмом до даосизма с мусульманством. Этот непростой вопрос от-

ложим для отдельной статьи, а сейчас, в рамках вышеупомянутого метода, мы рассмотрим ряд правил, повлиявших на формирование самых общих требований к занимающимся. По мнению китайских исследователей истории цигун, данная практика восходит к буддийским системам, и правила были взяты отсюда. Перечень этот основан на цитате из «*智度论*», который в свою очередь является частью «*Махапарамиташастры*» (大智度論), буддийского канона. Как мы видим, здесь нет никаких требований ни к телу, ни к дыханию, а в основном содержит этические нормы и правила: «一不杀生; 二不盗; 三不淫; 四不妄语; 五不饮酒; 六不坐高大床上; 七不著华璎珞, 不香涂身, 不著香熏衣; 八不自歌舞作乐, 不往观听, 九一日一夜不过中食»

Но, что интересно, в отличие от этого отрывка, в трактате по данному нэйгун на первом месте стоит запрет на употребление алкоголя. Раньше объясняли это потерей осознанности, переизбытком ян (阳), что несет в себе субстрат из зерен или ягод, в новое время — опасностью встраивания алкоголя в метаболизм и т.д.



Кухня в деревенском доме.

Ну, раз уж мы затронули вопрос выпивки, поговорим и о закуске... Питание в течение практики основано на постулате «все имеет один вкус» и характеризуется отсутствием любых сильных вкусов, вызванных специями, отсутствием жиров и тех составляющих, которые могут составлять избыток разных микроэлементов в организме. Такое питание способствует активной психофизической чистке. И, что интересно — это перекликается с традициями шаманизма, например, южно-американского. Однако такое питание не является чисто вегетарианским или веганским, так как определенные растительные продукты считаются недопустимыми. И кстати, есть три овоща, которые считаются «мясом»(например, чеснок). В результате при тренировке из организма человека уходит всё лишнее, и он становится очень восприимчивым к любым внешним и гораздо более тонким, воздействиям. В результате появляется сверхчувствительность и повышается способность восприятия, человек становится, настоль-

ко прозрачен для любых эмоций, реакций и чувств, что какое-то время после способен видеть малейшие изменения, которые происходят как в нем самом, так и в других.



В итоге правильной практики под руководством знающего наставника мы получаем *первоклассный* результат (это еще один смысл для «硬» в рамках этой системы):

- вылечиваются болезни физического тела, которые после не возвращаются;
- улучшается и укрепляется общее эмоциональное состояние;
- может измениться восприятие каких-то вещей, появиться новый взгляд на прошлое, настоящее и будущее, новые ощущения тела и расширение образа мысли.



Благодаря такому опыту перезагрузки восприятия при попытке «сбежать из Матрицы» (возвращению к истоку и перенастройке системных драйверов :) , человек раскрывает дополнительные навыки взаимодействия с миром и, как следствие, получает новые результаты от своей жизнедеятельности. Ведь наша жизнь обусловлена социальными и биологическими программами: найди работу и плати подати, заведи семью и детей, веди себя согласно обычаям и соблюдай законы, откладывай на старость, но в результате регулярной практики типа нэйгун происходит переход на иной качественный уровень знания себя, людей и жизни в целом. Стираются шаблоны мышления и человек, возвращаясь к своему первоначальному естеству, начинает действовать из свойственных ему потенциала ощущений и инстинктов. Он находит решение, получая ответы на вопросы о себе и проблемных ситуациях, обретает внутренний баланс и приучается жить так, как считает нужным для себя самого. В итоге занимающийся становится независимым от социальных, а порой и от биологических, программ. И кое-кто из китайских товарищей именно это считает причиной реформирования методов нэйгун начала и середины XX века.

