

ГРАНДИОЗНЫЙ МИР

FM



— религии мира —

ДАОСИЗМ

УДК 29
ББК 86.33 (7США)
В73

*Научный редактор Д. И. Михайлов
Консультант Ю. А. Ражев*

Вонг Е.

В73 Даосизм / Ева Вонг. — Пер. с англ. Ю. Бушуевой. — М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001. — 352 с.: ил. — (Грандиозный мир).

ISBN 5-8183-0364-0 (рус.)
ISBN 1-57062-169-1 (англ.)

Эту книгу можно считать путеводителем по духовному континенту даосизма. Погрузившись в нее, вы столкнетесь с событиями истории даосизма, встретитесь с мудрецами, написавшими даосские тексты, познакомитесь с различными школами даосской мысли и получите представление о том, как практикуют даосизм в наши дни.

Для широкого круга читателей.

**УДК 29
ББК 86.33 (7США)**

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© 1997 by Eva Wong
Публикуется по соглашению с
SHAMBHALA PUBLICATIONS, Inc.
(P.O. Box 308, Boston, MA 02115, USA)
и Агентством Александра Корженевского
(Россия)
© Серия, оформление, перевод.
ФАИР-ПРЕСС, 2001

ISBN 5-8183-0364-0 (рус.)
ISBN 1-57062-169-1 (англ.)

ВВЕДЕНИЕ

Многие люди по крайней мере раз в жизни ощущают настоятельную потребность выйти за пределы повседневного мира профанического опыта, чтобы вступить в мир духовности. Путешествия в мир духа нередко переносят нас в некую неизведанную вселенную, с которой мы не соприкасаемся в ходе своего повседневного существования, и позволяют исследовать неведомые области нашего сознания, которые раньше оставались непознанными.

Эту книгу можно считать путеводителем по духовному континенту даосизма. Погрузившись в нее, вы столкнетесь с событиями истории даосизма, встретитесь с мудрецами, написавшими даосские тексты, познакомитесь с различными школами даосской мысли и получите представление о том, как практикуют даосизм в наши дни.

Духовный ландшафт даосизма — это калейдоскоп красок и звуков и одновременно — страна безмолвия и покоя. Она может быть дружелюбной и привлекательной и в то же время суровой и опасной. Открывая эту книгу, вы начинаете странствие по стране даосской духовности. Во время этого путешествия вы увидите шаманов, одетых в звериные шкуры, которые пляшут, ступая по схемам созвездий, чтобы воспарить в небо или спуститься в подземный мир; талисманы с магическими символа-

ми, предназначенные для врачевания, защиты и отпугивания злых духов; людей, сидящих, стоящих и даже спящих в странных позах, людей, культивирующих дыхание жизни и долголетия; красочные гобелены, изображения богов и бессмертных, огромные медные котлы, алтари, уставленные курительными палочками, масляные светильни, в которых теплится неугасимый огонь. Вы увидите нацарапанные на бамбуковых палочках гексаграммы — символы перемен, при помощи которых гадатели интерпретируют модели изменений, происходящих во вселенной; обычных людей, которые ухаживают за больными и стариками, наставляют юных и помогают другим, менее удачливым, чем они сами. Вы услышите громкий звук кимвалов и барабанов, мелодичное пение флейт, человеческие голоса, медленно поющие в ритме ударов, отбиваемых куском дерева. Вы услышите, какое безмолвие царит в зале для медитации, как звучат мягкие шаги монахов по плитам монастырских коридоров, как замирает в шорохе листья одинокий звон колокола. Все это — приметы духовного пейзажа даосизма, учения, насчитывающего не одну тысячу лет, традиции, которая изменяла человеческое сознание и сама менялась под его влиянием.

Итак, эта книга — путеводитель, а путеводитель — это нечто совсем иное, чем учебник или антология переводных текстов.

Во-первых, дело здесь в том, что настоящий путеводитель создается на основе собственного опыта автора, который должен сначала лично посетить описанную им страну. Нельзя написать путеводитель по местам, где сам никогда не бывал. Сведения, содержащиеся в путеводителе, основаны не

только на книжном знании, но и на непосредственном опыте.

Во-вторых, подлинный путеводитель, каким бы подробным он ни был, не претендует на абсолютную объективность. Созерцаемое в известной мере зависит от созерцателя. В этой книге, задуманной как путеводитель по духовному континенту даосизма, я описала то, что сама испытала и испробовала.

В-третьих, настоящий путеводитель также не претендует на исчерпывающую полноту. Любой ландшафт, будь то физический или духовный, в действительности настолько богат и сложен, что никакому описанию его не исчерпать. Цель этой книги — дать вам исходные сведения, которые позволят двинуться в путь. По сути, она представляет собой карту с указанием маршрутов, проходящих по незнакомой территории, но не саму эту территорию.

И наконец, путеводитель информирует путешественников об опасностях, которые могут подстергать их на пути. При всей своей притягательности неизведанная духовная страна таит в себе опасности, о которых путешественник все время должен помнить. Поэтому на протяжении всей книги я указываю, какие из маршрутов по континенту даосизма являются наиболее надежными, а какие — наиболее рискованными.

Книга делится на три части: «История даосизма», «Системы даосизма» и «Даосские практики».

История даосизма

Если вы обращаетесь к какой-либо духовной традиции, вам очень важно знать ее историю и установить связь с ее истоками. Поэтому первая часть книги представляет собой краткий очерк истории даосизма.

Он начинается с рассказа о том, как шаманы Древнего Китая заложили основы даосской мудрости. Несколько тысяч лет назад, еще до появления понятия «дао», на основе которого выросла даосская философия, вожди племен приносили жертвы небу, земле, горам, долинам и рекам, чтобы обновить связь между человечеством и высшими силами. Эти вожди совершали магические движения, которые переносили их в далекие миры, где они обретали знание и мудрость. Некоторые из этих практик все еще сохраняются в даосских религиозных церемониях, в «динамических медитациях» и упражнениях по поддержанию здоровья.

Затем мы перейдем к классическому периоду развития даосизма — отрезку китайской истории с VIII по III век до н. э. В это время жили величайшие философы Китая — Лао-цзы, Конфуций, Хань Фэй-цзы, Чжуан-цзы, Сунь-цзы и Мо-цзы. Эта эпоха дала нам «Дао дэ цзин» с его философией недеяния (у вэй) и гармоничной жизни. «Дао дэ цзин» переводился на иностранные языки чаще, чем любая другая китайская книга; именно по этому произведению многие жители Запада получили свое первое представление о даосизме.

С I по VII век н. э. в истории даосизма произошел интересный поворот: появилась форма даосизма, совмещающая магию и религиозное благочестие. Под влиянием Чжан Даолина, харизматического духовного лидера, даосизм превратился в религию. Потомки Чжана завершили трансформацию даосизма из философии в организованную религию, создав систему ритуалов, литургику и институт священства. Другие даосы, вдохновленные направлением, которое создал Чжан Даолин, а также все разрастаю-

щимся корпусом текстов буддийского канона, собрали большое количество «священных» даосских текстов, утверждая, что эти писания передали людям божества. Эти произведения входят в число древнейших текстов даосского канона.

Если крестьяне следовали за народными религиозными лидерами, вверяя свое благополучие силе талисманов и амулетов, то «средний класс» и аристократию привлекало другое направление даосизма. В конце III века н. э. знатная дама по имени Вэй Хуа-цунь основала даосскую школу Шанцин (Высшая чистота). Адепты этой школы визуализировали образы божеств, взывали к ним по именам, изготавливали талисманы, стремились достичь единения с высшими силами. Хотя это направление даосизма сегодня мало распространено, его влияние прослеживается в современных даосских церемониях и даосских искусствах, предназначенных для поддержания здоровья.

Параллельно развитию мистического даосизма происходило развитие даосской алхимии. Она стремилась к достижению здоровья, долголетия и бессмертия и подразделялась на внешнюю и внутреннюю алхимию. Последователи внешней алхимии полагали, что бессмертия можно достичь, глотая снадобья из определенных минералов и трав. Школа внешней алхимии появилась в III веке н. э., а кульминация ее развития пришлась на VII–VIII века. Внутренняя алхимия, напротив, исходит из того, что прием снадобий из веществ внешнего происхождения не ведет к бессмертию. Адепты этого направления полагают, что долголетия и бессмертия можно достичь, трансформируя тело и сознание изнутри. Истоки внутренней алхимии восходят к III веку н. э. Однако это движение заняло в даосизме подобающее

ему место лишь после упадка внешней алхимии, то есть около X века н. э. Именно даосская алхимия ввела в обиход понятие *ци*, то есть внутренней энергии; благодаря этому направлению даосизм приобрел репутацию учения, которое способствует укреплению здоровья и продлению жизни.

В последней части исторического обзора рассматривается синтез классической даосской философии, внутренней алхимии, буддизма и конфуцианства. К XI веку н. э. даосская алхимия погрязла в трясине эзотерической терминологии и сомнительных практик. Устав от бессодержательного жаргона, понимая, что духовное развитие требует в равной мере физического здоровья и ясности сознания, такие мудрецы, как Ван Чунъян, Чжэнь Сии и Люй Дунбинь, начали проповедовать форму даосизма, которая предполагала совершенствование как тела, так и сознания. Под влиянием конфуцианских представлений об изначальной природе добра и чань-буддийских* техник успокоения ума возник синтез трех философий — конфуцианства, буддизма и даосизма. Эту форму даосизма мы находим в учениях двух главных даосских школ, существующих в наши дни, — школы Совершенной истины (Цюаньчжэнь) и школы Пути неба (Сяньтяньдао)**.

* Чань-буддизм — китайская буддийская школа Чань, ее японский вариант — Дзэн, «дзэн» — японское произношение китайского слова «чань», а «чань» — сокращение от первоначального «чань на» — искаженное произношение санскритского «дхьяна» — медитация. — *Прим. пер.*

**Сяньтяньдао — одна из самых известных китайских синкретических («тайных») религий. Распространена на Тайване и в странах Юго-Восточной Азии среди китайских эмигрантов. В КНР запрещена с 1950-х гг. и в настоящее время действует нелегально. — *Прим. ред.*

Системы даосизма

Во второй части книги рассказывается о различных даосских путях, то есть системах, существующих внутри даосизма. Хотя эти системы иногда называют школами, их учения не исключают друг друга.

Даосская магия, или Путь силы, — это древнейшая из форм даосизма, практикуемых в современную эпоху. Адепт даосской магии призывает и направляет силу природных стихий, духов, бессмертных и божеств. Важную роль в даосской магии играют талисманы: с целью защиты или врачевания материальные предметы можно сделать вместилищем силы. Эта система даосизма известна на Западе меньше всего; ее часто окружает завеса таинственности и непонимания. Кроме того, эта разновидность даосского пути наиболее трудна и сурова.

Даосское гадание, или Путь видения, основано на понимании процессов, протекающих во вселенной, на постижении общих моделей изменений, которые в ней происходят. Астромантия, то есть гадание по небу, основана на астрономических знаниях и наблюдении за Солнцем, Луной и звездами; геомантия основана на изучении Земли и анализе форм рельефа. Даосское гадание опирается на представление о том, что видение и постижение моделей вселенских процессов помогают людям жить в гармонии с изменениями, то есть согласно принципам дао.

Церемониальный даосизм, или Путь набожности, исходит из того, что судьбой человечества управляют высшие силы. Правильно совершая церемонии, человечество вступает в связь с высшими силами, получая от них защиту и благословение.

В церемониальном даосизме проводится четкое разграничение между практикующими адептами и обычными верующими. Если практикующий — это тот, кто обучен проведению церемоний, то верующий — это человек, который доверяет руководителю церемонии представлять его перед лицом высших сил.

Даосская внутренняя алхимия, или Путь трансформации, учит трансформации сознания и тела с целью достижения здоровья, долголетия и бессмертия. В ряду теоретических положений внутренней алхимии главное место занимает представление о том, что внутренняя энергия ци, содержащаяся внутри тела, является основой здоровья. Поэтому даосская внутренняя алхимия учит совершенствованию, накоплению и циркуляции внутренней энергии. Это наиболее опасный из даосских путей.

Даосская школа Действия и воздаяния, то есть Путь праведного действия, ставит в центр внимания накопление заслуг посредством совершения добродетельных поступков. Ее исток лежит в традиционном китайском представлении о том, что добрые поступки вознаграждаются, а безнравственные влекут за собой кару. После распространения в Китае буддизма частью этой формы даосизма стала вера в кармическое воздаяние. Школа Действия и воздаяния превратилась в сложную этическую систему, в которой наградой за высоконравственную жизнь считались здоровье и процветание.

Даосские практики

В третьей части книги идет речь о четырех видах даосских практик: медитации, совершенствовании

тела, священных церемониях и магических искусствах.

Существует много видов даосской медитации; разные школы практикуют различные ее стили. Иногда практикующие по мере прогресса в своем духовном развитии меняют стиль медитации, оставаясь тем не менее в лоне одной школы. Например, в медитации школы Шанцин используется визуализация, которая помогает практикующему достичь мистического единения с божествами. Другой стиль даосской медитации — метод внутреннего созерцания — сильно напоминает медитацию випассана. Для успокоения ума и усмирения эмоций школа Совершенной истины применяет форму «сидения в покое», подобную той, которая используется в чань-буддизме. Кроме того, существуют формы даосской медитации, предназначенные для накопления, культивации и циркуляции внутренней энергии. Эти типы медитации больше всего похожи на кундалини-йогу.

Даосы всегда придавали большое значение физическому здоровью, и это способствовало развитию методов совершенствования тела. Самой известной техникой такой направленности является *цигун*, то есть «работа с энергией». Одни техники цигун представляют собой дыхательные упражнения, другие предполагают массаж разных участков тела, третьи являются статическими позами, подобно позам хатха-йоги, а четвертые позволяют соединить методы циркуляции внутренней энергии с повседневными состояниями тела — сидением, стоянием, ходьбой и даже сном. Другой метод совершенствования тела известен под названием «трансформации сухожилий». Считается, что эту технику впер-

вые применил буддийский патриарх Бодхидхарма в монастыре Шаолинь в IV веке н. э. Эти упражнения предназначены для укрепления и расслабления мышц, сухожилий и связок. Первоначально их использовали буддийские монахи, которые таким образом готовились к долгим сеансам дзадзэна, то есть сидячей медитации. Даосы переняли эти техники, увидев, насколько они способствуют укреплению мышечной и скелетной систем организма. К методам совершенствования тела относятся также внутренние стили боевых искусств, например тайцзицюань и ба гуачжан. Эти комплексы движений предназначены для исправления различных нарушений в организме и призваны способствовать естественной циркуляции внутренней энергии.

Церемонии тоже играют важную роль в даосской практике. Любым даосским церемониям предшествуют особые ритуалы, цель которых заключается в том, чтобы очистить тела и умы участников предстоящего обряда. Во время церемоний даосы воздают почести божествам и обновляют узы, связующие человечество с высшими силами. Церемонии включают пение гимнов, призывание божеств и другие ритуальные действия, в частности танцы и начертание талисманов.

Последняя категория даосских практик — магические искусства. Из форм даосской магии, дошедших до наших дней, наибольшей популярностью пользуется талисманная магия. Ее адепты используют магические символы и слова, начертанные на полосках бумаги, чтобы призывать богов и духов для врачевания и защиты, а также чтобы отгонять вредоносные силы. Подготовка и применение средств талисманной магии требуют не только уме-

ния, но также веры в познанные и непознанные силы вселенной.

* * *

Каждая глава этой книги делится на две части. В первой части непосредственно излагается тема главы, а во второй приводится список рекомендуемой дополнительной литературы, доступной на английском языке, которая поможет вам в дальнейшем изучении даосизма.

Думаю, эта книга достигнет своей цели, если ей удастся возбудить в вас интерес. Она выполнит свое предназначение и в том случае, если, открыв ее, вы поймете, что изучение даосизма вас не привлекает. В этом случае вы можете немедленно отложить книгу в сторону, сэкономив и силы, и время. Но, пожалуй, наилучшим результатом будет, если впечатления, полученные в путешествии по духовному континенту даосизма, принесут вам радость и пользу.

Путешествуя по духовному континенту, как и путешествуя в первый раз по реальной стране, вы должны прежде всего освободиться от заданных ожиданий. Приготовьтесь к тому, что увиденное может вас смутить, восхитить, взволновать, поразить, ошеломить или привести в трепет. Как именно вы отреагируете, заранее предсказать невозможно. Погружаясь в безбрежный океан древней духовной традиции, лучше всего свободно отдаться потоку возникающих у вас мыслей и чувств.

Сведения, содержащиеся в этой книге, нельзя назвать исчерпывающими и не подлежащими переоценке. Ведь невозможно уловить и зафиксиро-

вать все до единой детали духовного ландшафта. Кроме того, я уверена, что по мере знакомства широкой публики с даосизмом будут появляться и более основательные книги на эту тему. А пока я искренне желаю всем своим читателям получить удовольствие от предстоящего им духовного путешествия. Пусть эта книга окажется для вас хорошим советчиком!

Часть первая

ИСТОРИЯ ДАОСИЗМА

Глава 1

ШАМАНСКИЕ ИСТОКИ ДАОСИЗМА

(3000–800 гг. до н. э.)

Пять тысяч лет назад в Северном Китае, на берегах Хуанхэ (Желтой реки), поселилась группа родственных племен. У этих людей еще не появилось чувства национальной идентичности; они не отваживались далеко уходить от берегов реки, прорезавшей пыльное плато. Их ежедневные занятия сводились к охоте, рыбной ловле, заботе о стадах и работе на небольших полях, засеянных пшеницей и просом. Вечером люди собирались у костров и смотрели вверх, на таинственный свод, усеянный неяркими, мерцающими звездами. Время от времени из темноты доносился вой диких зверей, и это напоминало сидящим у огня, как грозные хищники уничтожали их стада. Вспоминали люди и о том, как приходилось спасаться от наводнения, когда бушующая река выходила из берегов, смывая с полей урожай. Но у них были и другие воспоминания: как их вожди преследовали диких зверей и боролись с наводнениями. Необыкновенными способностями обладали эти вожди: они повелевали стихиями, их воле подчинялись реки, а растения и

животные открывали им свои тайны. Предводители племен беседовали с незримыми силами, поднимались на небо и спускались в подземный мир, собирая знания, которые могли помочь соплеменникам. Величайшим из этих вождей был Юй.

Великий Юй

Легенды гласят, что Юй не был простым смертным. Он не имел матери и родился, выйдя прямо из тела своего отца, Гуня. Шунь, предводитель племени, избрал Гуня, чтобы он укротил наводнение. Когда Гунь потерпел неудачу, он был казнен. Брошенный труп Гуня остался лежать на склоне горы. Юй три года пребывал в мертвом теле своего отца. В конце концов Гунь ожил, превратился в бурого медведя, вскрыл себе живот и извлек из него своего сына Юя. Юй тоже немедленно превратился в медведя; говорят, что в течение всей жизни Юй периодически менял обличье, оборачиваясь то медведем, то человеком, а ходил всегда шаркая (это считалось медвежьей походкой). Тысячу лет спустя после легендарных юевых времен, при династии Чжоу, священнослужители, как и в древности, одевались в медвежьи шкуры, рычали и шаркали ногами, ходя магической походкой в честь Великого Юя.

Легенда сообщает, что когда Юй вырос, то завершил труд своего отца. Там, где отец потерпел неудачу, Юю удалось победить, потому что высшие силы вручили ему мифическую «Книгу власти над водами» (Шуй-цзин). Кроме того, Юй часто летал на звезды, где получал наставления от небесных духов. Даосские тексты донесли до нас описание «шагов Юя» (рис. 1.1) — магического танца, бла-

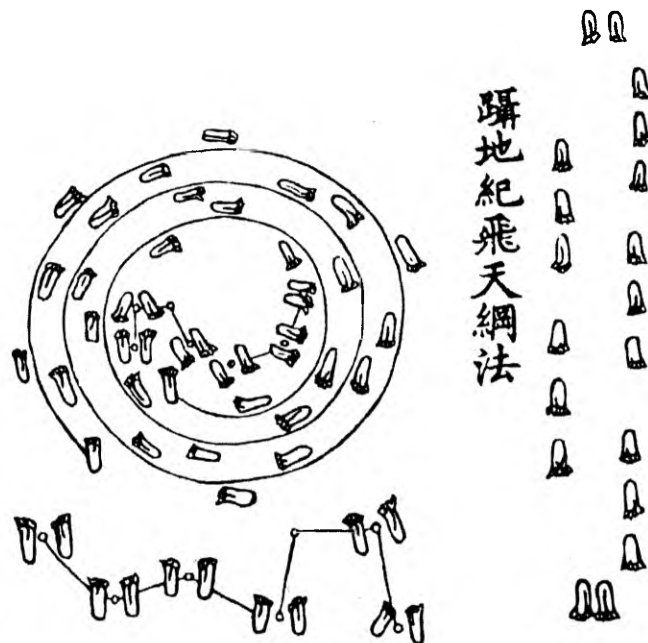


Рис. 1.1. «Шаги Юя». Рисунок из «Тай шан чжу го цзю минь цзун чжэнь би яо» («Истинные тайные основы Высочайшего для помощи нации и спасения народа»). Схема шагов, приведенная справа (так называемые «шаги Небесной лестницы»), использовалась для подъема на небеса. Схема шагов, приведенная внизу, воспроизводит конфигурацию звезд Северного ковша (Большой Медведицы). Предполагалось, что эта схема позволяла попасть на звезды Северного ковша. Спиралевидная схема в верхней левой части рисунка применялась для путешествия на Полярную звезду и звезды Северного ковша. Танцующий начинал с внешней точки спирали и постепенно приближался к центру. Надпись в центре рисунка: «Метод хождения по Земным схемам и полета к Небесной сети»

годаря которому Юй поднимался на небо. Эти движения исполняло много поколений даосских священнослужителей, мистиков и колдунов. В наши дни к «шагам Юя» прибегают также приверженцы внутренних стилей боевых искусств.

Юй умел не только превращаться в зверей; он еще и относился к животным с доверием и пониманием, и в ответ на это они раскрывали ему свои тайны. Когда воды потопа отступили, Юй увидел черепаху, вынырнувшую из реки. На ее панцире был узор так называемых «ба гуа — письмен из реки Ло», описывающих природу изменений, происходящих во вселенной. Эти рисунки легли в основу китайского искусства гадания.

Все способности, которые легенда приписывает Юю, характеризуют его как типичного шамана. В своем классическом исследовании по шаманизму Мирча Элиаде выделяет, в частности, следующие аспекты шаманского опыта: «полет на небеса», «путешествие в подземный мир», магический танец, экстаз, внезапное откровение, знание языка животных, власть над природными стихиями, целительство, знание свойств растений и их использование. В древнекитайском обществе существовала категория людей, которых называли «у» и которые действительно обладали способностями, очень похожими на шаманские, что и позволило Элиаде прямо отождествить этих людей с шаманами.

Юй был «у», то есть шаманом, и жил в обществе, где шаманы играли весьма важную роль. Отец Юя также был шаманом и умел превращаться в медведя. Шунь (царь племени, передавший Юю свой сан за успешное прекращение потопа) тоже являлся шаманом. Считается, что Шунь стал первым человеком, кото-

рый совершил путешествие на небо, научившись этому у дочери своего предшественника Яо.

Шаманизм в Китае после появления письменности

С развитием письменности и оседлого образа жизни древнекитайский шаманизм вступил в новую фазу своей истории. В XII веке до н. э., в начале правления династии Чжоу, цари и знать нанимали шаманов в качестве советников, предсказателей и целителей. Шаманизм институционализировался, и теперь шаманы должны были использовать свои способности уже в служебном порядке. Шаманам, состоящим на службе у государства или у частных лиц, полагалось выполнять определенные функции, и неудача нередко каралась смертью. В исторических записях чжоуских времен сохранилось множество сообщений о неудачливых шаманах. Это наводит на мысль о том, что многие из так называемых шаманов уже не обладали силой Юя. Хотя они одевались в медвежьи шкуры и ходили «походкой Юя», эти официальные шаманы не достигали в танце силы духа-тотема.

Обязанности шамана в эпоху Чжоу

При династии Чжоу шаманы были обязаны вызывать духов, толковать сны и предзнаменования, вызывать дождь, лечить людей и предсказывать будущее по звездам.

1. *Вызывание духов.* Это было основной задачей шаманов в эпоху Чжоу. Шаман приглашал духа посетить мир смертных, предлагая ему свое тело в качестве временного обиталища. Обычно этот обряд начинался с танца, который вводил шамана в

транс и позволял духу войти в тело шамана. Это принципиально отличается от одержимости, поскольку при одержимости дух сначала входит в тело человека, что вызывает транс уже в качестве следствия. Напротив, шаманский транс представляет собой состояние сознания, которое является необходимым условием для вселения духа, а не его результатом. Элиаде рассматривает это как определяющий критерий шаманского опыта, отличающий шаманов от медиумов-окультистов и колдунов, магия которых основана на одержимости.

2. *Толкование снов.* Считалось, что сновидения содержат предзнаменования и являются посланиями духов. Одной из задач шамана было толкование этих посланий. Кроме того, древние китайцы связывали сновидения с шаманскими путешествиями в иные сферы бытия. Шамана, вызывающего душу умершего, называли «повелителем снов». За этим стоит представление о том, что шаман полностью контролирует свои сновидения, которые являются путешествием в другие миры, тогда как сны не шамана, оставаясь посланиями духов, тем не менее не находятся под контролем сновидца.

3. *Толкование предзнаменований.* Еще одной задачей шамана было наблюдать за изменениями в природе и предсказывать ход грядущих событий, определять, насколько благоприятной окажется та или иная деятельность. Поэтому в период Чжоу шаманы были знатоками «Ицзин» (классического древнекитайского труда по гаданию, который также известен как «Книга перемен»), фактически являясь предшественниками гадателей.

4. *Вызывание дождя.* Одной из обязанностей шамана было просить о ниспослании дождя. Частью

этого обряда были пение и пляски. Китайский иероглиф, означающий «дух» (лин), состоит из трех графем. Одна графема имеет значение «дождь», другая (изображающая три рта) — «говорить нараспев, петь, скандировать», а третья — «шаман». Нередко шаман подолгу оставался под палящим солнцем, чтобы собственными страданиями «убедить» высшие силы послать дождь.* Хотя конкретные черты обряда со временем изменились, моление о дожде по-прежнему остается составной частью китайских религиозных ритуалов. В наши дни этот обряд проводят даосские священники.

5. *Лечение.* Лечение больных также относилось к основным задачам шамана. Первоначально, в древнейшие времена, оно входило в обязанности шаманки. По дошедшим до нас сведениям, обряд исцеления требовал, чтобы шаманка взяла в правую руку зеленую змею, а в левую руку — красную и шла в горы собирать травы, которые должны были вернуть больному или умирающему жизнь и здоровье.

Согласно представлениям древних китайцев, болезнь возникает оттого, что в тело человека проникли злые духи; поэтому вполне логично, что задачу исцеления больных возлагали на шамана, который умел общаться с любыми духами — и с добрыми, и со злыми.

* Иероглиф («дух») имеет не только графическую идею, как описано здесь, но и более сложную фоноидеографическую структуру. Графема «шаман» указывает на семантический компонент иероглифа, а его остальная часть («дождь» и три «рта») представляет собой самостоятельный иероглиф со значением «идти» (о дожде) и тем же произношением лин и таким образом указывает на его фонетическую составляющую. Сказанное, однако, не отменяет предложенную автором интерпретацию. — *Прим. ред.*

6. *Астромантия*. В позднечжоускую эпоху астромантия, то есть гадание по небу, пользовалась большой популярностью. Люди верили: если на небесах все благополучно, на земле тоже будут царить гармония, мир и процветание. Чтобы достичь мира и процветания, нужно следовать Небесному пути, то есть воле небес, а чтобы следовать Небесному пути, необходимо истолковать значение небесных явлений. Поэтому придворным шаманам вменялось в обязанность наблюдать за небом и интерпретировать то, что на нем происходит.

Традиция шаманизма в Южном Китае

В эпоху Чжоу шаманизм в наиболее развитых областях страны постепенно пришел в упадок, однако в бассейне реки Янцзы и на юго-восточном побережье Китая по-прежнему сохранялись очаги шаманской культуры (карта Китая приводится в приложении 2). На этих землях располагались три феодальных царства: Чу, У и Юэ.

Царство Чу простиралось вдоль долины Янцзы. Утонченные представители правящих династий севера считали этот регион диким и варварским. Культурные различия между севером (долина Желтой реки) и югом (долина Янцзы) были очень сильны: жители Чу славилась страстностью и эмоциональностью, северяне — сдержанностью и спокойным характером. Если северяне в эпоху развитой письменности отказались от веры в духов земли, то обитатели юга по-прежнему поклонялись силам природы.

Земли У и Юэ, расположенные восточнее, еще дальше отстояли от столбовой дороги чжоуской цивилизации. Шаманы из Юэ по-прежнему прибе-

гали к заклинаниям и мантрам для защиты от злых духов, укрощения диких животных и противоборства с людьми. Кроме того, в царствах У и Юэ в качестве магических предметов использовали талисманы. Впоследствии эти талисманские письмена стали элементом даосской магии и колдовства.

На протяжении всей истории Китая, даже после того, как царства Чу, У и Юэ исчезли в качестве политических образований, их региональные культуры продолжали оказывать влияние на философию, религию и духовные практики в общекитайском контексте.

Наследие шаманизма в даосизме

Наиболее наглядно включение шаманских практик в даосизм проявилось в его религиозном и магическом направлениях, сформировавшихся в эпоху Хань (206 г. до н. э. — 219 г. н. э.). Подобно шаманам из Юэ, даосские маги отгоняли злых духов и лечили больных при помощи заклинаний и талисманов. В практике даосской магии для борьбы со злыми, разрушительными силами по сей день используют воду и зеркала — традиция, восходящая к шаманам Юэ.

«Шаги Юя» и «полеты к звездам» также являются шаманским наследием. Этот аспект шаманизма продолжил свое существование в даосской мистической школе Шанцин, возникшей в IV в. н. э. В нем черпали вдохновение авторы многих сочинений, ставших позднее важной частью даосского канона.

Шаманские «путешествия в подземный мир» также заняли центральное место в даосской магии и мистике. Это произошло благодаря Дунфан Шо — даосу времен династии Хань, который написал путе-

водитель по недрам пяти священных гор Китая. Элементы этих «путешествий» по сей день сохраняются в даосских церемониях: даосы-священнослужители по-прежнему спускаются в подземный мир, приходя на помощь душам умерших, которых захватили в плен злые духи.

Однако еще большее воздействие шаманизм оказал на даосизм через философию Лао-цзы и Чжуан-цзы. Влияние шаманизма на этих философов часто оставляют без внимания, поскольку многие исследователи даосской традиции противопоставляют друг другу «дао цзя» (философский даосизм) и «дао цзяо» (религиозный даосизм). Малоизвестная запись в монументальном историческом труде Сыма Цяня «Исторические записки» «Ши цзи» в биографии Лао-цзы гласит: «Лао-цзы был уроженцем Чу, уезда Фу, деревни Ли». Лао-цзы, основатель даосской философии, жил в обществе, где была сильна шаманская культура. Кроме того, в последнее время ряд видных китайских ученых отмечает сходство языкового строя «Дао дэ цзин» и чуской литературы.

Аналогично дело обстоит и с Чжуан-цзы. В «Анналах Весен и осеней царства Лу» «Лу цзи чунь цю» — летописи периода Весен и осеней (770–476 гг. до н.э.) эпохи Чжоу, созданной в период Воюющих царств (475–221 гг. до н.э.), — говорится, что Чжуан-цзы происходил из области Мэн в царстве Сун, которое являлось вассалом Чу. Это подтверждает и великий историк Сыма Цянь. Он пишет, что Чжуан-цзы был уроженцем Сун — маленького государства, поглощенного царством Чу. В следующей главе мы поговорим о том, каким образом философия Лао-цзы и Чжуан-цзы выросла из шаманской культуры, существовавшей к югу от Янцзы.

Дополнительная литература

Пожалуй, лучшим введением в теорию и практику шаманизма будет книга Майкла Харнера (Michael Harner) «Путь шамана». Харнер сам прошел обучение у шаманов Южной Америки; написанная им книга доступна и понятна даже для людей, ранее не имевших представления о шаманизме.

Для тех, кто захочет побольше узнать о шаманских практиках в различных культурах, наиболее авторитетным источником остается «Шаманизм», классическое исследование, которое написал Мирча Элиаде (Mircea Eliade). Однако в отличие от книги Харнера, где внимание сфокусировано на практике шаманизма, исследование Элиаде является чисто научным.

Самым ярким и пленительным из всех китайских источников является «Чу цы» («Чуские строфы»). Четыре стихотворения в этом сборнике отличает сильный шаманский оттенок: «Девять песен», «Призывание души», «Путешествие вдаль» и «Вопросы к Небу». В стихотворении «Вопросы к Небу» содержатся мифы о Юе. На английском языке существует полный перевод «Чу цы». Он носит заголовок «Песни юга» и выполнен Дэвидом Хоксом (David Hawkes).

Другой перевод стихотворения «Путешествие вдаль» приводится в антологии под названием «Опыт даосизма», которую составила Ливия Кон (Livia Kohn). Я предпочитаю перевод Кон переводу Хокса, поскольку Кон лучше передает настроение оригинала.

Глава 2

КЛАССИЧЕСКИЙ ПЕРИОД (700–220 гг. до н. э.)

Сейчас мы переходим к исторической эпохе. Тысяча лет прошла с тех пор, как Великий Юй ходил своей магической походкой, странствовал среди звезд и спускался в подземный мир. За это время племена, обитавшие на берегах Желтой реки, воздвигли города и превратились в граждан обширной и процветающей империи. Семейства, которые помогли укреплению царской власти, получили в награду земли и титулы. Цари уже не были шаманами; обязанность совершать священные ритуалы легла на плечи профессионалов — придворных шаманов. Сам царь участвовал только в двух наиболее важных церемониях — обрядах «Весеннего сева» и «Вознесения благодарности» за осенний урожай.

Пока император был силен и уверен в себе, феодальная система функционировала исправно. Знать управляла делами на местах и обеспечивала защиту страны от приграничных племен. Соседи-кочевники проникались завистью к богатству чжоуской империи. Однако не все императоры были добросовестными и добродетельными, так что после трех столетий сильного централизованного правления дела у правящей династии пошли плохо.

В 770 г. до н.э. обнаружили признаки распада политических и социальных устоев чжоуской империи. Следующие пятьсот лет народ Китая провел в условиях политического хаоса и гражданской войны. Началом эпохи междоусобных войн стал так называемый период Весен и осеней (770–476 гг. до н. э.), на протяжении которого феодальные властители расширяли территории своих государств путем военных захватов и политических интриг. За этим последовал период Воюющих царств (475–221 гг. до н. э.), когда из множества феодальных государств осталось лишь семь наиболее мощных держав. Период Воюющих царств закончился, когда одно из этих семи государств, Цинь, нанесло поражение своим соперникам и объединило Китай.

На эти пятьсот лет приходится время жизни величайших философов, которых когда-либо знал Китай, а может быть, и весь мир. Тогда жили Конфуций и Мэн-цзы, поборники добродетели, защитники общественного порядка; Мо-цзы, философ вселенской любви и самопожертвования; легист Хань Фэй-цзы; софист Гунсунь Лун; стратег и полководец Сунь-цзы и, наконец, гиганты даосской философии — Лао-цзы, Чжуан-цзы и Ле-цзы.

Этот отрезок истории даосизма известен под названием «классического периода». Его именуют так потому, что в это время были созданы три классических памятника даосизма — трактаты «Лао-цзы» (известный также как «Дао дэ цзин»), «Чжуан-цзы» и «Ле-цзы». Классический период можно разделить на две части — раннюю, которая приходится на период Весен и осеней, и позднюю, совпадающую с периодом Воюющих царств.

Политическая и историческая ситуация в период Весен и осеней (770–476 гг. до н. э.)

Характерной чертой периода Весен и осеней является возвышение полунезависимых феодальных государств. Примерно в 800 г. до н. э. аристократы, получившие титулы и земли за помощь в утверждении династии Чжоу, обрели такую власть, что фактически превратились в мелких царьков. Среди них выделялись пять великих аристократических семейств: Ци, Цинь, Сун, Цзинь и Чу. Их называют Пятью военачальниками периода Весен и осеней.

Эти военачальники ясно осознавали, что сильное государство нельзя построить, опираясь только на военную силу. Дипломатия и искусство управления не менее важны. Но как и где правителю найти сведущих политических советников?

Возникший спрос на советников в политических и военных делах породил новый социальный класс, который явился уникальной особенностью поздне-чжоуской эпохи. Эта категория людей состояла из наемных государственных деятелей и странствующих советников, которые переезжали из одного царства в другое, повсюду предлагая свои услуги. Отныне и обычные граждане могли достичь славы, богатства и власти, которые раньше были доступны лишь наследственной знати. Конечно, политика была опасным делом, поскольку в этой сфере царила сильнейшая конкуренция и процветали интриги. Советник, который еще вчера пользовался благосклонностью правителя, завтра мог впасть в немилость. Хотя многие из этих деятелей стремились лишь к славе и власти, некоторые из них действительно мечтали о создании более гармоничного общества и советовали правите-

лям развивать добродетель и великодушие. Одним из таких людей был Конфуций, другим — Лао-цзы.

Классический даосизм в период Весен и осеней: Лао-цзы и «Дао дэ цзин»

Лао-цзы принято считать основателем даосской философии. Сведения о его личности, дошедшие до нас, так скудны, что ко всему сказанному выше остается добавить очень немного. Философ носил имя Ли Эр, был уроженцем феодального царства Чу, расположенного на юге Китая, и принадлежал к образованным верхам общества. Ли Эр занимал незначительную должность при дворе, служа библиотекарем в императорском архиве. Мы не знаем, по какой причине философ ушел в отставку, но можем предположить, что Лао-цзы, как и Конфуций, разочаровался в феодальных правителях, видя их жестокость и нескончаемые политические интриги. Следующий этап биографии Лао-цзы принадлежит скорее к сфере легенды, нежели к сфере истории: считается, что он обрел некое просветление, прибыл на западную границу страны и исчез (или стал бессмертным). Прежде чем покинуть Китай, он продиктовал зрителю пограничной заставы (так называемому стражу) трактат длиной в пять тысяч слов. Сегодня этот трактат известен как «Дао дэ цзин» или «Лао-цзы», а пресловутым стражем был Вэньши (также известный как Вэнь-цзы), ставший первым учеником Лао-цзы*.

* Начальником пограничной заставы и первым учеником Лао-цзы был Инь Си, прозванный Вэньши — сяньшэн («Господин начала письмен»). Ему приписывается трактат «Гуань Инь-цзы» («Мудрец Инь с заставы»). Другим учеником Лао-цзы считается Вэнь-цзы («Мудрец письмен»), автор трактата «Вэнь-цзы». — *Прим. ред.*

«Дао дэ цзин» является первым даосским текстом. Нет сомнений, что книгу эту писал не один человек. Большинство современных историков и ученых сходятся на том, что «Дао дэ цзин» был создан в период Весен и осеней. Как и в других произведениях этой эпохи, в этой книге обсуждается искусство управления государством и выдвигаются политические альтернативы. В рамках даосизма проповедь неучастия в делах мира появляется только в «Чжуан-цзы» и «Ле-цзы». Даосы «Дао дэ цзин» не были социальными аутсайдерами. Они считали, что настоящий мудрец — это человек, который постиг естественный ход вещей (дао) и живет в гармонии с ним. Следовательно, чтобы изменилось общество, должны измениться составляющие его индивиды, а единственным источником изменения в индивиде может быть лишь следование принципам дао. Это отличает даосизм «Дао дэ цзин» от учения Конфуция. С точки зрения Конфуция, общество будет мирным и гармоничным, если люди в нем соблюдают правильный ритуал и нормы межличностного взаимодействия; природа вселенной при этом не играет никакой роли. Напротив, для даосских философов первостепенную важность имело постижение естественного порядка вещей, поскольку, с их точки зрения, люди могут жить в гармонии, только познав принципы дао.

Учение «Дао дэ цзин»

О дао

Дао — это источник жизни всего сущего. Дао безымянно, невидимо и недоступно обычным способам восприятия. Оно безгранично и неичерпа-

мо, хотя от него зависит существование всех вещей. Скрываясь за изменениями и превращениями, дао является неизменной первоосновой вселенной. Эти идеи впоследствии легли в основу всей даосской философии.

Хотя дао — универсальный источник жизни, оно не является ни духом, ни божеством. В этом даосизм полностью расходится с анимистическими представлениями шаманизма об устройстве вселенной. Небо, земля, реки и горы предстают в «Дао дэ цзин» как часть более великого, единого начала — дао, безличной и безымянной силы, стоящей за деятельностью вселенной.

Тем не менее в «Дао дэ цзин» эта безымянная сила, которой невозможно дать имя, является не совершенно нейтральной, а благой. «Небесное дао приносит всем существам пользу и им не вредит» («Дао дэ цзин», § 81); а раз «Небо следует [законам] дао» («Дао дэ цзин», § 25), мы вправе заключить, что в «Дао дэ цзин» дао трактуется как благая сила.

О мудрости

Некоторые части «Дао дэ цзин» отмечены сильным влиянием шаманской культуры Чу; в частности, это касается мест, где говорится о мудрости и пестовании жизни.

Не следует забывать, что Лао-цзы был уроженцем Чу. Ученики, записавшие его наставления, скорее всего, были уроженцами тех же краев. Учителя-философы периода Весен и осеней редко создавали школы за пределами своих родных царств; большинство их учеников жили в одном городе с наставником или, в крайнем случае, в соседних городах. Вот

почему учеников Конфуция, которые родились, жили и учились в царстве Лу, называли «господами из Лу». Скорее всего, ученики Лао-цзы, как и он сам, были жителями его родного царства — Чу. Поэтому многие китайские ученые утверждают, что корни даосизма следует искать в культуре Южного Китая: ведь и Лао-цзы и Чжуан-цзы были уроженцами Чу, а их последователи — выходцами из той же самой культурной среды.

Мудрец-даос отличался способностями, аналогичными способностям шаманов юевых времен: он был невосприимчив к ядам, знал язык животных, тело его отличалось младенческой мягкостью. Мудрец обладал мощной сексуальной энергией и практиковал различные методы продления жизни. Эти шаманские качества, присущие мудрецу-даосу, и по сей день сохраняются в даосизме как его неизменная черта.

Кроме того, мудрец-даос был также весьма активным членом общества. Даосские мудрецы представляли собой тип идеального правителя. Одно из наиболее знаменитых даосских понятий, которое, однако, очень часто неправильно понимают, — это *у вэй*. Это слово, которое используется для характеристики мудреца и часто переводится как «недеяние», создает впечатление, будто даосские мудрецы «ничего не делали». Это утверждение некорректно и не может быть отнесено ко всем даосам. Для разных даосских философов термин «у вэй» имел разное значение. У *вэй* в «Дао дэ цзин» отличается от *у вэй* в «Чжуан-цзы», а последнее, в свою очередь, отличается от понимания *у вэй* в «Ле-цзы».

В «Дао дэ цзин» у *вэй* — это «следование принципам дао», причем дао-путь является благим на-

чалом. Таким образом, в «Дао дэ цзин» у *вэй* вовсе не означает «ничего неделания»; оно даже не тождественно невмешательству в дела мира, которое проповедуется в «Чжуан-цзы». В «Дао дэ цзин» у *вэй* означает всего лишь отказ от применения силы. Мудрый правитель, который ненавязчивым образом заботится о своих подданных, тем самым тоже практикует у *вэй*. Даосский мудрец, описанный в «Дао дэ цзин», отнюдь не похож на бездельника; он является активным членом общества и вполне подходит на роль царя.

О пестовании жизни

В «Дао дэ цзин» мудрец — это человек, который пестует и культивирует заключенную в нем жизнь. Этот трактат указывает два пути пестования жизни: физические методы и правильный внутренний настрой.

К физическим методам относили дыхательные упражнения, различные позы, которые явились предвестием даосской гимнастики, а также, возможно, техники сохранения и совершенствования сексуальной энергии с целью возвращения молодости и жизненной силы.

Относительно образа жизни и внутреннего настроя «Дао дэ цзин» утверждает, что страсти, привязанность к материальным вещам, а также занятия, которые возбуждают ум, вызывают эмоции, утомляют тело и возбуждают органы чувств, являются вредными для здоровья.

В классическом даосизме на раннем этапе считалось, что человек может активно заниматься политикой без ущерба для своего телесного и душевного здоровья. Опасность возникает, лишь когда

слава и богатство превращаются в объект привязанности и человек теряет чувство меры. «Дао дэ цзин» призывает своих читателей культивировать в себе физические и психические качества мудреца, участвовать в делах человеческого общества, оказывать помощь в ненавязчивой манере, а выполнив свою работу, скромно отойти на задний план.

«Дао дэ цзин» высоко ценит личную силу и качества, характерно присущие шаманам, но не разделяет анимистического мировоззрения шаманизма. Если в глазах шамана миром управляет множество всевозможных духов, то «Дао дэ цзин» говорит нам о первооснове всего сущего — дао, единой силе, которой невозможно дать имя.

Философия «Дао дэ цзин» выросла на духовной почве периода Весен и осеней, при этом, однако, оставаясь плодом чуской культуры. Этот трактат, в котором отброшены шаманские взгляды на устройство мира, но не идея шаманской личной силы, являет собой переход от верований шаманизма к философской системе, в которой присутствует представление о единой природе реальности (дао), о мудрости и о пестовании жизни.

Политическая и историческая ситуация в период Воюющих царств (475–221 гг. до н. э.)

В 475 г. до н. э., на закате периода Весен и осеней, в Китае существовало сорок четыре феодальных государства. В 390 г. до н. э. их число сократилось до семи больших и трех мелких царств; последние служили буферами между своими крупными и могущественными соседями. Территориальная экспан-

сия прекратилась, поскольку в такой ситуации военные захваты предполагали крупную конфронтацию между государствами-«тяжеловесами». Однако, поскольку земли, оставшиеся под управлением династии Чжоу, теперь сократились до размеров небольшого округа, открылась новая политическая перспектива: одно из мощных царств могло покорить своих соперников и установить единое правление на всей территории Китая. Поэтому в период Воюющих царств спрос на искусных государственных деятелей, дипломатов и военных советников был даже выше, чем в период Весен и осеней. Именно в период Воюющих царств жили многие знаменитые китайские философы, в том числе — Мэн-цзы, последователь Конфуция, Мо-цзы, проповедник самопожертвования и вселенской любви, Гунсунь Лун, легендарный Гуйгу-цзы, школа которого дала ряд лучших военных стратегов и дипломатов, а также даосы Чжуан-цзы и Ле-цзы.

Периоду Воюющих царств уже предшествовало более трехсот лет войн и политических конфликтов. Многие люди начали приходить к убеждению, что никакие реформы в правительстве ничего не дадут; повсюду они видели лишь аристократов, рвущихся к власти, и беспринципных министров, которые только и ждали возможности взять верх над соперниками. Мыслители, разочарованные происходящим, не желали участвовать в политических делах, полагая, что погоня за славой и богатством изначально противоречит принципам здоровья и долголетия. Одним из таких людей был Чжуан-цзы, открыто критиковавший всех, кто служит интересам феодальных властителей. Другой даосский философ, Ле-цзы, также пропагандировал неучастие. При этом

оба они видели в социальных условностях злейшего врага свободы и внутренней цельности.

Классический даосизм в период Воюющих царств

Появление Чжуан-цзы и Ле-цзы знаменовало начало нового этапа в развитии даосизма. Классический даосизм периода Воюющих царств имел ряд особенностей, отличавших его от философии «Дао дэ цзин».

Во-первых, теперь прекратились рассуждения о мудрых правителях и идеальном правлении. В глазах людей того времени политика была грязным и опасным занятием, а слава и богатство не стоили того, чтобы жертвовать ради них свободой и долголетием. Даже Желтого императора, наиболее почитаемого персонажа китайской истории, стали называть возмутителем людских умов. Теперь высмеивались все конфуцианские эталоны совершенномудрого правителя типа Яо и Шуня. Все это было крайне непохоже на классический даосизм периода Весен и осеней.

Во-вторых, мудрец в представлении даосов больше не интересовался управлением страной и никому не предлагал свои услуги. В «Дао дэ цзин» мудрец сводит к минимуму желания, ведет простой образ жизни и достигает долголетия, будучи главой государства. В период Воюющих царств даосы — последователи «Чжуан-цзы» и «Ле-цзы» считали, что политическая деятельность и долголетие принципиально несовместимы. Такая трансформация представлений о мудреце повлекла за собой изменения в понимании термина у *вэй*. Теперь у *вэй* означало неучастие, то есть индифферентность. Муд-

рец больше не участвовал в мирских делах и не заботился о них. В то время как другие люди были поработаны стремлением к власти, богатству и социальными нормами поведения, мудрец игнорировал эти ценности, сохраняя полную свободу.

В-третьих, в период Воюющих царств в даосизме появилась совершенно иная концепция дао. Хотя в «Дао дэ цзин» дао не является ни божеством, ни духом, оно обладает благой природой. В «Чжуан-цзы» и «Ле-цзы» это качество исчезает. Даосские философы периода Воюющих царств рассматривают дао как нейтральную силу. Оно по-прежнему остается первоосновой всех вещей, но больше не является благой силой. Кроме того, дао уже не управляет ходом событий; все, что должно случиться, произойдет, и ничему нельзя ни помочь, ни помешать.

И все же, невзирая на все эти отличия, у даосизма периода Воюющих царств много общего с философией «Дао дэ цзин». Дао по-прежнему остается в нем безымянной, лишённой формы первопричиной, которая лежит в основе всего сущего и которую нельзя ни воспринять обычным чувственным путем, ни понять посредством рационального мышления. Человек, постигший природу дао и его действие, является просветленным, то есть мудрецом.

В «Дао дэ цзин» дао рассматривается как начало всего сущего; отсюда следует, что все вещи имеют общее происхождение. В период Воюющих царств этот тезис получил дальнейшее развитие; был сделан вывод о том, что все вещи занимают во вселенной равное положение. Ни одна вещь не является более ценной, чем другая, ни один вид животных (включая и человека) не имеет преимуществ перед другим. В этом заключается знаменитый «прин-

цип уравнивания вещей», впервые сформулированный в «Чжуан-цзы».

Как и в «Дао дэ цзин», описание мудреца в «Чжуан-цзы» и «Ле-цзы» носит несомненно шаманский характер. Мудрец обладает властью над стихиями, знает язык животных, умеет летать по небу и совершает невероятные магические подвиги. Тем не менее авторы «Чжуан-цзы» и «Ле-цзы» отнюдь не симпатизируют «институционализированной» форме шаманизма. Они называют шаманов и заклинателей шарлатанами; на эти отзывы часто ссылаются в доказательство того, что классический даосизм был враждебен шаманам. Однако это прямо противоречит истине: даосских философов возмущали лишь поверхностные формы шаманизма.

В «Чжуан-цзы» и «Ле-цзы» по-прежнему придается особое значение заботе о теле. Как и их собратья периода «Дао дэ цзин», даосы периода Воюющих царств проповедовали простой образ жизни, сопровождаемый минимумом желаний, и считали избыток возбуждения и чувственных удовольствий вредным для тела и духа. Однако наряду с этим в «Чжуан-цзы» и «Ле-цзы» порицаются социальные и культурные нормы. Правила и предписания выступают как препятствие на пути к свободе выражения и мышления и к жизни в гармонии с Дао, или путем естественности.

В конце периода Воюющих царств классический даосизм возвысил голос против лицемерия. В развращенном обществе единственным способом не попасться в сети относительных истин и заведомой лжи было оставаться в стороне от социальной жизни. Поэтому появился альтернативный образ жизни — отшельничество и затворничество, которые в

позднейшие эпохи нередко привлекали не только даосов, но и величайших поэтов и художников Китая. Такое поведение отнюдь не считалось бегством от ответственности; напротив, отшельники сделали символом цельной, полноценной личности, а их образ жизни — выражением человеческой свободы.

Проследив более пятисот лет развития классической даосской философии, мы увидели, что на ранней стадии своей истории даосизм проповедовал преобразования в надежде на создание лучшего общества. В период Воюющих царств даосизм утратил ряд прежних идеалов. Отношение даосов к политике, культуре и социальным нормам становилось все более негативным; одновременно с этим все большее значение приобретали идеалы индивидуальной свободы и пестования жизни. В период поздней Хань (приблизительно III в. н. э.) и при династиях Вэй и Цзинь (IV–V вв. н. э.) даосизм полностью перестал доверять официозу — и в политике, и в культуре, и в социальных вопросах. Но независимо от того, какое настроение преобладало в даосизме — оптимизм или пессимизм, вера в идеалы или разочарование, активность или бегство от жизни, он всегда проповедовал верность естественному дао-пути.

Дополнительная литература

«Дао дэ цзин» много раз переводился на английский язык. Одним из лучших я считаю классический перевод Винцзи Чжана (Wing-tsit Chan), поскольку он передает простоту и ясность оригинала. Перевод Чжана приведен в составленном им

сборнике текстов китайской философии — «Хрестоматии по философии Китая». Эта книга будет полезна также тем людям, которые интересуются китайской философией в целом.

В недавнем прошлом археологи обнаружили в Мавандуе неизвестную версию «Дао дэ цзин», носящую название «Дэдао цзин». Этот текст имеет ряд отличий от стандартной версии, вошедшей в даосский канон. Эти различия интересны, но в целом обе версии создают одинаковое представление о даосизме Лао-цзы. Лучший перевод текста из Мавандуе принадлежит Роберту Хенриксу (Robert Henricks) и озаглавлен «Лао-цзы дэдао цзин».

«Полное собрание сочинений Чжуан-цзы», вышедшее благодаря Бэртону Уотсону (Burton Watson), по сей день остается лучшим переводом на английский трактата «Чжуан-цзы». Помимо того, что этот перевод легко читается, он также выполнен на хорошем научном уровне, но без научной сухости. Мне также нравится, как Уотсон подходит к чтению «Чжуан-цзы» (об этом своем подходе он рассказывает во введении к «Полному собранию сочинений»).

«Ле-цзы» — один из моих любимых даосских текстов. Его земной взгляд на жизнь и его литературный стиль делают это произведение одним из лучших выражений даосского учения. Когда я писала свою книгу «Ле-цзы: даосское руководство по практической жизни», то старалась, чтобы в ней прозвучал голос самого Ле-цзы, как будто древний мудрец обращается к читателю напрямую. Книга Ле-цзы принесет вам подлинное удовольствие, поможет пережить взлеты и падения повседневной жизни.

«Вэнь-цзы» — еще одно даосское произведение этого же периода. Перевод, принадлежащий Томасу

Клири (Thomas Cleary), носит название «Последующее учение Лао-цзы: постижение сокровенного». «Вэнь-цзы» продолжает наследие «Дао дэ цзин». Как и в трактате Лао-цзы, в этой книге речь идет прежде всего о двух вещах: с одной стороны, об искусстве управлять государством, а с другой — о мудрости и пестовании жизни. Прочтите «Дао дэ цзин» до «Вэнь-цзы». Возможно, вам захочется иметь под рукой оба текста, чтобы подвергнуть их сравнению. Перевод «Вэнь-цзы», выполненный Клири, легко читается; он познакомит вас с великим даосским классиком, который до недавнего времени ускользал от внимания западных читателей.

Указанному изменению даосизма способствовало несколько объективных факторов. Основы его были заложены еще в конце периода Воюющих царств и в начале Ранней (Западной) Хань.

После объединения страны под властью династии Цинь потребность в наемных государственных деятелях и странствующих политических советниках исчезла. Династия Хань, пришедшая на смену Цинь, тоже правила единым Китаем. Более того, первые императоры Хань были полны решимости не повторить ошибок династии Чжоу: они укрепили централизованное правление и лишили власти аристократию. Поэтому наемные государственные деятели уже не могли зарабатывать на жизнь, предлагая услуги феодальным властителям. Многие из странствующих политических советников владели искусством поддержания долголетия, врачевания и гадания; в новых условиях, когда консультации по военным и политическим вопросам стали никому не нужны, странствующие философы начали предлагать свои услуги, выступая в ином амплуа — как врачи, гадалки и знатоки искусств продления жизни. Таким образом в периоды Цинь и Ранней Хань возникла уникальная социальная группа, членом которой называли «фан ши», то есть мастерами закланий («masters of formulae»).

В период Ранней Хань фан ши можно было приблизительно разделить на две подгруппы: первая специализировалась на магии, гадании и врачевании, а вторая — на искусствах продления жизни и достижения бессмертия. Средние и высшие слои общества были озабочены достижением долголетия, но крестьяне и вообще представители других, менее благополучных социальных слоев, были к этому

Глава 3

ПРЕВРАЩЕНИЕ ДАОСИЗМА ИЗ ФИЛОСОФИИ В ОРГАНИЗОВАННУЮ РЕЛИГИЮ (20 г. до н. э. — 600 г. н. э.)

Если период Весен и осеней вместе с периодом Воюющих царств был золотым веком даосской философии, то время между началом Восточной Хань (25–219 гг. н. э.) и концом Южных и Северных династий (304–589 гг. н. э.) стала золотым веком даосской религии. В это время даосизм превратился в организованную религию с институтом священства, набором обрядов и писаний и большим количеством последователей.

Истоки религиозного даосизма в период Западной Хань (206–8 гг. до н. э.)

Хотя часто говорят, что превращение даосизма из философии в религию в эпоху Восточной Хань (25–219 гг. н. э.) произошло исключительно благодаря усилиям одного человека — Чжан Даолина, это явное преувеличение. Если бы не исторические условия, способствовавшие такой трансформации, старания Чжан Даолина не увенчались бы успехом.

равнодушны. Их жизнь была настолько жалкой, что долголетие означало бы для них просто продление страданий. Крестьянин желал иного: уверенности в том, что бури и град не уничтожат урожай, а семья его будет достаточно велика, чтобы обработать поле. Фан ши, удовлетворявшие такие запросы, трудились на ниве магии. Их магия называлась талисманной, потому что предполагала использование магических слов и символов для обращения к духам с просьбой об исцелении и защите.

Еще одним фактором, который облегчил трансформацию даосизма из философии в религию, явилась вера в иерархию духов и практика почитания духов путем жертвоприношений. Эту примитивную форму организованной религии поддерживал еще Мо-цзы, более известный своей проповедью всеобщей любви и самопожертвования. В конце периода Воюющих царств последователи Мо-цзы (моисты) разработали систему установлений, описывающих порядок жертвоприношений высшим силам. В период Воюющих царств существовали алтари, посвященные духам — хранителям места, например горного перевала или долины. Кроме того, моисты обучали людей, как проводить служение на алтарях. При династии Хань влияние моистов исчезло, но алтари остались. Таким образом, когда в даосизме стали появляться свои алтари и религиозные лидеры, это было всего лишь продолжением установившейся традиции.

Следующим обстоятельством, способствовавшим превращению даосизма в религию, был упадок обрядов, организуемых государством. При династии Чжоу государственные ритуалы совершали придворные шаманы. Когда шаманы утратили личную силу,

которой обладали в доисторические времена, то больше не могли удовлетворять духовные потребности народа. С течением времени подлинное значение обрядов позабылось, религиозные празднества выродились просто в торжества, лишённые духовной ценности. Последний удар по государственным ритуалам нанесли первые императоры Хань, которые решили поддерживать даосизм. Государственные шаманы сошли со сцены, а их место при дворе и в знатных семействах заняли маги фан ши.

Благодаря исчезновению придворных шаманов и прекращению традиционных церемоний в эпоху Хань религиозный даосизм смог получить развитие и укрепиться в качестве организованной религии со своими собственными церемониями. Появившись в период Восточной Хань (25–219 гг. н. э.), он достиг наивысшего расцвета при династиях Вэй (220–265 гг. н. э.), Цзинь (265–420 гг. н. э.), а также в период Южных и Северных династий (304–589 гг. н. э.).

Превращение даосизма в организованную религию: эпоха Восточной Хань (25–219 гг. н. э.)

В 150 г. н. э. ханьский император приказал воздвигнуть алтарь Лао-цзы и лично провел официальные церемонии в его честь. В китайской культуре существует два вида алтарей: алтари предков и алтари, посвященные высшим силам. Поскольку Лао-цзы не являлся предком ханьского императора, следует заключить, что даосский мудрец удостоился почитания в качестве высшего начала. Таким образом, Лао-цзы превратился из исторического персонажа в божество, то есть высшую силу. Но это не

означает, что Лао-цзы поклонялись в том смысле, в каком понимается поклонение богу в иудео-христианской традиции. В китайской культуре принесение жертв высшим силам или предкам не эквивалентно подобному поклонению. Ритуальные приношения на алтарях привели многих европейцев к убеждению, что китайцы обожествляют своих предков. Это недоразумение. Предков поминают и удостаивают жертвоприношений, но отнюдь не обожествляют их. Принесение жертв высшим силам — это способ выразить им уважение и поблагодарить за защиту и помощь.

Понимание того, как китайский народ относится к высшим силам, является ключом к пониманию верований и практик религиозного даосизма. Хотя в религиозном даосизме были введены новые божества и духи, культурное значение ритуалов и жертвоприношений оставалось неизменным на всем протяжении китайской истории.

Раз появились императорские алтари, посвященные Лао-цзы, было вполне естественно присвоить ему титул и отождествить его с верховным божеством даосской религии. Именно это и сделал Чжан Даолин на исходе Восточной Хань.

Чжан Даолин был уроженцем Южного Китая, где, как уже отмечалось, всегда были сильны традиции шаманизма и вера в магию. По свидетельству историков, Чжан получил классическое конфуцианское образование, но в зрелые годы увлекся учением Лао-цзы и искусствами продления жизни. Известно, что он отправился на запад Китая, в Шу, где и поселился, чтобы изучить секреты достижения бессмертия. Территория Шу охватывала современную провинцию Сычуань и часть провинции

Юньнань. Эта область географически изолирована от остального Китая. Сычуань представляет собой речной бассейн, окруженный горами; туда можно добраться лишь через ущелье, по которому протекает река. В Сычуани сформировалась своя особая культура; во времена Чжан Даолина эту провинцию населяли племена, все еще практиковавшие шаманизм так, как это делали в древности. Территория Юньнани еще более удаленная и гористая. Ее обитатели жили в изолированных деревнях; для этих людей духи были реальностью, а магия занимала важнейшее место в жизни.

Чжан Даолин утверждал, что получил свое учение от самого Лао-цзы, который заодно наделил своего избранника силой исцелять больных и отгонять злых духов. Мы никогда не узнаем, правда это или нет; весьма вероятно лишь то, что Чжан прошел обучение у главных шаманов Шу и перенял их мастерство. Надо полагать, что Чжан, как уроженец юга, был также знаком с талисманной магией, истоком которой являлись древние культуры царств У и Юэ — культуры, пережившие даже гибель этих государств в конце периода Весен и осеней.

Врачуя людей талисманной водой, Чжан Даолин приобрел множество последователей в Сычуани и южных областях Китая. Талисманная вода — это вода, содержащая пепел ритуально сожженного талисмана. Такой талисман представляет собой полоску желтой бумаги, на которую красной краской нанесена особая надпись (рис. 3.1). Как правило, эти надписи представляли собой заклинания или призывания, обращенные к духам и божествам. Благодаря этому сила божества вливалась в талисман. Предполагалось, что, когда больного обрызгивают

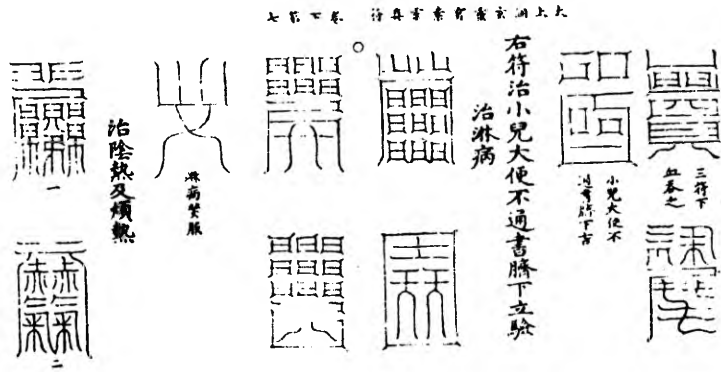


Рис. 3.1. Исцеляющие талисманы Линбао. Рисунок из «Тайшан дун сюань лин бао су лин чжэнь фу» («Истинные основные духовные талисманы Высочайшего единого из Сокровенной пещеры»). Талисманы, изображенные в правой части рисунка, предназначены для лечения болезней кишечника и запоров у детей, изображенные в центре — для лечения гонореи, изображенные в левой части рисунка — для лечения лихорадки. (Данные талисманы используются в практике школы Небесных наставников.)

талисманной водой или дают ее выпить, сила божества входит в пациента, изгоняя злых духов, которые вызывают болезнь.

Чжан Даолин организовал вокруг себя культ, присвоил Лао-цзы титул «Тайшан Лао-цзюнь» (Высочайший владыка Лао). Сам Чжан и его потомки стали руководителями культа. Это религиозное движение получило название «Путь пяти мер риса», потому что именно столько риса требовалось пожертвовать для вступления в организацию.

Под руководством Чжан Даолина даосизм превратился в религию. В качестве ее основателя выступил Лао-цзы, который, как Тайшан Лао-цзюнь, яв-

лялся также верховным божеством. В этой религии сразу наметилась руководящая роль духовенства: Чжан Даолин и его сыновья называли себя Небесными наставниками и сделали посредниками между богами и верующими. И, что важнее всего, эта религия удовлетворяла духовным потребностям простого народа.

Движение Чжан Даолина осталось бы просто местным культом, если бы внук основателя, Чжан Лу, не проявил политического честолюбия и не распространил свое влияние на центральную часть Китая. Кроме того, ряд событий облегчил потомкам Чжан Даолина путь к созданию полностью организованной религии с духовным лидером, подобным Папе Римскому, священством, писаниями и литургией, ритуалами, церемониалом и магией.

Первым из этих событий стало появление «Канона Великого равновесия» «Тай пин цзин» — первого из известных нам писаний даосизма, якобы полученных путем откровения. Если классические даосские произведения, «Дао дэ цзин» и «Чжуан-цзы», были философскими трактатами, которые вышли из-под пера смертных людей, то авторство «Тай пин цзин» приписывалось божествам — Хранителям дао. Помимо того, что в «Тай пин цзин» описывается утопический идеал, эта книга обладает всеми признаками даосского религиозного текста. Там приводятся имена божеств, имеющие явно даосскую окраску (Великое сокровенное, Изначальное начало и т.д.); излагается теория сотворения вселенной; подчеркивается значение церемониала и дисциплины; описывается система наград и наказаний и, что самое важное, указывается на связь здоровья и долголетия с соблюдением религиозных ритуалов.

Вторым моментом, способствовавшим успеху потомков Чжан Даолина, была популярность талисманной магии практически во всех слоях общества. Историки долгое время полагали, что в талисманную магию верили лишь бедные неграмотные крестьяне. Однако в следующей главе мы увидим, что талисманная магия и призывания играли огромную роль в практике школы Шанцин — религиозного даосского движения, возникшего среди аристократов при династиях Вэй и Цзинь (220—420 гг. н. э.).

Третьим фактором, позитивно повлиявшим на судьбу школы Небесных наставников, явился ряд эпизодов династической истории Китая. Это произошло при династии Цзинь. Мы рассмотрим эти события в следующем разделе.

**Золотой век даосской религии:
династии Вэй (220—265 гг. н. э.),
Цзинь (265—420 гг. н. э.),
период Южных и Северных династий
(304—589 гг. н. э.)**

Это время было золотым веком даосской религии и одновременно — эпохой великой смуты. На протяжении указанного периода Китай был раздроблен на много мелких государств; династии появлялись и исчезали так быстро, что в общем масштабе китайской истории они напоминали бабочек-однодневок. За четыреста лет на политической сцене промелькнуло не меньше двадцати пяти династий. Китайские историки заслуживают похвал уже за одно то, что сумели разобраться в запутанном потоке событий и зафиксировать все то, что происходило в этот период.

После падения ханьской династии в 219 г. н. э. Китай распался на три враждующих государства — Вэй, Шу и У, которые боролись друг с другом более сорока лет. Захватив Шу, династия Вэй в итоге взяла верх над своими противниками (220—265 гг. н. э.). В ее правление Чжан Лу, внук Чжан Даолина, увеличил влияние движения Небесных наставников. Религиозная организация Чжан Лу была официально признана государством Вэй в качестве «Чжэн и мэнвэй»* — Истинной Единой (то есть ортодоксальной) школы даосизма.

При Вэй также появилась книга под названием «Канон Великого Высочайшего о пяти амулетах-фу духовной драгоценности» («Тай шан лин бао у фу цзин»). Это самый древний из известных текстов Линбао, а также первый из них, вошедший в даосский канон. «У фу цзин» присущи характерные черты религиозного писания: в нем приводятся защитные талисманы, заклинания, призывания божеств, описание административной структуры небес, методы медитации и визуализации божеств, а также различные рекомендации по приему внутрь трав и минералов с целью обретения бессмертия. Кроме того, в «У фу цзин» изобретение многих защитных талисманов приписывается Великому Юю. Здесь важ-

* «Чжэн и мэнвэй» или «Чжэн и миньвей» («Прямое одно — заклятие силы») — магическая формула заклęcia духов. Иероглиф «и» («один») связывается с такими понятиями, как «корень», «исток», «простое». «Чжэн» означает соответственно «прямой», «чистый», «чистосердечный». Таким образом, «чжэн и» можно переводить как «прямой корень», «чистый исток», «чистосердечная простота». Созданная Джан Даолином в конце династии Хань даосская школа первоначально носила название «Путь «Чжэн и миньвей»». — *Прим. ред.*

но не то, действительно ли Юй был создателем этих талисманов; значение имеет сам факт ссылки на его авторитет, поскольку это связывает религиозный даосизм с шаманизмом древности.

Династия Вэй была свергнута кланом Сыма, который основал династию Цзинь (265–420 гг. н. э.) и объединил Китай, покорив царство У. Основатель цзиньской династии пришел к власти, уничтожая своих противников, и его потомки продолжали прибегать к силе и жестокости даже после объединения страны и воцарения мира. Кроме того, при династии Цзинь члены клана Сыма пользовались привилегиями. Это раздражало представителей знати, не принадлежавших к семейству Сыма, которые помогли цзиньским императорам взойти на престол. В результате царствующий дом Цзинь уже в самом начале своего правления лишился поддержки со стороны многих могущественных аристократов. Когда на Цзинь напали племена приграничных кочевников, столица пала, и земли к северу от Янцзы подпали под власть варварских племен, основавших там свои царства. Это было концом так называемой Западной Цзинь (265–316 гг. н. э.), которая просуществовала всего пятьдесят два года.

Императорское семейство Цзинь бежало на юг вместе с теми своими приверженцами, которые сохранили ему верность, и основало там Восточную Цзинь (317 г. н. э.). Среди ее сторонников были Сунь Инь и Лу Дунь. Они были последователями даосского направления, созданного Чжан Даолином, которое теперь именовалось «Путем Небесных наставников» (Тяньши дао). Хотя ни один из них не принадлежал к клану Сыма, оба получили высокие почести за помощь, оказанную царствующему дому

Цзинь в установлении нового правления. Их религиозная организация, Путь Небесных наставников, тоже удостоилась императорского покровительства, так что социальный статус и влияние этой школы стали быстро расти. У нее появился корпус священных текстов, сформировавшийся вокруг «У фу цзин». Эти тексты стали называться «писаниями Линбао». Считалось, что они были переданы руководителям школы Небесных наставников даосскими божествами. В писаниях Линбао содержались призывания, талисманы и описания церемоний. Многие эти тексты по сей день используются в практике школы Пути Небесных наставников.

После бегства императорского дома Цзинь на юг, земли к северу от Янцзы, оказавшиеся под властью кочевых племен, распались на мелкие царства, воюющие друг с другом. Наиболее сильные из северных царей пытались пересечь Янцзы и вторгнуться в Восточную Цзинь. Однако их попытки провалились, поскольку в начале своего существования Восточная Цзинь была сильной и процветающей. Северные династии были недолговечны, и только двум из них удалось объединить племена под своей властью. Одной из этих династий была Северная Вэй (386–534 гг. н. э.). Правители Северной Вэй покорили государственных соперников и смогли удержать власть в своих руках на время, которое оказалось необыкновенно долгим по меркам того периода китайской истории. Причиной такого успеха было то, что они усвоили язык, культуру и обычаи центральной части Китая, так что покоренное население не воспринимало их власть как иноземное иго. Кроме того, у Северной Вэй установились великолепные торговые отношения с далекими народами, которых связывал с

Китаем Великий шелковый путь. На некоторое время это государство стало центром культурного обмена и обучения. В Северной Вэй процветал буддизм: там воздвигались монастыри, переводились на китайский язык санскритские книги. Именно при Северной Вэй была систематизирована литургия религиозного даосизма.

Коу Цяньчжи

Коу Цяньчжи был даосским ученым и священником. Он жил в Северной Вэй во времена расцвета ее богатства и силы. Первоначально пройдя обучение у Небесных наставников, Коу Цяньчжи являлся знатоком литургии и магических практик этой школы. Историки даосизма по сей день восхищаются его достижениями на этой стезе.

Коу Цяньчжи основал северную ветвь школы Небесных наставников, стал духовным советником императора Северной Вэй, автором и составителем литургий, которые и сегодня широко используются в даосских религиозных церемониях. Созданное им направление даосизма Небесных наставников придавало особое значение церемониям и литургии, чем резко отличалось от изначального варианта с его акцентом на талисманной магии. Под влиянием буддийских принципов воздержания Коу составил для последователей даосской религии список предписаний и запретов. Они касались того, от какой пищи и когда следует воздерживаться, какие жертвоприношения считать правильными, а какие нет и какого поведения должен придерживаться человек, практикующий даосизм. Коу критиковал народные культы за использование алкоголя, мяса, галлюциногенов и сексуальные оргии во время об-

рядов и выдвинул лозунг «очищение духовной практики и восстановление нравственности». Он установил дни праздников, посвященных главным даосским божествам, церемонии, которые следует совершать в эти дни, сочинил для них музыку и литургии. Не будет большим преувеличением назвать Коу Цяньчжи отцом даосских церемоний.

Коу Цяньчжи произвел на императора Северной Вэй столь сильное впечатление, что тот даровал ему звание Небесного наставника и назначил духовным советником. В 420 г. н. э. император принял титул «Истинный государь Великого равновесия» и сделал направление школы Небесных наставников, основанное Коу Цяньчжи, государственной религией.

Лу Сюцзин

420 г. стал великой датой для северного направления школы Небесных наставников, но оказался роковым для династии Восточная Цзинь, правившей на юге. Она пала всего через столетие после того, как царствующий дом Цзинь пересек реку Янцзы, чтобы восстановить свое правление. В 420 г. Восточную Цзинь сменила династия Сун (ее не следует путать с династией Сун, которая позднее правила единым Китаем). Она стала первой в ряду династий, которые китайские историки называют «Южными» в противоположность «Северным».

Царства Южных династий занимали земли к югу от Янцзы; Северные династии (например, Северная Вэй) правили частью Китая, находившейся к северу от этой реки. В период с 420 по 589 г. на юге возникло и пало шесть династий; как правило, это происходило в результате военных переворотов, в ходе которых генерал, командующий императорс-

кой армией, или императорский телохранитель убивал императора и захватывал его власть. В этот период Южный Китай погрузился в политический хаос.

Если бы все события этой эпохи сводились только к стремительной смене правящих домов, период Южных и Северных династий остался бы в памяти людей исключительно как время политического и социального хаоса, однако в действительности он был также временем расцвета даосской религии. При династии Сун на юге Китая жил один из самых выдающихся деятелей религиозного даосизма — Лу Сюэцин. Ему приписывают составление первого собрания даосских писаний, которые стали ядром нынешнего даосского канона.

Лу Сюэцин, ученый и знаток талисманной магии, происходил из влиятельной южнокитайской семьи и прошел обучение у Небесных наставников. Он сочетал в себе веру в талисманную магию, свойственную религиозной культуре, и присущее аристократии трепетное отношение к деталям церемоний. Известно, что Лу получил классическое образование и был сведущ в конфуцианской классике, «Ицзин» и писаниях Линбао. Он приобрел уважение и покровительство сунского двора. Лу Сюэцин перерабатывал ритуалы и магические практики Небесных наставников и получил известность как основатель южного направления этой школы.

Во времена Лу Сюэцина количество даосских сочинений увеличилось. К ним принадлежали древние классические книги, такие, как «Дао дэ цзин», «Чжуан-цзы» и «Ле-цзы», книги по алхимии и методам достижения бессмертия, оставленные без внимания магами фан ши, писания Линбао, объем которых при жизни Лу Сюэцина составлял около

пятидесяти томов, группа новых текстов, именуемых писаниями Шанцин, в которых излагались идеи мистического даосизма (ему будет посвящена следующая глава) и, наконец, «Тайпин цзин», более обширный, чем сегодня.

Взяв за образец буддийский канон, Лу Сюэцин решил собрать и упорядочить даосские тексты. В 471 г. он опубликовал первый даосский канон, который состоял из семи разделов. Тремя главными являлись «Вместилище истинного» («Дун чжэнь»), «Вместилище сокровенного» («Дун сюань») и «Вместилище духовного» («Дун шэнь»). К четырем второстепенным разделам относились «Великое сокровенное» («Тай сюань»), «Великое равновесие» («Тай пин»), «Великая чистота» («Тай цин») и «Истинное единство» («Чжэн и»).

Вклад Лу Сюэцина в развитие даосизма не ограничивается объединением даосских сочинений в канон; подобно Коу Цяньчжи на севере, Лу Сюэцин писал и систематизировал литургии, определял правильные методы проведения священных церемоний.

К 477 г., когда умер Лу Сюэцин, даосизм стал в Южном Китае чрезвычайно влиятельной силой. Благодаря стараниям этого человека Путь Небесных наставников сделался почитаемой организованной религией, которая имела последователей во всех слоях общества. Кроме того, Лу Сюэцин объединил в едином каноне учения трех основных направлений даосизма, существовавших в то время: искусства продления жизни, которым предавались алхимики, магию и ритуалы Небесных наставников и мистицизм школы Шанцин. О школе Шанцин, которая сыграла в развитии даосизма большую роль, пойдет речь в главе 4.

Дополнительная литература

Произведение Анри Масперо (Henri Maspero) «Даосизм и религии Китая» по сей день остается наиболее полным и авторитетным произведением по истории даосской религии. В нем рассматривается китайская мифология, ее влияние на даосские религиозные верования, представлено развитие даосской организованной религии, исследуются духовные техники пестования жизни и достижения долголетия. Это поистине великолепная книга.

Труд Масперо вряд ли захочется прочесть на одном дыхании. Но его хорошо иметь под рукой, чтобы время от времени по нему справляться. Хотя эта книга является научной работой, она тем не менее не перегружена чрезмерными подробностями и доставит удовольствие не только специалистам-китаеведам и исследователям даосизма. О проблемах, изложенных в этой главе, в труде Масперо больше всего говорится в книге 1 («Религии Китая в историческом развитии») и книге 5 («Влияние даосизма на религиозные представления китайцев периода Шести династий»).

В замечательной книге Кристофера Скиппера (Kristofer Schipper) «Даосский канон» представлен ясный и четкий подход к даосской религии и религиозным практикам. Глава 1, представляющая собой краткое введение в природу даосских религиозных верований, а также глава 7, где показано, каким образом Лао-цзы стал воплощением природы дао, проливают дополнительный свет на темы, которые обсуждались в настоящей главе нашей книги. Далее я буду отсылать читателей и к другим главам книги Скиппера.

В главе 2 книги Майкла Сэйсо (Michael Saso)

«Синий дракон, белый тигр» приводится список событий истории даосизма (с датами). Начавшись с периода Весен и осеней, этот список кончается XX веком и отображает основные события до 1979 года. Это хороший источник оперативной справочной информации, но для того, чтобы в полной мере воспользоваться содержащимися в нем сведениями, требуется предварительное знакомство с событиями, которые там указаны.

Читатели, которым хочется получше познакомиться с периодом истории даосизма, описанным в данной главе, и которые интересуются даосскими религиозными текстами и «текстами откровения», найдут соответствующую подборку в «Опыте даосизма» Ливии Кон. В эту антологию вошли в переводе следующие тексты, имеющие отношение к превращению даосизма из философии в религию:

Писания творят вселенную: «Писание о том, как Высочайший достопочтенный владыка открывает космос» (Scripture of How the Highest Venerable Lord Opens the Cosmos) (текст № 5).

Священное сокровище — чудесная история: «Краткая запись Священного сокровища» (A Short Record of the Numinous Treasure) (текст № 6).

Три вместилища: «Изначальное происхождение «трех вместилищ» даосского канона» (The Ancestral Origin of the Three Caverns of Taoist Teaching) (текст № 9).