Краткая история развития древнекитайского однолезвийного поясного меча дао и его роль в системе боя богомола мэйхуа



В старом Китае существовало огромное количество разновидностей холодного, однолезвийного рубяще-режущего оружия под общим наименованием «дао». Известно, что основные виды дао разделялись на три большие группы:

- а) длиннодревковые дао — гуаньдао 关刀 (яньюедао 偃月刀), сянбидао 象鼻刀, пудао 朴刀 и шуаншоудай 双手带;
- б) двуручные дао — дадао 大刀 (каньдао 砍刀), чжаньмадао 斩马刀 и чандао 长刀;

в) поясные дао 佩刀 — чжибэйдао 直背刀, яньмаодао 雁毛刀, водао 倭刀, цицзядао 戚家刀, люедао 柳叶刀, пяньдао 片刀, нювэйдао 牛尾刀, дуаньдао 短刀, шуандао 双刀, наньдао 南刀 (худедао 蝴蝶刀 и худешуандао 蝴蝶双刀).

Исторически, в системе боя богомола мэйхуа (мэйхуа танланмэнь) применялись три разновидности дао из первой и вторых групп: гуаньдао, шуаншудай и нювэйдао. В данной статье мы подробно разберем только последнюю группу, то есть группу поясных дао.

Согласно многочисленным историческим материалам и археологическим исследованиям, в древнем Китае до монгольского завоевания XIII века широко использовалась только одна разновидность поясных дао под общим названием “прямоспинные мечи” (чжибэйдао) или “мечи с железным кольцом” (техуаньдао). ((“Прямоспинные мечи” (чжибэйдао), или “мечи с железным кольцом” (техуаньдао), после экспорта в Японию стали прототипом японских мечей.)) Это был однолезвийный прямой меч с небольшим изгибом ближе к острию и кольцом на ручке. Чжибэйдао по внешнему виду мало отличался от популярного в те времена обоюдоострого меча цзянь.



«Прямоспинный меч» (чжибэйдао), коллекция военного музея, г. Пекин.

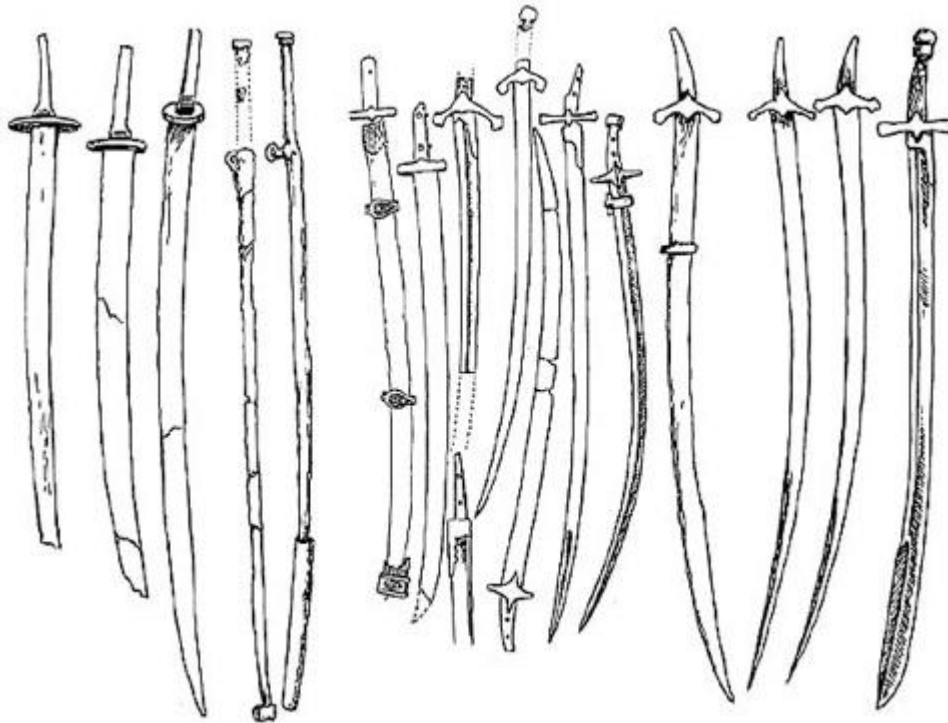


Монгольский

меч

XIII

века



Прори-

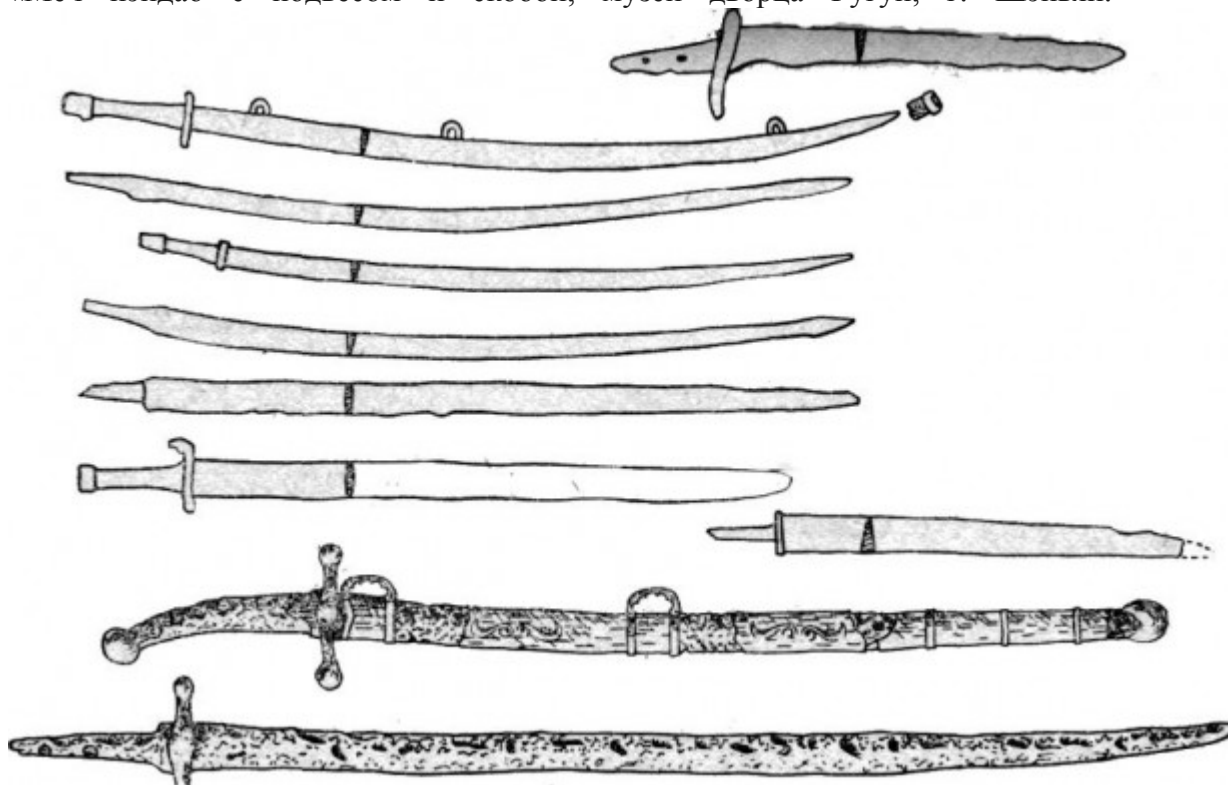
совки однолезвийных мечей времен Чингисхана.

Однако, начиная с Юаньской династии (1271—1368 гг.), под мощным влиянием монгольских военных достижений, технологий изготовления и техник применения меча, в Китае начали превалировать четыре категории однолезвийных мечей под общим названием пэйдао (佩刀, поясной меч с крестовидной или дискообразной гардой). Пэйдао всегда носились на специальном подвесе (ти-

лянгу) из плетеного шнура с особой скобой, прикрепленной к поясу с левой стороны.



«Меч пэйдао с подвесом и скобой, музей дворца Гугун, г. Шэньян.



Угорские сабли VII—IX веков, могильники южного Урала.

Согласно ранней военной традиции, сначала заимствованной монголами у кочевых, в основном алано-болгарских и тюркских племен, проживавших в районе Алтая, Тувы и Урала, а потом развитой маньчжурами, пэйдао носили лезвием вниз, причем с рукоятью меча, направленной назад. ((Ношение пэйдао рукоятью назад было особенностью маньчжуров, хотя надо заметить, что и они иногда носили меч рукоятью вперед.)) Это делалось с целью не мешать луку, который в налуче был приторочен слева. Для того, чтобы выхватить пэйдао из но-

жен, воин левой рукой подбивал ножны назад и вверх, таким образом переворачивая меч лезвием вверх и рукояткой вперед, в идеале одновременно извлекая меч и нанося режущий удар по врагу. Это можно было с легкостью сделать как на скаку, так и в пешем строю.