Трансформации образа Лао-цзы: «О просвещении варваров» (On the Conversion of the Barbarians) (текст № 10).

Глава 4

РАЗВИТИЕ МИСТИЧЕСКОГО ДАОСИЗМА (300–600 гг. н. э.)

Мир даосов школы Шанцин — это мир, где в человеческом теле обитают духи-хранители, где мистики летают по небу и странствуют среди звезд, где люди, стремящиеся к бессмертию, поглощают тонкую субстанцию солнца и луны. Это мир, где высшее достижение в жизни человека — блаженное экстатическое слияние с дао...

Мистицизм и даосская школа Шанцин

Учение школы Шанцин часто называют «мистическим даосизмом». Само понятие «мистицизм» можно определить по-разному. В свое время составители оксфордского словаря английского языка дали ему определение «самообман, погружение ума в пустые иллюзии» и «религиозная вера, которой вменяются эти отрицательные качества». Согласно современным взглядам, для того, чтобы достичь понимания мистицизма, необходимо отталкиваться от понимания природы мистического опыта.

Хотя большинство исследований по мистицизму основаны лишь на мистическом опыте, полу-

ченном в рамках христианства (католичества и протестантизма) и отчасти — в рамках индуизма, буддизма, ислама и иудаизма, они тем не менее могут помочь и в понимании той формы даосизма, которая зовется «мистической». Однако будет заблуждением рассматривать как нечто однородное верования и мистические практики иудео-христианских (или даже древнегреческих) религий и даосизм. Китайская история и культурная среда породили форму мистицизма, которая занимает в ряду духовных традиций мира совершенно уникальное место.

Современные исследователи религии выделяют в мистицизме ряд следующих черт:

1. *Познавательный аспект*: система представлений и мировоззрение мистицизма. Ядро мистицизма образовано определенным рядом представлений. Во-первых, мистики полагают, что существует некая единая первооснова, скрытая за миром явлений. Ее обычно называют Единым, которое и представляет собой подлинную реальность. Во-вторых, Единое, то есть реальность, лежащая в основе всего сущего, не может быть воспринята или познана путем обычного опыта. В-третьих, Единое присутствует в нас, и, внутренне постигая его, мы можем достичь единения со всем, что нас окружает. И наконец, цель человеческой жизни заключается в достижении единения с Единым.
2. *Эмоциональный аспект*: чувства, сопровождающие мистический опыт. Блаженство, радость, экстаз, сексуальное возбуждение, упоение — все эти термины используются для описания чувств, вызванных мистическим переживанием.

3. *Перцептивный аспект*: любые зрительные, слуховые и прочие ощущения, сопровождающие мистический опыт. При непосредственном восприятии Единого без вмешательства рационального мышления появляется обостренное осознание окружающего, слуховых и зрительных образов.
4. *Поведенческий аспект*: действия, которые вызывают мистический опыт или появляются в результате него. Мистический опыт включает в себя действие. Некоторые действия служат для того, чтобы вызвать такой опыт (например, танцы дервишей в суфизме, то есть исламском мистицизме, специфические позы йоги, ритуалы даосской школы Шанцин), тогда как другие действия появляются как его следствие (например, прохождение сквозь огонь, говорение на особых языках).

У мистицизма и шаманизма много общего. Оба они предполагают экстатические переживания, измененное восприятие, магические подвиги и единение с силой, которая дает индивиду большую полноту бытия, нежели его мирская личность. Однако шаманизм не тождествен мистицизму. Долгое время считалось, что разница между шаманским и мистическим опытом заключается в том, что первый требует дисциплинированных тренировок и вызывается систематически совершаемыми процедурами, тогда как последний является спонтанным. Этот критерий отпал, когда стало известно, что и в суфизме и в йоге с целью вызвать мистические переживания используются техники систематического характера. Даосизм школы Шанцин — еще одна

разновидность мистицизма, в которой мистический опыт вызывается систематически совершаемыми процедурами, доступными лишь человеку, прошедшему трудный и суровый тренинг.

Мне представляется, что различие между мистицизмом и шаманизмом следует искать в природе союза между практикующим и высшей силой. В мистицизме союз осуществляется между двумя частями самого человека — космической и мирской. Более великая, то есть космическая сила является частью нас самих. Даже если мы отделены от нее в силу культурных и социальных влияний или в силу преобладания аналитического мышления, она все равно пребывает внутри нас. Поэтому одно из назначений мистицизма — устранение условий, отделяющих человека от него самого.

Шаманизм же, напротив, рассматривает более великую, космическую силу как часть внешнего мира. Следовательно, чтобы единение произошло, сила должна получить приглашение войти в шамана. Иногда она сама посещает шамана, к примеру, как Авен посещает кельтского барда или как духи природы являются «обольщать» шамана из Чу. В других случаях шаман сам отправляется к духам, взлетая к их обителям, расположенным на звездах, или устремляясь к их жилищам в глубинах земли. И в том и в другом случае сила, к соединению с которой стремится шаман, находится не внутри него, а вовне.

Даосизм школы Шанцин, предполагающий, что божества, то есть космические силы, обитают в теле человека, явно выступает как мистическая практика. Тем не менее шаманизм всегда оказывал на даосизм сильное влияние; отпечаток, наложенный им

на школу Шанцин, совершенно очевиден. Эта уникальная форма даосизма несет в себе черты и мистики и шаманизма, соединяя веру в божества, заключенные внутри человека, с путешествиями в другие миры.

Истоки школы Шанцин

Основоположницей школы Шанцин считается госпожа Вэй Хуацунь, жившая в начале правления династии Цзинь. Вэй Хуацунь получила откровение от божеств — Хранителей дао и изложила их учение в книге «Нефритовый канон внутренних планов Желтого двора Высшей чистоты» («Шан цин хуан тин нэй цзин юй цзин») в 288 г. Однако две важнейшие идеи школы Шанцин — представление о «хранении Одного» и представление о том, что в теле человека обитают духи-хранители, — были известны уже при Восточной Хань. Их можно найти в тех частях «Тайпин цзин», которые сохранились в «Тайпин цзин чао»: «Если тело спокойно и дух удерживается внутри него, то болезнь не умножится. Тебя ждет долгая жизнь, потому что светлые духи защищают тебя».

В комментарии к «Дао дэ цзин», написанном Хэшан Гуном (Старцем с речного берега), тоже содержится ссылка на «хранение Одного»: «Если люди могут пестовать дух (то есть Одно. — *Прим. автора*), они не умрут. Говоря «дух», я имею в виду духов пяти внутренних органов. В печени пребывает дух человечности, в селезенке — воля, а в почках — порождающая энергия. Если пять внутренних органов повреждены, пять духов покидают тело». (Хэшан Гун, комментарий к «Дао дэ цзин»). Знамена-

тельно, что идея «хранения Одного» появилась в комментариях к произведению классического, то есть философского даосизма. Это обеспечивает преемственность между классической даосской философией и даосским мистицизмом.

Но если основные идеи школы Шанцин были известны еще до воцарения цзиньской династии, почему это течение набрало силу и превратилось в одно из основных направлений даосизма лишь при Цзинь и Южных династиях? Чтобы понять это, мы должны рассмотреть происхождение школы Шанцин, а также передачу ее писаний при цзинь и Южных династиях.

Школа Шанцин при династии Цзинь (265–420 гг. н. э.)

Основательницей школы Шанцин считается госпожа Вэй, но заслуга распространения этого учения принадлежит даосу Ян Си. Тексты Шанцин гласят, что Ян Си явилась в видении госпожа Вэй, ставшая бессмертной, после чего он «написал» писания, находясь в трансе, вызванном употреблением галлюциногена из конопли. Затем писания были переданы Сюй Ми и Сюй Хуэю (отцу и сыну). Помимо «Хуан тин нэй цзин юй цзин», к ранним текстам школы Шанцин относятся также «Тай шан бао вэнь» («Драгоценное писание высочайшего»), «Да дун чжэнь цзин» («Истинный канон великого вместилища») и «Ба су инь шу» («Сокровенная книга восьми неделимых»).

Ранние последователи школы Шанцин были связаны друг с другом клановыми или брачными узами; все они принадлежали к влиятельным семьям

Южного Китая. Многие из них являлись потомками аристократии исчезнувшего царства У, которое существовало в период Троецарствия. Госпожа Вэй была дочерью высокопоставленного священнослужителя школы Небесных наставников и сама имела священнический сан. Ян Си и Вэй Хуацунь были уроженцами одного уезда; семейства Ян и Вэй связывала давняя дружба. Что касается Сюй Ми и Сюй Хуэя, отца и сына, то их род был связан браком со знаменитым семейством Гэ, члены которого прославились своими алхимическими экспериментами и познаниями в искусствах продления жизни. Двумя из наиболее известных членов семьи Гэ были Гэ Хун, автор даосской энциклопедии «Баопу-цзы» («Мудрец, объяввший простоту»), и Гэ Сюань, который помогал сличать писания Линбао. Эти две семьи, Гэ и Сюй, были связаны браками с другой аристократической фамилией региона — с семьей Тао. Позднее, при Южных династиях, одному из потомков семьи Тао — Тао Хунцину — суждено было стать одним из величайших адептов школы Шанцин.

Таким образом, основатели школы Шанцин происходили из аристократии уезда У, находившегося недалеко от столицы Восточной Цзинь, а последователи этого направления принадлежали к знати и артистическим кругам столицы. Одним из самых знаменитых последователей школы Шанцин был каллиграф Ван Сичжи, из-под кисти которого вышел один экземпляр «Хуан тин вай цзин цзин» («Канон внешних планов Желтого двора»).

Ранняя форма даосизма Шанцин инкорпорировала многие верования и практики школы Небесных наставников. Школа Шанцин использовала та-

лисманы, а Юаньши Тянь-цзунь (Небесный Владыка изначальности), то есть Лао-цзы, считался там верховным божеством. В корпус священных текстов школы Шанцин входили «Тай пин цзин», «Чжэн фа вэнь» («Книга кодексов обетов учения Небесных наставников»), «Тай шан лин бао у фу цзин» («Канон Великого высочайшего о пяти амулетах-фу духовной драгоценности») и другие тексты Линбао. Количество текстов, относимых к школе Шанцин, в период Восточной Цзинь составляло около пятидесяти.

Однако даосизм школы Шанцин обладает двумя чертами, которые отличают его от даосизма Небесных наставников. Первая особенность — это вера, что «хранение Одного» и «удержание в теле божеств-хранителей» приводят к здоровью и долголетию. Ортодоксальные последователи Пути Небесных наставников были не склонны рассматривать «хранение Одного» как способ достижения здоровья, утверждая, что подлинным средством лечения больных являются талисманы и заклинания. Вторая черта школы Шанцин, отличающая ее от школы Небесных наставников, заключалась в способе использования талисманов. Если «Небесные наставники» применяли талисманы для лечения болезней, экзорцизма и защиты от злых духов, то даосы школы Шанцин пользовались ими главным образом для того, чтобы призывать и визуализировать божества, обитающие внутри тела, и совершать путешествия в другие области бытия.

Со временем указанные различия между этими направлениями даосизма заслонили собой сходство, так что школа Шанцин начала отделяться от даосизма Небесных наставников и образовала особую,

самостоятельную традицию с собственной линией преемственности. Тем не менее отпадение этой школы от Пути Небесных наставников не вызвало враждебности со стороны организованного направления религиозного даосизма. Если в других культурах, в особенности в христианстве и исламе, мировоззрение мистиков и пережитый ими опыт единения с высшими силами зачастую делает их еретиками в глазах представителей организованной религии, то в Китае такого не происходило. Полагаю, на то было несколько причин.

Во-первых, китайскую культуру всегда отличала терпимое отношение к многообразию религиозных и духовных практик. На протяжении китайской истории большинство императоров предоставляли религиозные общины самим себе, лишь бы те не проявляли политических амбиций. Императоры, которые отдавали предпочтение какой-то одной религии, назначали себе личных духовных советников, но не пытались соединить религию с государством. Слишком рьяные императоры, начинавшие религиозные гонения, правили недолго.

Во-вторых, как говорят даосы, «в даосизме нет ересей; в нем есть только школы». На протяжении истории даосизма различия в верованиях и практиках порождали широкий спектр различных школ, которые относились друг к другу терпимо и с уважением.

В-третьих, в силу особых исторических обстоятельств, которыми отмечена эпоха Цзинь, учение школы Шанцин нашло восприимчивых последователей в аристократических кругах и верхах общества. В той части Китая, куда династия Цзинь перенесла столицу после бегства на юг, финансы и коммерция находились под контролем нескольких могущих

ственных аристократических семей; в результате, хотя династия Цзинь правила империей, члены царствующего дома вкупе со своими царедворцами-сверянами напоминали скорее иностранцев и иммигрантов, нежели царей, чья власть освящена традицией. Клан Сыма уже не обладал могуществом, которое позволило бы ему силой подавить влиятельные семейства юга. Но прежде всего, правящий дом Цзинь понимал, что уничтожение этих семей уничтожит и экономику империи, и поэтому между царствующей династией и знатью сложились необычные отношения: хотя влиятельные кланы юго-востока сохранили за собой земли и торговые предприятия, они не получали высоких постов в правительстве. В силу этого такие семьи, как Вэй, Ян, Сюй и Гэ были богаты, но не имели никакой политической власти. Поскольку путь в «большую политику» им был закрыт, многие члены этих кланов обратились к тайным искусствам и увлеклись духовными практиками. Благодаря своему богатству они располагали для этого и временем и средствами.

В-четвертых, на юго-востоке Китая всегда была сильна вера в духов и талисманную магию. Этот регион унаследовал традиции шаманской культуры Чу, У и Юэ, восходящие к VI веку до н. э. Многие основатели школы Шанцин и прежде были знакомы с талисманной магией и тайными искусствами Небесных наставников. Это значит, что им не требовалось долго переучиваться, чтобы использовать талисманы с новой целью — уже не для лечения, а для достижения экстатического единения с божествами.

Наконец, земли к югу от Янцзы всегда являлись рассадником новых идей и очагом творческого мышления. Для жителей Северного Китая характерны

большой консерватизм и приверженность традициям, тогда как южане смелее экспериментируют с новыми идеями и легче их усваивают. Школа Чжан Даолина первоначально получила признание именно на юге; да и до этого философия Лао-цзы и Чжуан-цзы пользовалась на юге большей популярностью, чем на севере. Школа Шанцин, с ее представлениями о духах-хранителях, обитающих в человеческом теле, с яркой визуализацией образов божеств и экстатическим полетом на небеса могла возникнуть только в Южном Китае. Кроме того, лишь жители юга могли принять ее учение всерьез и не отвергнуть как проявление необузданной фантазии.

К концу периода Восточной Цзинь в школе Шанцин сформировался обширный корпус писаний, и она приобрела большое количество последователей в высших кругах. Первоначально священные книги находились во владении семейства Сюй. В конце правления Восточной Цзинь их хранителем был сын Сюй Ми — Сюй Хуанвэнь, жена которого была праправнучкой Гэ Хуна. Таким образом писания Линбао, писания школы Шанцин и алхимические сочинения Тайцин сосредоточились в руках семьи Сюй. Это обстоятельство создало великолепную возможность для объединения трех традиций даосизма — Линбао, Шанцин и Тайцин (алхимической), однако политические события не позволили ей реализоваться. В 404 г. семейство Сюй оказалось вовлеченным в восстание и было вынуждено бежать из столицы. В политическом хаосе, который сопровождал падение Восточной Цзинь в 420 г., многие тексты школы Шанцин были утрачены, а после смерти Сюй Хуанвэня, последовавшей в 429 г., писания Шанцин больше не находились в

одних руках. Разрозненные сочинения, оказавшиеся во владении многих последователей, редактировались и подвергались исправлениям. Некоторые тексты тайно хранились у отдельных людей, и, когда владелец умирал, погибал и текст сочинения. В другие тексты вносили исправления, чтобы привести их в соответствие с религиозными взглядами новых владельцев, заявлявших о своем праве на передачу этих сочинений. В тот период были также написаны многие новые тексты, которые выдавались за писания, полученные от богов путем откровения.

При Южных династиях тексты, приписываемые школе Шанцин, составляли более ста томов. Однако эти сочинения, а также писания Линбао и Тайцин были разрознены. Их удалось снова свести воедино только усилиями Тао Хунцзина — одного из величайших ученых и деятелей даосизма времени Южных и Северных династий. Тао Хунцзин собрал писания школы Шанцин и начал возрождать и реформировать это направление, которому суждено было навсегда изменить даосскую духовную традицию.

Школа Шанцин при Южных династиях (420–589 гг. н. э.)

Тао Хунцзин родился в 456 г. при Южной династии Сун и умер в 536 г., в период правления династии Лян. Семья Тао была одной из самых влиятельных в Юго-Восточном Китае; дед Тао Хунцзина занимал высокий пост в сунском правительстве. Когда династия Сун пала, уступив место Ци, счастье отвернулось от семейства Тао, однако культ учености и образования остался важной частью фамильных традиций. Таким образом, Тао Хунцзин вырос

в атмосфере, которая способствовала овладению самыми разнообразными знаниями.

При Южной династии Ци (479—502 гг. н. э.) Тао Хунцзин служил секретарем и библиотекарем при императорском дворе. Циский двор не оценил его способностей, и Тао так и не удалось продвинуться по службе. Разочаровавшись в своих надеждах, он в 492 г. оставил должность и решил следовать дао. По иронии судьбы, пока Тао Хунцзин стремился высветиться, занимаясь политическими делами, успех ему не давался, а когда стал даосским отшельником, то прославился, и у него стали просить совета цари и знать.

Поселившись в горах Маошань на юго-востоке Китая, на территории современной провинции Цзянсу, Тао Хунцзин принялся собирать и сличать друг с другом писания школы Шанцин. Он описал линию преемственности школы Шанцин, зафиксировал легитимность ее передачи, составил иерархию божеств и документировал структуру управления мира небожителей. Тао Хунцзин упорядочил даосский пантеон, классифицировав богов и бессмертных по рангам соответственно уровню просветленности. Кроме того, Тао Хунцзин подробно описал внешний вид небожителей вплоть до их одежд и атрибутов власти.

Ученость и эрудиция Тао Хунцзина были обширны и глубоки. Помимо учения школы Шанцин, он интересовался также физической алхимией. В горах Маошань у него была исследовательская лаборатория, где он работал над изготовлением эликсира бессмертия. Первый император династии Лян (премницы Ци) был другом и покровителем Тао Хунцзина. Лаборатория знаменитого даоса содержалась

на императорские средства; из этого же источника оплачивались и путешествия Тао Хунцзина в другие горные районы, на поиски минералов, необходимых для создания пилюли бессмертия.

Тао Хунцзин был хорошо осведомлен не только в даосских искусствах. Он также писал и редактировал трактаты по травной медицине, был знатоком гадания, военной стратегии, астрономии, геологии и металлургии. Его маошаньские кузницы прославились тем, что там выковали некоторые из лучших мечей того времени. Кроме того, он был ученым-классиком, превосходно разбирался и в классических конфуцианских произведениях, и в буддийских писаниях. Тао Хунцзин был плодовитым автором: из-под его пера вышло около восьмидесяти трактатов на научные и литературные темы. Он написал около пятидесяти трудов по даосизму, в том числе по алхимии и гаданию. Вдобавок к эрудиции и научным познаниям Тао Хунцзин был поэтом и мастером боевых искусств.

Вполне естественно, что при столь широких интересах Тао Хунцзин существенно обогатил и расширил практику школы Шанцин. Благодаря Тао Хунцзину это направление даосизма обрело новые измерения. Занятия Тао алхимией, медициной и целебными травами привели к тому, что даосы школы Шанцин стали использовать травы и минералы для поддержания здоровья и долголетия. Познания Тао Хунцзина в «Ицзин» и искусстве гадания обогатили представления школы о человеческом теле и циркуляции энергии. Отныне внутренние трансформации рассматривались как проявление общих законов трансформации, заложенных в принципах перемен, а циркуляция энергии и питание ду-

хов — хранителей тела — как подобие движения небесных тел и сезонных изменений.

К моменту смерти Тао Хунцзина школа Шанцин являлась духовной традицией, в которой имелись сложная теория, описывающая устройство человеческого тела и внешней вселенной, развитый пантеон с описанием функций и обязанностей божеств, методы продления жизни, научной базой которых служили травная медицина и минералогия, техника медитации, основанная на визуализации и внутренней трансформации, и письменная фиксация духовного опыта. Данное направление школы Шанцин получило название «школы Маошань» (не путать с Маошань — сектой колдунов, появившейся при династии Мин). И при жизни основателя школы, и после его смерти ее методы школы преподавались в центрах даосского обучения в горах Маошань. Даосские центры в этом горном районе явились первыми заведениями такого рода, став образцом для даосских скитов и монастырей, которые процветали при династиях Сун, Юань, Мин и Цин.

Учение школы Шанцин

Представления и идеи школы Шанцин можно разделить на три тематических группы: внутренняя вселенная (человеческое тело), внешняя вселенная (небесная и земная сферы), а также объединение внешней и внутренней вселенной.

Внутренняя вселенная

С точки зрения школы Шанцин, тело человека — это целая вселенная, полная божеств, духов и чудовищ. В китайском языке европейские понятия «бог» и «дух» передаются одним и тем же словом —

шэнь. Однако я для ясности буду называть «божествами» более значительных, а «духами» — менее значительных духов. Школа Шанцин учит, что существуют духи и божества, которые охраняют тело человека и защищают его от болезней; когда эти хранители покидают тело, оно слабеет и умирает. Поэтому цель практики школы Шанцин — удерживать этих хранителей внутри тела, не позволить им покинуть его или ослабеть.

Одно. Высшее и самое значимое божество внутренней вселенной называется Одним. Это дао, пребывающее внутри нас, недифференцированная изначальная пневма, поддерживающая нашу жизнь. Иногда ее называют священным зародышем бессмертия. «Хранить Одно» внутри значит держаться дао. Объять Одно значит содержать в себе и питать священный зародыш, как тело матери содержит и питает еще неродившееся дитя.

Триада. Триада — это божества-хранители, занимающие во «внутренней вселенной» второе по значимости место. Их называют Сань юань, или Три Изначальных. Сань юань являются эманациями недифференцированного единства дао. В человеческом теле они представлены порождающей, жизненной и духовной энергиями. Эти три энергии и их хранители обитают в трех даньтянях (полях эликсира).

Духовная энергия — высшее проявление Одного. Она управляет деятельностью ума, в том числе возможностями просветленного ума. Духовная энергия и ее страж пребывают в верхнем даньтяне, который локализуется в зоне между глаз. Эта зона человеческого тела называется Небесной сферой.

Жизненная энергия связана с дыханием. Она и ее хранитель пребывают в среднем даньтяне, локали-

зованном в области сердца. Этот участок тела называется Земной сферой.

Порождающая энергия отвечает за деторождение. Она и ее хранитель пребывают в нижнем даньтяне, локализованном чуть ниже пупка. Этот участок тела называется Сферой воды.

Если уровень этих энергий высок, их хранители становятся яркими и светлыми. Это обеспечивает человеку здоровье и долголетие. Если энергии слабы, хранители выглядят тусклыми, а тело ослаблено или больно. В практике даосизма Шанцин сохранение Триады внутри тела соответствует сохранению порождающей, жизненной и духовной энергий. Однако «объять» можно только Одно.

Пятерица. Следующее по значимости место занимают духи, защищающие пять внутренних органов: сердце, печень, селезенку, легкие и почки. Если эти духи покидают тело или ослабевают, внутренние органы перестают эффективно работать и функции организма приходят в расстройство. Каждому духу, защищающему один из пяти органов, соответствует определенный цвет. Когда органы сильны и здоровы, цвета духов-хранителей становятся яркими и сочными. Когда органы слабы, цвета теряют свою яркость и насыщенность.

Облик божеств и духов — хранителей тела является одним из объектов визуализации в медитации школы Шанцин. С одной стороны, визуализация образов хранителей помогает удерживать их внутри тела, с другой стороны — обеспечивает обратную связь с ними, поскольку их внешний вид — это показатель состояния здоровья их хозяина. Если их образы не выглядят лучезарными, яркими и цветными, это значит, что тело ослаблено и больно. В те-

ле человека обитают и другие, менее важные духи, которые защищают каждую его часть вплоть до отдельных пор и суставов. Для поддержания здоровья и достижения долголетия необходимо, чтобы каждое из этих божеств и духов выглядело ярким и светлым.

В теле человека обитают и вредоносные чудовища. Они живут в полостях рядом с «тремя воротами», расположенными вдоль позвоночника. Каждые ворота соединяются с одним из даньтяней и управляют его деятельностью. Верхние ворота контролируют доступ в верхний даньтянь, средние — в средний даньтянь, а нижние — в нижний даньтянь (рис. 4.1). Если

像 瑤 彭 尸 上 像 瓚 彭 尸 中 像 璜 彭 尸 下



Рис. 4.1. Три чудовища, обитающие в человеческом теле. Рисунок из «И мэнь чан шэн би шу» («Тайные методы Чжэня Си для продления жизни»). Изображения сделаны на основе описаний облика трех чудовищ в текстах школы Шанцин. Слева направо: чудовище верхней полости, чудовище средней полости, чудовище нижней полости. Эти полости расположены у трех врат, находящихся на позвоночнике

врата закрыты, в даньтяне не может накапливаться энергия. Чудовища способны закрывать врата и влиять на уровень энергии в даньтяне. Последователи школы Шанцин полагают, что эти монстры подпитываются нашими желаниями и зернами злаков, которые мы едим. Поэтому с целью уничтожения чудовищ даосы школы Шанцин постились и воздерживались от пищи из злаков. Другой способ уничтожить чудовищ — успокоение ума и отказ от желаний.

В сочинениях школы Шанцин чудовищ, обитающих в теле, иногда описывают красивыми и привлекательными, иногда — безобразными и жалкими. Если человек не понимает, что чудовища наносят ему вред, мирские дела и дурные, неэтичные поступки могут казаться ему привлекательными; если он осознает, что чудовища сокращают его жизнь, то эти сущности принимают отталкивающий и омерзительный вид. При визуализации «внутренней вселенной» первый шаг к уничтожению чудовищ заключается в том, чтобы увидеть их в отталкивающем виде, то есть узреть их «подлинную форму». Говоря о «видении Подлинных форм», даосы школы Шанцин имеют в виду блистательный, лучезарный облик хранителей и безобразный, отталкивающий вид чудовищ.

Кроме того, во «внутренней вселенной» есть пути, соединяющие различные части тела. Это энергетические каналы. Основные точки, где пересекаются энергетические каналы, имеют свои названия, а расположение этих точек таково, что через них можно направлять поток энергии. Энергетический поток начинается на макушке и, опускаясь по лбу, входит в верхний даньтянь, находящийся между глаз. Затем канал идет через горло и попадает в средний

даньтянь. Оттуда энергия течет в нижний даньтянь, где питает священного зародыша (семя бессмертия). Когда зародыш полностью сформирован, даос обретает бессмертие. Тело его становится легким; оно взлетает к небу, где присоединяется к солнцу, луне и звездам в сфере Высшей чистоты (Шанцин).

Внешняя вселенная

Внешняя вселенная, в представлении школы Шанцин, населена многочисленными духами и божествами. Важнейшие из них живут на солнце, луне и звездах. По мнению даосов Шанцин, небесные тела являются проявлениями изначальной пневмы дао, и свет их несет в себе тонкую субстанцию дао. Поэтому поглощать тонкую субстанцию солнца, луны и звезд значит поглощать энергию дао.

Даосы школы Шанцин полагают, что солнце содержит тонкую субстанцию энергии ян, а луна являетсяместилищем энергии инь. Поглощение тонкой субстанции солнца и луны помогает взрастить и напитать Бессмертный зародыш и усиливает хранителей тела. С целью поглощения тонкой субстанции солнца адепт школы Шанцин должен в определенные моменты года визуализировать солнце, представляя, что оно через рот входит в его сердце, сливаясь с внутренним светом, сияющим в даньтянях. Ощувив тепло в сердце, даос произносит краткое призывание, прося богов ускорить это единение, чтобы успешно завершилась работа над Внутренним эликсиром. Существует и другой способ поглощения тонкой субстанции солнца. Он заключается в том, что адепт трижды в день обращается лицом к востоку, визуализируя большой диск солнца, лучи которого выходят из сердца практи-

кующего, проходят через его горло и зубы, а затем направляются в живот.

Для поглощения лунной энергии инь адепт должен в полночь визуализировать луну у себя на макушке, направляя лунные лучи себе в живот. Можно также визуализировать луну в верхнем даньтяне, направляя потоки белого света в горло, а оттуда в живот.

Большое значение придается Полярной звезде и звездам Северного ковша (Большой Медведицы). Считается, что там живут божества, которые заведуют судьбой и долголетием. Адепты школы Шанцин обращаются к этим божествам с просьбой о защите; для этого существуют специально разработанные ритуалы, талисманы, призывания и мантры.

Тонкая субстанция изначальной пневмы дао содержится также в тумане, облаках и росе. Даосы школы Шанцин умеют поглощать эту субстанцию. Для этого они особым образом вдыхают упомянутые испарения на рассвете (когда те, собственно, и появляются).

Методы поглощения тонкой субстанции инь и ян из окружающей природы, разработанные в школе Шанцин, предполагают совершение сложных ритуалов. Во-первых, необходимо изготовить талисманы, которые призваны защитить адепта и облегчить его практику. Поскольку такие практики выполняются глубокой ночью, нередко в пустынных, необитаемых местах, даос должен обеспечить себе защиту от диких зверей, а также от злых духов, которые могут похитить собранную им энергию. Во-вторых, адепт выполняет ритуалы визуализации, призывая божеств, небесную энергию которых он хочет впитать. Иногда это сопровождается заклина-

ниями и чтением молитв. И наконец, адепт должен подготовить свое тело, глотая слюну, сжимая зубы и особым образом производя вдохи и выдохи.

Поглощение пневм и тонкой субстанции солнца, луны и звезд предполагает объединение микрокосма человеческого тела с макрокосмосом вселенной. Если барьер между внутренним дао и дао внешнего мира исчезнет, адепт сможет слиться с первоисточником всего сущего, получать питание из самого источника жизни и стать бессмертным.

Соединение внешней и внутренней вселенных

Вознесение, полеты и путешествие на небеса — для последователя школы Шанцин это способы достичь единения с дао внешней вселенной. Вознесение — это окончательное воссоединение с дао, когда адепт навсегда покидает мир смертных, чтобы стать бессмертным в сфере Высшей чистоты. Бессмертные высшей категории поднимаются к небу в физическом теле, при ясном свете дня, часто в присутствии свидетелей. Легенды гласят, что именно таким образом вознеслись на небо Лао-цзы, Желтый император, а также Сунь Пу-эр, один из Семи даосских мудрецов школы Совершенной истины. (Рассказ о вознесении Сунь Пу-эра приводится в моей книге «Семь даосских мудрецов».) У бессмертных второго разряда возносится только дух. Бессмертный дух в момент смерти поднимается на небеса. Это называется «сбрасыванием оболочки». После вознесения духа его оболочка, то есть тело, нередко исчезает. Считается, что таким путем обрели бессмертие знаменитый алхимик Вэй Боян и Хао Тайгу — один из Семи даосских мудрецов.

В отличие от вознесения, путешествие адепта на небеса представляет собой лишь временный выход из мира обыденного опыта. Небесное путешествие имеет две стадии: подъем на небо и странствие по небесам.

На первой стадии адепт оставляет землю и устремляется к определенному светилу. Тело даоса становится легким и теряет форму, что позволяет адепту подняться к небесному светилу, оседлав ветер и облака. Этот процесс называется *фэй тянь*, то есть «подъем на небо». Второй этап, то есть странствие по небесам, предполагает передвижение между созвездиями, перемещение с одного созвездия на другое. Это называется *фэй син*, то есть «полет по небу». На этом этапе об адепте говорят, что он ходит по узорам звезд.

В практике небесных путешествий, представленной в даосизме Шанцин, выполнять оба этапа вместе не обязательно. Иногда адепт просто поднимается к звездам, солнцу или луне и остается там, впитывая небесную энергию, после чего возвращается на землю. В других же случаях подъем становится началом путешествия от одного созвездия к другому. Эти две части небесного путешествия отличны друг от друга, они требуют разных заклинаний, молитв, талисманов и подготовительных действий.

Подготовка к небесному путешествию сложна. Во-первых, оно предпринимается только в определенные дни года, большинство из которых совпадает с крупными сезонными вехами, такими, как равноденствие, солнцестояние, новолуние и полнолуние. Во-вторых, перед тем, как отправиться в путешествие, адепт должен совершить очистительные ритуалы, которые предполагают воздержание

от мяса, злаков и секса. В-третьих, необходимо построить алтарь и принести жертвы небесным божествам. Это сопровождается ритуальным начертанием талисманов и поеданием оных. В-четвертых, адепт должен выбрать тихое, укромное место и начертить на земле талисманы, чтобы защитить это место на время, пока его дух будет находиться вне тела. Если оставить тело без защиты, его могут повредить животные или злые духи. Тогда дух лишится оболочки, в которую должен войти, вернувшись из небесного путешествия. И наконец, адепт должен выполнить ряд визуализаций (рис. 4.2) небесных божеств, произнести молитвы, заклинания и совершить движе-

四十六卷 法大宮五天三元宮上先



Рис. 4.2. Адепт школы Шанцин, визуализирующий конфигурацию звезд Северного ковша. Рисунок из «У шан сюань юань сань тянь юй тан да фа» («Несравненное сокровенное, изначальные великие методы Нефритового зала трех небесных сфер»). *Справа:* адепт визуализирует Северный ковш, мысленно окружая им свое тело. *В середине:* адепт визуализирует Северный ковш у себя во рту. *Слева:* адепт восходит к созвездию Северного ковша по Небесной Лестнице

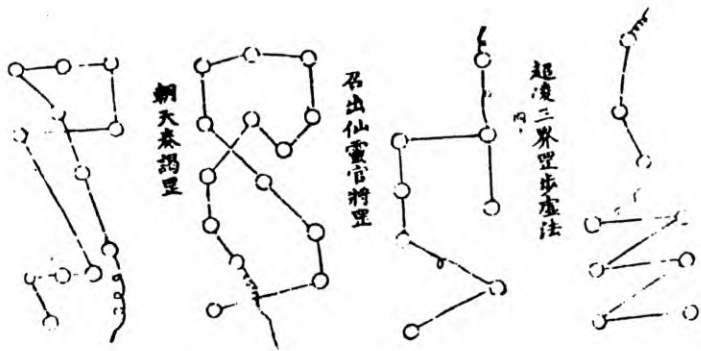


Рис. 4.3. Танцы магического полета. Рисунок из «У шан сюань юань сань тянь юй тан да фа» («Несравненное сокровенное, изначальные великие методы Нефритового зала трех небесных сфер»). Слева: аудиенция у небесных духов, выход за пределы мира духов и небесных стражей. В середине: неуловимые врата, открывающие путь для путешествия в три сферы (Нефритовой чистоты, Великой чистоты и Высшей чистоты). Справа: хождение в ветре

ния священного танца, вдыхая и выдыхая согласно особым правилам, глотая слюну и стискивая зубы. Завершив все процедуры, адепт поднимается в небесный мир.

Покинуть землю и подняться к небесным светилам — это более простой этап небесного путешествия. Если дух адепта покидает тело, этого уже достаточно для того, чтобы его приняли божества — хранители небесного светила, к которому устремляется даос. Достигнув места назначения, дух остается в объятиях и под защитой божества. Странствие по созвездиям — более трудная задача (рис. 4.3). Помимо того, что такое путешествие включает в

себя больше этапов, оно уводит адепта все дальше и дальше от земли (и от собственного тела). Эта часть небесного путешествия называется странствием по небу. Нет необходимости говорить, что странствие по небесному миру — это более продвинутая практика, чем подъем, выполняемый в начале. В более поздние времена адепты внутренней алхимии уподобляли все это расставанию ребенка с матерью, которую он сначала покидает для того, чтобы играть рядом с домом, а потом для того, чтобы, покинув дом, отправиться в дальние края.

Наследие школы Шанцин

Школа Шанцин, особенно ее направление, связанное с именем Тао Хунцзина, продолжала процветать и по окончании периода Южных и Северных династий. Горы Маошань стали центром обучения даосизму; там, в горных скитах, упражнялись многие поколения приверженцев школы Шанцин. Обогащение традиции Маошань продолжалось благодаря некоторым из наиболее выдающихся лидеров даосизма, например Сыма Чэнчжэню (династия Тан, 618–906 гг. н. э.). При династии Сун маошаньское направление школы Шанцин все еще сохранялось как обособленная традиция; позднее его практики были взяты на вооружение школами даосизма, которые появились при династиях Мин (1368–1644 гг. н. э.) и Цин (1644–1911 гг. н. э.).

В наши дни верования и практики школы Шанцин можно обнаружить в нескольких основных системах даосизма. Например, представления о божествах-хранителях, обитающих внутри тела, и о путешествии духа на небеса были усвоены школами

внутренней алхимии и получили в них дальнейшее развитие. Описания внутренних энергетических каналов, приведенные в «Хуан тин цзин», помогали многим поколениям даосов практиковать техники микрокосмической и макрокосмической орбит при занятиях *цигун* (работой с энергией). Карты внутренней вселенной, созданные даосами школы Шанцин, также стали важным инструментом для приверженцев внутренней алхимии, стремящихся трансформировать тело и дух с целью обретения здоровья, долголетия и бессмертия. Методы поглощения тонкой субстанции небесных светил, разработанные школой, сегодня используются посвященными высокого уровня в некоторых школах внутренней алхимии.

Многие приверженцы церемониального даосизма и даосской мантики представляют себе небесный пантеон и иерархию небожителей именно в том виде, в каком их описали даосы школы Шанцин. При династиях Мин и Цин ритуалы школы Шанцин перешли и в школы внутренней алхимии, сделавшие их составной частью своих церемоний. Сегодня в церемониях школы Совершенной истины, да и других школ, появившихся после осуществления философского синтеза буддизма, даосизма и конфуцианства, можно узнать многие ритуалы даосов школы Шанцин.

Школа Действия и воздаяния, возникшая в конце правления династии Сун (XII в. н. э.), усвоила представление о том, что чудовища, обитающие в теле, могут вызвать болезни. Данная идея играет важную роль в свете веры в воздаяние и необходимость творить добрые дела, которая является характерной чертой этой школы. Представления о «хра-

нения Одного», «объятии Одного» и «блюденнии Одного» повлияли на развитие медитативных техник, направленных на успокоение ума, культивацию внутренней природы и исчезновение желаний. И наконец, техники глотания, вдоха-выдоха и управления внутренней циркуляцией энергии стали частью многих форм цигун (искусства управления внутренней энергией) и даосской гимнастики, практикуемой в наши дни.

Дополнительная литература

В главе 8 книги Кристофера Скиппера «Даосский канон» вы найдете краткое, но ясное изложение представления о «хранении Одного», бытующего в даосизме Шанцин. В этой же главе вы найдете перевод маленького фрагмента из «Хуан тин нэй цзин юй цзин» и обсуждение этого сочинения.

Книга Изабель Робине (Isabelle Robinet) «Даосская медитация» является, пожалуй, наиболее авторитетным трудом о школе Маошань — Шанцин. В этой книге вы найдете подробный рассказ о школе Маошань, интересную интерпретацию понятия «цзин» (канон, писание) и удобный для пользователя хронологический список основных событий истории даосизма Шанцин. Хотя книга Робине носит название «Даосская медитация», она не является справочником по медитации, в том числе и по медитации даосов школы Шанцин. Вы не найдете здесь указаний на тему, как надо медитировать. Книга Робине — это научное исследование практик школы Шанцин, написанное с глубоким пониманием предмета.

Читатель получит ясное представление о мистическом даосизме школы Шанцин, его философских

предпосылках, исторической эпохе и влиянии буддизма на даосизм, ознакомившись с книгой Ливии Кон «Древнекитайский мистицизм».

Рассказ о вознесении Лао-цзы на небеса приводится в книге Ливии Кон «Даосская мистическая философия». Книга содержит перевод «Сисин цзин» («Писание об уходе на Запад») и анализ этого текста. Хотя этот текст повествует о том, как Лао-цзы покинул Срединное Государство и понес свое учение в Индию, там подразумевается также, что он обрел бессмертие и в конце концов вознесся на небо. Кон не только перевела этот текст, но и добавила к нему интересное исследование даосских представлений о вознесении, мудрости и физической вселенной.