Маньчжурские офицеры и генералы XVIII и XIX вв, способы выхватывания и ношения меча.

Второй вариант выхватывания пэйдао использовали уже во вне военное время, подбивая ножны назад за спину и выхватывая меч справа из-за спины, но уже лезвием вниз.

Существовал и третий вариант выхватывания лезвием вниз, при котором одновременно с противоположным движением ножен влево назад, меч доставался из ножен, а сами ножны снимались с пояса, позволяя фехтовать как мечом, так и ножнами, потенци-

ально увеличивая техническое превосходство воина.

В Минскую династию (1368—1644 гг.), китайцы практически полностью перешли на использование популярной в те времена круглой гарды японского происхождения в сочетании с традиционными, уже китайско-монгольскими лезвиями и рукоятками. Таким образом сформировалась первая категория поясных однолезвиевых мечей под общим названием «мечи гусиное перо» (яньмаодао). Форма клинка была прямой с постепенным изгибом только в последней трети ближе к острию, что позволяло помимо стандартных рубяще-режущих движений, успешно применять этот меч и как колющее оружие. В связи с этим рукоять также использовалась прямая. На оконечность рукояти был надето квадратное или круглое навершие. В связи со многими историческими и социальными

причинами уже к концу XIII века этот тип меча практически полностью потерял свою популярность среди военных и мастеров боевых искусств. Исключение составляли отдельные школы, где он продолжал использоваться вплоть до нашего времени.



«Меч гусиное перо» (яньмаодао), коллекция автора.

К концу династии Мин и под влиянием японских мечей тати и одати, появилась вторая категория пэйдао, в которую вошли два новых типа клинка. Первый назывался «мечи семьи Ци» (цицзядао), а второй «мечи ивовый лист» (люедао), в эту категорию включались также и «короткие мечи» (дуаньдао). «Мечи семьи Ци» представляли собой несколько укороченный вариант так называемых “мечей подрезающих коня” (чжаньмадао), которые относились к длиннодревковым однолезвиевым, а также длинноклинковым мечам и впоследствии оказали влияние на развитие одного из уставных видов длиннодревковых мечей цинской армии — шуаншоудай. “Мечи подрезающие коня”, известные с начала Сунской династии, широко использовались в многочисленных битвах и сражениях, в основном с единственной целью — отрубить ноги скачущего на полном скаку коня.



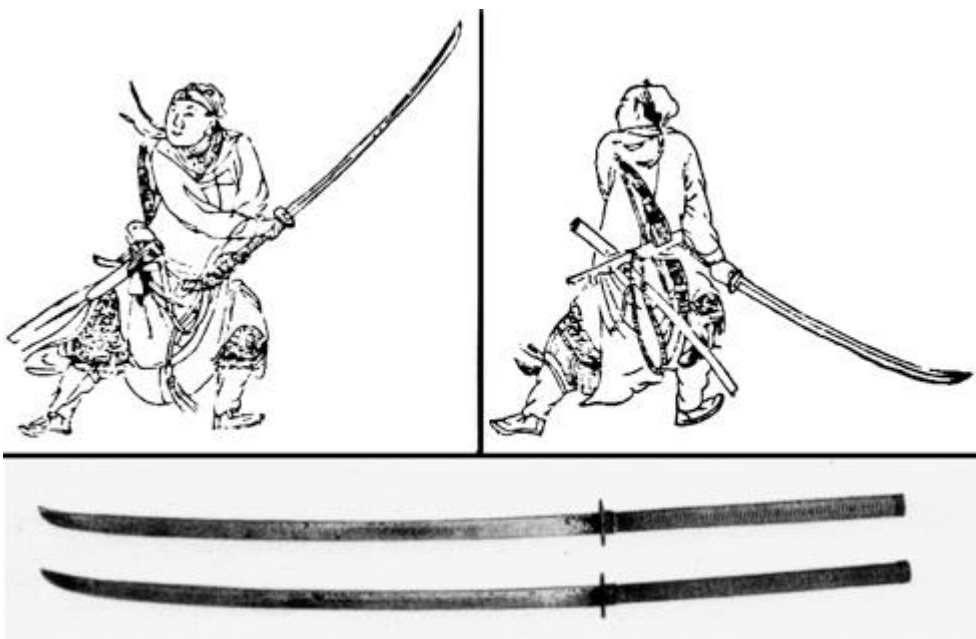
«Меч подрезающий коня» (чжаньмадао), музей маньчжурского дворца Гугун, г. Шэньян.

В дальнейшем великий минский генерал Ци Цзигуан (1528-1588 гг.), вдохновленный эффективностью, практичностью, и, конечно же, эстетической красотой японских клинков, которые использовали его заклятые враги — японские пираты “вокоу”, взял за основу японский тати (китайцы пренебрежитель-

но называли их “мечи лилипутов” водао) и скрестил его с чжаньмадао, создав так называемый «Меч семьи Ци» (цицзядао).



Надо заметить, что оба варианта “водао” и “цицзядао” были весьма популярны в прибрежных районах минского Китая.





«Меч семьи Ци» (цицзядао), коллекция автора.

Второй тип второй категории пэйдао под общим названием «меч ивовый лист» (люедао) отличался изогнутыми рукоятями и довольно узким лезвием, плавно изгибавшимся к острию по всей длине клинка, что являлось практически идеальной формой для широкого использования рубяще-режущих техник верхом и в пешем строю. Известно, что воинственные маньчжуры отдавали предпочтение именно таким мечам люедао.



«Мечи ивовый лист» (люедао), коллекция автора.

Люедао весьма успешно были использованы восьмизнаменными войсками как против самих китайцев, так и против их соседей. Неудивительно, что эта разновидность поясных мечей стала уставной в императорской армии Цинской династии (1644–1912 гг.).

Третья категория пэйдао называлась «рубящие мечи» (пяньдао) и отличалась гораздо более акцентированным изгибом клинка, с целью еще больше увеличить режущую силу этого меча в ближнем бою. Надо заметить, что эти мечи использовались довольно редко.



«Рубящий меч» (пяньдао), коллекция музея маньчжурского дворца Гугун, г. Шэньян.

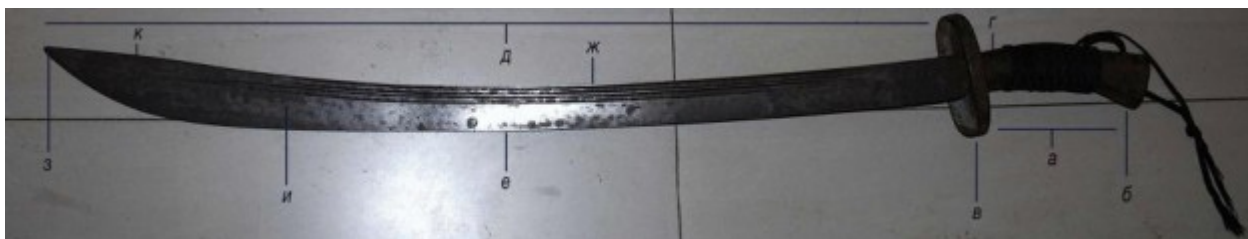
В четвертую категорию входили «мечи коровий хвост» (нювэйдао). Данные пэйдао развились на основе народных широколезвийных мечей и являются модификацией меча «ивовый лист» путем постепенного и равномерного утолщения ширины лезвия к острию, где последняя треть клинка по форме напоминает кисточку коровьего хвоста и ее верхняя часть, называемая елмань, также как и лезвие, остро заточена.

Меч пэйдао, используемый в разделе фехтования системы боя богомола мэйхуа, имеет самоназвание «ланьмэньдао» 拦门刀, что означает «преграждающий врата меч». Это название происходит от классической одноименной формы ланьмэньдао, которая является квинтэссенцией фехтовальных техник системы боя богомола мэйхуа. Стандартная длина всего меча составляет «сань чи сань» (три чи и три цуня) или 101 см, клинок 79-80 см ((для сравнения, средняя длина лезвия японского средневекового тати «водао», изготовленного до 1596 года, была около 80 см, а более поздней катаны уже 60-73 см)). Мечи «ланьмэньдао» ковали из так называемой многослойной псевдо-дамасской стали «хуавэньган», а ножны отделявали черной акульей кожей.