Тем читателям, которые хотят узнать побольше о разработанных даосами школы Шанцин практиках полета к звездам и визуализации божеств-хранителей, будет полезна антология Ливии Кон «Опыт даосизма». Обратите внимание на следующие разделы:

«Внутренние божества»: «Нефритовый канон внешних планов Желтого двора» (The Outer Radiance Scripture of the Yellow Court) (текст № 24, перевод трактата «Хуан тин вай цзин юй цзин»).

Свет в теле: «Тайные наставления Святого владыки в писании Великого благоденствия» (Secret Instructions of the Holy Lord on the Scripture of Great Peace) (№ 25).

Истинное Одно: «Мудрец, объемлющий первожданную простоту» (Book of the Master Who Embraces Simplicity), внутренние главы, глава 18 (№ 26).

Триада: «Писание трех Изначальных реализованных Владыки Золотой башни» (Scripture of the Three

Primordial Realized Ones by the Lord of the Golden Tower) (№ 27).

Одно во всем: «Сокровенное жемчужное зеркало ума» (Mysterious Pearly Mirror of the Mind) (№ 28)

Путешествия к звездам: «Три способа подняться к небесной тропе» (Three Ways to Go Beyond the Heavenly Pass) (№ 34).

Майкл Сэйсо тоже перевел «Хуан тин вай цзин юй цзин». В книге «Золотой павильон: даосские способы достижения мира, исцеления и долголетия» он приводит перевод популярного комментария к «Хуан тин цзин» и свою собственную трактовку медитаций школы Шанцин.

На фоне более ранних исследований, отмеченных этноцентрическим подходом, а также сухости и бесстрастности многих современных ученых подход к даосизму, который демонстрируют Скиппер, Робине, Кон и Сэйсо, производит освежающее впечатление. Надеюсь, что недавнее появление работ этих авторов является знаком того, что научное сообщество Запада начинает не только рассматривать даосизм как объект интеллектуального анализа, но и признавать тот значимый духовный опыт, который он несет своим адептам.

Глава 5

РАЗВИТИЕ ДАОССКОЙ АЛХИМИИ (200–1200 гг. н. э.)

Когда-то считалось, что в тигле европейского алхимика обычные металлы превращаются в золото, освободившись от загрязнений в огне горна. В даосской алхимии очищаются не металлы, а тело и дух самого алхимика. Возрожденный гармоническими пневмами инь и ян, преображенный огнем и водой, алхимик восстает из котла, воссоединившись с изначальной жизненной энергией дао.

Даосскую алхимию иногда называют физиологической, поскольку ее цель — трансформировать физиологическую структуру и функции человеческого тела. Физиологическая алхимия существует в двух формах: внешней и внутренней. Последователи внешней алхимии собирают травы и минералы, чтобы изготовить пилюлю или эликсир, которые делают бессмертным проглотившего их человека. Поэтому методы внешней алхимии предполагают такие действия, как сооружение горна, сбор минералов и трав, смешивание различных субстанций.

Согласно теории внутренней алхимии, все ингредиенты, необходимые для достижения бессмер-

тия, находятся внутри тела самого человека. Именно эти субстанции и должны подвергнуться очищению и трансформации. Поэтому методы внутренней алхимии связаны с развитием жизненной энергии внутри тела без применения веществ, взятых извне.

Хотя методы внешней и внутренней алхимии различны, первые алхимики не усматривали между ними противоречия. Проводя исследования и připravляя эликсиры, большинство древних алхимиков практиковали гимнастические упражнения, медитацию и сексуальную йогу. Однако термин «внутренний эликсир» (нэй дань) появляется в даосских сочинениях лишь при династии Тан (618–906 гг. н. э.). Это ввело в заблуждение многих людей, которые заключили, что до VII века н. э. методы даосских алхимиков ограничивались приемом внутрь минералов. Это неверно. Поскольку древнейшие алхимики не видели противоречия между приемом внутрь минералов и методами трансформации тела и духа, проводящейся изнутри, им не было нужды разграничивать внешние и внутренние техники. Лишь когда оба метода стали считаться несовместимыми (главным образом в послетанскую эпоху), возникла необходимость четко разграничить эти два направления.

В наши дни внутренней алхимией называют любую даосскую практику, которая направлена на трансформацию духа и тела с целью достижения здоровья и долголетия. Многие современные адепты внутренней алхимии в дополнение к практике цигун и медитации используют также травы и особую диету. Таким образом, поскольку сегодня практика внутренней алхимии включает в себя и «вне-

шние», и «внутренние» методы, она стала по сути своей ближе к древней форме физиологической алхимии, бытовавшей в III веке н. э.

Становление алхимии: эпоха Вэй Бояна и Гэ Хуна (династии Восточная Хань, Вэй и Цзинь, 200–589 гг. н. э.)

Интерес даосов к здоровью и долголетию отразился уже в сочинениях Лао-цзы и Чжуан-цзы. В период Воюющих царств даосизм стал придавать здоровью и заботам о теле еще большее значение. В конце этой эпохи, завершившейся в 221 г. до н. э., в Китае существовал целый класс людей, которые объявляли себя знатоками искусств продления жизни и бессмертия. Это были маги фан ши, о которых уже шла речь в главе 3. Одна из групп фан ши специализировалась на врачевании методами талисманной магии, тем самым явившись предшественницей школы Небесных наставников. Фан ши другой категории специализировались на техниках продления жизни, практиковали прием минералов внутрь, гимнастические упражнения, сексуальную алхимию и йогические методы психогигиены. Эти маги явились пионерами как внутренней, так и внешней алхимии.

При династии Хань вера в бессмертных была очень распространенным явлением, так что поиски эликсиров (пилюль) бессмертия, которыми занимались фан ши, получали поддержку со стороны императоров и знати. Если сами фан ши были знатоками и внутренних, и внешних методов алхимии, включая как «внезапные», так и «постепенные» техники, то императоров и верхи общества больше

интересовали быстродействующие рецепты. Это приводило к тому, что экспериментам с травами и минералами отдавалось предпочтение перед гимнастикой и медитацией, практика которых требует труда и дисциплины.

Богатых покровителей имели не все алхимики; некоторые из них были отшельниками и работали в собственных лабораториях. Таким был и Вэй Боян, алхимик периода Восточной Хань (25–220 гг. н. э.), у которого была своя лаборатория в горах. Легенда гласит, что когда Вэй Боян, проводя эксперименты по созданию эликсира бессмертия, убедился в том, что достиг успеха, он дал своей собаке проглотить одну из полученных пилюль. Съев пилюлю, собака упала замертво. Тогда Вэй Боян сам проглотил пилюлю и тоже упал, потеряв сознание. Один из учеников Вэй Бояна оказался маловером и покинул учителя, но другой ученик, преданный наставнику, проглотил последнюю оставшуюся пилюлю и тоже упал без сознания. Вскоре Вэй Боян встал, почувствовал легкость в теле и поднялся в небо. Преданный ученик и собака тоже пришли в себя и полетели вслед за хозяином. Вэй Боян (рис. 5.1) не только достиг бессмертия, но и оставил после себя алхимический трактат под названием «Единение триады» («Цань тун ци»). Даосы считают этот трактат родоначальником всех алхимических текстов, как по внешней, так и по внутренней алхимии.

Учение «Единения триады» («Цань тун ци»)

Представления о вселенной, изложенные в «Единении триады», сходны с представлениями клас-



Рис. 5.1. Вэй Боян с учеником, алхимическим котлом и собакой

сического даосизма. Дао рассматривается в этом трактате как начало всех вещей, а изначальная энергия дао — как источник жизни. Подобно тому как природа, следуя принципам дао, обновляется, смертные могут достичь обновления и бессмертия, живя в согласии с этими принципами.

Наиболее важный принцип процесса творения и обновления — соединение инь и ян. Вещественной манифестацией инь и ян являются вода и огонь; поэтому знание того, когда использовать огонь и воду, когда применять жар, а когда — холод, имеет



Рис. 5.2. Алхимические печь и котлы. Рисунок из «Сю чжэнь ли цзянь мяо ту» («Утонченные иллюстрации опытов пестования Истины»). Вверху изображен котел, на котором лежит меч. Рядом совокупаются два животных — феникс и дракон. В результате их союза возникает Золотой Эликсир. На нижнем наброске изображены два варианта печи. Между набросками печи — три алхимических субстанции: ртуть, эликсир и свинец (слева направо)

решающее значение для совершенствования энергии и обновления жизни. Жизнь обновляется, когда тело избавляется от нечистоты. Аналогичным образом пилюля или эликсир бессмертия возникают при очищении и смешении соответствующих субстанций. Прокалившись жаром печи и очистившись паром, поднимающимся от воды, на которую воздействует огонь, алхимик перерождается в котле и объемлет Дыханием дао.

Успех алхимического процесса зависит от качества печи, мехов и котла (рис. 5.2). Чтобы огонь был

достаточно сильным для выплавки ингредиентов, нужна хорошая печь; чтобы поддерживать на каждой стадии очистки точно выверенную температуру, требуются хорошие мехи; вместительным веществам, прошедших процесс очистки, должен служить непротекающий котел. В системе внешней алхимии эти термины обозначают оборудование алхимической лаборатории, но в системе внутренней алхимии печь, мехи и котел получают физиологические эквиваленты.

Печь производит огонь ян, то есть жизненную энергию, которая приводится в движение водной энергией инь, то есть воспроизводящей энергией (понятия «инь» и «ян» обсуждаются в главе 8). Использовать мехи — значит использовать дыхание, чтобы раздуть пламя, необходимое для трансформации жизненной энергии в пневму (ци). Котел — это место внутри тела, в котором очищается и накапливается энергия. Когда загрязнения выгорят, появляется «золотая пилюля», то есть эликсир бессмертия. В даосской алхимии этот эликсир называют также «священным зародышем», так как для того, чтобы он созрел, его нужно определенное время вынашивать, как вынашивается зародыш в матке. Поэтому, когда в «Цань тун ци» говорится о воде и огне, нагревании и охлаждении, создании печи, размещении котла и использовании мехов, книга одновременно описывает процессы как внешней, так и внутренней алхимии.

Древнейшие алхимики не отрицали, что успокоение ума и устранение желаний имеют большое значение. В отдельных частях «Цань тун ци» описаны методы медитации. Например: «Успокойте себя изнутри. В мире, покое и полной пустоте скрытый свет первоначала загорится, дабы осветить все тело целиком».

В «Цань тун ци» содержатся и указания на то, что при накоплении и трансформации внутренней энергии вместе с несексуальными методами можно использовать и сексуальные техники. Обдумайте следующие положения: «Когда цянь (небо, а также самец. — *Прим. автора*) приходит в движение, он поднимается вертикально. Пневма распространяется, когда струится порождающая энергия. Когда кунь (земля, а также самка. — *Прим. автора*)* находится в покое, она сжимается, становясь печью в обители дао. Примени твердость, затем удали. Преобразуй ее в мягкость, дабы обеспечить возбуждение».

Поэтому не удивительно, что даосы считают «Цань тун ци» родоначальником всех алхимических текстов. Внутренняя и внешняя алхимия, сексуальные и несексуальные техники — в этом классическом сочинении по алхимии изложено все. Это говорит о том, что древнейшие алхимики не видели противоречия между указанными способами поиска бессмертия.

Учение Гэ Хуна в трактате «Мудрец, объяввший простоту» («Баопу-цзы»)

Другим великим представителем древней даосской алхимии был Гэ Хун, живший в эпоху поздней Цзинь, в конце IV — начале V века. Гэ Хун принадлежал к влиятельной аристократической семье Юго-Восточного Китая. В IV–V веках члены семейства Гэ играли важную роль в развитии даосиз-

*«Цянь» и «кунь» название двух главных программ, символизирующих соответственно «небо» и «землю». — *Прим. ред.*

ма: один из них, Гэ Сюань, был хранителем писаний Линбао школы Небесных наставников. Семейство Гэ было также связано брачными узами с семейством Сюй, которое сыграло такую большую роль в становлении школы Шанцин. Вероятно, эти отношения и объясняют эклектизм, которым отмечены практика и представления Гэ Хуна.

Сочинения Гэ Хуна объединены в книгу под названием «Баопу-цзы», что переводится как «Мудрец, объявший простоту». «Баопу-цзы» сильно отличается от «Цань тун ци» Вэй Бояна. Если «Цань тун ци» полностью посвящен алхимии, то «Баопу-цзы» напоминает энциклопедию. В ней приводятся рецепты, списки ингредиентов, процедуры изготовления внешней пилюли, рекомендации по успокоению ума и уменьшению желаний, методика гимнастических и дыхательных упражнений, а также мысли относительно «хранения Одного». Кроме того, в «Баопу-цзы» описаны способы избавления от внутренних чудовищ, что характерно для школы Шанцин, методы применения талисманов и других защитных приемов, необходимых во время странствий в горах в поисках трав и минералов, а также рассказы о бессмертных, рассуждения о нравственном поведении и воздаянии, разнообразные советы по части даосской практики. Удивительно, но Гэ Хун не считал, что эти практики несовместимы или противоречат друг другу.

При всем своем эклектизме Гэ Хун все же считал внешней алхимию наиболее легким путем к бессмертию. С его точки зрения, при изготовлении пилюли бессмертия самое главное — сбор нужных ингредиентов и их правильное приготовление. Ингредиенты следует собирать только в особые дни и в

определенных местах в горах. Кроме того, люди, их собирающие, должны защититься, взяв с собой талисманы, нараспев произнося соответствующие заклинания и ходя «шагами Юя».

Несмотря на то что в «Баопу-цзы» основной акцент стоит на приеме минералов внутрь, в этой книге ясно очерчена та роль, которую нравственность играет в искусствах продления жизни. Чтобы достичь долголетия, необходимо дополнять физические техники (как внешние, так и внутренние) правильным психологическим настроением. Таким образом, Гэ Хун полагал, что успокоение ума, уменьшение желаний, контроль над эмоциями и добрые дела являются существенным аспектом работы, направленной на достижение долголетия.

Что касается собственно алхимической практики, то Гэ Хун, не будучи таким пуристом, как Вэй Боян, все же оставался алхимиком, поскольку проводил эксперименты с травами и минералами, проповедовал совершенствование духа и применял физические техники трансформации тела. Подобно своему предшественнику Вэй Бояну, Гэ Хун не видел противоречия между приемом внутрь веществ внешнего происхождения и внутренними техниками трансформации тела и ума.

Разделение внешней и внутренней алхимии (династия Тан, 618–960 гг.)

В конце периода Южных династий (около 580 г.) у даосских алхимиков появились сомнения: так ли уж полезно глотать снадобья, сделанные из свинца, ртути, киновари и солей серной кислоты? Многие алхимики и их покровители погибли, приняв

эликсиры, состоящие из ядовитых веществ. Поскольку алхимики не были точно уверены, какой именно эффект произведут приготовленные ими «пилюли бессмертия», при алхимических экспериментах в качестве подопытных кроликов стали использовать преступников, осужденных на смерть. Попытки создать эликсир бессмертия провалились, и этот факт требовал пересмотра методов внешней алхимии и переоценки теоретической базы всей системы. Все это неизбежно повлияло на развитие алхимии при династии Тан.

Под властью династии Тан Китай вступил в эпоху политической стабильности и процветания. Именно тогда были созданы многие из величайших произведений поэзии, изобразительного искусства и каллиграфии. Были открыты торговые пути, установлены дипломатические отношения с другими странами: на востоке — с Японией, на западе — с государствами Центральной Азии, Индии и Европы. Танские императоры свято верили в возможность создания пилюли бессмертия. Императоров, умерших от отравления ядовитыми минералами, в этой династии насчитывается больше, чем в любой другой.

В начале танской эпохи сложились все условия для того, чтобы внешняя алхимия, пришедшая в упадок в конце периода Южных и Северных династий, снова обрела популярность. Императоры и аристократы жаждали бессмертия, даосские алхимики были готовы к переоценке своих теорий и исследований, а даосизм проник во все слои общества. При династии Тан увлечение эликсирами бессмертия стало элементом социальной жизни. Такие поэты, как Ли Бо и Бо Цзюй-и, восхваляли искусство дос-

тижения бессмертия, а исследования и практика последователей внешней алхимии достигли в своем развитии новых высот.

Благодаря тому, что императоры оказывали покровительство внешней алхимии, в китайском обществе появилась новая группа алхимиков-даосов. Это были люди, которые занимались исключительно исследованием и изготовлением эликсира бессмертия. В дотанскую эпоху алхимии, трудясь над изготовлением внешнего эликсира, практиковали и другие техники достижения долголетия. Некоторые из ранних алхимиков были эклектиками, подобно Гэ Хуну, и сочетали внешнюю алхимию, травную медицину, талисманную магию, гимнастику, дыхательные упражнения и медитацию. Другие, как Тао Хунцзин, практиковали методы продления жизни, типичные для даосизма Шанцин, используя травы и минералы лишь в качестве дополнения. Практика третьих, например легендарного Вэй Бояна (см. с. 97), представляла собой смесь внешней и внутренней алхимии и сексуальной йоги. Число даосов, посвятивших себя исключительно внешней алхимии, стало расти лишь в эпоху Тан.

Оживление пылкого интереса к внешней алхимии породило ряд новых идей. Алхимики танского времени признавали, что существует два вида эликсиров. Первые возникают естественным путем и содержатся в минералах и камнях, впитавших из вселенной пневмы инь и ян. В определенном количестве поглощая солнечный и лунный свет на протяжении четырех тысяч трехсот двадцати лет, такие вещества, как свинец и ртуть, превращаются в киноварь и в конце концов кристаллизуются в пилюлю золотистого цвета. Человек, проглотивший эту пилюлю, стано-

вится бессмертным. Излишне говорить, что пилюли, возникшие при описанных здесь естественных условиях, встречаются очень редко, так что алхимики были вынуждены заняться поиском способов, позволяющих создать пилюлю искусственно. Обоснованием их усилий служило предположение, что если воспроизвести в лаборатории жар ян и холод инь, то эликсир бессмертия можно получить и в искусственных условиях. Поэтому исследования адептов внешней алхимии в эпоху Тан во многом вращались вокруг того, как создать печь и котел по образу и подобию естественной печи и естественного котла, то есть неба и земли.

При приготовлении пилюли бессмертия жар печи должен увеличиваться и уменьшаться, воспроизводя движение солнца, луны и звезд. Чтобы алхимический процесс увенчался успехом, процесс нагревания также должен воспроизводить последовательность, в которой прибывают и убывают янский огонь солнца и тонкая иньская субстанция луны. Поэтому огонь в печи необходимо разжечь в одиннадцатом месяце и в течение всего года регулировать нагрев в определенные критические моменты. При соблюдении всех этих тонкостей алхимику удастся смоделировать в своей лаборатории естественные природные условия.

И последнее: ингредиенты эликсира необходимо выбирать и смешивать с такой же точностью, как и при составлении препаратов травной медицины. В одном из авторитетных текстов того времени перечислено двадцать семь веществ-ингредиентов, в число которых входят свинец, ртуть, цинк, никель, сульфат натрия, каменная соль, сульфид ртути, серебро, киноварь, различные виды мала-

хита и окислы мышьяка. С первого взгляда на этот список ясно, что большинство перечисленных в нем веществ ядовито. Впрочем, алхимики действительно признавали, что неверная дозировка ингредиентов может повлечь за собой смерть.

Происходило множество отравлений. Люди, проглотившие пилюлю бессмертия, страдали от медленного отравления, которое выводило из строя печень и селезенку. Встречались и другие фатальные последствия, включая расстройство нервной системы и разные формы психических нарушений. Через триста лет неудачных исследований и экспериментов внешняя алхимия пришла в упадок.

Ближе к концу танской эпохи даосы начали задаваться вопросом, возможно ли в действительности обрести бессмертие. Это привело к пересмотру значения понятия «бессмертие». Одно из определенных бессмертия сформировалось под буддийским влиянием. Это определение гласило, что бессмертие есть освобождение от бесконечного цикла перерождений. Согласно другому определению, бессмертие отождествлялось с долгой здоровой жизнью. Постепенно последователи искусств достижения бессмертия обратились к медитации, массажу, гимнастическим упражнениям и позам йогического типа, рассматривая их как средство пестования жизни. В конце эпохи Тан расцвет внешней алхимии был уже позади.

В последние десятилетия правления танскую династию терзали придворные интриги, крестьянские восстания, непокорность губернаторов провинций и постоянная угроза вторжения со стороны сопредельных племен. В конце концов один влиятельный губернатор ввел в столицу войско, низложил императора и объявил себя основателем новой династии.

На следующие пятьдесят лет Китай вновь погрузился в политический хаос. Одно военное правительство сменялось другим, так что за это время на исторической сцене появилось и исчезло пять династий. Взлеты и падения этих династий-однодневок сопровождалось еще большим разгулом насилия, чем в эпоху Южных и Северных династий. Кроме того, новые династии контролировали лишь малую часть земель, принадлежавших ранее танской империи. Многие области захватили могущественные губернаторы провинций, которые теперь походили на мелких царьков. Эти полунезависимые области назывались «Десятью царствами».

Во время политического хаоса периода Пяти династий и Десяти царств многие интеллектуалы отказались от политической деятельности, уйдя в отшельники. Большинство из этих людей получили конфуцианское образование. Самыми знаменитыми из даосов, воспитанных в традициях конфуцианства, были Люй Дунбинь, Чжэнь Дуань (Чжэнь Си) и Ван Чуньян. Обратившись в даосизм, эти ученые сохранили верность конфуцианским ценностям. В даосизме их привлекали не талисманная магия Небесных наставников, не поиски пилюли бессмертия (навязчивая идея адептов внешней алхимии), а то направление, которое стремилось к пестованию добродетели, здоровья, покоя, к простой и гармоничной жизни.

Кульминация развития внутренней алхимии: эпоха Чжан Бодуаня (Северная и Южная Сун, 960–1368 гг.)

Правление династии Сун (960–1279) стало золотым веком внутренней алхимии. Теория и практика

этого направления обрели тогда сложность и изощренность, которых внутренняя алхимия не достигала ни в какой другой период китайской истории.

Главным патриархом внутренней алхимии считается Люй Дунбинь. Он родился в конце правления династии Тан, пережил эпоху Пяти династий и Десяти царств и застал начало правления династии Сун. Политическая обстановка того времени вызвала у Люя чувство разочарования. Отказавшись от политических амбиций, он последовал в горы за бессмертным по имени Чжунли Чуань, чтобы изучать искусство внутренней алхимии.

Люй Дунбинь передал свое учение нескольким ученикам, которые, в свою очередь, основали собственные школы искусств продления жизни. Одним из этих учеников был Чжэнь Си, который прославился прежде всего новаторскими техниками цигун. Его разновидность внутренней алхимии включала в себя космологию «Ицзин», конфуцианские идеи культивации добродетели и физические техники, связанные с циркуляцией энергии.

Другим учеником Люй Дунбиня был Ван Чуньян, основатель школы Совершенной истины, один из первых даосов, явственно объединивших даосизм с буддизмом и конфуцианством. Об Учении Совершенной истины мы более подробно поговорим в главе 6, где будет рассмотрен философский синтез этих трех школ мысли.

Но самым выдающимся теоретиком и практиком внутренней алхимии при династии Сун был, несомненно, Чжан Бодуань. Время жизни Чжан Бодуаня (987–1092) пришлось на начало правления сунской династии. С учением Люй Дунбиня он познакомился через Лю Хайчжана. Сочинения Чжана

полны алхимических терминов: он говорит о печи и котле, процессе выплавки, соитии инь и ян и кристаллизации золотой пилюли в результате соединения свинца и ртути. После публикации его книги «Главы о прозрении истины» («У жэнь пянь») Чжан Бодуаня стали называть преемником Вэй Бояна. Тем не менее взгляды этих двух алхимиков не вполне совпадали: если Вэй Боян считал, что эликсир бессмертия можно создать из веществ внешнего происхождения, то Чжан Бодуань полагал, что все ингредиенты и инструментарий, необходимые для алхимического процесса, находятся внутри человеческого тела.

В системе внутренней алхимии Чжан Бодуаня свинец и ртуть — это эссенции энергий инь и ян, заключенных в теле, печь — это жар, выработанный в нижнем даньтяне (рис. 5.3), котел находится в месте очищения внутренней энергии, нагнетанию воздуха мехами соответствует регуляция дыхания и управление огнем в нижнем даньтяне, бессмертный зародыш — это ступок очищенной энергии, которая является источником долголетия и бессмертия, а десять месяцев, во время которых человеческий зародыш развивается в матке, соответствуют времени, необходимому для созревания внутреннего эликсира.

Система внутренней алхимии Чжан Бодуаня явилась частью той революции, которая произошла в даосизме при династии Сун и породила форму даосизма, отмеченную влиянием дзэн-буддизма и конфуцианства. Это направление призывало совмещать совершенствование тела с совершенствованием сознания, а методы опустошения ума — с физическими техниками управления циркуляцией внутренней энергии.



Рис. 5.3. Печь и котел в теле адепта внутренней алхимии. Рисунок из «Нэй вай гун ту шо» («Иллюстрации к внутренним и внешним методам культивации») из собрания Сяо Тяньши. Рисунок озаглавлен «Изображение Света, сияющего во всех направлениях». Котел-треножник символизирует и печь и котел, локализованные в нижнем даньтяне; месяц представляет собой центр среднего даньтяня; диск на голове адепта — полость ни-вань (глиняный шарик). Практикующий держит в руках сферы Красного ворона и Яшмового зайца, которые представляют собой соответственно тонкие субстанции ян и инь. Надпись сверху гласит: «Полости; отверстия трех полостей; внутри полостей находятся тончайшие эманации; когда тончайшие полости становятся видимыми, это называется светом, сияющим во всех направлениях»

В сунскую эпоху одним из последователей внутренней алхимии, находившихся под наиболее сильным влиянием конфуцианства, был Ван Чунъян. В его учении играли большую роль добродетель, честь и другие конфуцианские ценности. Чжан Бодуань, напротив, был меньше привязан к конфуцианскому кодексу поведения. Более прагматично подходя к техникам продления жизни, он считал, что на начальных этапах совершенствования тела вполне применимы сексуальные техники. В противоположность Чжан Бодуаню, Ван Чунъян не считал сексуальную алхимию допустимым методом.

После смерти Чжан Бодуаня его ученики основали южную ветвь школы Совершенной истины. Основателем противоположной ей северной ветви стал ученик Ван Чунъяна — Цю Чанчунь. В конце сунской эпохи адепты внутренней алхимии (например, Чжан Саньфэн, создатель тайцзицюань) начали практиковать внутренние стили боевых искусств как элемент внутренне-алхимической работы. Другие адепты даосизма сочетали медитацию и гимнастические упражнения, а некоторые, работая над достижением здоровья и долголетия, даже использовали методы поглощения тонкой субстанции солнца, луны и звезд, характерные для школы Шанцин. Другие даосы возрождали практику приема внутрь трав (но не минералов!), дополняя этим внутреннеалхимические методы. Однако адептов внутренней алхимии, при всех указанных различиях, объединяла одна общая черта: все они признавали, что внутренняя алхимия включает в себя как физическую, так и психическую трансформацию человека. В этом отношении все они были сторонниками совершенствования как духа, так и тела.

Дополнительная литература

Если вас заинтересовала история внешней алхимии, прием внутрь минералов и изготовление пилюль бессмертия, обратитесь к книге Джозефа Нидэма (Joseph Needham) «Наука и цивилизация Китая» (том 5, часть 3). В этом же томе вы найдете прекрасный рассказ о том, какой вклад внесли Вэй Боян и Гэ Хун в развитие науки физической алхимии.

Об истории внутренней алхимии говорится в томе 5, части 5 этой же книги. Нидэма больше интересовали научные ответвления внутренней алхимии, а не ее практика в качестве духовной дисциплины. Интересно сравнить подход Нидэма к даосским искусствам здоровья и долголетия с позицией Масперо, Робине, Кон и других исследователей, которые обращают основное внимание на духовную ценность внутренней алхимии.

Чтобы почувствовать дух древних алхимических сочинений, познакомьтесь с переводом избранных частей «Бао пу цзы нэй бянь» («Внутренние главы Мудреца, объявшего простоту»), который выполнил Джеймс Уэйр (James Ware). Хотя Уэйр использует для китайских терминов устаревшие эквиваленты, которые могут иногда ввести читателя в заблуждение (например, он полагает, что *шэнь* означает «Бог», тогда как на самом деле это лучше перевести как «дух»), его перевод тем не менее остается хорошим источником информации о древней алхимической литературе.

В книге Томаса Клири «Постижение Истины» приводится полный перевод сочинения Чжан Бодуаня «У жэнь пянь». Клири включил туда и вне-

шные главы, которые Чжэнь добавил позднее для людей, несведущих в тайнах алхимии. Во внешних главах содержится меньше специальной терминологии, чем во внутренних, и психическая сторона внутренней алхимии обсуждается более подробно, чем физическая. Клири также включил в свою книгу комментарий Лю Имина, жившего при династии Цин. Этот комментарий не следует воспринимать как окончательную, не требующую пересмотра трактовку оригинального произведения Чжана. Следует отметить, что Лю Имин, в сущности, склонен психологизировать физические феномены, описанные у Чжан Бодуаня. Направление даосизма, которого придерживался Лю Имин, отличалось особым подходом к внутренней алхимии, при котором она считалась прежде всего психическим феноменом. (Подробнее об этом направлении даосизма рассказывается в главе 6.) Воззрения Лю на внутреннюю алхимию сильно отличаются от взглядов Чжан Бодуаня, и комментарий к «У нэй пянь», принадлежащий Лю, скорее представляет собой переработку или «демифологизацию» текста Чжана, чем попытку его адекватного объяснения. Клири отделяет исходный текст Чжана от комментария Лю, печатая исходный текст жирным шрифтом, а комментарий — более бледным.

Другое знаменитое произведение Чжан Бодуаня — короткий трактат, озаглавленный «Цзинь дань сы бо цзы». В книге «Эзотерические даосские доктрины» Томас Клири переводит указанное название как «Четыреста слов о золотом эликсире», также прилагая к этому трактату комментарий Лю Имина.

Изабель Робине написала для книги «Даосская медитация и методики продления жизни», вышед-

шей под редакцией Ливии Кон, короткую главу «Вклад внутренней алхимии в развитие даосизма и китайской философии». Этот текст Робине представляет собой краткий, но содержательный очерк развития внутренней алхимии при Тан и в начале эпохи Сун.

Авторитетный обзор этапов истории даосизма, рассмотренных в главах 3, 4 и 5, читатели найдут также в работе Масперо «Даосизм и религии Китая» (книги 5 и 7).

Философский синтез

(династия Северная Сун, 960–1126 гг.)

Первоначально синтез даосизма, буддизма и конфуцианства происходил главным образом на уровне философии. Течение даосизма, и ранее тяготевшее к культивации внутреннего мира и покоя, соединилось в этом синтезе с дзэн-буддийской теорией изначального ума и конфуцианской идеей об изначальной природе добра. Главным апологетом этого синтеза был Ван Чунъян.

Ван Чунъян и школа Совершенной истины

Ван Чунъян (Ван Чжэ) получил классическое конфуцианское образование. Однако в годы жестокого военного правления императоров Пяти Династий конфуцианские ценности и великодушные политики были никому не нужны. В возрасте сорока лет Ван Чжэ оставил надежды сделать карьеру чиновника. Желая овладеть искусствами продления жизни, он поступил в учение к даосским святым Люй Дунбиню и Чжунли Чуаню и принял даосское имя Ван Чунъян.

История и легенда гласят, что до того, как заняться изучением даосских искусств, Ван Чунъян изучал различные направления буддизма, в том числе учения школ Чань и Тяньтай. Даже овладев даосизмом, он продолжал высоко ценить и чань-буддизм, и конфуцианство. Ван Чунъян полагал, что соединение чаньского переживания пустоты, конфуцианской этики и даосских методов достижения здоровья и долголетия может привести к полному постижению подлинной природы вещей. Поэтому он назвал созданное им направление даосизма школой Совершенной истины (Цюаньчжэнь).

Глава 6

СИНТЕЗ ДАОСИЗМА, БУДДИЗМА И КОНФУЦИАНСТВА

(1000 г. — настоящее время)

В конце X в. н. э. казалось, что мечты о создании пилюли бессмертия из минералов наконец-то изжили себя. Переоценка теории и практики внешней алхимии, занявшая триста лет, не принесла позитивных результатов, а многочисленные отравления и смерти убедили сообщество даосов в том, что настало время найти иной путь продления жизни.

Из-за политического хаоса в период Пяти династий и Десяти царств (907–960) многие ученые-конфуцианцы стали отшельниками. Они взяли все наиболее существенное из даосизма, восхищались духовной дисциплиной чань-буддизма, но не желали отказаться и от конфуцианских ценностей. Эти ученые положили начало синтезу даосизма, буддизма и конфуцианства — течению, которое ставило основной акцент на параллельном совершенствовании тела и духа. Такой синтез характерен для многих даосских искусств продления жизни, которые практикуются в наши дни.

Школа Ван Чунъяна включила в число своих священных текстов конфуцианский «Канон сыновней почтительности» («Сяо цзин») и буддийскую «Праджняпарамиту хридая сутру» («Сутру сердца праджня-парамиты»). Среди даосских текстов наиболее важными считались «Дао дэ цзин» и «Книга о чистоте и покое» («Цин цзин цзин»).

Учение Совершенной истины не было эклектической системой. Представленное в нем соединение даосизма, чань-буддизма и конфуцианства породило уникальный подход к даосизму, предполагавший параллельное совершенствование тела и духа. Даосизм стал фундаментом этого синтеза, тогда как конфуцианство и чань-буддизм выступали скорее как дополнение; тем не менее школа, созданная Ван Чунъяном, носит более сильный конфуцианский и чань-буддийский отпечаток, чем любая другая форма даосизма, появившаяся при династии Сун.

В системе представлений Ван Чунъяна дао является лишенной формы, недифференцированной энергией, подлинной реальностью, которая лежит в основе вселенной. Слиться с дао — значит черпать энергию из самого источника жизни. Это обеспечивает долголетие. Однако первичную реальность дао может воспринять лишь изначальный ум, свободный от мыслей, привязанностей и желаний. Согласно учению школы Совершенной истины, изначальный ум — это также и изначальный дух (*юань шэнь*), то есть бессмертный зародыш. Ван Чунъян учил, что искру Дао несет в себе каждый человек, но страстные желания и бессмысленные мысли не позволяют ей развиваться. Целью даосской практики является возврат к изначальному уму путем устранения ба-

рьеров, отделяющих нас от него. Как и в чань-буддизме, духовный тренинг школы Совершенной истины начинается с устранения от желаний и освобождения ума от мыслей. Это позволяет достичь покоя и воспринять дао.

Конфуцианство наложило на образ мыслей Ван Чунъяна сильный отпечаток. Ван не только включил в процесс духовного тренинга выработку таких конфуцианских ценностей, как добродетель, гуманность и честь, но также приравнивал изначальный ум к конфуцианскому понятию изначальной природы добра. С точки зрения Ван Чунъяна, изначальный ум не только свободен от желания, но также и склонен к добру, поэтому школа Совершенной истины придает большое значение гуманным поступкам. Однако, невзирая на влияние конфуцианства и буддизма, школа Совершенной истины, созданная Ван Чунъяном, по сути своей осталась направлением даосизма: она признает, что духовный тренинг предполагает трансформацию как сознания, так и тела, а также алхимический характер этой трансформации.

Разделение школы Совершенной истины

Не все ученики Ван Чунъяна были согласны с его подходом к совершенствованию тела и духа; даже Семь даосских мудрецов, любимые ученики мастера, интерпретировали его мысли по-разному, что стало причиной образования различных сект в рамках школы Совершенной истины.

Наиболее известным расколом школы стало образование двух ее ветвей — южной, созданной Чжан Бодуанем, и северной, основателем которой стал любимый ученик Ван Чунъяна — Цю Чанчунь



Рис. 6.1. Цю Чанчунь, один из Семи мудрецов школы Совершенной истины. Изображение из монастыря Белых Облаков в Пекине

(рис. 6.1). Чжан Бодуань учился не у самого Ван Чунъяна, но наставник Чжана — Лю Хайчань — был учеником Люй Дунбиня; таким образом, учитель Чжана являлся однокашником Ван Чунъяна.

Различия между учением Ван Чунъяна и Лю Хайчаня существовали и ранее; по сути, можно сказать, что разделение школы Совершенной истины произошло за одно поколение до Чжан Бодуаня. Расходящиеся формы Учения Совершенной истины существовали с самого начала, еще с того времени, когда Лю Хайчань и Ван Чунъян вместе учи-

лись у Люй Дунбиня. Когда преемниками Лю и Вана стали Чжан Бодуань и Цю Чанчунь, существование двух направлений в рамках школы Совершенной истины было признано официально. Современные историки даосизма отождествляют северную ветвь школы, основанную Цю Чанчунем, с сектой Врата дракона (Лунмэнь), а южную ветвь Чжан Бодуаня — с сектой Пурпурный нефрит (Цзыян).

Между двумя направлениями школы Совершенной истины существовало несколько важных различий. Прежде всего, Ван Чунъян придавал больше значения совершенствованию духа и учил, что сознание следует совершенствовать прежде, чем тело. В свою очередь, Чжан Бодуань настаивал на том, что тело следует готовить в первую очередь, и активнее подчеркивал значение укрепления тела. Школа Совершенной истины Ван Чунъяна использовала медитативные методы типа чань-буддийских, чтобы создать основу духовного развития. Освобождение сознания от мыслей, уменьшение желаний и развитие отрешенности от всего внешнего рассматривались как часть совершенствования духа. В противоположность этому, южная ветвь, развивавшаяся под руководством Чжан Бодуаня, придавала основное значение техникам накопления, очищения и циркуляции внутренней энергии в целях достижения здоровья и долголетия.

Ван Чунъян полагал, что методы работы с телом, вводимые на продвинутой ступени даосского обучения, учат адепта применять физические трансформации, порожденные совершенствованием сознания, в то время как Чжан Бодуань считал телесное совершенствование необходимой предпосылкой для тех видов медитации, которые практикуются

на продвинутом уровне. Кроме того, Ван Чунъян не использовал сексуальные техники накопления энергии, а в секте Чжан Бодуаня сексуальная йога на ранних стадиях обучения считалась приемлемым методом пополнения энергии, особенно для пожилых людей.

В конце периода Северной Сун (около 1100 г. н. э.) школа Совершенной истины, в особенности секта Лунмэнь, превратилась во влиятельную религиозную организацию с монашеским уставом, строгой дисциплиной, отличной администрацией, собственными земельными владениями и системой монастырей. Вторжение чжурчжэней и утрата династией Сун северных территорий не помешали расцвету секты Лунмэнь. После бегства царствующей семьи на юг под напором захватчиков-северян эта секта завоевала уважение и покровительство новых правителей-варваров и благоденствовала в чжурчжэньском царстве Цзинь. Ее процветание продолжалось и при монголах, после покорения Цзинь ханом Хубилаем.

Положение на юге, где сунская династия продолжала сохранять свои уменьшающиеся владения, выглядело совсем по-иному. Южная ветвь школы Совершенной истины стала клониться к упадку, а политические и социальные условия благоприятствовали тому направлению даосизма, которое представляло собой синтез народных верований обрядового буддизма, религиозного даосизма и конфуцианской этики. Этот синтез породил даосскую школу Действия и воздаяния. Благодаря ему даосы Южного Китая в своей практике поставили во главу угла этику и религиозное поклонение.

Религиозный синтез: Южная Сун (1127–1279 гг.) и династия Мин (1368–1644 гг.)

После падения Северной Сун в 1126 г. в области, расположенные к югу от Янцзы, хлынул поток беженцев. Эти люди потеряли не только свои земли и богатства, но и веру в то, что императорское правительство способно защитить их от захватчиков. Южной Сун тоже постоянно угрожало вторжение с севера. Императоры были слабы, а чиновники — продажны. После того как монголы покорили царство Цзинь, император попытался вернуть потерянные территории, и это привело Южную Сун к прямой конфронтации с растущей империей Хубилая. После этого Южная Сун непрерывно отступала под натиском монголов, пока не была окончательно завоевана Хубилаем в 1279 г.