«Преграждающий врата меч» (ланьмэньдао) и ножны (цяо), покрытые черной акульей кожей, коллекция автора.

Если же анализировать ланьмэньдао с точки зрения вышеприведенной классификации согласно форме клинка поясных мечей пэйдао, то он несомненно относится к категории ньюэйдао, хотя и обладает многими признаками люедао, таким образом являясь промежуточным звеном в трансформации официально принятых на вооружение цинской армией мечей люедао в новую категорию мечей ньюэйдао, которые стали популярными в середине 1700-х годов, и изначально используемых преимущественно народными мастерами боевых искусств, деревенским ополчением и повстанцами разных мастей.



Составные части пэйдао на примере «Преграждающего врата меча» (ланьмэньдао):

- а) черен/рукоять — даобин — 刀柄;*
- б) головка/навершие — биншоу — 柄首;*
- в) крестовина/гарда — даопань — 刀盘;*
- г) муфта — даогу — 刀骨;*

- д) клинок — даошэнь — 刀身;
- е) лезвие — даожэнь — 刀刃;
- ж) тупьё — даобэй — 刀背;
- з) остриё — даоцзянь — 刀尖
- и) голомень — даомянь — 刀面;
- к) елмань — даошанжэнь — 刀上刃.



*Цуй Шоушань и его деревенские ученики—мастера боя богомола Тайцзи танланцюань
(Лайян, 30е года XX в.)*

В системе боя богомола мэйхуа есть специальный раздел, посвященный фехтованию мечом пэйдао. Он включает в себя такие формы, как «Цигэцзы», «Пидао», «Ланьмэньдао», «Ечжаньдао», «Хуэйлундао» и др. Эти базовые и

продвинутые формы исполняются, как индивидуально, так и с партнером. Акцент делается на бой с одним или несколькими противниками, вооруженными мечами и копьями. Теоретический аспект данной системы фехтования органично сочетается с системой кулачного боя богомола мэйхуа, являясь его продолжением, но уже с учетом специфики этого вида оружия. С исторической точки зрения, это совершенно бесценный материал, который дошел до наших дней с середины 1700х годов в практически неизменном виде.

Фехтование мечом пэйдао является самодостаточным методом в рамках системы боя богомола мэйхуа, использованным веками для обучения деревенского ополчения и милиции. Простые, но эффективные техники не раз положительно зарекомендовали себя на протяжении трех веков своего существования. Мастера системы боя богомола мэйхуа и их ученики, успешно применяли меч пэйдао против лютых местных бандитов, грозных воинов народного восстания нянь, вооруженных катанами и штыками японских оккупантов.



Существует общепринятое мнение, что в китайских традиционных боевых искусствах сначала обучали кулачному бою и только в конце бою с различными

видами оружия. Однако, в рамках системы боя богомола мэйхуа, старые мастера отдавали предпочтение несколько иному порядку обучения фехтованию мечом ланьмэньдао. Согласно жестким правилам школы, первые шаги к постижению этого немудреного, но очень эффективного искусства самообороны, делались сразу после окончания изучения кулачной базы и являлись необходимым этапом, предшествующим изучению кулачных форм и техник. Одной из важнейших причин была необходимость в кратчайшие сроки обучить, к примеру деревенское ополчение, и быть готовым противостоять любой внешней угрозе, будь то мародерствующие имперские солдаты, профессиональные бандиты или голодные повстанцы, теснимые маньчжурской армией. Все эти военные или около военные элементы, зачастую и как бы мимоходом, сметали с лица земли целые деревни, которые представляли собой родовые кланы и общины, и практически не пользовались никакими правами, тем более правом быть защищенным от внешних врагов, коим зачастую являлось само государство. Руководимые только одним принципом «спасение утопающих есть дело рук самих утопающих», деревенские общины, как могли, пытались обучить всю боеспособную молодежь навыкам элементарного боевого искусства, зачастую приглашая известных мастеров кулачного боя.