В последние сто лет правления Южной Сун, когда северные китайцы бежали на юг, спасаясь от вражеских армий, продовольствия не хватало, а пособия, выделяемые центральным правительством, попадали в карманы коррумпированных чиновников и продавались по чудовищным ценам. Не получая защиты от правительства, простой народ Южной Сун взывал о помощи к богам. В духовном плане его привлекало не индивидуальное просветление чань-буддизма, не искусства продления жизни, представленные в даосской внутренней алхимии, и даже не религиозные ритуалы Небесных наставников, а народная религия, включавшая в себя религиозный даосизм, обрядовый буддизм и конфуцианскую этику, основанную на здравом смысле. Такой религией и явилась школа Действия и воздаяния — направление, которое учило, что

нравственные поступки вознаграждаются, а безнравственные влекут за собой кармическое возмездие. Школа Действия и воздаяния включала в число богов-патронов даосских бессмертных, буддийских бодхисаттв и конфуцианских мудрецов. Последователи этого народного религиозного движения вдохновлялись идеями, высказанными в сочинении «Главы Великого Высочайшего о воздействии-отклике» («Тай шан гань ин пянь») — книге, написанной ученым даосом по имени Ли Иншан.

Однако Ли Иншан, работая над этим сочинением, едва ли ставил себе сознательную задачу синтезировать даосизм, буддизм и конфуцианство в рамках народной религии. Скорее можно сказать, что этот трактат просто стал первоначальным толчком, вызвавшим к жизни движение, просто дал жизнь и первоначальный импульс движению, которое развивалось дальше уже в силу собственной внутренней логики. За время, прошедшее с конца эпохи Сун до поздней Мин, трактат Ли Иншана оброс нравственными притчами, в которых конфуцианские ценности переплелись с буддийскими идеями кармы и реинкарнации, а также даосскими представлениями о божествах, ведающих здоровьем и долголетием.

Южная Сун пала в 1279 г. н. э. На смену ей пришла монгольская династия Юань. Хотя юаньские императоры оказывали покровительство секте Лунмэнь — направлению школы Совершенной истины, это не помешало школе Действия и воздаяния обрести прочную популярность среди простого народа.

Народная религия при династии Мин

Монголы недолго правили единым Китаем. Династия Юань, основанная ханом Хубилаем, пала

через девяносто лет после завоевания Южной Сун. В ходе народного восстания монголы были изгнаны из центральной части страны, и в Китае воцарилась династия Мин (1369–1644).

Минские императоры сочувственно относились к народным верованиям. Они участвовали в церемониях, организованных за государственный счет, назначали Небесных наставников руководителями ритуалов и свято верили в магию и колдовство даосов.

Расцвет народной религии не только изменил облик даосизма, но и оказал влияние на буддизм. Чань-буддийское стремление к индивидуальному просветлению с акцентом на дисциплинированную практику утратило привлекательность. На его место пришла разновидность религиозного буддизма, выдвигавшая на первый план воспевание имен будды, молитвы бодхисаттвам, веру в реинкарнацию и кармическое воздаяние. Под просветлением теперь понимали не столько обретение покоя и постижение Дао, сколько обладание сверхъестественными способностями. Таким образом, при династии Мин большинство людей представляло себе просветленного как личность, наделенную магической силой.

Укреплению народной религии при Мин способствовало и развитие романа. В ряде образцов этого жанра, например в «Семи даосских мудрецах», философия и духовные наставления переплетались с легендами о мудрых даосах. В других сочинениях, например в «Возвышении в ранг духов» («Фэн шэнь янь и») и «Путешествии на запад» («Си ю цзи») проповедь даосских и буддийских духовных ценностей сочетается с прихотливой игрой воображения. В конце эпохи Мин возникло собрание рассказов, основой для которых послужили идеи, изложенные

Ли Иншаном в трактате «Тай шан гань ин пянь». В этих рассказах отразились и буддийские представления о реинкарнации, и даосская вера в бессмертных, и традиционные конфуцианские ценности — преданность, честь и сыновняя почтительность.

Религиозный синтез даосизма, буддизма и конфуцианства достиг такой полноты, что при династии Цин (1644—1911) пантеон богов народной религии включал в себя и даосских бессмертных, и буддийских бодхисатв, и конфуцианских мудрецов. Бессмертные даосы получили буддийские имена, а бодхисатвы превратились в воплощения даосских бессмертных. В наши дни даосский святой Люй Дунбинь рассматривается в народном даосизме как воплощение Будды Манджушри, а Лао-цзы иногда отождествляется с Буддой Татхагатой (Так Пришедшим).

Варианты религиозного синтеза и расцвет даосских школ (династия Мин, 1368—1644 гг.)

Расцвет народной религии при Мин стимулировал появление и развитие многочисленных школ даосизма. Небесные наставники руководили официальными религиозными церемониями, но государственной религии как таковой не существовало. Минские императоры восхищались людьми, которые обладали магическими или сверхъестественными силами; в эпоху Мин многие даосы получили титул «чжэнь жэнь», что означает «настоящий человек». Некоторые из них были выдающимися даосскими мыслителями (например, Ван Чунъян и Чжан Бодуань), другие — лидерами даосских сект (напри-

мер, семь учеников Ван Чунъяна), третьи — отшельниками (например, Чжан Саньфэн).

При династии Мин возникло больше даосских школ, чем в любой другой период китайской истории. С одной стороны, причиной их возникновения были расхождения в вопросах теории и практики даосизма, но с другой стороны, к появлению новых школ располагал социальный и политический климат эпохи. Различия между методами совершенствования тела и духа, выработанными Чжан Саньфэнем, и аналогичной методикой школы Лунмэнь, скорее всего, не интересовали ни минских императоров, ни простых подданных; для них имело значение лишь одно: обладание магической силой и сверхъестественными способностями. Таким образом, развитию школ ничто не препятствовало; их расцвет и упадок зависели от магических способностей и харизмы их лидеров.

Самым знаменитым из чжэньжэней, появившихся при династии Мин, был Чжан Саньфэн (рис. 6.2). Он известен прежде всего как создатель тайцзицюань — системы медленных динамических упражнений для поддержания здоровья и правильной циркуляции внутренней энергии. Кроме того, Чжан Саньфэн был знатоком травной медицины и автором трактатов по внутренней алхимии. Он создал направление внутренней алхимии, придававшее особое значение работе с телом и медитации — и динамической, и статической. Чжан Саньфэня уважали и почитали несколько императоров династии Мин, а секта Уданшань, основанная его учениками, по сей день пользуется большим влиянием в провинциях Хубэй и Шэньси, расположенных в Центральном Китае.



通微顯化張真人像

Рис. 6.2. Чжан Саньфэн, патриарх школы Уданшань, создатель тайцзицюань. Заголовок гласит: «Бессмертный Чжан, постигший тончайшее и явивший тайны»

При поздней Мин из школы Лунмэнь выделилась школа У-Лю, названная в честь У Чжунсюя и Лю Хуаяна. У Чжунсюя был членом школы Лунмэнь, посвященным высокого уровня, но покинул эту школу из-за несогласия с основным направлением принятого в ней учения. Созданная им разновидность внутренней алхимии вобрала в себя буддизм школы Чань, школы Хуаянь и даосские искусства продления жизни. Но при этом У Чжунсюй отбросил конфуцианские элементы и церемониальные ритуалы, свойственные школе Совершенной

истины. При династии Цин Лю Хуаян, последователь У Чжунсюя, соединил идеи последнего с характерными для школы Шанцин представлениями о странствиях духа и написал «Трактат о пестовании жизни» («Хуэй мин цзин»).

Популярность магии и колдовства при династии Мин стимулировала возникновение многих школ, сочетавших талисманную магию с совершенствованием тела и духа. Эта странная комбинация методов породила школу Маошань (не путать со школой Шанцин — Маошань, связанной с именем Тао Хунцина). Школа Маошань использовала в комплексе колдовство, талисманную магию и техники создания «несокрушимого тела», взятые из цигун. При династии Цин школа Маошань пользовалась громадной властью и влиянием. Колдуны из этой секты даже в наши дни вызывают у людей страх и почитание.

Следует упомянуть и так называемую Восточную школу, которая получила такое название в связи с тем, что процветала на юго-востоке Китая. Для достижения здоровья и долголетия ее приверженцы сочетали сексуальную алхимию, гимнастику, дыхательные упражнения и сидячие медитации и утверждали, что находятся под влиянием учения Чжан Бодуаня — одного из направлений школы Совершенной истины.

Эпоха Мин воистину стала временем даосского сектантства. Поскольку в китайской религиозной культуре не существует понятия ереси, расхождения во взглядах влекли за собой разделение, а разделение приводило к образованию новой школы. Устав некоторых школ, например школы Лунмэнь, требовал монашеской жизни и безбрачия. Членам

других школ (например, школы Небесных наставников, где существовал институт священства) брак был разрешен. В школе У-Лю, «отпочковавшейся» от школы Лунмэнь, запрещали сексуальную йогу, но при этом отрицательно относились к монашеству и celibату. Хотя колдуны из секты Маошань не были ни монахами, ни священнослужителями, они считали, что соблюдение целомудрия помогает овладеть искусством магии. Что касается школы Действия и воздаяния, образовавшейся в результате синтеза даосских, буддийских и конфуцианских народных верований, то она превратилась в даосизм для мирян, и в числе ее руководителей были выходцы из всех слоев общества.

В конце эпохи Мин даосских школ стало так много, что было трудно не сбиться со счета. Некоторые из них существовали лишь на протяжении одного поколения и исчезали после смерти основателей, другие же сохранялись на протяжении нескольких поколений. Когда в 1644 г. на смену Мин пришла династия Цин, на свет появилось новое направление даосизма. Его нередко называют созерцательным даосизмом, потому что его приверженцы возродили практику совершенствования духа и рассматривали внутреннюю алхимию как чисто психологический феномен.

Новый синтез конфуцианства, чань-буддизма и даосской внутренней алхимии (династия Цин, 1644–1911 гг.)

В последние пятьдесят лет правления династии Мин императоры часто прибегали к магии, молит-

вам и молебнам для разрешения проблем страны. Монархи делали доверенными лицами не министров, а священнослужителей, пренебрегая советами множества умелых администраторов. Многим даосам и буддийским священникам удалось успешно воспользоваться императорским доверием и завладеть огромной властью в государстве. Главной движущей пружиной политики двора стала борьба между чиновниками и религиозными советниками. Враждующие группировки строили козни друг против друга, а государственные дела пребывали в запущенном состоянии.

Были и другие трудности, приблизившие падение династии Мин. К 1600 г. на северо-востоке Китая появилась новая мощная сила — племя маньчжуров. Маньчжуры покорили более мелкие племена на территории между Кореей и Россией и стали готовиться к вторжению в Центральный Китай. Позиции аристократов внутри самой минской империи разделились, а евнухи забрали в свои руки огромную власть, вступив в союз с властолюбивыми, суетными даосскими и буддийскими священнослужителями. Коррупция провинциальной бюрократии порождала недовольство, а недовольство выливалось в крестьянские восстания. Когда императорское правительство отказалось вести торговые переговоры с португальцами, его судьба была решена. Товары, ружья и пушки, изготовленные в странах Запада, ушли к маньчжурам. Получив превосходство в огневой силе, маньчжуры быстро и уверенно захватили разлагающуюся империю Мин.

Воцарение династии Цин (1644–1911) стало началом эры «критической рефлексии» на все, что

ассоциировалось с прошлым. «Прошлым» являлась в первую очередь эпоха Мин, и основным направлением интеллектуальной деятельности в цинскую эпоху сделалась критика литературных, художественных и духовных тенденций минского периода.

Предметом особых нападок стали даосские магические практики. На то было несколько причин. Интеллектуальная атмосфера располагала к критике народного и религиозного даосизма времен минской династии; преобладающие интеллектуальные течения заставляли образованных людей с подозрением относиться ко всему внерациональному (магии, колдовству, вере в богов и духов и даже определенным аспектам внутренней алхимии). Многие интеллектуалы считали, что религиозный даосизм и вера в магию стали причиной гибели династии Мин и унижения, которое страна претерпела от «иностранных» захватчиков.

Эта интеллектуальная атмосфера породила две новых разновидности даосизма: интеллектуальный и созерцательный даосизм, представленный учением Лю Имина, и новый синтез буддизма и внутренней алхимии, который исповедовала секта У-Лю под руководством Лю Хуаяна.

Лю Имин

Лю Имин (1734–1821) был ученым-конфуцианцем и обратился в даосизм уже в зрелом возрасте. Сначала он стал членом школы Лунмэнь — направления школы Совершенной истины. Однако у него вызвал неприятие монашеский характер этой организации, а также то обстоятельство, что в ее практике акцент все больше смещался на литургию и ритуалы. Оставив школу Лунмэнь, Лю поступил в

ученики к некоему адепту внутренней алхимии в провинции Ганьсу, овладел искусствами продления жизни и стал отшельником.

Лю Имин был сведущ во многих областях даосизма. Ему принадлежат и трактаты по медицине и внутренней алхимии, и комментарий к «Ицзин». К самым известным произведениям Лю относятся комментарии к трактатам Чжан Бодуаня «У жень пянь» и «Цань тун ци», а также несколько трактатов по совершенствованию духа и тела.

Направление даосизма, созданное Лю Имином, можно назвать «созерцательным даосизмом». В нем придается большое значение успокоению ума, постижению изначальной природы, простому и гармоничному образу жизни. Наиболее важные особенности учения Лю Имина — явно конфуцианская окраска его идей и оригинальный подход к внутренней алхимии. Надо полагать, конфуцианское влияние объясняется личным опытом самого Лю, который начал свою карьеру как ученый-конфуцианец и чиновный администратор, а даосским отшельником стал лишь после ухода в отставку.

Форма внутренней алхимии, созданная Лю, уникальна той интерпретацией, которую в ней получают алхимические процессы. С точки зрения Лю Имина, внутренняя алхимия — феномен психологический, и работа алхимика сильнейшим образом связана с трансформацией ума. Постичь дао — значит обрести изначальную природу, а постижение изначальной природы предполагает выработку подлинного знания. Поскольку подлинное знание часто заглушается сознательным знанием, то для выработки подлинного знания важнее всего достичь успокоения ума. По мнению Лю Имина, такие тер-

мины, как *огонь, вода, сладкий нектар, желтые ростки, свинец, ртуть, дракон, тигр, печь и котел* относятся не к физическим объектам, а к психологическим явлениям. Таким образом, в системе внутренней алхимии Лю Имина тигр-самец символизирует знание добра, по природе присущее изначальному уму, дракон-самка — ясное сознание незамутненного ума; сладкий нектар превращается в чистоту ума, а желтые ростки — его покой. Печь символизирует податливость земли, а котел — твердость неба. Под «созданием печи и размещением котла» имеется в виду не очищение внутренних энергий в трех даньтянях, а стабилизация твердости и податливости и приведение их в равновесие.

В системе психологизированной внутренней алхимии параллельное совершенствование тела и ума становится совершенствованием изначальной природы, а физическое здоровье и долголетие расцениваются как побочные продукты невозмутимости ума. Этот вариант внутренней алхимии сильно отличается от того, чему следовали Чжан Бодуань и Вэй Боян, полагавшие, что алхимические процессы имеют как физическую, так и психическую сторону.

Если в основу направления даосизма, созданного Лю Имином, легло соединение даосской внутренней алхимии с конфуцианскими идеями культивации изначальной природы, сдержанности и равновесия, то другое даосское направление родилось как синтез внутренней алхимии и буддизма. Речь идет о секте У-Лю, основанной Лю Хуаяном, и об идеях этого даоса, изложенных в его знаменитой книге «Хуэй мин цзин».

Лю Хуаян

Лю Хуаян (1736–1846?) изучал искусства prolongation жизни под руководством У Чжунсюя. У Чжунсюй с интересом относился к чань-буддийским медитативным методам и ввел их в свою теорию и практику внутренней алхимии. Переняв подход У Чжунсюя к совершенствованию тела и ума, Лю Хуаян разработал направление даосизма, которое, по его мнению, совмещало в себе все лучшее, что было в буддизме и даосской внутренней алхимии.

В системе внутренней алхимии Лю Хуаяна бессмертие и достижение состояния Будды трактуются просто как разные названия одного и того же духовного опыта. Сам Лю Хуаян сначала был буддистом и принял даосизм только в зрелом возрасте. Он считал, что даосская алхимия сама по себе позволяет культивировать жизнь, но не изначальной ум, а буддизм, взятый отдельно, позволяет культивировать изначальной ум, но не дает здоровья и долголетия. Таким образом, подход Лю Хуаяна предполагал использование и даосских техник внутренней алхимии, и медитации чань-буддизма и буддизма школы Хуаянь ради достижения высшего уровня духовного опыта.

Согласно учению Лю Хуаяна, каждый человек обладает эссенцией жизни, которая представляет собой энергию дао, заключенную в теле. Из-за желаний, негативных установок и эмоциональных привязанностей жизнь утекает из тела, что приводит к утрате здоровья и бессмертия. Если ум успокоен, а желания сдерживаются, утечка прекратится, и сила жизни будет циркулировать внутри тела. По мере продолжения циркуляции в человеке растет духовный зародыш, то есть изначальной дух, являющийся

зерном бессмертия. Этот зародыш является и сознанием изначального ума, и энергией, питающей тело. Когда его созревание завершится, духовный зародыш покидает тело и создает духовное тело, которое способно перемещаться в другие миры. Со временем зародыш созревает настолько, что перестает зависеть от оболочки, в которой находился. Когда оболочка погибает, дух в форме энергии высвобождается и сливается с энергией вселенной.

При династии Цин и в период Республики (1911–1949) появилось и вновь распалось множество даосских школ. У некоторых школ было мало последователей, и эти направления исчезали после смерти основателей. Однако другие школы пережили общественный хаос, войны и политические изменения и образовали пять главных систем даосизма, которые практикуются в наши дни. В число «школ» даосизма входят даосская магия, даосское гадание, церемониальный даосизм, даосская внутренняя алхимия, а также школа Действия и воздаяния. Учение каждой из этих школ мы рассмотрим во второй части книги.

Дополнительная литература

В моей книге «Семь даосских мудрецов» изложены биографии Ван Чунъяна и семи его учеников, а также история создания Северной даосской школы Совершенной истины. Эта книга может послужить хорошим ознакомительным курсом изучения этой школы даосизма. В ней изложены очаровательные истории о даосских мастерах, она поможет вам по достоинству оценить, что значит посвятить себя даосскому духовному тренингу.

Для более углубленного исследования синтеза даосизма, буддизма и конфуцианства и для понимания того, как этот синтез повлиял на внутреннюю алхимию, рекомендую прочитать мой перевод «Книги о чистоте и покое».

Трактат «Чжун хэ цзи», переведенный Томасом Клири под названием «Книга равновесия и гармонии», представляет собой классический труд по внутренней алхимии. Отмеченный синтезом даосизма, буддизма и конфуцианства, трактат был написан Ли Даочунем, мудрецом из школы Совершенной истины. Хотя Ли находился под сильным влиянием буддизма и конфуцианства, в созданной этим даосом разновидности внутренней алхимии совершенствованию тела и сознания придается одинаковое значение. Ясно, что феномены, которые Ли описал в своей работе, относятся как к физическому, так и к ментальному плану. К сожалению, в ясный и удобочитаемый перевод Клири не включены иллюстрации, сопровождающие оригинальный текст произведения в даосском каноне.

С созерцательной формой даосизма лучше всего ознакомиться через чтение трактатов, которые вышли в свет в переводах Томаса Клири под названиями «Пробуждение в дао» и «Назад к истокам».

Чтобы получить представление о «психологизации» внутренней алхимии, прочтите комментарий Лю Имина к трактату Чжан Бодуаня «У жэнь пянь». В книге Томаса Клири «Постижение истины» вы найдете и оригинальный текст Чжан Бодуаня, и комментарий к нему Лю Имина.

Синтез даосизма, буддизма и конфуцианства в школе Действия и воздаяния, а также в народной религии обсуждается в моем переводе трактата «Тай

шан ган инь пянь». В книгу вошли как перевод этого текста, весьма показательного для школы Действия и воздаяния, так и сюжеты, им вдохновленные.

В антологию, переведенную Томасом Клири под названием «Жизненность, энергия, дух», включены репрезентативные сочинения даосов, созданные под воздействием философского синтеза даосизма, буддизма и конфуцианства. Особенно полезны разделы «Предок Люй», «Создание Южной и Северной школ», «Выдержки из созерцательной литературы», «Чжан Саньфэн» и «Лю Имин».

Часть вторая

СИСТЕМА ДАОСИЗМА

Глава 7

ДАОССКАЯ МАГИЯ

Путь силы

Пожалуй, даосская магия древнее, чем любая другая система даосизма. Верования магов-даосов не изменились с доисторических времен; в наше время последователи этого направления ставят перед собой всё те же цели, к каким стремились шаманы и колдуны древности. Вот их задачи: вызывание дождя, предотвращение несчастий, защита, предсказание будущего, врачевание, отгон злых духов, экзорцизм, спуск в подземный мир для помощи душам умерших, исполнение функции медиума, в которого вселяются боги, духи и умершие.

Даосская магия — это Путь силы. Он предполагает, что во вселенной существуют естественные и сверхъестественные силы, которыми человек может овладеть, поставить их себе на службу. Адепты даосской магии признают существование двух видов сил: с одной стороны — сил природы, с другой стороны — сил, которые исходят от богов и духов. Считается, что человек, использующий природные силы, — это маг, а человек, сила которого исходит от божеств и духов, включая духи животных и растений, — это колдун. В некоторых культурах искусства магии и колдовства разделены и тре-

буют узкой специализации, но адепты даосской магии, как правило, являются одновременно и магами и колдунами.

Основные представления даосской магии

1. Мир полон силы. Духи, божества, стихии (ветер, дождь, гром, молния), животные, растения, скалы — все они являются вместилищем силы.
2. При помощи правильных методов адепт может манипулировать силой, направлять ее в нужное русло и использовать в своих целях. Однако для того, чтобы призывать силы вселенной и управлять ими, маг (или колдун) должен также обладать и личной силой.
3. Сила, которую несут стихии природы, нейтральна. Адепт может управлять и распоряжаться ею, не вступая с ней в личные отношения. Если даосский маг знает правильные методы и обладает достаточной личной силой, он может вызывать гром, дождь или снег. Однако еще раз отметим, что власть над стихиями зависит от количества личной силы мага.
4. Сила, исходящая от богов и духов, не является нейтральной. Одни духи добры, другие злы. Кроме того, такая сила часто приобретает личные характеристики соответствующего божества или духа. Силой такого рода трудно управлять, потому что она обладает собственной волей. Например, если божество, которое призывает колдун, отличается упрямством, колдуну будет чрезвычайно трудно

- сначала заставить его прийти, а потом — упрямости удалиться. А уж в какой степени удастся управлять духом или божеством, как и в случае с природными силами, зависит от того, насколько велика личная сила колдуна.
5. Есть несколько способов, позволяющих колдуну овладеть силой духа или божества. Во-первых, он может позаимствовать силу у духа или божества, увеличив за их счет свою собственную силу. Это самая безопасная форма колдовства, потому что при этом сила находится под сознательным контролем колдуна. Во-вторых, колдун может попросить духа или божество явиться и оказать помощь. В этом случае колдун либо действует совместно с вызванным духом, либо позволяет духу свободно проявлять свою силу. Однако при этом колдун все равно может изгнать духа при помощи заклинаний. И наконец, колдун может выступить в роли медиума, предложив духу или божеству войти в него, то есть предоставить свое тело духу, чтобы тот мог проявить через него свою силу. Это самая опасная, но и самая мощная форма колдовства. Личная сила колдуна при этом соединяется с силой духа или божества, образуя с ней единую силу, но если дух выйдет из-под контроля и подавит колдуна, последний не сможет ни освободиться от вызванного духа, ни укротить его.
 6. Предметы тоже могут быть носителями силы. Маг или колдун может вложить в них свою личную силу. Кроме того, предметы могут нести в себе силу духа или божества. Не вся-

кий предмет можно «зарядить» силой; кроме того, одни предметы как носители силы лучше, чем другие. Наилучшими носителями силы являются зеркала, колокола, мечи, тыквы, веера, зонтики и фонари. Некоторые предметы, например талисманы (магические письмена) и амулеты, несут в себе силу благодаря наличию магической надписи, однако их магические свойства необходимо соответствующим способом возбудить и активизировать. Некоторые предметы становятся носителями силы, когда ее в них вложат и активизируют. Пример — талисман-оберег, вывешенный на двери. Действие других магических предметов необходимо направлять и контролировать. Они бесполезны, если рядом нет мага или колдуна.

Основные практики даосской магии

Вызывание дождя

Магическая практика вызывания дождя восходит еще к шаманам доисторической эпохи, однако представители многих религиозных и духовных традиций прибегают к ней до сих пор. Когда мне было лет восемь — девять, в Гонконге ударила засуха, и последователи всех религий проводили обряды вызывания дождя. О дожде молились не только даосы, но также буддисты, католики, мормоны.

В даосской магии существует два подхода к вызыванию дождя. В первом случае призываются стихии (дождь и облака). Если у мага много личной силы, он может сотворить облака и дождь при безоблачном небе, а человек, у которого личной силы

меньше, в силах лишь призвать облака и дождь, которые уже находятся где-то поблизости. Во втором случае даос обращает молитву к божеству или духу и просит его о дожде.

Независимо от того, призывает ли маг стихии или обращается с мольбой к божеству, он использует для вызывания дождя схожие приготовления и ритуальные процедуры. Я опишу типичную процедуру, которая используется во многих даосских ритуалах вызывания дождя.

Перед проведением церемонии необходимы определенные приготовления. Во-первых, руководитель обряда и семь его помощников должны пройти очищение. Ритуал очищения заключается в воздержании от мяса, вина, половой жизни и стимуляторов и продолжается в течение трех дней перед церемонией. В дни очищения даосский маг должен начертать талисманы, призывающие стихии, или молитвы божествам, которые надлежит вознести. В обряде вызывания дождя не могут участвовать люди, соблюдающие траур, и менструирующие женщины.

Пока руководитель обряда (им может быть как мужчина, так и женщина) проходит очищение, на холме или помосте строят алтарь. Передняя часть алтаря должна быть обращена на юг, для очищения церемониальной площадки по четырем углам помоста воскуряют сандаловое благовоние. Строить алтарь и готовить его к церемонии допускается лишь людям, прошедшим обряды очищения. На алтарь ставят панцирь черепахи, кусок мрамора, чашу с куриной кровью, которая используется во время обряда как красные чернила, новую кисть для письма, пять листов чистой желтой бумаги и иглу, никогда не бывшую в употреблении. Перед алтарем

ставят большую бадью и пять веток. Пять ветвей служат для того, чтобы собирать воду с пяти направлений вселенной (север, юг, восток, запад и центр) и направлять ее в бадью.

В назначенный день руководитель обряда и его помощники совершают ритуальное омовение. Церемония начинается в час «цзы» (23.00). Руководитель поднимается на помост, за ним следуют семь помощников. Два помощника изображают самца и самку дракона, пять остальных — духов грома пяти направлений. В начале церемонии руководитель обряда очищает ритуальную площадку. Он (или она) берет талисман, специально предназначенный для очищения, сжигает его и высыпает пепел в воду. Иногда руководитель обряда разбрызгивает воду, обходя вокруг холма, и тем самым ограждает четыре направления, а затем возвращается в центр, к алтарю. Бывает также, что руководитель набирает воду в рот и выплевывает ее, обходя холм.

Когда очищение закончено, помощники занимают свои места. Помощник, стоящий справа от руководителя, представляет дракона-самку, а стоящий слева — дракона-самца. Четыре из пяти духов грома располагаются по четырем сторонам света, а пятый стоит в центре, за спиной руководителя обряда.

Когда все участники окажутся на своих местах, обряд продолжается. Если маг призывает стихии природы, он бормочет заклинания, а если обращается с мольбой к божеству, напевает призывания. Адресат призываний зависит от того, какая секта проводит обряд; например, даосы из секты Небесных наставников непременно возносят молитву основателю своей школы — Чжан Даолину. В некоторых даосских секстах во время обряда вызывания

дождя маг также ходит магическим «шагом Юя» и движется по узору семи звезд Северного Ковша. После этого руководитель обряда берет кисть, окунает ее в куриную кровь и рисует талисманы вызывания дождя. Затем он берет талисманы, сжигает их и высыпает пепел в семь чаш с водой. Эти чаши раздают семи помощникам, которые должны выпить из них воду, смешанную с пеплом. Благодаря талисманной воде духи дождя входят в тела помощников. Затем руководитель берет иглу, окунает ее в куриную кровь и подходит к каждому из помощников, чтобы «открыть ему глаза». «Открыть глаза» значит активизировать духов дождя, которые вошли в семерых помощников. Руководитель обряда произносит заклинания и призывания, которые заставляют духов дождя собраться с пяти направлений к церемониальной площадке. Обряд заканчивается тем, что руководитель благодарит богов и стихии.

При необходимости обряд может повторяться в течение трех, пяти и даже семи дней, на протяжении которых руководитель и семеро его помощников соблюдают те же правила очищения, как и во время подготовки к ритуалу.

Защита

Значительная часть практик, существующих в магическом даосизме, предназначена для того, чтобы защищать людей от несчастий, болезней и злых духов. Человека могут защитить ношение амулетов, защитные талисманы, нарисованные на теле, а также талисманы, размещенные над дверью или над окном спальни. Наибольшей силой обладают защитные талисманы, нарисованные на теле, потому что они защищают своего хозяина везде, где бы он ни

оказался. Амулеты способны защитить человека от повседневных неприятностей, поэтому их часто носят китайские дети. В детстве я и сама постоянно носила амулет. Талисманы, размещенные над окном или дверью спальни, оказывают защитное действие, лишь когда человек находится внутри помещения.

Чтобы защитить весь дом, надо поместить соответствующий талисман-оберег на парадной двери или над входом в дом. Если в доме есть алтарь, талисман кладут в стеклянный футляр и помещают рядом с изображением божества, которому посвящен алтарь. Некоторые талисманы настолько сильны, что защищают не только дом и домочадцев, но даже имеющийся в хозяйстве домашний скот.



八卦符

Рис. 7.1. Талисманы-обереги Куньлунь. Эти талисманы называются «талисманами ба гуа». Их действие основано на силе ба гуа — триграмм, изображенных вокруг тай-цзи (символа инь и ян) на обоих талисманах. Предназначение талисмана, изображенного справа, — защищать дом, а талисмана, изображенного слева — отворачивать разрушительные силы

Дом могут защитить и другие предметы, в частности зеркала и миниатюрное оружие. Зеркало, повешенное над входом, предназначено для того, чтобы отражать все вредоносное. Для этого можно использовать любое круглое зеркало, но лучше всего — зеркало с триграммами ба гуа на рамке (рис. 7.1), потому что ба гуа усиливают силу предмета. Чтобы отогнать вредоносных духов, стремящихся проникнуть в дом, над входом иногда вешают миниатюрное оружие (например, два меча или копье). Эффективность этого оружия возрастает, если его держат в руках воинственные божества. Изображение воинственного божества с оружием в руках — очень сильный предмет-оберег (рис. 7.2).

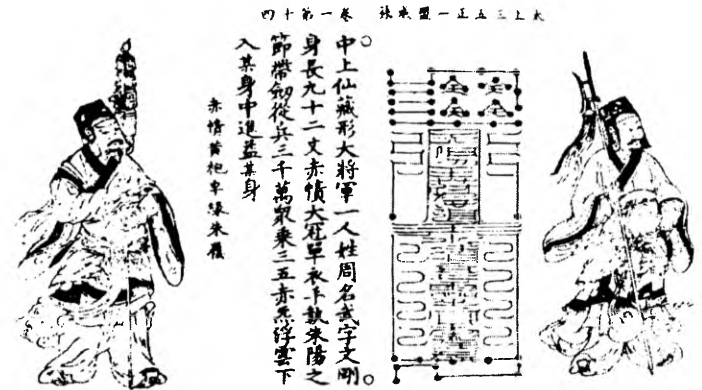


Рис. 7.2. Талисманы школы Небесных наставников, призывающие воинственных божеств. Рисунок из «Тай шан сань у чжэн и мэн взй лу» («Единый истинный реестр талисманов Великого единого, Трех (изначальных) и Пяти (императоров)»). Согласно описанию, под началом у этих божеств состоят тридцать миллионов небесных воинов. Талисман призывает божеств войти в тело человека и защитить его

Все талисманы и предметы-обереги необходимо предварительно активизировать. Это делает маг или колдун, проводя соответствующий обряд. Кроме того, можно купить в храме уже активизированные талисманы и предметы-обереги либо пригласить мага-даоса, который начертает и активизирует их прямо в доме.

Благословение

Наиболее популярная просьба о благословении со стороны высших сил — это моление о здоровье и долголетию. Обычно такие молитвы обращают к Полярной звезде или к небесным божествам Северного Ковша. Вознесение молений о благословении обычно сопровождается ритуалами и монотонным пением. Даосские колдуны могут воссылать молитвы и о себе, и о другом человеке. В любом случае специально для этого сооружается алтарь, а человек, возносящий моление, должен пройти ритуал очищения, подобный тому, что требуется для вызывания дождя. Для вознесения молений особенно подходят первый и пятнадцатый дни лунного месяца, потому что именно тогда небесные божества Северного Ковша ненадолго спускаются в мир смертных.

Обычно алтарь устанавливают на холме или на помосте, обращенном на север. Обряд лучше всего проводить в безоблачную ночь, когда видно созвездие Северного Ковша. На алтаре стоят масляная лампа, два подсвечника, особый фонарь, который называется «Фонарем семи звезд», и маленькие котелки для воскурения благовоний. Вокруг алтаря по кругу расставлены магические знамена, на которых начертаны контуры Северного Ковша и имена божеств этого созвездия. Самый важный предмет на

алтаре — Фонарь семи звезд. Этот фонарь, который также называют Фонарем долголетия, обычно имеет форму дерева, к ветвям которого прикреплены семь чашечек с маслом. Иногда фонарь представляет собой семь чашечек, расположение которых воспроизводит конфигурацию звезд Северного Ковша.

Обряд начинается в час «цзы», то есть в 23.00. В условленное время лицо, возносящее моление, очищает церемониальную площадку и алтарь и зажигает семь светильников на Фонаре семи звезд. Очень важно, чтобы они не погасли во время церемонии, иначе может случиться несчастье. Во время некоторых обрядов руководитель церемонии выполняет «шаги Юя» Семи звезд, в ходе других — вычерчивает талисманский узор семи звезд деревянным мечом.

Главная часть обряда — зачитывание моления, написанного на желтой бумаге. Как правило, оно начинается с призывания божеств Северного Ковша, которых называют сакральными именами. За этим следует сам текст моления, а также имя и дата рождения человека, просящего о здоровье и долголетию. После этого моление сжигают, чтобы дым, поднимающийся к небу, отнес послание божествам.

Гадание по записям на песке

Гадание по записям на песке — уникальный вид гадания, который существует только в даосской магии. При таком гадании колдун просит богов и духов послать через него свои сообщения или открыть будущее. Войдя в медиумический транс, он записывает на песке послание духов.

Прежде чем колдун сможет выступить в качестве медиума при гадании по записям на песке, он должен пройти посвящение. Уполномоченный медиум

(мужчина или женщина) просит у богов разрешения на то, чтобы неофит проводил гадание. При этом сжигается талисман, наделяющий неофита соответствующей властью, а пепел бросают в чашу с водой. Выпив талисманную воду, неофит получает полномочие проводить упомянутое гадание.

Принадлежности для гадания по записям на песке состоят из ящика площадью приблизительно около четырех квадратных футов, наполненного мелким белым песком. Перед сеансом гадания этот песок тщательно разравнивают. В качестве инструмента для письма большинство медиумов используют палочку; мне случалось также видеть и усовершенствованные ящики, в которых один конец писчей палочки был подвешен над ящиком, а другой снабжен рукояткой. Чтобы привести палочку в движение и записать слова, гадатель брался за эту рукоятку.

Гадание начинается с того, что медиум нараспев произносит заклинания и чертит талисманы, прося божество сойти в его тело. После этого медиум впадает в транс и начинает водить палочкой по песку, записывая иероглифы. Рядом находятся помощники, задача которых — запоминать написанное и вовремя разравнивать песок, чтобы писание не прерывалось.

Адепты гадания по записям на песке рассказывали мне, что во время транса они не обладают никакой властью над писчей палочкой; возникает впечатление, что палочка движется сама по себе, а гадатель просто следует за ней. Кроме того, медиумы не помнят, что именно они писали во время транса. Побывав на нескольких сеансах такого гадания, я должна признать: то, что там происходит, действительно выходит за рамки обычного. Помню, на одном из се-

ансов гадатель закрыл глаза, а его палочка быстро бегала по песку. Медиум обливался потом. Как только он записывал какие-то слова, его помощники выравнивали песок деревянными плашками.

Иногда оказывается, что послание записано архаическими иероглифами, которые гадатель не может прочесть, находясь в нормальном состоянии сознания. Я слышала даже, что старинная традиция требует, чтобы человек, который занимается гаданием по записям на песке, непременно был неграмотным. Это должно было служить гарантией того, что записанное им послание подлинное и действительно исходит от божества.

Послания, полученные таким методом, иногда весьма загадочны, и для их расшифровки нередко требуется толкователь. Как правило, функции гадателя и толкователя выполняют разные люди, потому что эти задачи требуют и разных навыков, и разных наклонностей. В общем и целом, толкователю требуются знания и интуиция, а гадателю — прежде всего сила, позволяющая ему удержать в своем теле дух или божество.

Указание пути душам умерших, их поиск и спасение

Указание душе умершего пути в подземный мир — обычная практика в даосской магии. В основе ее лежит вера в то, что, когда человек умирает, его душа обречена блуждать, пока ей не укажут путь к обители мертвых, находящейся в подземном мире. Между миром живых и миром мертвых простирается пограничная область, населенная упырями, зомби и злыми духами, которые стремятся завлечь души умерших в свои сети. Если душа, оказавшись в этой

области, собьется с пути и не доберется до подземного мира в течение сорока девяти дней, она может превратиться в упыря, зомби или другую нежить и начнет терзать другие души, проходящие через пограничную зону.

Чтобы определить, где находится заблудившаяся душа, колдун использует фонарь, который в честь знаменитого даосского мага и колдуна периода Троецарствия называется «фонарем Гунмин». В сущности, такой фонарь представляет собой просто баллон, наполненный горячим воздухом. Этот воздушный шар выпускают после того, как колдун произнесет соответствующие заклинания и активизирует талисманы. Место приземления воздушного шара и есть то место, где колдуну следует войти в пограничную область. Чтобы определить, куда полетел баллон, колдун иногда входит в транс; в других случаях он и его помощники следуют за летящим баллоном в своих физических телах до самого места приземления, где и проводятся ритуалы входа в подземный мир.

Прежде чем войти в пограничную область между подземным миром и миром мертвых, даосский колдун должен обеспечить себе защиту. На его тело и на одежду наносятся защитные талисманы. На случай встречи со злым духом или нежитью колдун должен быть готов к бою, поэтому он берет меч, на клинок которого нанесены магические надписи. Затем колдун совершает обряд, в результате которого дух чародея перемещается в пограничную область между мирами живых и мертвых. Место, где колдун покидает тело, окружено магическими флагами-оберегами, которые не позволяют злым духам совершить нападение, пока дух чародея пребывает вне тела.

Войти в пограничную зону и подземный мир можно разными способами. Самый живописный метод, какой мне доводилось видеть, — это метод с использованием зонтика. Произнеся все необходимые заклинания и начертав талисманы, колдун берет зонтик, открывает его и прыгает с возвышения. Приземлившись, он остается сидеть на месте, погрузившись в транс, во время которого его дух попадает в подземный мир.

Если злые духи напали на душу умершего или взяли ее в полон, колдуну придется сразиться с духами, чтобы освободить ее. Для этого в арсенале колдуна имеются различные техники, которые мы обсудим в следующем разделе.

Сражение со злыми духами

Иногда колдунам приходится вступать с духами в бой. Это случается, когда колдун должен освободить душу умершего или когда злые духи вредят ни в чем не повинным людям. Есть четыре стратегии борьбы с духами: прогнать, заточить, связать или уничтожить их.

Прогнать злого духа — это лишь временный выход из положения, потому что дух может вернуться. Обычно колдуны прибегают к такой стратегии, чтобы выиграть время и найти более эффективное решение проблемы. Злых духов можно отогнать при помощи отпугивающих талисманов, зеркал, талисманов магических флагов, талисманов мечей, а также огня.