Исторически сложилось так, что мастера кулачного боя богомола мэйхуа в основном обучали в этих самых деревнях, поэтому методика преподавания включала строго регламентированные рамки периодизации обучения неопитов. Таким образом обучение ланьмэньдао начиналось очень рано, тем более, что при отсутствии самого меча, его легко было заменить палкой или любым коротким предметом. Сначала изучали короткую форму, состоящую из семи базовых техник «цигэцзы».



Затем, каждая техника отрабатывалась с партнером, вооруженным копьем и мечом. Для этого, в целях безопасности, использовались деревянные мечи, но копья использовали настоящие. После этого, техники отрабатывались, сначала в ограниченном, а в последствии и свободном бою. При этом применялись специальные «мягкие дубины» (жуаньбан), которые делались из бамбуковой балки, вокруг которой обматывался хлопок и все это закреплялось холстяным чехлом. Удар такой «дубиной» был весьма чувствителен, что

позволяло бойцам не терять чувства реальности, но при этом избежать травм. Вес и балансировка «мягкой дубины» также приблизительно соответствовали стальному мечу ланьмэньдао.

Ниже, приводится перевод семи базовых техник ланьмэньдао:

*Увернуться, отрубить,
Рубить сверху и отбить
Подбивать и зацепить
Распороть и вверх рубить.
(шань-кань, пи-до, тяо-гуа, хуа-ляо)*



Изготовление «软棒». Семинар в СПб, 2013 г.

После этого изучалась первая форма «Рубящий меч» (пидао). Форма состояла из десяти наиболее эффективных техник скомбинированных в тридцать движений. Форма «Пидао», как и некоторые кулачные формы, имела две различные начальные техники, целью которых было наработать защиту от верхнего и среднего уровня атаки, и которые позволяли тренировать форму «пидао» в двух вариантах. Эта уникальная в своем роде система различных начальных техник, позволяла ученику глубже понять смысл фехтования и разнообразила арсенал будущего бойца. Следует заметить, что именно базовая форма «пидао» и ее техники были использованы в подготовке китайских армейских спецподразделений «большого меча» (дадаодуэй), которые сыграли немаловажную роль в победе над японскими агрессорами в уезде Хайян провинции Шаньдун.



Список движений формы «Рубящий меч»
(пидао):

1. Начальные руки
2. Меч с первоначальным ударом ладонью
3. Блестящий меч
4. Шаг вперед, меч с ударом ногой
5. Меч возвращающийся дракон
6. Блокирующая позиция, заполняющий плечо и поддерживающий меч
7. Бьющий в пол меч
8. Блестящий меч
9. Шаг вперед, меч с ударом ногой
10. Меч возвращающийся дракон
11. Обнимающий луну перед грудью меч
12. Покрыть колено мечом
13. Блестящий меч
14. Шаг вперед, меч с ударом ногой
15. Меч возвращающийся дракон
16. Блокирующая позиция, заполняющий плечо и поддерживающий меч
17. Бьющий в пол меч
18. Блестящий меч
19. Шаг вперед, меч с ударом ногой
20. Меч возвращающийся дракон
21. Меч капающей воды внутри и снаружи
22. Блестящий меч
23. Шаг вперед, меч с ударом ногой
24. Меч возвращающийся дракон
25. Блокирующая позиция, заполняющий плечо и поддерживающий меч
26. Бьющий в пол меч

27. Блестящий меч
28. Шаг вперед, меч с ударом ногой
29. Меч возвращающийся дракон
30. Рубящий меч и завершающая позиция

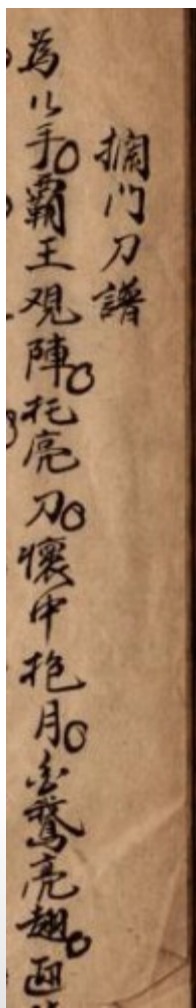


После многих лет обучения, и окончательного овладения кулачными формами и техниками, ученик изучал самую важную форму стиля с названием идентичным собственно мечу — «ланьмэньдао».

Форма «ланьмэньдао» затем нарабатывалась с партнером против копья и меча, по стандартной, вышеуказанной схеме.