Более эффективный способ одолеть злого духа — заточить или связать его. Однако для этого духа надо сначала поймать. Для поимки духов можно использовать разные предметы. Иногда предмет, которым

ловят духа, можно превратить и в место его заточения; например, бутылка из тыквы, кувшин с крышкой или даже просто мешок могут использоваться двояко: и как ловушка, и как темница-вместилище. В других случаях духа сначала ловят, а потом переносят в другое место, где его собираются заточить. Тогда применяется техника связывания. Для того чтобы связать духа, обычно используют сеть, сделанную из виноградной лозы, джута или пеньки. Здесь важен не столько материал, сколько уровень личной силы колдуна. В руках сильного колдуна эффективна сеть, сделанная из любого материала. Я видела колдунов, которые использовали нейлоновые веревки, цепи и рыболовные сети. Когда злой дух связан, колдун транспортирует его в пещеру или дупло, где собирается его заточить. Иногда вход туда заваливают камнями; в других случаях для того, чтобы удержать духа в пещере, вокруг входа пишут запирающие талисманы.

Самая надежная стратегия в схватке со злым духом — рассеять его. Рассеяние уничтожает духа таким образом, что он больше не может материализоваться. Существует три распространенных метода рассеяния духов. При первом методе духа пронзают мечом, который защищен талисманами (рис. 7.3). Прежде чем пустить меч в дело, колдун смазывает лезвие собственной кровью, чтобы в меч вошла его личная сила.

Второй метод заключается в том, что даос пишет рассеивающие талисманы и ходит магической походкой. Исполняя свой магический танец, колдун чертит в воздухе острием меча талисманский узор (рис. 7.4).

Третий метод (тибетский по происхождению) требует выполнить ряд мудр — жестов, совершае-

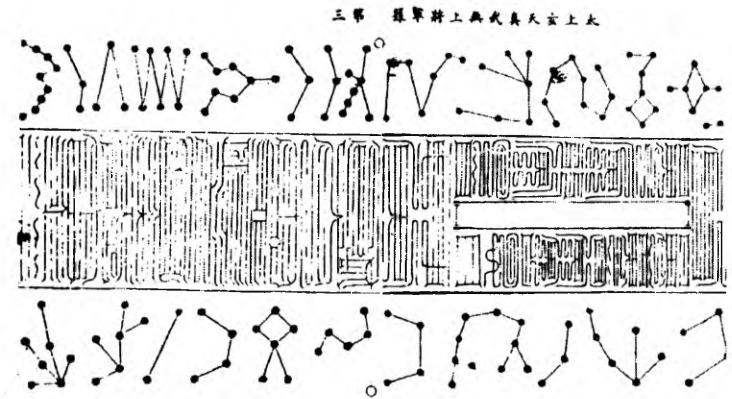


Рис. 7.3. Талисманы, придающие мечу силу пронзать злых духов и отражать их атаки. Рисунок из «Тай шан сюань тянь чжэнь у у шан шан цзюнь лу» («Реестр талисманов Великого единого сокровенного Неба, Несравненного всеобщего»). Талисманная надпись находится в центре иллюстрации. Схемы, изображенные сверху и внизу, представляют собой символы созвездий и предназначены для того, чтобы призывать силу небесного войска

мых кистями рук. На рис. 7.5 и 7.6 показаны мудры, которые применяются для рассеяния злых духов. Используя эту технику, колдун сначала делает девять знаков руками, сопровождая каждый из них «магическим словом». В переводе эти слова означают «приходить», «воины», «сражение», «единицы», «готов», «боевой порядок», «расстановка сил», «занять места» и «вперед» (см. рис. 7.5). Затем подается последняя команда — «уничтожить», сопровождаемая «мудрой меча» (см. рис. 7.6). Теперь сила богов, всех добрых духов и самого колдуна концентрируются и направляются против злого духа, чтобы уничтожить его.



Рис. 7.4. Талисманы Линбао и магические танцы, применяемые во время сражения со злыми духами и вредоносными призраками. Рисунок из «Лин бао у лян ду жэнь шан цзин да фа» («Беспредельное Высочайшее писание и великий метод избавления»). Талисман и схема шагов справа от центра позволяют уничтожать злых духов и призраков; талисман и схема слева от центра используются для поимки и связывания духов. В обоих магических танцах движение начинается с нижней части схемы созвездия

Если злые духи сильны, то прежде чем духа удастся рассеять, изловить или хотя бы прогнать, колдуну придется провести несколько сражений. В этом случае он призывает на помощь стихии, обращается к духам и божествам. Обычно колдуны предпочитают обращаться к воинственным божествам, но иногда, если злые духи особенно хитры, на помощь призывают божеств и духов, которые обладают превосходящей хитростью.



Рис. 7.5 и 7.6. Мудры (жесты, выполняемые кистями рук) для уничтожения злых духов — см. с. 156–157

Экзорцизм

Экзорцизм — это еще одна форма борьбы со сверхъестественными силами, которая отличается от сражения со злыми духами тем, что дух, с которым борется экзорцист, не обязательно бывает вредоносным. В даосской магии цель экзорцизма — не уничтожить призрака, который беспокоит людей, а сделать так, чтобы он не мог наносить вред в будущем. Поэтому отношения мага с изгоняемым духом могут принимать форму воспитания, умиротворения или реабилитации.

Многие призраки приносят вред и гnevаются из-за того, что в прошлом, когда они были людьми, их злодейски убили или подвергали дурному обращению. Особенно рассержены призраки людей, павших жертвой убийства, и солдат, погибших на войне. Чтобы дать выход своему гневу, они могут поселиться в том или ином месте или завладеть живым человеком.

Чтобы изгнать духа из конкретного места, колдун устанавливает там алтарь и возлагает на него талисманы экзорцизма (рис. 7.7), меч, сделанный из медных монет, и чашу с куриной кровью. Иногда используется также собачья моча. Затем колдун начинает заклинания, которые призваны выманить привидение или духа из укрытия. После этого колдун ловит привидение, бросая в него свой меч, горящие талисманы, плеща на призрак куриной кровью или собачьей мочой. Эти действия заставляют духа замереть на месте, а колдун в это время обращается к нему, устно приказывая никогда больше не тревожить мир живых. Иногда для умиротворения призрака совершают жертвоприношение. Как правило, оно состоит из «жертвенных денег» — бу-

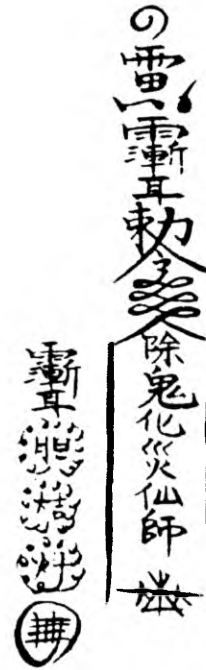


Рис. 7.7. Талисман экзорцизма Куньлунь. Талисман призывает силу духа грома и божества-покровителя экзорцизма. Треугольник с горизонтальной линией на вершине (внизу справа) призван увеличить силу талисмана

маги с оттисками золотой и серебряной краски, сложенной в форме слитков. Иногда в жертву духу приносят цветную бумагу, сложенную в форме одежды. Приношения сжигают, чтобы отправить в подземный мир. Если дух проявляет особое упорство, колдуну приходится вступить с ним в поединок, изловить его и затем препроводить в подземный мир.

Сражения с другими колдунами и магами

Черные маги и колдуны могут вредить людям, насылая на них болезни или даже смерть. Вступая в схватку с такими безнравственными адептами магии, даосский маг использует такие же навыки и силы, что и его противники.

Во время магических дуэлей адепты даосской магии призывают себе на помощь все, что могут: стихии, животных, растения, духов и богов. Кроме того, они прибегают ко всем магическим предметам, которые им доступны, действуя в точности как во время схватки со злыми духами. Правда, существует один прием, который действует лишь на людей, но не на духов. Это обман чувств, или контроль над сознанием. Однако контроль над сознанием эффективен лишь против восприимчивых противников; на сильных магов и колдунов этот метод не действует.

Брачевание

Даосские маги и колдуны занимаются также и брачеванием. Талисманная магия — самый распространенный в их среде метод лечения. Даос берет талисман, призывающий силу богов для исцеления конкретной болезни, сжигает его и высыпает пепел в воду. Затем пациенту дают проглотить талисманную воду или обрызгивают ею его тело. На рис. 7.8 изображено несколько талисманов, предназначенных для лечения различных болезней.

Школы даосской магии

В даосской магии существует три главных школы: школа Маошань, школа Небесных наставников и школа Куньлунь.

Члены школы Маошань специализируются главным образом на колдовстве. Как уже говорилось в первой части книги, эту школу не следует смешивать со школой Шанцин — Маошань, которая является мистическим направлением даосизма. Кол-



Рис. 7.8. Исцеляющие талисманы Куньлунь. Слева направо: талисман для лечения головных болей, талисман для лечения запоров и заболеваний мочевого пузыря, талисман для лечения инфекционных заболеваний глаз, талисман для лечения болей в глазах

дуны Маошань предпочитают использовать силу духов и второстепенных богов; сильная сторона этих даосов — экзорцизм, сражения со злыми духами, защитная магия, предотвращение несчастий, поиск и вызволение душ умерших и указание им пути

в подземный мир. Колдуны школы Маошань используют талисманы и магические предметы — зеркала, колокола, мечи, сделанные из монет, и особенно славятся как умелые медиумы, с целью увеличения личной силы призывающие богов и духов вселиться в их тела. Адепты других школ обращаются лишь к некоторым, определенным божествам, но колдуны Маошань — прагматики, они призывают на помощь все, что может оказаться полезным. Сегодня последователей секты Маошань можно найти на Тайване, в Гонконге, на окраинах Южного Китая и в китайских общинах Юго-Восточной Азии. Школа Маошань окружена большей секретностью, чем любая другая секта даосских магов. Прием новых членов осуществляется путем очень тщательного отбора. Новичков принимают лишь по рекомендации доверенных друзей самого мастера.

Школа Пути Небесных наставников была основана Чжан Даолином — популяризатором талисманной магии. В наши дни эта школа по-прежнему использует талисманы для вызывания дождя, предотвращения несчастий, отпугивания злых духов, обеспечения защиты и процветания, исцеления больных и указания душам умерших пути в подземный мир. Однако, в отличие от колдунов секты Маошань, священнослужители школы Небесных наставников обращают свои заклинания только к богам и Чжан Даолину — отцу-основателю этого направления. Считается, что талисманы, которыми пользуются адепты школы Небесных наставников, Чжан Даолин получил непосредственно от богов. Некоторых богов и духов Небесные наставники не призывают никогда. К таковым относятся духи подземного мира, а также духи животных и растений.

Третье главное направление даосской магии, школа Куньлунь, возникла в Западном Китае, в районе гор Куньлунь, и подверглась сильному влиянию тибетской тантрической магии. От других школ даосской магии школу Куньлунь отличает ряд особенностей. Во-первых, члены этой секты призывают при помощи своих талисманов только даосских и буддийских богов. Во-вторых, они используют мудры (см. рис. 7.5 и 7.6; мудры имеют тибетское происхождение, ими пользуются не только адепты школы Куньлунь, но и буддийские секты, практикующие магию). В-третьих, членов секты Куньлунь называют не «даоши» (мужи дао), а на буддийский манер — «фаши» (наставники закона). В наше время секта Куньлунь пользуется популярностью в Южном Китае, Гонконге, на Тайване и в Юго-Восточной Азии. Люди особенно охотно обращаются к «фаши» из этой секты, чтобы обеспечить себе благословение и защиту высших сил и отогнать злых духов.

Дополнительные сведения о даосской магии

Даосская магия — это Путь силы. Магия даосов имеет дело с силой природных стихий, духов и божеств, управляет этой силой и направляет ее. С силой шутить нельзя. Целью данной главы было познакомить читателя с основными верованиями и практиками даосской магии. Однако при этом я намеренно опустила подробности ритуалов, так что эту главу нельзя использовать как руководство по практикам, которые в ней описаны. Если вы хотите изучить магию даосов, то перед тем, как вступить в даосскую секту или остановить свой выбор на той

или иной программе обучения, вам следует побеседовать с человеком, который уже знаком с даосской магией. Ею нельзя позаниматься поверхностно, а затем бросить. Это стезя, которой нужно хранить верность всю жизнь.

Дополнительная литература

Ливия Кон перевела на английский язык два даосских трактата о магических талисманах. Оба этих текста приводятся под №14 в ее книге «Опыт даосизма» под заголовком «Меры защиты».

Глава 8

ДАОССКОЕ ГАДАНИЕ

Путь видения

Гадание — это путь, на котором человек стремится увидеть модели изменений, происходящих во вселенной. Изменения — это часть дао, видеть изменения значит видеть движение дао во всех вещах. В даосизме гадание — это не просто предсказание будущего, предсказание, на которое следует ориентироваться в жизни, а скорее способ ощутить изменчивость и постоянство дао, непосредственно воспринять взаимосвязь всех вещей.

Краткая история даосского гадания

Все адепты даосского гадания считают патриархом и покровителем своего искусства легендарного Фуси (рис. 8.1). Фуси — это древний царь-шаман, который якобы жил в Китае в доисторические времена. Считалось, что он открыл Хэ ту (схему из реки Хуанхэ) — одну из важнейших составляющих искусства гадания, которая послужила прототипом «Прежде небесных» ба гуа (триграмм). Хэ ту описывает структуры, лежащие в основе природы вещей.

Другой царь-шаман по имени Юй (о нем мы уже говорили в главе 1, где рассказывалось о том, как

像氏羲伏



Рис. 8.1. Фуси, покровитель китайского искусства гадания

он ходил «шагом Северного ковша») открыл начертание «Посленебесных» ба гуа. После того, как Юй обратил вспять воды потопа, он увидел гигантскую черепаху, выходящую из реки Ло. На спине у черепахи был узор «Посленебесных» ба гуа.* «Посленебесные» ба гуа называются «Ло шу» (письмена из реки Ло) и отображают природу изменений, происходящих во вселенной.

* «Прежденебесные» и «посленебесные» ба гуа — это два порядка расположения триграмм. «Посленебесный» порядок зафиксирован в комментариях к «Ицзин» «Шогуачжуани» («Комментарии, изъясняющие триграммы»), памятнике, датированном VI–IV вв. до н. э. «Прежденебесный» порядок триграмм впервые упоминается только в эпоху Сун. — *Прим. ред.*

В конце эпохи Шан (1766–1121 гг. до н. э.) царь Вэнь-ван, победитель развратного тирана из династии Шан и основатель династии Чжоу, внес исправления в Хэ ту и Ло шу. По преданию, при помощи собственной системы гадания, основанной на Хэ ту и Ло шу, Вэнь-ван предсказал не только смерть своего сына, но и свое собственное пленение и победу над последним императором династии Шан, одержанную в конечном итоге. Усилия по систематизации Хэ ту и Ло шу, предпринятые Вэнь-ваном, привели к возникновению «Чжоу и» («Чжоуской книги перемен»). В этой системе гадания Хэ ту и Ло шу расширены, так что вместо восьми триграмм получилось шестьдесят четыре гексаграммы. «Ицзин», который мы имеем сегодня, состоит из фрагментов «Чжоу И», собранных Конфуцием в VI в. до н. э. Существовали и два других варианта «Ицзин», ныне утраченные. Один из них, носивший название «Линь шань и» был написан потомками Юя, а автором другого, называвшегося «Гуй чжуан и», были первый император династии Шан и его советник-шаман по имени И Вэнь. О том, что эти книги существовали, говорят только упоминания о них, которые мы находим в трудах историков ханьской эпохи.

В период между падением династии Чжоу и гибелью династии Хань искусство гадания постепенно приобрело ту форму, в которой оно и дошло до наших дней. Важнейшим фактором, благодаря которому гадание превратилось в отрасль знания, было появление особой группы людей, называемых «фан ши» (о них уже говорилось выше в главе 3).

Одни фан ши специализировались на врачевании средствами талисманной магии, а другие за-

нимались гаданием и искусствами продления жизни. Одним из самых выдающихся предшественников фан ши был Гуйгу-цзы («мудрец из Ущелья навей»). Гуйгу-цзы прекрасно разбирался не только в гадании, но и в военной стратегии и дипломатии. Большинство царских советников периода Воюющих царств были учениками этого мудреца. Однако в истории Китая и даосизма он остался прежде всего как представитель философской школы «инь-ян». Теоретики этой школы придавали особое значение космологии «Ицзин» и трактовке трансформации как фактора, лежащего в основе природы событий. О тесной связи между теоретиками школы «инь-ян» и искусством гадания говорит и то, что историки ханьской эпохи упоминают трактаты по «кань ю» (или «фэн-шуй», форме геомантии) и гаданию по небу (астромантии) в главах, посвященных пяти первоэлементам и философской школе «инь-ян».

Другая группа фан ши, покровителем которой был Лю Ань, правитель области Хуайнань, запечатлела свое учение в книге, ныне известной под названием «Хуайнань-цзы». В ней изложено учение фан ши о государственном управлении, политике, военной стратегии и способах ведения войны, искусствах продления жизни и достижения бессмертия, космологии и теории перемен.

Искусство гадания достигло вершины своего развития при династиях Тан и Сун. При Тан фэн-шуй (разновидность геомантии, основанная на изучении форм рельефа и соответствующих потоков энергии) были систематизированы и превратились в науку. В танскую эпоху наиболее выдающимся теоретиком и практиком фэн-шуй был Ян Куньсунь,

которого адепты фэн-шуй по сей день почитают как отца геомантии.

Кроме того, на искусство гадания оказали неизгладимое влияние работы Чжэнь Си и Шао Канцзе, живших при династии Сун. Оба они были даосскими отшельниками, и оба отказывались от императорских даров и высоких постов.

Чжэнь Си и Шао Канцзе

Чжэнь Си считается автором диаграммы у цзи. Она является одним из важнейших достижений в интеллектуальной истории Китая. Эта диаграмма стала не только революционным переворотом в трактовке изменений, принятой в искусстве гадания, но также переместила «Ицзин» и исследование изменений в центр даосской философии. Диаграмма у цзи описывает возникновение и изменение вселенной. О ней рассказывается далее в этой же главе, в разделе «Даосская космология».

«Хроники Хуашань» («Хуашань-цзи») гласят, что диаграмма у цзи была высечена на скале в горах Хуашань в провинции Шэньси. Эта диаграмма вдохновляла и даосов и неоконфуцианцев. Согласно даосским легендам, первым человеком, которому открылась диаграмма у цзи, был Хэшан-гун, «Старец с речного берега». Вдохновившись ею, Вэй Боян написал свой трактат «Цань тун ци». После этого учения диаграммы у цзи было открыто Чжунли Чюаню, одному из Восьми бессмертных, который стал учителем Люй Дунбиня. Живя отшельником в горах Хуашань, Люй Дунбинь передал учение Чжэнь Си, а Чжэнь Си обучил У-сю. У-сю имел двух учеников. Одним из них был Чжоу Дуньи, отец неоконфуцианства, а другим — Ли Тинци. Шао Канцзе был учеником Ли Тинци.

Диаграмма у цзи и основанная на ней космология не были единственным вкладом Чжэнь Си в развитие даосского гадания. Помимо этого, Чжэнь создал астромантическую систему — «Цзы вэй Ду су» («Систему правящей звезды Цзы вэй и чисел звезд Ковша»). Это одна из наиболее распространенных и сложных систем астромантии, которые используются в наши дни.

Шао Канцзе, он же Шао Юн, считается преемником Чжэнь Си. Шао расширил и обогатил теорию перемен, скомбинировав ее с нумерологией. Изучение ба гуа и пяти первоэлементов превратилось в науку: циклы и трансформации теперь можно было «вычислить», а нумерологические принципы — «узреть», наблюдая явления вселенной.

Шао Канцзе известен в первую очередь как автор «Трактата о высочайшем безграничном принципе» («Ван цзицин»). Это монументальный труд, посвященный структуре вселенной, природе изменений, интерпретации событий китайской истории. В нем также зафиксированы результаты наблюдений за астрономическими явлениями. Подобно Чжэнь Си, Шао Канцзе был не только теоретиком. Он занимался искусством гадания и на практике, был знатоком астромантии и геомантии, а также толкования примет. Известно, что он предсказал несколько печальных событий, произошедших в эпоху Сун, в том числе резкие политические изменения, осуществленные министром Ван Аньши.

Гадание при династии Мин и в современную эпоху

Когда династия Сун пала в 1279 г., ее сменила монгольская династия Юань. Менее чем через сто лет

на смену Юань пришла династия Мин. До нас дошли сведения, что, изгоняя монголов, основатель Мин, Чжу Юаньчжан, пользовался помощью даосского мага и гадалея, Лю Бохуня, который был специалистом не только в магии и гадании, но также в военной стратегии и организации тылового обеспечения. Он умел предсказывать движение вражеских сил и предвидел маневры противника, что позволяло крестьянской армии Чжу Юаньчжана выигрывать решающие сражения. Когда Чжу начал истреблять своих бывших союзников и советников, искусство гадания помогло Лю спастись.

В наши дни искусствами гадания занимаются и даосы, и не даосы. Хотя некоторые гадалеи практикуют в храмах и монастырях, занятия даосским гаданием не мешали вступлению ни в одну из даосских школ. Даосское гадание практикуют школа Пути Небесных наставников, колдуны Маошань, последователи школ Лунмэнь и Уданшань. Тем не менее многие адепты искусства гадания не принадлежат ни к одной из даосских школ. Это так называемые «гуйши», то есть люди, принимающие даосские верования и практикующие гадание в качестве даосского искусства. Существуют также профессиональные гадалеи, которые не только не связаны ни с одной из даосских школ, но даже не принимают общих представлений даосизма. Тем не менее даосское гадание остается даосским независимо от того, признается ли его даосское происхождение или нет.

Основные идеи даосского гадания

Даосская космология: у цзи и тай-цзи

Согласно даосским представлениям о вселенной, все вещи исходят из дао и в дао возвращаются. Пе-

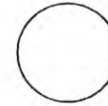
ремена — это то, что приводит в движение появление и исчезновение вещей, а гадание — это способ увидеть модели перемен.

Диаграмма у цзи описывает процесс возникновения всех вещей и их возвращение к дао. Творение и распад происходят непрерывно. Постигнув первооснову изменений, мы узнаем, что происходило в прошлом и что случится в будущем.

Верхний круг на диаграмме у цзи (рис. 8.2) символизирует *у цзи* («Беспредельное»), то есть дао. Это состояние покоя, в котором вещи неотделимы от начала и источника жизни. Идея у цзи восходит к 28-й главе «Дао дэ цзин», где в первый раз упоминается «возвращение к у цзи». В «Чжуан-цзы» тоже говорится о «вхождении в Безымянные Врата» и «странствии на просторах Беспредельного (у цзи)». Таким образом, у цзи в даосизме представляет собой понятие начала или истока всех вещей.

Символ, расположенный ниже у цзи, — это тай цзи, или «Великий предел». Сегодня нам больше знаком символ тай цзи в виде круга из двух частей черного и белого цвета, плавно перетекающих друг в друга (для сравнения он также изображен в самом низу на рис. 8.2). Символ на диаграмме у цзи является более древним; мне кажется, он больше говорит о природе тай цзи, чем его поздний вариант. Если у цзи — это покой, то тай цзи — изменение. Одна половина каждого концентрического круга символизирует «инь», другая — «ян». Каждый круг описывает «момент» изменения, и каждый момент изменения представляет собой переход инь в ян (творение) или ян в инь (разрушение и возврат). Три концентрических круга отображают взаимодействие инь и ян в трех проявлениях этих энергий. Внутрен-

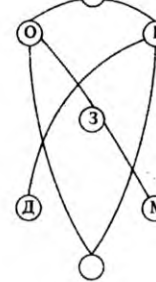
У цзи



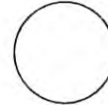
Тай-цзи



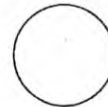
О огонь
В вода
З земля
Д дерево
М металл



Из *цян* появляется самец.
Из *кунь* появляется самка



Десять тысяч вещей (все сущее)



Современная форма символа тай-цзи



Рис. 8.2. Диаграмма у цзи. Современный вариант символа тай цзи изображен в нижней части рисунка для сравнения с более древней формой — кругом в верхней части диаграммы

ний круг — это древняя ян и древняя инь; следующий круг — великая ян и великая инь; внешний круг — малая ян и малая инь. Даосы описывают тай цзи как «ян, обнимающая инь». Если передвинуть взгляд слева направо, глядя на более древний символ тай-цзи, вы заметите, что в левой половине рисунка цвета чередуются по схеме «белый-черный-

белый» (ян-инь-ян), а в правой половине — по схеме «черный-белый-черный» (инь-ян-инь). То же самое вы увидите и в современном символе тай цзи, если вести взгляд сверху вниз по прямой, проходящей через белую и черную точки. По мнению таких даосов, как Чжэнь Си и Шао Канцзе, у цзи, то есть покой, является началом вещей, а тай цзи представляет собой изменение, движение, которое кладет начало творению.

Прежде чем перейти от символа тай цзи к следующему слою символов на диаграммы у цзи, нужно понять, как взаимодействуют древняя ян и древняя инь, великая ян и великая инь, малая ян и малая инь, порождая восемь триграмм (ба гуа). Этот процесс описывается в прилагаемой таблице. Из *цян* и *кунь*, отцовской и материнской триграмм ба гуа, в процессе творения возникают все «десять тысяч вещей» вселенной (таблица 8.1).

*Природа вселенной: инь и ян, ба гуа,
девять дворцов и пять первоэлементов*

Инь и ян, ба гуа и пять первоэлементов (стихий) представляют собой базовые элементы всех явлений.

Слова *инь* и *ян* буквально переводятся «тень» и «свет». Обозначая первоначально освещенный и затененный склоны горы, они получили в «Ицзине» дополнительное значение женского и мужского начал, а также стали соотноситься с другими парами взаимодополняющих противоположностей. Инь стала ассоциироваться с инертностью, спокойствием, мягкостью, гибкостью, женственностью и восприимчивостью, а ян — с движением, активностью, твердостью, силой, мужественностью и инициативой.

Таблица 8.1. Появление ба гуа в результате взаимодействия инь и ян. Процесс, при котором движение и покой, инь и ян взаимодействуют, порождая ба гуа из у цзи (дао), в даосизме называется Святой стезей.

У цзи	{ в движении порождает ян в ван цзи в покое порождает инь в ван цзи
Ван-цзи	{ в движении порождает ян в тай цзи в покое порождает инь в тай цзи
Тай цзи	{ в движении порождает древнюю ян в покое порождает древнюю инь
Древняя ян	в движении порождает великую ян
Древняя инь	в покое порождает великую инь
Древняя ян	в покое порождает меньшую инь
Древняя инь	в движении порождает меньшую ян
Великая ян	в движении порождает <i>цян</i>
Великая инь	в покое порождает <i>кунь</i>
Великая ян	в покое порождает <i>дуй</i>
Великая инь	в движении порождает <i>гэнь</i>
Малая ян	в покое порождает <i>кань</i>
Малая инь	в движении порождает <i>ли</i>
Малая ян	в движении порождает <i>чжэнь</i>
Малая инь	в покое порождает <i>сунь</i>

В число *ба гуа*, то есть восьми триграмм, входят следующие символы: *цян* (небо), *кунь* (земля), *кань* (вода), *ли* (огонь), *чжэнь* (гром), *сунь* (ветер), *гэнь* (гора) и *дуй* (озеро). Пять первоэлементов (металл, дерево, вода, огонь и земля) связаны соответственно с четырьмя сторонами света (западом, востоком, севером и югом), а также центром (рис. 8.3).

Из восьми триграмм можно получить шестьдесят четыре гексаграммы. На рис. 8.4 показано, как

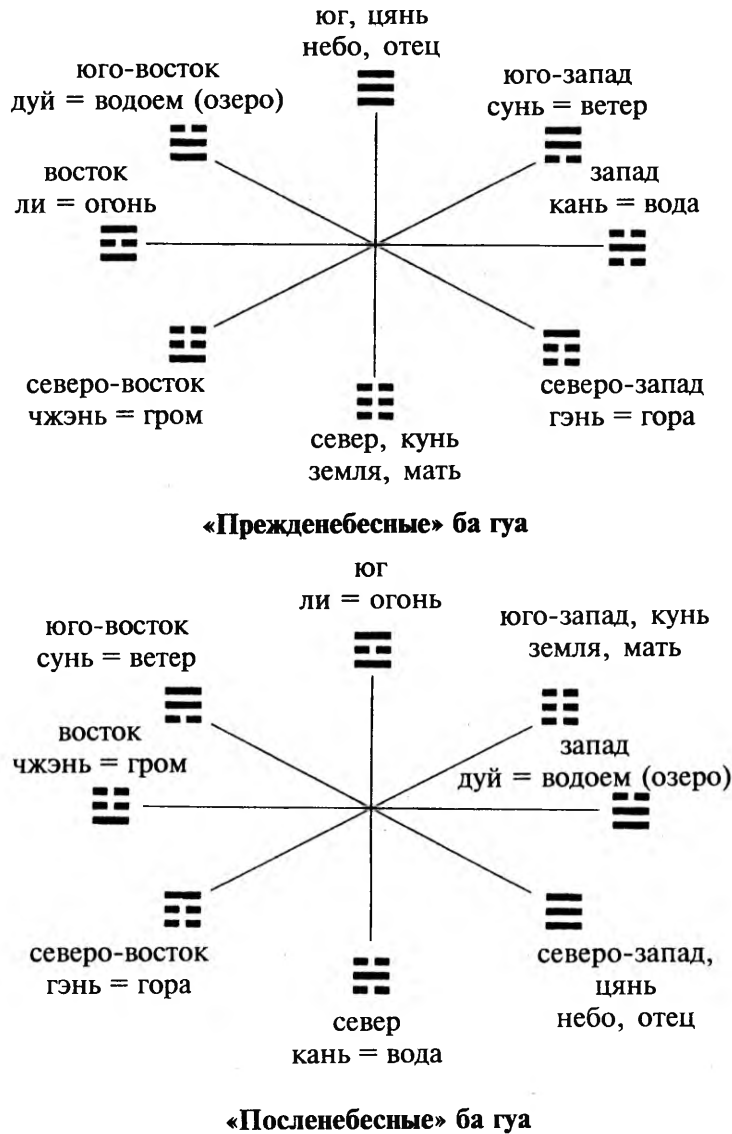


Рис. 8.3. «Прежде небесные» и «После небесные» ба гуа

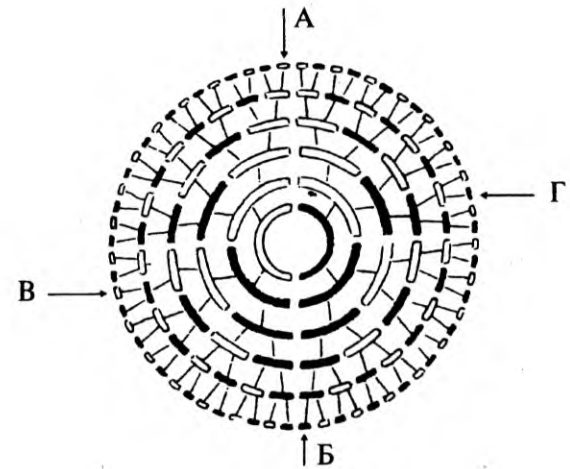


Рис. 8.4. Получение шестидесяти четырех гексаграмм из символа тай-ци. Белые черточки соответствуют янским компонентам, а темные черточки — иньским компонентам. Каждый элемент инь или ян делится, образуя еще одну пару инь и ян. Так, инь и ян уровня тай ци (внутренняя окружность) делятся, образуя четыре направления (вторая окружность от центра). Двигаясь дальше к периферии, видим, что следующая окружность состоит из восьми черточек, возникших в результате того, что каждая черточка четырех направлений разделилась на две части. Так происходит переход от восьми элементов к шестнадцати, от шестнадцати — к тридцати двум, от тридцати двух — к шестидесяти четырем. Шесть окружностей соответствуют шести компонентам гексаграммы. Чтобы раскрыть структуру гексаграммы, нужно провести линию от элемента, лежащего на внешней окружности, к исходному элементу, расположенному на центральной окружности. Например, гексаграмма *цыанью* (небо) состоит из шести янских компонентов. Вы можете раскрыть структуру этой гексаграммы, соединив линией элемент А с элементом, лежащим на центральной окружности. Вы увидите, что все компоненты, которые соединяет эта линия, являются янскими. Затем попробуйте проделать то же самое с гексаграммой *кунь* (земля), которая состоит из шести иньских компонентов (позиция В). Обратите внимание на то, что *кунь* расположена непосредственно напротив *цыанью*. Гексаграмме *ли* (огонь), строение которой — ян/инь/ян/инь/ян/инь, соответствует положение В, а гексаграмме *кань* (вода), имеющей структуру инь/ян/инь/инь/ян/инь, — позиция Gamma

этот набор гексаграмм образуется из триграмм ба гуа. Сегодня многие техники гадания, особенно связанные с «Книгой перемен», основаны на истолковании значений гексаграмм.

Ба гуа существуют в двух формах: «прежде небесной» и «после небесной». Прежде небесные ба гуа описывают природу вещей, а «после небесные» — природу трансформаций. «Прежде небесное» дословно означает «до образования Неба», а «после небесное» значит «после образования Неба». В даосской космологии «прежде небесное» соответствует недифференцированному состоянию, существовавшему до разделения неба и земли, а «после небесное» — состоянию бытия, при котором небо и земля являются отдельными сущностями. Взглянув на рис. 8.3, вы увидите, что расположение триграмм «после небесных» ба гуа отличается от их расположения на схеме «прежде небесных» ба гуа. В «после небесных» ба гуа позицию «юг» занимает не триграмма цянь (небо), а триграмма ли (огонь), а позицию «север» — не триграмма кунь (земля), а триграмма кань (вода). Чтобы понять, каким образом «после небесные» ба гуа служат для описания изменений, следует сначала рассмотреть другую идею, имеющую огромное значение в даосском гадании, а именно — представление о Девяти дворцах.

Девять дворцов — это ба гуа в движении. В Девяти дворцах триграммы ба гуа больше не связаны с направлениями. Их положение изменяется в соответствии с годичным, месячным, суточным и сезонным циклами.

Девять дворцов — это восемь направлений плюс центр. Каждый дворец обозначается сочетанием числа и цвета: один — белый, два — черный, три —

сине-зеленый, четыре — зеленый, пять — желтый, шесть — белый, семь — красный, восемь — белый, девять — пурпурный. Каждая комбинация числа и цвета называется «звездой», а каждая звезда соответствует определенной триграмме ба гуа. Таким образом, один — белый — это *кань* (вода), два — черный — *кунь* (земля), три — сине-зеленый — *чжэнь* (гром), четыре — зеленый — *сунь* (ветер), пять — желтый — центр (*чжун гун*), шесть — белый — *цянь* (небо), семь — красный — *дуй* (озеро), восемь — белый — *гэнь* (гора), девять — пурпурный — *ли* (огонь). Приведенная здесь числовая решетка иллюстрирует «основную структуру» Девяти дворцов:

4	9	2
3	5	7
8	1	6

Это основное расположение называется также «магическим кругом», поскольку все числа расположены так, что их сумма в каждом ряду, колонке и по обоим диагоналям составляет 15. В корневой структуре Девяти дворцов число пять всегда расположено в центре. Эта структура является также «после небесными» ба гуа.

Девять дворцов — это схема движения энергии во вселенной. Одни энергии разрушительны, другие — благотворны. Для того чтобы определить место и время проявления благотворных и разрушительных энергий, многие системы гадания широко используют принципы Девяти дворцов.

Пять первоэлементов связаны друг с другом в цикле порождения и цикле разрушения. Для того чтобы видеть и предсказывать изменения, происхо-

дящие во вселенной, важно понимать природу этих циклов. В цикле порождения металл, находящийся в жилах земли, питает подземные воды; вода дает жизнь растительности и создает дерево; дерево питает огонь, а огонь создает золу, из которой образуется земля. Цикл завершается образованием металлов в жилах земли. Цикл разрушения начинается с того, что металл режет и разрушает дерево; дерево овладевает землей, вонзая корни в почву; земля господствует над водой, препятствуя течению рек и морей; вода уничтожает огонь; наконец, огонь расплавляет металлы.

В системах даосского гадания циклы порождения и разрушения служат моделью изменений, описывающей природу трансформации. Течение этих циклов естественно, их нельзя назвать ни хорошими, ни плохими. Беды начинаются, лишь когда в естественный процесс изменений, нарушая его, вторгается деятельность человека. Если несчастье близко, в силах человека изменить существующие условия и обстоятельства и тем самым предотвратить беду.

Представления о времени: китайский календарь

Китайский календарь играет важную роль в искусстве гадания. Он служит выражением представления о циклическом ходе времени. События и изменения подчиняются определенным циклам, и знание порядка циклов позволяет понять, как протекают трансформации.

В китайском календаре существуют четыре основных цикла: шестидесятилетний цикл, три эры длительностью по шестьдесят лет, девять циклов

длительностью по двадцать лет, и двадцать четыре сезона (по два на каждый месяц года).

Шестьдесят лет шестидесятилетнего цикла получают путем образования парных комбинаций знаков десяти «Небесных стволов» и двенадцати «земных ветвей». Небесные стволы — это *цзя, и, бин, дин, у, цзи, гэн, синь, жэнь, гуй*. Двенадцать земных ветвей — это *цзы, чоу, инь, мао, чэнь, сы, у, вэй, шэнь, ю, сюй, хай*. Каждому году китайского календаря соответствует определенное сочетание ствола и ветви. Если расположить по порядку все парные комбинации десяти небесных стволов и двенадцати земных ветвей вплоть до повторения первой пары, получится шестьдесят пар, которые соответствуют годам шестидесятилетнего цикла (таблица 8.2).

Шестидесятилетний цикл используется во всех разновидностях гадания, существующих в Китае, и является основой китайского календаря.

Система двенадцати животных, каждое из которых соответствует одному году двенадцатилетнего цикла, является скорее популярным развлечением, чем серьезным гаданием. Исчисление времени по двенадцатилетнему «звериному» циклу менее точно и подробно, чем исчисление по шестидесятилетнему циклу. К примеру, возьмем год 1997 по западному календарю. По «звериной» схеме это год быка, а по шестидесятилетнему циклу — год *дин чоу*. 2009 год снова оказывается годом быка, а по шестидесятилетнему циклу — годом *цзи чоу*. Поток энергии в годы *дин чоу* и *цзи чоу* различен, однако при использовании системы двенадцати животных это различие утрачивается.

Каждый шестидесятилетний цикл называется эрой. Каждая эра начинается годом *цзя цзы*, а за-

Таблица 8.2. Парные сочетания десяти небесных стволов и двенадцати земных ветвей, образующие шестидесятилетний цикл.

Стол-ветвь	Стол-ветвь	Стол-ветвь	Стол-ветвь	Стол-ветвь
цзя-цзы	бин-цзы	у-цзы	гэн-цзы	жэнь-цзы
и-чоу	дин-чоу	цзи-чоу	синь-чоу	гуй-чоу
бин-инь	у-инь	гэн-инь	жэнь-инь	цзя-инь
дин-мао	цзи-мао	синь-мао	гуй-мао	и-мао
у-чэнь	гэн-чэнь	жэнь-чэнь	цзя-чэнь	бин-чэнь
цзи-сы	синь-сы	гуй-сы	и-сы	дин-сы
гэн-у	жэнь-у	цзя-у	бин-у	у-у
синь-вэй	гуй-вэй	и-вэй	дин-вэй	цзи-вэй
жэнь-шэнь	цзя-шэнь	бин-шэнь	у-шэнь	гэн-шэнь
гуй-ю	и-ю	дин-ю	цзи-ю	синь-ю
цзя-сюй	бин-сюй	у-сюй	гэн-сюй	жэнь-сюй
и-хай	дин-хай	цзи-хай	синь-хай	гуй-хай

канчивается годом *гуй хай*. Различают три эры — верхнюю, среднюю и нижнюю. Каждая из них соответствует особой энергетической модели. Эти три эры подразделяются на девять частей по двадцать лет; таким образом, сто восемьдесят лет составляют три шестидесятилетних периода (три эры), или девять двадцатилетних периодов (девять циклов).

Представление об трансформациях

Все во вселенной подвержено изменениям. Поскольку все существующее взаимосвязано, изменение одной вещи влечет за собой изменение другой. Кроме того, изменения не являются predetermined. В каждый момент времени может произой-

ти ряд возможных событий в зависимости от того, что произошло ранее. Даосский подход к гаданию предполагает, что человек отнюдь не находится под властью неотвратимой судьбы, которую нельзя изменить. Поняв природу перемен, мы можем своими действиями изменить варианты будущего.

Судьба открывается в приметах, в различных явлениях, происходящих на небе и на земле, даже в чертах человеческого лица, однако это не дает гарантии, что предсказанное сбудется. Даосское гадание не призывает к покорности судьбе; напротив, зная, какие события могут произойти в будущем, мы можем начать действовать, чтобы предотвратить возможные беды. Даосы называют это «изменением прежде небесной судьбы (данности) при помощи после небесных усилий (наших поступков)».

Гадание — сложное искусство. Гадать значит не просто бросать палочки и читать толкование по книжке. Гадание — это способ, позволяющий увидеть изменения, которые происходят во вселенной, способ, глубоко связанный с даосской философией и космологией. Чтобы понять идею трансформации, нужно не только научиться видеть структурные модели явлений, но и понять, каким образом наши действия способны повлиять на ход событий. Постигание перемен и жизнь в гармонии с ними — вот в чем заключается суть даосского гадания.

Виды гадания

В число гадательных искусств входят астромантия, геомантия, гадание по календарю, предсказание человеческой судьбы и толкование примет. Основной астромантии служит наблюдение за положе-

нием звезд на небе и его истолкование. В этом отношении астромантия аналогична западной астрологии. Геомантия основана на изучении и истолковании особенностей ландшафта; гадание по календарю — на наблюдении за сезонным, дневным и почасовым движением энергии в природе; предсказание человеческой судьбы, включающее в себя физиогномику и хиромантию, — на анализе характерных свойств и особенностей человека; толкование примет — на наблюдении природных явлений.

Астромантия и геомантия отмечены влиянием даосской философии в большей степени, чем любые другие формы гадания, практикуемые в наши дни. Говоря о даосском гадании, мы сосредоточимся именно на этих двух его видах.

Астромантия: Цзы вэй и Ду су

В основе астромантии лежит предпосылка, что изменения, происходящие в человеческом микрокосме, параллельны макрокосмическим явлениям, которые мы наблюдаем на небесном своде. Это вытекает из фундаментального принципа даосизма, который гласит, что небо, земля, человечество и все вещи во вселенной подчиняются одним и тем же законам существования и трансформации.

Существует несколько систем астромантии; в рамках этой книги рассмотреть их все невозможно. Чтобы проиллюстрировать некоторые аспекты астромантии, я выбрала систему Цзы вэй Ду су, создателем которой является даосский мудрец Чжэнь Си.

В переводе название «Цзы вэй Ду су» означает «система правящей звезды Цзы вэй и чисел звезд ковша». Для предсказания судьбы в ней использует-

ся расположение звезд, сложившееся в момент рождения человека. Звезда судьбы называется «Цзы вэй», а «Ду су» означает «числа звезд ковша»*. Звезды ковша — это звезды, составляющие Северный ковш (Большую Медведицу) и еще одно созвездие, которые китайские астрономы называют «Южным ковшом».

Вот краткое описание того, как пользоваться системой «Цзы вэй Ду су». Положения звезд распределяются на схеме по двенадцати небесным дворцам, каждый из которых носит название одной из двенадцати «земных ветвей». Расположение небесного дворца определяется тем, в какой месяц лунного календаря родился человек (рис. 8.5).

На карте небесных дворцов указаны двенадцать факторов судьбы. Расположение этих факторов определяется часом рождения человека. В свою очередь, к факторам судьбы относятся: личность, отношения между братьями и сестрами, супружеские отношения, дети, материальное благополучие, болезни и здоровье, движение и мобильность, подчиненные, профессия и карьера, дом и личное имущество, везение, родители.

Затем определяется положение звезд в небесных дворцах. К этим звездам относятся Цзы вэй (Правящая звезда Судьбы), семь звезд Северного ковша, звезды Южного ковша, **Левая и Правая звезды-хранители (the Left and Right Guardian Stars)**, а также различные яркие звезды, занимающие важное место в традиционной китайской астрономии. В систе-

* «Цзы вэй» буквально означает «Пурпурная (т. е. царственная) звезда». Иероглифы «число ковша» на общекитайском языке произносятся как «доу шу». «Ду су» — это их диалектное прочтение. — *Прим. ред.*

Личность Деяния Небес Сы	Родители У	Везение Главная звезда, Сокрушитель врагов Вэй	Дом и личное имущество Синь	
Братья и сестры Чэнь			Профессия и карьера Солнце Ю	
Супружеские отношения Мао			Подчиненные Сюй	
Дети Инь	Благосостояние Чоу	Болезни и здоровье Цзы	Движение и мобильность Звезда Воина Хай	Фактор судьбы Звезда

↑
Название небесного дворца

Рис. 8.5. Астрологическая карта, составленная по системе «Цзы вэй Ду су» (пример): небесные дворцы, факторы судьбы и главные звезды. В одном небесном дворце может находиться более одной звезды. Например, на данной карте Главная звезда и звезда под названием «Сокрушитель врагов» находятся в небесном дворце *вэй*

ме «Цзы вэй Ду су» при предсказании судьбы человека учитывается положение более чем пятидесяти звезд, но поскольку данная книга не посвящена специально этой системе, то я не буду вдаваться в подробности.

Определив положение звезд, предсказатель интерпретирует его значение и взаимодействие звезд между собой. Сейчас я кратко опишу несколько примеров того, как влияет на двенадцать факторов судьбы расположение звезд в небесных дворцах. Вновь обратимся к схеме на рис. 8.5. Самая важная звезда — Цзы вэй, то есть Главная звезда. Она может предотвращать несчастья, защищать от болезней, усиливать благотворное воздействие любого фактора судьбы, который окажется с ней в одном дворце. Предположим, что Цзы вэй находится во дворце *вэй*, где локализован фактор удачи. Это означает, что человеку будет всегда везти во всех делах. В жизни его ждут неожиданные подарки судьбы, он будет ловко избегать несчастий.

Другая важная звезда называется «Деяния небесной сферы», или «Деяния неба» (*the Workings of the Celestial Realm, or Heaven*); она входит в созвездие Южного ковш и управляет гармонией. Если положение этой звезды совпадает с фактором личности (как в нашем примере), человек будет добрым, мягким и гармоничным. Одновременно она является звездой мудрости и духовного развития. Если положение этой звезды совпадает с фактором профессии и карьеры, у человека будут глубокие духовные интересы, его потенциал ярче всего проявится в сфере духовности.

В системе «Цзы вэй Ду су» Солнце тоже считается важной звездой; оно управляет богатством, властью и славой. Если его положение, как в нашем примере, совпадает с фактором профессии и карьеры, это гарантирует человеку славу, уважение и почести в избранном им роде деятельности.

Еще одна важная звезда — звезда Воина (*the Warrior Star*); она входит в созвездие Северного ковш

и управляет богатством. Если ее положение совпадает с фактором личности, человек будет предприимчивым и накопит большое состояние благодаря деловым успехам. Если положение этой звезды, как в нашем примере, совпадает с фактором движения и мобильности, человек будет быстро продвигаться по службе или за короткое время перейдет от бедности к богатству.

Некоторые звезды оказывают негативное влияние, например звезда, именуемая «Сокрушитель врагов». Если ее положение совпадает с благотворной звездой, например с Цзы вэй (как в нашем примере), это снижает благотворное воздействие последней. В этом случае степень удачливости человека резко снижается. Если Сокрушитель врагов по положению совпадает с фактором богатства, человек всю жизнь будет беден или потеряет деньги из-за неудачных вложений. Звезды взаимодействуют, не только оказавшись в одном дворце, но и во дворцах, расположенных непосредственно друг против друга.

Чтобы сделать предсказание судьбы по «Цзы вэй Ду су», нужно истолковать положение как минимум пятидесяти звезд и отношений между ними, в силу чего эта система считается самой сложной из всех систем астромантии. Более примитивные системы учитывают только пять планет, а также Солнце и Луну, но современные гадатели сходятся в том, что именно «Цзы вэй Ду су» позволяет точнее всего предсказать судьбу человека.

Геомантия: фэн-шуй

В отличие от астромантии, основанной на интерпретации положения звезд, геомантия занимается интерпретацией структуры ландшафта. В дао-

сизме понятие «геомантия» является синонимом слова «фэн-шуй». Название «фэн-шуй» переводится как «ветер и вода». Как система гадания фэн-шуй более древен, чем астромантия; его нынешняя форма является плодом многовекового развития.

В основе философии и практики фэн-шуй лежит представление о том, что земля живая и ее наполняет энергия. В зависимости от форм рельефа энергия местности может быть благотворной или разрушительной. Эта энергия влияет на людей, которые живут в данной местности. Благотворная энергия укрепляет здоровье, способствует долголетию, гармонии, богатству и успеху, а разрушительная навлекает болезни и несчастья. Кроме того, энергия местности изменяется в зависимости от года и сезона. Используя принципы ба гуа, пяти элементов и Девяти дворцов, можно вычислить движение энергии на конкретный год и месяц. Когда в определенной местности сооружают жилище или гробницу, энергия места концентрируется в этом сооружении. Энергия, скопившаяся в жилом доме, воздействует не только на его непосредственных обитателей, но и на их ближайших родственников, которые живут в другом месте. Энергия, скопившаяся в могиле, воздействует на потомков погребенного в ней человека. Поэтому практика фэн-шуй связана прежде всего с выбором места. Если речь идет о постройке жилого здания, процесс выбора называют фэн-шуй сферы ян, а если о закладке могильника — фэн-шуй сферы инь.

Защищенность — важнейший фактор при поиске подходящего места, будь то место для дома или для могилы. Место считается защищенным, если уровень почвы позади него выше, чем перед ним.

Еще один важный фактор — наличие благоприятных форм рельефа и отсутствие деструктивных. Мягкие, округлые формы несут благоприятную энергию, а элементы рельефа с грубыми, резкими очертаниями — энергию вредоносную. Поэтому дом, расположенный напротив отвесного утеса или современного небоскреба неправильной формы, подвергается воздействию негативной энергии.

Дороги, реки и долины — это каналы, по которым течет энергия. Энергия, текущая по крутым дорогам, ущельям и склонам, деструктивна; энергия, которая струится с мягкими изгибами, благоприятна. Самые неблагоприятные места для дома или могилы — основание Т-образного и развилка Y-образного пересечения дорог. На Т-образном перекрестке энергия обрушивается прямо на дом, подобно волнам, с силой падающим на берег, а здание, расположенное в Y-образной развилке, оказывается зажатым между двумя дорогами.

Значение имеет не только местность, окружающая дом. Поток энергии внутри здания тоже воздействует на везение и благополучие его обитателей. Ряд факторов, например план здания и другие архитектурные особенности, также влияют на то, какой будет энергия, текущая по зданию, — позитивной или негативной.

Чтобы определить локализацию и направление токов благотворной и деструктивной энергии, адепты фэн-шуй пользуются геомантическим компасом (рис. 8.6). Это устройство представляет собой компас, шкала которого разделена на двадцать четыре направления и имеет пометки, показывающие, какой вид энергии (инь или ян) течет в каждом из направлений. При помощи геомантического компа-

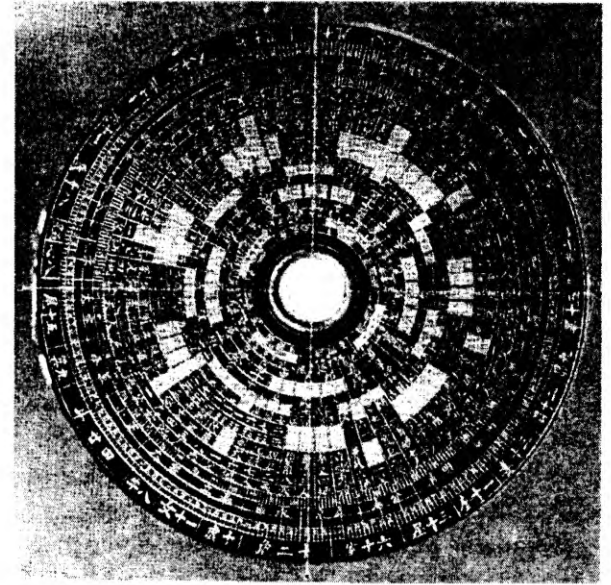


Рис. 8.6. Геомантический компас, которым пользуются адепты фэн-шуй

са определяют, в какую сторону должен смотреть фасад будущего здания и верно ли ориентирован фасад уже построенного дома. На основе этой информации вкупе со сведениями о дате постройки здания составляется геомантическая таблица, по которой мастер фэн-шуй определяет локализацию благотворной и вредоносной энергии внутри дома.

Строение геомантической таблицы основано на принципе Девяти дворцов. Сама таблица представляет собой сетку из девяти квадратов (пример на рис. 8.7 под буквой А). В каждом квадрате стоят три цифры. Цифра, написанная более крупным шрифтом, называется Земной Основой. Эти цифры со-

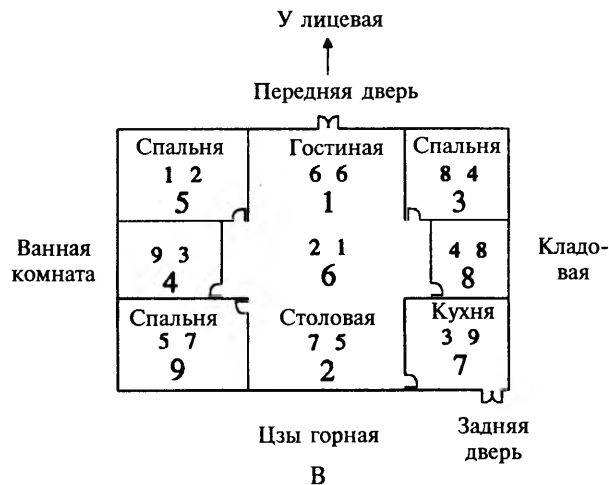


Рис. 8.7. Геомантическая таблица (пример), наложенная на план дома. Комментарии — см. основной текст

впадают с номерами Девяти дворцов. Их положение в таблице определяется годом постройки сооружения. Цифра в правом верхнем углу каждого квадрата, написанная мелким шрифтом, называется Лицевой звездой, а цифра в левом верхнем углу — Горной звездой. Эти два набора цифр определяются по показаниям геомантического компаса.

При наложении геомантической таблицы на план дома (рис. 8.7 под буквой В) получается карта потоков энергии в здании. Числа 1, 6 и 8, как большие, так и малые, связаны с благотворной энергией, а числа 2 и 5 указывают на негативную энергию. Тройка, четверка и семерка бывают нейтральными, деструктивными или благотворными в зависимости от других факторов. Девятка связана с мощной энергией, которая может быть деструктивной или благотворной, но никогда — нейтральной.

Излишне упоминать, что не стоит устраивать спальню в той части дома, которую характеризуют числа 2 или 5, особенно если эти числа Земной Основы или Лицевой звезды, а тем более — то и другое сразу. Толкование геомантической таблицы — сложный процесс, включающий оценку воздействия, которое оказывают сочетания чисел каждой зоны, причем с учетом назначения комнат. К примеру, некоторые сочетания не подходят для спальни, но вполне годятся для кладовой, другие очень хороши для кабинета или офиса, но нейтральны для кухни.

Цель искусства фэн-шуй, то есть геомантии — выявить, каковы потоки энергии в данной местности, и жить в гармонии с ними. Фэн-шуй — древнейший вид гадания в даосской практике, он развивает чуткость к земле, проповедует философию жизни в согласии с природой, а не в борьбе с ней.

Прочие виды гадания

В этом разделе пойдет речь еще о нескольких системах гадания. Одна из них — гадание по календарю, основанная на понимании движения благотворной и разрушительной энергий в каждый из дней, месяцев, лет и времен года. Следующая система — толкование примет. Этот вид гадания основан и на шаманских, и на собственно даосских представлениях. В этой системе знаками предстоящих событий служат характерные особенности облаков, тумана, молний, грома, полета птиц и других природных явлений. В отличие от системы «Цзы вэй Ду су» и фэн-шуй, этот вид гадания основан больше на интуиции, чем на расчете. Даосский мудрец и ученый Шао Канцзе считался великим толкователем примет. В наши дни этим искусством владеет лишь горстка гадателей.

Третья система гадания — предсказание судьбы по особенностям и характерным признакам человека. Первой ее ветвью является физиогномика — чтение судьбы по чертам лица. Китайский гадатель-физиогномист должен распознать на лице человека рисунок «облаков» и различные цвета, истолковать особенности глаз, носа, ушей, рта, губ, лба, щек и подбородка. Другое направление этой системы, хиромантия, предсказывает судьбу человека по рисунку линий на ладони. Даосские верования меньше повлияли на две последние системы; эти виды гадания не столь древние, как «Цзы вэй Ду су» и фэн-шуй. Скорее всего, они были заимствованы из Индии и стали частью китайской культуры в более поздние времена.

Следующая система гадания — бросание талисманов палочек, на которых начертаны гексаграм-

мы. Мысленно сосредоточившись на вопросе, гадающий трясет кружку с палочками, пока одна из них не выпадет. После этого гексаграмму, написанную на палочке, толкуют, ища ее значение в книге. Справочники, наиболее популярные в Гонконге и в китайских диаспорах в Азии, — это «Чжоу и», или «Ицзин», «Лю цзу цзянь цзе» («Гадательная книга бессмертного Люй Дунбиня») и «Гуаньин цзянь цзе» («Гадательная книга бодхисатвы Гуаньинь»). Хотя эта форма гадания популярна и у китайцев, и у жителей Запада, которые используют «Ицзин», гадая на монетах, чайных листьях и т.п., даосская община не признает его принадлежность к даосским видам гадания.

Дополнительные сведения о даосском гадании

В даосском гадании не существует деления на школы. Как уже упоминалось выше, гадание практикуют люди, которые вовсе не обязательно принадлежат к какой-либо из даосских школ (см. с. 173). Обучение даосскому гаданию — серьезное начинание, которое требует от ученика дисциплины и преданности делу. Многие учителя принимают в обучение только тех, которые согласны взять на себя обязательство находиться под опекой учителя несколько лет.

Некоторые мастера специализируются только на одной системе гадания, например астромантии или фэн-шуй. Специализация других гораздо шире и включает в себя физиогномику, хиромантию, астромантию, геомантию и гадание по календарю. Параллельное изучение двух или более методов обычно не практикуется, а продолжительность периода ученичества колеблется от трех до десяти лет. Зна-

ние китайского языка при этом обязательно, поскольку большинство классических произведений и руководств по гаданию пока не переведены. Наиболее важное пособие — «Перекрестный справочник по китайскому и западному календарям» («Вань нянь ли») — существует только на китайском языке.

Если вы решили изучить даосские искусства гадания, прежде всего выберите систему, которая вас привлекает, а затем найдите учителя, который согласится принять вас в ученики. Какую бы систему вы ни избрали, начало будет трудным: вам придется тщательно изучить общие принципы, лежащие в основе всех видов гадания. В некоторых случаях, например при изучении фэн-шуй, можно приобрести начальные познания, прочитав книгу или посещая курсы по выходным. Но если вы хотите серьезно заниматься искусством гадания, вам все равно понадобятся личные наставления учителя. Изучив три системы гадания и написав книгу по одной из них, я смею утверждать, что единственный способ овладеть даосским гаданием — это поступить в ученики к мастеру.

Дополнительная литература

О фан ши и их деятельности в период с III в. до н. э. (династия Хань) по VI в. н. э. (период Шести династий) рассказывается в книге «Врачи, гадали и маги Древнего Китая: биографии фан ши», вышедшей в переводе и под редакцией Кеннета де Воскина (Kenneth De Woskin). Это сборник рассказов о фан ши, которые взяты из исторических сочинений периодов Ранней Хань, Троецарствия и Цзинь.

Фрагменты сочинения Шао Канцзе «Ван цзицин» приводятся в 29 главе книги «Хрестоматия по философии Китая» под ред. Винцит Чжана.

Более подробный рассказ о нумерологической теории, связанной с космологией «Ицзин», вы найдете в книге «Мандалы “Книги перемен”» (пер. Томаса Клири).

«Даосская “Книга перемен”» (пер. Томас Клири) представляет собой сборник толкований гексаграмм, сделанных как даосами, так и конфуцианцами, находящимися под влиянием даосизма. Эта книга не является учебным пособием по гаданию; чтобы воспользоваться ей для толкования, нужно сначала освоить саму процедуру гадания, то есть выбрасывания гексаграмм. Тем не менее благодаря «Даосской “Книге перемен”» вы получите представление о том, каким образом даосы интерпретируют значение гексаграмм. Если вы хотите сравнить разные подходы к интерпретации, вам стоит ознакомиться с «Буддийской “Книгой перемен”», где приводится буддийское толкование гексаграмм, а также с книгой «Ицзин: дао организации» (конфуцианское толкование). Переводчиком и редактором обеих книг является Томас Клири.

В книге Гельмута Вильгельма (Helmut Wilhelm) «Небо, земля и человек в “Книге перемен”» приводятся эссе о философии «Ицзин».

Об истории, теории и практике фэн-шуй рассказывается в моей книге «Фэн-шуй: древняя мудрость о гармоничной жизни в современную эпоху». Эта книга содержит более подробные сведения об истории и теории фэн-шуй и может также служить учебным пособием.

Глава 9

ЦЕРЕМОНИАЛЬНЫЙ ДАОСИЗМ

Путь набожности

Церемониальный даосизм — это Путь набожности. Совершая обряды, посвященные высшим силам, человечество обновляет и укрепляет свою связь с божествами, а высшие силы в ответ на поклонение даруют людям защиту и счастье, ограждают от страданий и бед.

Основные особенности церемониального даосизма

Основные черты церемониального даосизма, или Пути набожности, сводятся к следующему:

1. Сутью учения является вера в существование высших сил в виде богов и духов, которые управляют человеческой судьбой.
2. Если уважать и почитать богов, они защищают человека, избавляют его от бедствий и посылают всевозможные блага; поэтому благочестие и поклонение божествам занимают центральное место в практике церемониального даосизма.
3. Набожность выражается в проведении религиозных церемоний и сакральных праздни-

ков. Церемонии включают в себя ритуалы, жертвоприношения, возгласение литургических текстов и чтение священных писаний.

4. Считается, что между верующим и высшими силами существует двусторонняя связь. Церемонии проводятся для того, чтобы обновить и укрепить узы, соединяющие человечество с божествами, дабы объединенными усилиями внести гармонию во все области вселенной.
5. Поскольку церемонии посвящены божествам, их совершают люди, посвятившие этому занятию всю свою жизнь, — знатоки ритуалов, ходатайствующие перед богами за простых верующих. Таким образом, в церемониальном даосизме верующие не обязательно являются практикующими адептами; миряне, верящие в даосских божеств, не имеют права совершать ритуалы и не обладают соответствующей подготовкой.

Даосские божества

Даосская религия отличаются пантеизмом и плюрализмом. Боги, духи и бессмертные имеют различные ранги соответственно своей силе и уровню просветленности. Обычно ранги богов отождествляют с их титулами; высшие божества именуются *Тянь-цзунь* (Небесные достопочтенные). Ступенью ниже по рангу стоят *ди* (император) и *хоу* (императрица), за ними следуют *ван* (царь), *сянь* (бессмертный) и, наконец, *шэнь* (дух). Поскольку религиозный даосизм впитал в себя народные верования и местные культы, в число даосских божеств вошли

духи природы, которым поклонялись в доисторическую эпоху, мудрецы и народные герои, божества других религий и основатели даосских школ, достигшие бессмертия.

Даосские божества многочисленны и разнообразны. Некоторых богов легенды наделяют колоритными особенностями и чертами. Хотя в народных сказках и в драмах некоторые духи и божества, например Восемь бессмертных или Царь обезьян, выглядят игривыми и озорными, даосские церемонии отличаются серьезностью. Между миром легенды и миром ритуала пролегает пропасть. Шутки и юмор хороши лишь в определенных обстоятельствах; божества, фигурирующие на религиозных празднествах, всегда серьезны и величавы.

Огромный даосский пантеон делится на «прежде-небесных» и «посленебесных» божеств. «Прежде-небесные» боги — это божества, которые существуют с начала времен, появившись до разделения неба и земли, то есть до сотворения земной и небесной сфер. «Посленебесные» божества — это смертные, которые обрели бессмертие. Однако не следует считать, что все великие боги являются «прежде-небесными» божествами. На высших ступенях пантеона мы находим и ряд бывших смертных, например Люй Дунбиня и Гуань-ди. Влияние шаманизма и народных верований на даосизм сказалось в том, что в иерархию божеств вошли также некоторые духи природы, которые почитались в доисторическую эпоху. Наиболее значительными из них являются духи ветра, дождя и грома; они относятся к «прежде-небесным» божествам, но при этом менее могущественны, чем такие «посленебесные» боги, как, например, Люй Дунбинь.

Старшие божества

Великие божества перечисляются здесь согласно той значимости, которую признают за ними даосские религиозные общины. Сначала назовем «прежде-небесных» божеств.

Тайшан Лао-цзюнь (рис. 9.1) — обожествленный Лао-цзы. Все даосы признают его патриархом своей религии. Впервые титул «Тайшан Лао-цзюнь» появился в III веке н. э. в писаниях линбао и был быстро принят ортодоксальным религиозным даосизмом. Тайшан Лао-цзюнь, высшее божество даосского пантеона, является воплощением дао, инкарнацией первоначального начала, недифференцированной



Рис. 9.1. Тайшан Лао-цзюнь, верховное божество даосской религии

пневмой и истоком жизни. Поэтому его иногда называют Императором сферы Изначального хаоса (Хунь-юань Хуан-ди).

Триада чистых (Сань цин) — три эманации Тайшан Лао-цзюня. Они являются небесными владыками Трех чистых сфер: сферы Нефритовой чистоты (Юй цин), сферы Великой чистоты (Тай цин) и сферы Верховной чистоты (Шан цин). Сферой Нефритовой чистоты владеет Небесный владыка Беспредельности (У цзи тянь цзунь), или Небесный владыка Изначальности (Юаньши тянь-цзунь); сферой Великой чистоты владеет Небесный владыка Духовной драгоценности (Линбао тянь-цзунь), сферой Верховной чистоты владеет Небесный владыка Пути и Благой силы (Дао дэ тянь-цзунь). В иерархии даосских божеств Триада чистых (рис. 9.2) наиболее близка к Тайшан Лао-цзюню.

Три чистых сферы символизируют три уровня даосского бессмертия и просветления. Сфера Нефритовой чистоты — это сфера У цзи. Это высший уровень бессмертия; подняться в эту сферу значит достичь полного единения с дао. Сфера Великой чистоты соответствует следующему, более низкому уровню бессмертия. Это сфера Тай цзи; подняться в нее значит достичь состояния, когда субъект и объект все еще существуют, но уже являются неотъемлемыми частями дао. Третья сфера, Сфера Верховной чистоты, является сферой ба гуа; достичь этого уровня значит прожить на земле долгую жизнь в гармонии с природой и человечеством.

Для адептов внутренней алхимии Триада чистых имеет особое значение. В системе внутренней алхимии она символизирует изначальное, неиспорченное, чистое состояние трех внутренних энергий. Все



Рис. 9.2. Изображение Триады чистых на алтаре в храме, принадлежащем школе Сяньтяньдао. *В центре* — владыка сферы Нефритовой чистоты (Юй цин), *справа* — владыка сферы Великой чистоты (Тай цин), *слева* — владыка сферы Высшей чистоты (Шан цин)

люди получают эти энергии во чреве матери. Сфера Нефритовой чистоты — это изначальная духовная энергия (шэнь); сфера Великой чистоты — это изначальная жизненная энергия (ци); сфера Верховной чистоты — это изначальная порождающая энергия (цзин). Три непорочных энергии появляются при соединении энергий инь и ян, принадлежащих мужчине и женщине. Цель внутренней алхимии — очистить и трансформировать внутренние энергии, приведя их в неиспорченную форму, в какой мы их получили при зачатии.

Нефритовый император (Юй-ди) — владыка небес. Некоторые даосские секты считают Нефрито-



Рис. 9.3. Нефритовый император (Юй-ди). Справа от него — его подчиненный, Вэньчжан ди-цзюнь

вого императора (рис. 9.3) воплощением Линбао тянь-цзуня — Небесного владыки сферы Великой чистоты — и наделяют титулами «Великий небесный владыка Нефритовый император» (Юй хуан да тянь-цзунь) и «Высший владыка Сокровенной духовности» (Сюань лин Као шан ди).

Нефритовый император управляет человеческими судьбами. Его небесная обитель — звезда Цзы вэй; восседая там, он судит человечество. Он посылает здоровье, долголетие и процветание тем, кто накопил много добрых дел, а также лишает здоровья и долголетия людей, совершавших безнравственные поступки.

Матушка императрица Запада (Сиван-му) — Небесная императрица Западного рая. Считается,



Рис. 9.4. Матушка императрица Запада (Сиван-му). Рядом — прислужник, держащий поднос с персиками бессмертия

что она живет во дворце на горной вершине в горах Куньлунь (горная система на западе Китая). Сиван-му — хранительница прохода на небеса, дарующая долголетие и бессмертие. Она владеет садом, где созревают персики бессмертия (рис. 9.4). Чтобы получить статус бессмертного, человек должен соответствовать ее требованиям. Считается, что лишь она одна может открывать и закрывать для смертных врата жизни. Поэтому Сиван-му особо почитают адепты внутренней алхимии и искусств продления жизни.

Матушка Ковша (Доу-му) — очень интересное божество индийского происхождения. Ее санскритское имя передается по китайски как «Мо ли чжи».



Рис. 9.5. Статуя матушки Звездного ковша (Доу-му) из монастыря Белых Облаков (Пекин)

Она — целительница, подательница Великого снадобья (эликсира бессмертия), покровительница врачей и адептов искусств продления жизни. Обычно ее изображают с восемью руками (рис. 9.5), в которых она держит солнце, луну, лук, копье, колокол и печать. Две руки сложены в мудру — жест сострадания. Солнце и луна указывают на то, что Доу-му — мать всех небесных тел, лук и копье говорят о ее власти над болезнями, колокол символизирует ее сострадание, а печать — власть над смертью. Мудра сострадания символизирует ее власть исцелять от болезней.

Адепты внутренней алхимии просят Доу-му помочь им в приготовлении Великого снадобья (Золотого эликсира), поскольку она управляет движением звезд и приводит в движение внутреннюю энергию в человеческом теле.



Рис. 9.6. Небесный владыка Великого изначального (the Celestial Lord of the Great Beginning) (Тайи тянь-цзунь). Картина из коллекции Института Сюань Юань Юэ, Гонконг

Небесный владыка Великого изначального (Celestial Lord of the Great Beginning) (Тайи тянь-цзунь)* — подчиненный Нефритового императора, правящий миром мертвых. Считается, что именно Тайи тянь-цзунь (рис. 9.6) научил людей проводить обряды праздника Чжун юань (**срединный сезон**), или праздник чиновника Земли). Этот бог является также символом сострадания; его сострадание пространяется на все души — как живых, так и умер-

* «Тайи тянь-Цзунь» означает «Небесный владыка Великого единственного». — Прим. ред.

ших. Поэтому его праздник называется также Праздником всех душ.

Семь владык звезд Северного ковша — божества, живущие на семи звездах созвездия Северного ковша (Большой Медведицы). Они находятся в подчинении у Нефритового императора, доставляют его послания с решением о судьбе человека.

Даосы считают, что каждый человек от рождения находится под покровительством одной из этих семи звезд. Эта покровительница, то есть звезда рождения, определяет здоровье и долголетие. Если здоровье человека в порядке, звезда-покровительница выглядит яркой, если здоровье плохое, она тускнеет. В первый и пятнадцатый дни каждого лунного месяца и в первые семь дней девятого лунного месяца божества Северного ковша спускаются в мир смертных, чтобы возвестить человечеству приговор Нефритового императора. Кроме того, Семь звездных владык сообщают Нефритовому императору о добрых и дурных делах людей, находящихся под их надзором. Получив эти донесения, Нефритовый император награждает или карает людей соответственно их индивидуальным качествам. Поскольку здоровье и долголетие человека зависят от того, какое донесение сделают Нефритовому императору Семь звездных владык Северного ковша, считается, что эти божества тоже ведают здоровьем и долголетием.

Семь звездных владык сопровождают **Левый и Правый хранители (the Left and Right Guardians)**. Эти звезды сами являются небесными божествами, обитающими на созвездиях, расположенных слева и справа от Северного ковша. Семерых звездных владык и Двух стражей иногда называют «Девятью царями Северного ковша».

Для адептов внутренней алхимии звезды Северного ковша имеют особое значение. В даосской космологии Полярная звезда символизирует неподвижную, неизменную реальность дао, лежащую в основе всего сущего, а семь звезд Северного ковша представляют подвижный и изменчивый аспект дао. Созвездие Северного ковша ассоциируется со стихией воды и символизирует порождающую энергию тела. Северное направление и стихия воды ассоциируются с инь, поэтому созвездие Северного ковша символизирует тонкую субстанцию энергии инь.

Звезды Южного ковша связаны с процветанием. В эту группу божеств входят шесть звезд, каждую из которых сопровождает юный прислужник. Владыки Южного ковша считаются вспыльчивыми и раздражительными, они действуют быстро и непреклонно.

Для адептов внутренней алхимии Южный ковш ассоциируется со стихией огня и тонкой субстанцией энергии ян. Созвездие Южного ковша соответствует огню и жизненной энергии в среднем даньтяне, локализованном в области солнечного сплетения.

Чиновники Небес, Земли и Воды (Сань гуань) — служители, которые сообщают о решениях Нефритового императора. Когда раздаются награды, чиновник Небес посылает процветание, чиновник Земли прощает грехи, а чиновник Воды избавляет людей от несчастий. Если на людей накладывается наказание свыше, Три чиновника забирают свои дары обратно и насылают беды в трех сферах — небесной, земной и водной. Чиновник Небес вызывает засухи, чиновник Земли — землетрясения, чиновник Воды — наводнения.

Помимо того, что Три чиновника разносят приговоры Нефритового императора, эти божества так-

же являются владыками праздников, посвященных началу, середине и концу года. Чиновник Небес покровительствует **Начальному сезону (Beginning Season)** (шан юань). Чиновник Земли — **Среднему сезону (Middle Season)** (чжун юань), а чиновник Воды — **Последнему сезону (Last Season)** (ся юань). Эти праздники проводят соответственно в пятнадцатый день первого лунного месяца, пятнадцатый день седьмого лунного месяца и в пятнадцатый день девятого лунного месяца.

Покровитель искусств и литературы (Вэнь чан ди-цзюнь) подчиняется непосредственно Нефритовому императору. Он обитает на небесах, на группе звезд, находящихся в непосредственном соседстве с Северным ковшем. Первоначально Нефритовый император поручил этому божеству награждать честных ученых и наказывать беспринципных, но впоследствии обязанности Вэнь чан ди-цзюня расширились, и сегодня он вдобавок возвещает о решениях Нефритового императора.

Владыки пяти гор (У юэ ди-цзюнь — стражи пяти священных гор Китая, к которым относятся: Хуашань на западе, Тайшань на востоке, Хэншань в провинции Хунань, на юге, Хэншань в провинции Шаньси, на севере, и Суншань в центре). Каждый из Пяти владык является также стражем соответствующей стороны света и хранителем связанного с ней первоэлемента. Владыка Запада носит белое одеяние и является хранителем металла; владыка Востока одет в зеленое или голубое и является хранителем дерева; владыка Юга одет в красное и является хранителем огня; владыка Севера одет в черное и является хранителем воды; владыка Центра одет в желтое и является хранителем земли.

Владыки пяти гор также являются хранителями врат в подземный мир, расположенных в глубине гор. Поэтому к этим божествам часто взывают во время обрядов, связанных с путешествиями в подземный мир.

Далее перечислены «посленебесные» божества. Это мудрецы и герои, которым за добрые дела, совершенные в мире смертных и в мире бессмертных, был пожалован статус «бессмертного» или Небесного императора (императрицы).

Бессмертный Люй Дунбинь — пожалуй, самый популярный бессмертный в китайской культуре. Многие даосские секты считают его своим патриархом. Он является символом мудрости, рассекающей иллюзию материального мира. Люй Дунбинь — фигура историческая. Он жил при династии Тан. Легенда гласит, что когда Люй Дунбинь держал путь в столицу, на чиновничьи экзамены, он встретил бессмертного Чжунли Цюаня. Чжунли Цюань дал Люй Дунбиню поспать на своей подушке. Сновидения, которые приснились Люй Дунбиню в ту ночь, доказали ему тщетность славы, власти и занятий политикой. Ему приснилось, что после недолгого успеха при дворе его вовлекли в интриги, приведшие к изгнанию и смерти вдали от дома. Проснувшись, Люй Дунбинь осознал иллюзорность славы, удачи и временной власти и последовал в горы за Чжунли Цюанем, чтобы овладеть даосским искусством обретения бессмертия.

В даосской иконографии Люй Дунбиня часто изображают с метелкой или с мечом (рис. 9.7). Меч рассекает изменчивые иллюзии, а метелка смахивает пыль, покрывающую дао-реальность. Многие легенды повествуют о том, как бессмертный Люй



Рис. 9.7. Бессмертный Люй Дунбинь

возвращался в мир смертных, чтобы исцелять больных, избавлять людей от страданий и помогать достойным достичь бессмертия.

Бессмертного Люя особо почитают адепты внутренней алхимии. Учениками Люй Дунбиня были основатели многих школ внутренней алхимии, например Ван Чунъян, Лю Хайчжань и Чжэнь Си.

Государь Гуань (Гуань-ди) — еще одна историческая личность, достигшая статуса божества. В период Троецарствия Гуань Юй был полководцем в царстве Шу. Он был знатоком искусства войны, отличался бескомпромиссной прямоотой и непоколебимым чувством чести. Гуань Юй погиб в войне против бесчестного министра Цао Цао и стал для китайского народа символом всего, что связано с

добродетелью, честью и благородством. Будучи первоначально народным героем, Гуань Юй стал покровителем военного дела и благодаря этому поднялся до положения божества, получив имя Гуань-ди — государь (император) Гуань. В качестве генерала Небесного воинства Гуань-ди совершил множество героических подвигов, сражаясь с демонами и чудовищами. Великие божества признали его заслуги, и в ходе повышений он получил титулы **Святой император Гуань (Kuan the Sacred Emperor)** (Гуань син-ди) и **император Золотой Башки (Emperor of the Golden Tower)** (Цзинь цюэ ди-цзюнь). Последователи некоторых школ считают, что в конце концов он стал Нефритовым императором. В наши дни Гуань-ди почитают как покровителя военного дела, блюстителя добродетели, воплощение чести и благородства.

Младшие божества

Повелитель (дух) Очага (Цзао-цзюнь) — хранитель огня в очаге, страж дома и домочадцев. В домах обычно вешали его изображения. Повелитель Очага отвечает «за поддержание огня на кухне» (в китайском языке это выражение иносказательно означает, что в доме достаточно еды). Будучи изначально духом народного культа, повелитель Очага был принят в даосский пантеон, и в его обязанности вошло докладывать Нефритовому императору о поведении каждого из домочадцев. Повелитель Очага делает свой доклад в конце года. Он поднимается в Небесный дворец и представляет Нефритовому императору список добрых и дурных поступков, которые совершил каждый из членов семьи. Поэтому у многих китайцев в обычае делать повелителю Очага подно-



Рис. 9.8. Духи Дождя, Ветра и Грома. Слева — Мать грома, в центре — Повелитель дождя, справа — Граф ветра

шения, прося его замолвить за жертвователей доброе слово.

Духи Дождя, Ветра и Грома (рис. 9.8) — Юй-ши, Фэн-бо и Лэй-му, древние божества, культ которых дошел до нас из доисторической эпохи. Их официальные имена — повелитель Дождя, граф Ветра и мать Грома. Обычно к ним обращаются во время обрядов вызывания дождя. Эти боги также фигурируют в главных обрядах наряду с более высокими божествами — Тайи тянь-цзунем, Гуань-ди и бессмертным Люй Дунбином.

Батюшка Земли (The Earth Farther) (Туди) — покровитель местности. Этот дух, культ которого возник в древности, вошел в даосский пантеон. В наши дни его почитают как защитника освященной

земли, особенно храмов и алтарей, а также как посланца богов. В конце многих даосских церемоний **батюшку Земли (the Earth Farther)** просят доставить богам моления людей и благодарят за то, что он отвратил беды от освященной земли.

Прочие божества

В даосский пантеон входит много других богов, и рассказать обо всех в этой книге невозможно. Я описала только тех из них, кому посвящены наиболее значительные празднества и обряды, в честь кого проводят церемонии большинство даосских школ. Некоторые божества, особенно из числа святых-бессмертных, являются монопольным достоянием отдельных школ. Например, в школе Небесных наставников ее основатель Чжан Даолин считается великим бессмертным, ему посвящены обряды первостепенной значимости. А в храмах школы Лунмэнь почитают ее основателей — Ван Чуньяна и Цю Чанчуня.