Список движений формы «Меч преграждающий врата» (ланьмэньдао):

1. Начальные руки
2. Гегемон осматривает войска
3. Поддерживающий блестящий меч
4. Перехватить меч
5. Обнимающий луну перед грудью меч
6. Меч белого гуся расправляющего крылья
7. Заполняющий плечо меч



8. Перемешивающий сверху меч
9. Пронзающий ребра меч
10. Снежинки покрывают голову
11. Меч капающей воды и каменного жернова
12. Поднять и резать корзину мечом
13. Покрыть колено мечом
14. Использовать как кавалерийский меч
15. Капающая вода
16. Пронзающий ребра меч
17. Перехватить меч
18. Верхний, средний, нижний меч с удари ногами—меч трех мечей
19. Меч капающей воды
20. Плоско пронзить ребра
21. Перехватить меч
22. Меч капающей воды внутри и снаружи
23. Застегнуть и шлифовать справа, меч возвращающийся дракон
24. Защитить впереди и преградить сзади
25. Дух Куэй играет с ковшом ((Дух Куэй, (кит: 魁星 — звезда Куэй) или Дакуэй Фуцзы (великий мастер Куэй) является персонажем китайской мифологии, духом покровителем экзаменационной системы и соратником духа литературы Вэнь Чана. В астрологии, дух Куэй находится в ковше созвездия Большой медведицы. В системе боя богомола это колющее движение мечом внешне напоминает играющего с ковшом духа Куэй.))
26. Меч капающей воды
27. Меч каменного жернова
28. Пронзить ребра мечом
29. Перехватить меч
30. Обнимающий луну перед грудью меч
31. Меч капающей воды и завершающая позиция



Следующим этапом было овладение мастерством владения боя в сумерках и темноте. Для этого изучалась форма с партнером «Меч ночного боя» (ечжань-дао), которую соответственно отработывали, сначала днем, а потом и ночью. Таким образом, сегодня, изучение всех форм фехтования мечом дао в рамках системы боя богомола мэйхуа, не только позволяет овладеть высоко эффективными и проверенными временем техниками, но и действительно прикоснуться к живой истории этой замечательной военной Традиции.

Вместо эпилога

Чтобы Традиция сохранялась в веках — она должна передаваться между поколениями. Для этого мы решили провести серию открытых семинаров, посвященных оружейной технике Старого Китая.

На первом, посвященном именно «ланьмэньдао», семинаре все желающие могли попробовать себя в освоении базовой подготовки ушу, как она проводилась в Старом Китае, натренировать в паре 7 принципов техники меча-дао и выучить первые две дорожки базовой формы Пидао, при этом сохранялась именно старая, традиционная последовательность освоения парной работы от формальных упражнений к свободному поединку с использованием специального снаряжения «инбан» для снижения травматизма, начиная с изготовления этого самого снаряжения и до свободного боя.



Свободный бой с использованием «硬棒»

Общее время семинара составило более 12 часов. Кроме питерских «богомолитов», в семинаре участвовали и приглашенные гости, занимающиеся другими стилями ушу, ибо оружие — объединяет!

Так как традиционно в Старом Китае следующим этапом обучения было освоение техники парной работы дао против копья, следующий семинар будет посвящен технике «Люхэгунь», который по сути является «копьем», и содержит в себе элементы шеста, копья, палицы-цзянь, алебарды-дадао и меча-дао.

Оглавление

Шаньдунские зарисовки - Вместо предисловия.....	1
Пыльными тропами истории: к истокам традиции ушу	20
Небольшое историческое отступление	24
Серая древность	28
От чжурчжэней и монголов до японских пиратов.....	35
От ремесла – к искусству	41
Краткий итог развития ушу династий Юань и Мин	59
Как происходили изменения в ушу	60
Краткое описание генезиса классической стойки «серебристого фазана» в системе боя богомола мэйхуатанланмэнь	68
Заветами Желтого Императора, или бегло про оздоровительные системы Китая.	79
Некоторые важные аспекты теории и практики.....	98
Краткая история развития древнекитайского однолезвийного поясного меча дао и его роль в системе боя богомола мэйхуа.....	115
Вместо эпилога	133