Многие герои, мудрецы и чудотворцы местного значения имеют много почитателей в отдельных географических регионах. Примером тому служит чудотворец по имени Хуан Дасянь (Хуан Великий Бессмертный), который пользуется необычайной популярностью в Гонконге и в южной части провинции Квантун.

Некоторые даосские секты включили в свой пантеон воплощения Будды и бодхисатв. Самыми популярными из них являются Гуаньинь (бодхисаттва сострадания), будда Татхагата, будда Амитабха и будда Манджушри. Однако, удостаиваясь поклонения в даосских храмах, буддийские божества получают даосские имена и начинают считаться вопло-

щениями даосских богов. Например, будда Татхагата считается инкарнацией Тайшан Лао-цзюня; некоторые даосские секты рассматривают Манджушри как инкарнацию Бессмертного Люй Дунбиня; будду Амитабху называют У лян шоу Фо (**Будда бесконечного долголетия [the Enlightened One of Unending Longevity]**); Гуаньинь иногда считают инкарнацией Сиван-му.

Административная иерархия даосских небес

В представлении даосов, каждый бог, дух или бессмертный, обитающий на небесах, имеет свои специфические обязанности. В даосском пантеоне есть свои администраторы, воины, наставники. В категорию администраторов входят судьи, глашатаи, чиновники, делопроизводители, писцы и вестники; в категорию воинов — генералы, капитаны, воины разных рангов, а также стражи; в категорию наставников — аватары, покровители и наставники. Каждому типу богов соответствуют особые одеяния, регалии и титулы.

Даосские божества различаются по рангам. Как уже упоминалось выше, в роли верховного божества выступает Тайшан Лао-цзюнь. Однако к администраторам он не относится. Тайшан Лао-цзюнь — это источник мудрости, знания и жизни. Он — творец, направляющий ход всех событий на небесах, на земле и в подземном мире. Ему подчиняются все остальные божества. На одну ступень ниже него стоит Триада чистых, которые надзирают за тремя сферами бытия, но тоже не являются администраторами в полном смысле этого слова, поскольку их задачи

не связаны с такими повседневными функциями, как ведение записей и осуществление руководства подвластными им сферами. Если Тайшан Лао-цзюнь — это сила, лежащая в основе творения и разрушения, то члены Триады чистых являются посредниками, осуществляющими эти два противоположных процесса.

Высшими администраторами небес являются Нефритовый император (Юй-ди) и богиня Сиван-му. В даосском пантеоне это божества примерно одного ранга. Нефритовый император, являющийся распорядителем Судьбы, выносит приговоры смертным и определяет их участь, а Сиван-му — хранительница пути к бессмертию — решает, кому стать бессмертным.

Под началом у Нефритового императора состоит большая группа администраторов и делопроизводителей. Вэньчан ди-цзюнь, покровитель искусств и литературы, оглашает решения Юй-ди. Как было сказано выше, владыки звезд Северного ковша передают людям послания Нефритового императора, а Три чиновника Небес, Земли и Воды приводят в исполнение его решения о наградах и наказаниях. Кроме того, Вэньчан Ди-цзюнь ведет учет поступкам каждого человека, регистрируя донесения, которые делают Семь владык звезд Северного ковша и повелитель Очага.

Нефритовый император и подчиненные ему администраторы уделяют внимание молитвам смертных. Через Трех чиновников Нефритовый император получает просьбы о благословении и защите, молбы о прощении и покаянные послания.

Небесные писцы ведут учет алтарей, храмов и монастырей. Когда создается новый алтарь, храм или

монастырь, его настоятель посылает на небеса сообщение, уведомляющее божеств о том, что на земле появилось еще одно святое место. Это послание, адресованное божеству-покровителю храма или алтаря, доставляют небесные вестники. Имена священнослужителей, посвященных в духовный сан, тоже вносятся в официальные списки и сохраняются небесными писцами. Когда священнослужитель получает посвящение или в орден принимается новый монах, его имя записывают в официальном послании и отправляют в небесный мир. Таким образом божества следят за тем, кто из людей уполномочен совершать обряды и кто достоин стать хранителем священных писаний.

Подземным миром управляют небесные существа. В этом даосская мифология расходится с буддийской, в которой правителями подземного мира являются его же насельники. В некоторых даосских сектах считается, что верховным администратором подземного мира является Тайи тянь-цзунь. В его функции входит учет умерших (как тех, кому уже предстоит воплотиться вновь, так и тех, кто еще должен перевоспитаться перед новым воплощением). Несмотря на влияние народного обрядового буддизма, даосы не считали, что подземный мир — это ад. Он представлялся им не местом наказания, а местом обучения и исправления. Если души умерших горюют о своей участи и цепляются за земной мир, их учат, что они должны смириться с чередованием жизни и смерти и перестать тревожить мир смертных. В обязанности Тайи тянь-цзуня входит воспитание душ умерших с целью скорейшего перевоплощения.

В число небесных богов, несущих ответственность за подземный мир, входят также владыки пяти гор.

Считается, что глубоко внутри этих священных гор находятся врата в подземный мир, хранителями которых и являются Пятеро владык. Когда даосский священник хочет войти в подземный мир, чтобы наставлять или спасать души умерших, он должен обратиться к Пяти владыкам с молитвой, прося их открыть ему врата в преисподнюю. Кроме того, каждый умерший тоже должен пройти через эти врата, поэтому к Пяти владыкам обращаются с мольбой открыть их, чтобы души умерших смогли попасть в подземный мир.

У наиболее значительных небесных администраторов есть личные вестники. Этих вестников и слуг обычно изображают в облике детей. У каждого из владык пяти гор есть прислужник, носящий одежду того же цвета, что и хозяин. Владыки звезд Северного ковша и Южного ковша тоже имеют личных служителей. Богине Сиван-му прислуживает группа молодых женщин, а Тайи тянь-цзуня часто сопровождает мальчик, несущий его знамя.

Небесными воинами командуют капитаны, а капитанами — генералы. Главкомандующими являются Гуань-ди, **Небесный государь (Celestial King)** Ли Цин, который обороняет **Небесную башню (Celestial Tower)**, а также Юэ Фэй — обожествленный генерал династии Сун. Духи грома, дождя и ветра, а также многие владыки звезд носят в небесном войске звание капитанов. Есть в этом войске и бойцы в чине рядовых и сержантов. Они защищают проходы на небеса.

Во главе даосского пантеона наставников стоят аватары — существа, которые предпочли остаться среди людей и принять вид смертных, чтобы вдохновлять, наставлять и давать советы. Они являются

воплощением мудрости, обучают различным даосским методам и передают людям знание. Таким наставником является бессмертный Люй Дунбинь. На следующем по значимости уровне стоят наставники — покровители различных направлений духовного знания и духовной практики. В качестве примера можно назвать Доу-му, бога — покровителя целителей и адептов внутренней алхимии, и Фуси, покровителя гадания. Далее следуют учителя специфических даосских методов, чья обязанность — передавать людям знания и опыт. Так, бессмертные Чжунли Цюань и Чжан Цзыян (Ужасы Бодуань) обучают внутренней алхимии и способам достижения бессмертия, а бессмертный Хуан Ши-гун — геомантии.

Иерархия божеств в даосском пантеоне подвижна и изменчива. Боги получают повышения или понижаются в ранге, поскольку текущие достижения каждого божества непрерывно подвергаются оценке. Показателем достижений божества служит его популярность в мире смертных. Если храм или алтарь, посвященный определенному божеству, посещает много людей, просящих у него благословения, защиты, совета или отпущения грехов, считается, что божество завоевало доверие смертных и заслуживает повышения.

Даосские празднества и церемонии

Набожность выражается в соблюдении религиозных праздников и совершении обрядов.

В церемониальном даосизме существует несколько видов обрядов. Главные празднества называются *чжай цзяо*, то есть Великие богослужения. Обычно



Рис. 9.9. Фотография, снятая во время молебна даосским божествам. Монастырь Белых Облаков, Пекин

Великое богослужение продолжается много дней. Оно может представлять собой торжество, траурный ритуал, молебен или покаяние. Например, праздник чиновника Земли — это богослужение, посвященное покаянию; праздник звезд Северного ковша сочетает в себе элементы торжества и покаяния; большие обряды вызывания дождя представляют собой молебны.

Другой вид даосских праздников — Ритуальные собрания (*фа хуэй*). Ритуальное собрание не отличается такой сложностью, как Великое богослужение, но это тоже большой праздник, который может продолжаться несколько дней. Праздники чиновника Небес и чиновника Воды часто проводят в форме Ритуальных собраний. Обряды вызывания дождя и

предотвращения несчастий могут, в зависимости от размаха, проводиться в виде Великого богослужения или Ритуального собрания.

Другой тип даосских праздников — однодневные праздники какого-либо конкретного божества, которые называются *дань*. Все обряды, которые проводятся в эти дни, посвящаются исключительно божеству данного праздника. У каждого из старших божеств есть свой однодневный праздник (таблица 9.1), а в ряде храмов и при некоторых алтарях однодневный праздник божества-покровителя храма отмечается с такой же помпой, что и однодневные праздники старших богов. Почти все даосские религиозные общины отмечают праздничные дни, посвященные Тайшан Лао-цзюню (вместе с Тριάдой чистых), Нефритовому императору, богине Сиван-му и бессмертному Люй Дунбиню. Праздник богини Доу-му (матери Звезд) является частью Великого богослужения в честь звезд Северного ковша.

Еще один вид даосских праздников — День богослужения, когда исполняется литургия. Как правило, в первый и пятнадцатый дни каждого лунного месяца исполняется литургия, посвященная тому или иному божеству или группе божеств. Наиболее популярными литургиями являются Писания звезд Северного и Южного ковшей. В некоторых храмах исполняются литургии, посвященные божеству — покровителю храма.

Прочие богослужения совершаются по заказу частных лиц. К таким богослужениям относятся погребальные обряды и молебны о благословении по поводу дня рождения. Обычно погребальные обряды совершают в день погребения, но при более сложном ритуале обряды проводят также на седь-

мой, двадцать первый и сорок девятый дни после смерти. Цель этих обрядов — указать усопшему путь в подземный мир. Человек, который хочет снискать благословение богов в свой день рождения, обычно заказывает церемонию, в которую входят моления о здоровье, долголетию и процветании, обращенные к владыкам Звезд Северного и Южного ковшей.

Таблица 9.1. Двенадцатимесячный цикл праздников в честь даосских божеств, которые отмечаются в большинстве храмов. Некоторые праздники посвящены героям общекитайских культов; такие праздники перечислены здесь лишь частично.

1-й лунный месяц

- 1-й день. *Тайшан Лао-цзюнь (Лао-цзы, Древний мудрец)*
Патриарх даосизма и воплощение дао; источник и начало всего сущего.
- 8-й день. *Юань ши тянь-цзунь, или У цзи тянь-цзунь (Юй цин, или Нефритовая чистота)*
Первое из трех воплощений Лао-цзы — инкарнация Единого изначального дыхания первоначала. Также именуется владыкой Сферы Нефритовой чистоты. Он является символом духовной энергии и владыкой Первоначала — состояния, когда все было частью недифференцированной целостности дао.
- 9-й день. *Юй-ди (Нефритовый император)*
Нефритовый император — один из высших богов даосского пантеона. Нефритовый император обладает властью над всеми живыми существами, посылает им награды и наказания.
- 15-й день. *Тянь-гуань (чиновник Небес)*
Чиновник Небес дарует счастье и процветание. Он находится под началом у Нефритового им-

ператора. Чиновника Небес также называют *владыкой Начального сезона (Lord of Beginning Season)* (шан юань). Частью праздника шан юань является Праздник фонарей.

2-й лунный месяц

2-й день. *Туди (божество — покровитель местности)*

Туди защищает местность от злых духов и является посланцем богов.

3-й день. *Вэнь чжан ди-цзюнь*

Покровитель искусств и литературы, подчиненный Нефритового императора. Ведет реестр достижений ученых и возвещает решения Нефритового императора.

6-й день. *Дун юэ ди-цзюнь (владыка Восточных гор)*

Главный администратор среди подчиненных Нефритового императора. Выполняет обязанности писца, ведет запись человеческих рождений и смертей. Ему соответствует стихия дерева и зеленый (или синий) цвет. Дун юэ ди-цзюнь является также стражем врат в подземный мир, находящихся в горе Тайшань — восточной священной горе.

15-й день. *Дао дэ тянь-цзунь (Шан цин, или Высшая чистота)*

Третье воплощение Лао-цзы. Владыка Сферы ба гуа.

3-й лунный месяц

15-й день. *Цзю тянь сюань-ньюй (Сокровенная госпожа Девяти небесных сфер)*

Ведает реестрами Девяти небесных сфер, собирает списки богов, управляет реестрами человеческих судеб. Также является одним из божеств-покровителей искусства гадания.

18-й день. *Чжун юэ ди-цзюнь (владыка Срединных гор)*

Выполняет такие же функции, что и владыка Восточных гор, с той лишь оговоркой, что ох-

раняет срединные врата в преисподнюю, расположенные в горе Суншань — срединной священной горе. Чжун юэ ди-цзюню соответствует стихия земли и желтый цвет.

4-й лунный месяц

14-й день. *Бессмертный Люй Дунбинь*

Именуется также владыкой Чистой ян. Патриарх всех школ внутренней алхимии, избавитель людей от иллюзии и страдания.

18-й день. *Цзы вэй син-цзюнь (Звездный владыка Звезды Пурпурного Света)*

Владыка Полярной звезды, правящий всеми звездами.

5-й лунный месяц

5-день. *Цюй Юань*

Мудрец, поэт, патриот царства Чу (период Весен и осеней). Автор «Чуских строф» (Чу-цы). Жизни и смерти Цюй Юаня посвящены гонки драконовых лодок, а его праздник называется Праздником драконовых лодок.

6-й лунный месяц

1-й день. *Звезды Вэнь гу и У гу (звезды Северного ковша: владыка ученых и звезда Воина)*

Управители судеб, покровители ученых и воинов.

23-й день. *Линбао тянь-цзунь (Тай цин, или Великая чистота)*

Второе воплощение Лао-цзы, правитель сферы Тай цзи.

7-й лунный месяц

7-день. *Сиван-му (матушка императрица Запада)*

Хранительница врат бессмертия. Определяет, кто из людей достоин бессмертия, и дарует его.

15-й день. *Ти-гуань (чиновник Земли)*

Также именуется *владыкой Срединного сезона (of the Middle Season)* (чжун юань). Состоит под началом у Нефритового императора, является ответственным за прощение прегрешений.

8-й лунный месяц

3-й день. *Цзао-цзюнь (повелитель Очага)*

Повелитель Очага обязан наблюдать за поведением домочадцев и фиксировать их поступки. Он охраняет очаг и огонь в нем. Два раза в год повелитель Очага посещает небесный мир, чтобы сделать доклад Нефритовому императору. При этом людям каждый раз назначается срок жизни.

10-й день. *Бэй юэ ди-цзюнь (владыка Северных гор)*

Выполняет такие же функции, как и владыка Восточных гор, с тем лишь отличием, что охраняет врата в преисподнюю, находящиеся в горе Хэншан (провинция Шаньси) — северной священной горе. Бэй юэ ди-цзюню соответствуют черный цвет и стихия воды.

9-й лунный месяц

Дни с 1-го по 9-й. Нисхождение на землю владык Звезд Северного ковша. В каждый их этих дней мир смертных посещает одна из звезд созвездия Северный ковш, даруя счастье, долголетие и процветание людям, находящимся под ее покровительством. Считается, что каждый человек рождается под одной из звезд Северного ковша. Если человек накопил много добрых дел, его звезда-хранительница пошлет ему жизнь и процветание.

1-й день. *Нисхождение владыки Северной Полярной звезды* Северная Полярная звезда правит семью звезда-

ми, посылает награды и наказания. Инкарнация Нефритового императора.

9-й день. *Доу-му (матушка Звездного ковша)*

От Доу-му произошли звезды. Ее старшие дети — Северная и Южная Полярные звезды. Доу-му является покровительницей медицины, внутренней алхимии и всех целительских искусств.

10-й лунный месяц

14-й день. *Фуси*

Покровитель всех разновидностей искусства гадания.

15-й день. *Шуй-гуань (чиновник Воды)*

Также именуется *владыкой Последнего сезона (of the Last Season)* (ся-юань). В функции Шуй-гуаня входит защита людей от несчастий.

11-й лунный месяц

6-й день. *Си юэ ди-цзюнь (владыка Западных гор)*

Охраняет врата в преисподнюю, находящиеся в западной священной горе Хуашань, исполняя такие же обязанности, как и остальные владыка гор. Си юэ ди-цзюню соответствуют белый цвет и стихия металла.

11-й день. *Тайи тянь-цзюнь (Небесный владыка Тайи)*

Отвечает за избавление живых и мертвых от страданий, обладает властью призывать души умерших и духов подземного мира. Считается, что он ввел среди людей обычай отмечать праздник Чжун юань (Праздник Всех Душ).

12-й лунный месяц

16-й день. *Нань юэ ди-цзюнь (владыка Южных гор)*

Являясь стражем врат в подземный мир, расположенных в горе Хэншань (провинция Ху-

нань) на юге, выполняет такие же обязанности, как и другие владыки гор. Нань юэ ди-цзюню соответствует красный цвет и стихия огня.

24-й день. *Восхождение повелителя Очага на небеса*

В конце года повелитель Очага докладывает о делах людей Нефритовому императору.

Школы церемониального даосизма

Наиболее влиятельная школа церемониального даосизма — школа Пути Небесных наставников (Тяньши дао), которая называется также школой Пути Истинного единства (Чжэнъи дао). Эта секта, основанная Чжан Даолином во времена Восточной Хань и получившая развитие под руководством великих литургистов Лю Сюцзина и Коу Цяньчжи в V в. н. э., отличается наиболее сложными и живописными церемониями. В наше время на Тайване, где находится резиденция шестьдесят четвертого патриарха Небесных наставников, эта школа проводит множество церемоний, спонсором которых является правительство.

Обучение в секте Небесных наставников заключается прежде всего в изучении обрядов, литургии и ритуалов, которые используются во время церемоний. Обучение новичка начинается с приема в секту. По завершении подготовки даос посвящается в духовный сан. Школа Небесных наставников не является монашеским орденом; ее священнослужители имеют право жениться и вести семейную жизнь.

У меня была возможность присутствовать на праздниках, проводимых на Тайване школой Небесных наставников. Эти церемонии исключительно сложны. Один-единственный обряд может длиться не-

сколько часов. Руководители обряда, музыканты и певцы совершают ритуалы по памяти; чтобы провести хотя бы один обряд, необходимо помнить наизусть длинные списки имен божеств, множество ритуальных действий и сотни страниц литургии. Церемония должна быть выполнена безупречно, поскольку любая ошибка разрушит связь между человечеством и высшими силами.

В практику многих школ внутренней алхимии тоже входят церемонии. Это относится к школе Лунмэнь (Врата дракона), входящей в школу Совершенной истины, и к секте Сяньтяньдао (Путь Преемного Неба), которая претендует на происхождение от Патриарха небесного дракона горы Хуашань. Однако эти секты не являются в полном смысле обрядовыми; они следуют методу внутренней алхимии, то есть Пути трансформации.

Для адептов внутренней алхимии церемонии являются методом культивирования внутренней энергии и трансформации тела и духа. Пение гимнов снимает энергетическую блокировку в горле, в местах, где пересекаются важные энергетические каналы. Кроме того, оно направляет внутренние энергии через челюсти вверх по лицу в голову. Звук пения вызывает резонанс в каждом внутреннем органе, а скорость пения влияет на движение диафрагмы и характер дыхания. Так, быстрое пение помогает раздуть быстрое пламя в нижнем даньтяне, а медленное пение медленно распространяет по телу жар нижнего даньтяня.

Техника внутренней трансформации тоже включает в себя ритуалы. Простирания, поклоны и ходьба по установленным схемам должны устранить энергетическую блокировку в спинном хребте и

направить энергию от основания позвоночника к макушке головы. В дополнение к этому чередование коленопреклонений, стоячего положения, протираний и поклонов — отличный способ укрепления костей и сухожилий, позволяющий сохранить гибкость, подвижность и обеспечить течение энергии.

Дополнительные сведения о церемониальном даосизме

Церемониальный даосизм — это Путь набожности. Набожность создает узы, соединяющие человечество со сферой священного. Церемония — это сакральное действие, скрепляющее обет между человечеством и высшими силами. От безупречного выполнения церемонии зависит благополучие индивида, общины и даже нации. Ритуалы — это обряды обновления, а церемония — священное событие, в ходе которого человечество и боги объединяются, чтобы обеспечить поддержание мира и гармонии во всех областях бытия.

Дополнительная литература

В работе Анри Масперо «Даосизм и религии Китая» (книга 2) вы найдете рассказ о главных и второстепенных даосских божествах и краткое описание ритуалов, связанных с верховными божествами. Однако оценка статуса некоторых божеств, которую мы находим у этого ученого, довольно сомнительна; например, он утверждает, что Тайи да ди в современном даосизме является просто «божком». Это неверно; Масперо упускает из виду, что это важное божество, которое правит миром мертвых. Каждый, кто присутствовал на Празднике всех

душ (Чжун юань) в любой части Китая, на Тайване или в Гонконге, знает, что Тайи да ди носит титул тайи тянь-цзунь и является важнейшим божеством данного праздника.

Даосские празднества хорошо описаны в двух книгах Майкла Сэйсо — «Даосизм и обряд космического обновления» (глава 1) и «Синий дракон, белый тигр» (глава 7). Материалы об обрядах в китайской культуре вы найдете в главах 4, 5 и 6 книги «Синий дракон, белый тигр».

Для понимания церемониального даосизма будет особенно полезно прочесть ряд глав из книги Кристофера Скиппера «Даосский канон». В главе 2 говорится о повседневных верованиях народной религии, в главе 3 — о даосском понимании божества и божественного начала, в главе 4 — о практиках местных культов, о сущности института священства у Небесных наставников и о характере священных даосских писаний, в главе 5 — о внутренней сути ритуалов в школе Небесных наставников. Однако следует учесть, что представления Скиппера о церемониальном даосизме сложились лишь на основе его знакомства с традицией Небесных наставников и не охватывают практику всех даосских школ. Между разными школами существуют большие различия в плане церемониала.

Кроме того, сведения о даосских божествах можно найти в книге Ливии Кон «Опыт даосизма». См. разделы № 8 («Боги и богини»), № 45 («Небесные одеяния») и № 46 («Небесная иерархия»).

Глава 10

ВНУТРЕННЯЯ АЛХИМИЯ

Путь трансформации

Даосская внутренняя алхимия — это Путь трансформации. Возродившись в союзе энергий инь и ян, очистившись вздымающимися испарениями, закалившись в пламени «печи», адепт внутренней алхимии выходит из «котла», чтобы воссоединиться с изначальным Дыханием дао — источником жизни.

Основные положения внутренней алхимии

1. До рождения мы были частью дао. Не имея формы, будучи неотделимы от дао, мы не знали ни рождения, ни смерти, ни развития, ни упадка. В этом состоянии нет ни формы, ни сознания, ни тела, ни ощущений, ни эмоций.
2. При соединении порождающих энергий отца и матери энергия дао проникает в матку женщины, формируя зародыш. Возникновение зародыша означает отделение от дао, разрыв с ним: эмбрион получает форму, но не обладает единством с дао. Однако пока зародыш находится в матке, он еще не соприкасается

с миром смертных. Его энергия остается по-прежнему неиспорченной.

3. Развиваясь во чреве матери, зародыш продолжает видоизменяться и развиваться. Когда развитие его формы полностью завершено, он покидает тело матери и превращается в отдельное существо. При первом соприкосновении с миром внутренняя энергия зародыша разделяется на три компонента: порождающую энергию (цзин), жизненную энергию (ци) и духовную энергию (шэнь). В этот же момент дух и тело начинают удаляться друг от друга.
4. Когда ребенок растет, превращаясь в подростка, а затем во взрослого человека, он расстрачивает эти три вида энергии. Причина утечки порождающей энергии — сексуальные желания, причина утечки жизненной энергии — развитие эмоций, а духовную энергию ослабляет усиленная активность ума.
5. Обычный человек не знает, что утечка трех энергий влечет за собой болезни, старение и смерть.
6. Исходная точка в практике внутренней алхимии — понимание того, что утечка энергии служит причиной многих физических и психических проблем. Посредством внутренних трансформаций человек может вернуть себе энергию, которой обладал до рождения. Мы способны достичь здоровья и долголетия и вернуться в изначальное состояние нераздельного единства с дао.
7. Долголетие — это обретение здоровья и замедление процесса старения, а бессмертие —

это высвобождение духа и воссоединение его с дао после смерти плотской оболочки.

8. Таким образом, долголетие — это дорога к бессмертию; продлевая свою жизнь в мире смертных, вы получаете дополнительное время, чтобы научиться тому, каким образом следует уйти из этой жизни.

Основные внутреннеалхимические символы

Для описания внутренних трансформаций в даосской внутренней алхимии используются символы и метафоры. Хотя существует несколько вариантов истолкования алхимической терминологии, современные адепты пришли к единому мнению о том, что означают важнейшие из этих символов. Ниже приводится список наиболее употребительных алхимических терминов с кратким толкованием.

«Три сокровища» называют также «Тремя цветками» и «Тремя травами». Это три внутренних энергии тела. Когда мы покидаем матку, недифференцированная энергия дао расщепляется на три компонента — цзин, ци и шэнь (см. выше). Эти энергии называют «сокровищами», потому что они являются основой здоровья и долголетия. Теряя их, мы теряем здоровье и жизнь; собирая их и поддерживая в состоянии циркуляции, мы обеспечиваем себе долголетие и здоровье.

«Печь», «котел» или «даньтянь» (поле эликсира) — это энергетические поля тела. Печь находится в нижнем даньтяне, или нижнем поле эликсира. Нижний даньтянь локализован в человеческом теле в области пупка. Там пылает пламя, которое спо-

собно очистить внутренние энергии. Вот почему эту зону тела называют «печью».

В теле имеются также три «котла» — нижний, средний и верхний, каждый из которых связан с одним из трех даньтяней. Нижний котел, или нижний даньтянь, — это место, где накапливается, хранится, выплавляется и очищается порождающая энергия, и где она превращается в жизненную энергию. Средний котел, или средний даньтянь, — это место, где накапливается, хранится, выплавляется и очищается жизненная энергия, превращаясь затем в духовную энергию. В человеческом теле средний даньтянь находится в области сердца и солнечного сплетения. Верхний котел, или верхний даньтянь, — это место, где накапливается, хранится, переплавляется и очищается духовная энергия и где она сливается с изначальной пневмой дао. Верхний даньтянь расположен между бровями. Хотя даньтяни связаны с конкретными зонами физического тела, они появляются лишь по достижении определенной стадии алхимического процесса.

Каждым даньтянем управляют соответствующие «врата». Они располагаются вдоль позвоночника. Применительно к физическому телу нижние врата находятся на участке позвоночника, расположенном между почками, средние врата — между лопаток, а верхние врата — в месте соединения позвоночника с черепом. Если в канале, который идет по позвоночнику снизу вверх (меридиан *ду*), есть непроходимые места, то врата закрыты. Таким образом, врата контролируют доступ к даньтяням. Если открыть врата, смогут появиться даньтяни, и тогда человек сумеет собрать, очистить и трансформировать три энергии.

«Золотая пилюля», или «Золотой эликсир», — то же самое, что и «Великое снадобье». Золотая пилюля — это продукт соединения порождающей, жизненной и духовной энергий, которые прошли процесс очищения. Это изначальная пневма дао, присутствующая в теле, а также наша связь с энергией внешнего космоса. Это энергия, дарующая нам здоровье и жизнь, и одновременно — ключ, открывающий возможность вернуться к дао. О появлении Золотой пилюли (Золотого эликсира) иногда говорят так: «Три цветка собираются на верхушке головы».

«Работа с огнем» означает регулировку огня в нижнем даньтяне с целью очищения и выплавления внутренних энергий, которые собраны в трех котлах. Ян-огонь связан с быстрым дыханием; он используется для того, чтобы направить огонь в средний и верхний даньтяни. Инь-огонь связан с тихим, медленным дыханием и используется для инкубации внутренней энергии. Правильное применение быстрого и медленного огня играет во внутренней алхимии решающую роль. Здесь все происходит как при приготовлении пищи или снадобий из трав: если нагрев слишком силен, ингредиенты пригорят, а если недостаточен, — останутся сырыми.

«Погружению огня в воду» соответствует также выражение «использовать кань, чтобы завершить ли». В системе ба гуа «кань» — это вода, а «ли» — огонь. Триграмма кань — ☵, триграмма ли — ☲. «Использовать кань для завершения ли» — значит взять сплошную линию (компонент ян) триграммы кань и заменить ее на прерывистую линию (компонент инь) триграммы ли, чтобы получить триграммы цянъ

(небо) ☰ и кунь (земля) ☷, которые символизируют соответственно цельную ян и цельную инь. В рамках внутреннеалхимического делания «погружение огня в воду» соответствует процессу, в ходе которого жизненная энергия опускается из среднего даньтяня, а пар нагретой воды (порождающая энергия) поднимается из нижнего даньтяня. При этом взаимодействии огня и воды порождающая энергия очищается, а жизненная энергия трансмутирует. В результате появляется новая субстанция, которая называется пневмой ци (ци 氣, а не ци, дыхание 炁).

«Соитие дракона и тигра» означает соединение в теле энергий инь и ян. Дракон — это энергия инь, а тигр — энергия ян. Соитие инь и ян происходит на многих уровнях. Задняя часть тела соответствует ян, а передняя — инь, левая сторона — ян, правая — инь, верхняя часть тела — ян, нижняя — инь. Поэтому объединение энергий инь и ян вызывает разрушение всех преград и барьеров, отделяющих переднюю часть тела от задней, левую от правой, верхнюю от нижней. Когда преграды, существующие в теле, разрушены, энергии инь и ян встречаются в трех котлах. Их соединение в нижнем даньтяне называется «дракон и тигр свиваются в извилистой реке»; в среднем даньтяне — «в Желтом дворце солнце и луна отражаются друг в друге»; в верхнем даньтяне — «союз мужа и жены в опочивальне».

Золотой ворон и Яшмовый заяц тоже символизируют тонкие субстанции ян и инь. Золотой ворон — это пневма неба, а Яшмовый заяц — пневма земли. Когда Ворон спускается, а Заяц подпрыгивает, это означает, что канал открыт, и пневмы на верхушке головы и в животе могут циркулировать.

Это явление иногда называют встречей Золотого юноши и Яшмовой девы. Оно говорит о том, что Микрокосмическая орбита открыта.

Микрокосмическую орбиту также называют Водяным колесом. Водяное колесо приводит в движение внутреннюю энергию, или воды жизни. На одном уровне речь идет о том, что поток порождающей энергии направляется из живота к голове; на другом уровне имеется в виду поток энергии внутри Микрокосмической орбиты — круговорот, который проходит от основания позвоночника к верхушке головы, затем опускается по передней стороне тела и возвращается к копчику. Микрокосмическая орбита состоит из двух меридианов. Меридиан *ду* начинается в основании позвоночника, в полости, которая называется *вэй лу*, поднимается вверх по позвоночнику и заканчивается на небе во рту. Меридиан *жэнь* начинается там, где кончается меридиан *ду*, опускается по передней стороне тела, и в полости *вэй лу* встречается с меридианом *ду*, образуя замкнутый круг.

Циркуляция энергии по Микрокосмической орбите называется Микрокосмической циркуляцией или Малым круговоротом Небес. Энергия может двигаться по Микрокосмической орбите в трех направлениях. Первое направление — по часовой стрелке: энергия течет вверх по спине по меридиану *ду*, а затем опускается по передней стороне тела, по меридиану *жэнь*. При этом порождающая энергия очищается для трансмутации в жизненную энергию, а жизненная энергия очищается для трансмутации в духовную энергию. Это возвращает порождающую энергию к голове. Второе возможное направление потока — против часовой стрелки: энергия подни-

мается по меридиану *жэнь* и опускается по меридиану *ду*. При этом духовная энергия создает и питает жизненную энергию, а жизненная энергия создает и питает порождающую энергию. На более высоком уровне внутреннеалхимической работы ток внутренней энергии в обоих направлениях происходит одновременно. Третье возможное направление тока энергии — ее истечение из тела наружу. Это утечка энергии. Утечка происходит через отверстия, имеющиеся в теле (глаза, уши, нос, рот, гениталии и анальное отверстие). Причины утечки — слабая конституция, телесные повреждения, страстные желания.

Макрокосмическая орбита — это круговорот, состоящий из Микрокосмической орбиты, а также каналов, которые спускаются по ногам к подошвам. Циркуляция энергии по этому маршруту называется Макрокосмической циркуляцией или Большим круговоротом Небес. Круговорот энергии начинается в основании позвоночника, затем энергия поднимается к **точке Всех Встреч (Point of All Gatherings)** (*чжун хуэй*), находящейся на макушке, опускается по передней стороне тела, проходит через ноги и входит в подошвы ног в полости Бурлящий родник (*юн цюань*). Оттуда энергия поднимается по ногам, возвращаясь к основанию позвоночника.

«Девять оборотов Золотой пилюли» означают круговое и спиральное движение внутренней энергии в теле. «Золотая пилюля» — это кульминация трансмутации порождающей, жизненной и духовной энергий. Кроме того, под Золотой пилюлей также понимается Бессмертный зародыш, зерно изначального духа (*юань шэнь*). Этот сгусток недифференцированной изначальной энергии кувырывается в даньтянях и движется спиралью по телу.

Девять — число завершения и полноты; оно также описывает цикл и период времени, которые требуются для того, чтобы энергия завершила один оборот. Малый цикл занимает три часа и три четверти часа, большой цикл — девять часов и девять четвертей часа. Таким образом, «Девять оборотов Золотой пилюли» означают движение изначальной энергии Дао в человеческом теле.

Бессмертный зародыш — это недифференцированная изначальная пневма дао, которая появляется по завершении трансмутации трех энергий. Сначала он представляет собой семя, которое затем растет и развивается в нижнем даньтяне, подобно эмбриону в матке. Созревая, зародыш поднимается внутри тела адепта и выходит из макушки, когда энергия освобождается от тела. В итоге, когда телесная оболочка адепта погибает, эта энергия воссоединяется с энергией космоса.

Этапы алхимического процесса

Адепты внутренней алхимии выделяют в процессе трансформации ряд этапов; алхимическая работа, которая осуществляется на каждом из них, служит основой для следующей стадии. В разных школах значение и преимущественные задачи каждого этапа тренинга трактуют по-разному, но в общем и целом все школы придерживаются единого мнения относительно того, какие результаты должны быть достигнуты на каждом из уровней алхимического процесса.

Начальные стадии: закладка основы

Укрепление внешнего, или *вай чжуан*, — это работа с внешней структурой физического тела. На этом этапе практикующий размягчает мышцы, связки и

сухожилия своего тела, разрабатывает суставы, выравнивает позвоночник, укрепляет кости. Алхимические трансформации охватывают и физический, и психический уровни; сознание, энергия и дух не смогут измениться, если не произойдет изменений в скелетной структуре. Поэтому укрепление внешнего готовит ученика к последующим уровням обучения.

Укрепление внешнего — первая ступень обучения в тех школах внутренней алхимии, в которых совершенствование тела предшествует совершенствованию сознания. К техникам укрепления внешнего относятся метод трансформации сухожилий (*ичжунь*), массаж (*аньмо*), позы йогического типа (*цигун*), гимнастика и внутренние стили боевых искусств, такие, как тайцзицюань (об этих техниках рассказывается ниже, в главе 13). Цель этого этапа тренинга — вдохнуть новую жизнь в скелетную систему и достичь внешнего здоровья.

Укрепление внутреннего, или *нэй чжуан*, — это работа с внутренней структурой и внутренними функциями физического тела. Когда скелетная система становится достаточно сильной, начинается работа с внутренностями. Под работой с внутренностями имеется в виду массажирование внутренних органов, которое усиливает циркуляцию крови и стимулирует нервную систему. Массирование внутренних органов и стимуляция нервной системы достигаются благодаря движению позвоночника. Определенные мышцы, находящиеся глубоко в теле, соединяют позвоночник с внутренними органами. Поэтому легкое движение позвоночника встряхивает органы и массирует их. Для этой цели были специально созданы некоторые внутренние стили боевых искусств и виды гимнастических упражне-

ний (см. главу 13). На этом этапе тренинга задача заключается в том, чтобы активизировать внутренние функции тела и оздоровить внутренние органы. Обычно в этом заключается второй уровень тренинга в тех школах, где совершенствование тела предшествует совершенствованию сознания.

Очищение ума, или *лянь синь*, включает в себя успокоение ума, выработку невозмутимости, уменьшение желаний, простой образ жизни, утрату интереса к развлечениям и чувственным удовольствиям.

На этом этапе обучения обычно используется медитация. Медитация может быть статической (сидячей или стоячей), динамической, как в тайцзицюань, или даже происходить во время ходьбы (о разных методах даосской медитации рассказывается в главе 12). На этой стадии тренинга большое значение придается изменению образа жизни и внутренних установок: ученик должен снизить свою активность и вести невозмутимо спокойную жизнь.

Это первый этап тренинга в тех школах, где совершенствование сознания предшествует совершенствованию тела. Когда сознание успокоено, а установки и образ жизни ученика изменились, начинается совершенствование тела при помощи техник укрепления внешнего и внутреннего. В школах, где работа с телом предшествует работе с сознанием, этот этап, напротив, является заключительной ступенью в формировании низшей основы алхимического процесса.

Промежуточные стадии: трансформация внутренней энергии

С этого момента обучение во всех школах внутренней алхимии протекает в одной и той же последовательности.

Очищение порождающей энергии для трансмутации в жизненную энергию. На данном этапе внутренней-алхимической работы, который по-китайски называется *лянь цзин хуа ци*, главное — это собиранье, очищение и трансформация порождающей энергии. На плане физического тела работа алхимика связана с зоной брюшной полости в районе нижнего даньтяня и нижних врат. В психической сфере эта работа предполагает регуляцию и уменьшение сексуального желания.

Порождающая энергия цзин вырабатывается и накапливается в нижнем даньтяне. Она истекает из тела, если используется для порождения потомства и во время сексуального наслаждения. Когда порождающая энергия покидает тело, она трансформируется, переходя из первоначального неиспорченного состояния в мирское (загрязненное).

Первый шаг на этом этапе алхимической работы — остановить утечку порождающей энергии, что достигается регуляцией половой активности и сексуального желания. Благодаря этому ученик может собрать и очистить свою цзин. Внешнее и внутреннее здоровье также облегчают работу над совершенствованием порождающей энергии. Обычно порождающая энергия быстрее вырабатывается у молодых и крепких людей, медленнее — у пожилых и слабых; поэтому в некоторых школах внутренней алхимии для того, чтобы ускорить сбор порождающей энергии, применяются методы сексуальной йоги. Эти методы рекомендуются людям, которым трудно вырабатывать порождающую энергию самостоятельно. Однако сексуальная алхимия имеет свои опасности. Извлекая порождающую энергию из тела партнера, адепт не должен испытывать ни сексу-

ального желания, ни удовольствия. В противном случае энергия будет не накапливаться, а рассеиваться.

Когда практикующий накопил достаточно порождающей энергии, ее необходимо очистить. Это следующий этап, на котором нужно разжечь огни в печи, находящейся в нижнем даньтяне. Эту печь, или горн, приводит в действие вода, то есть порождающая энергия. Когда источник энергии приходит в действие, в нижнем даньтяне начинает вырабатываться тепло. В системе внутренней алхимии этот процесс обозначается термином «рождение ян». Если печь на месте, следующим шагом становится создание котла в нижнем даньтяне. Котел — это вместилище, где накапливается, очищается, выплавляется и хранится порождающая энергия. Доступ к нижнему котлу открывают нижние врата, которые расположены на участке позвоночника между почками. Когда нижние врата открыты, появляется нижний котел, что дает возможность очистить порождающую энергию. На традиционном языке алхимии процесс, описанный в этом абзаце, называется «размещением печи и созданием котла».

Правильная регулировка огней в печи — ключ к очищению порождающей энергии. Как упоминалось выше, очищение энергии подобно приготовлению пищи. Если огонь слишком силен, пища пригорит, а если слишком слаб — недоварится. Кроме того, нагрев должен правильно варьироваться в зависимости от момента времени. Это имеет решающее значение. Если в данный момент нужен умеренный нагрев, а вы сделаете его сильным (и наоборот), будет испорчена ваша пища (или травы).

Огонь в печи регулируется путем регуляции дыхания. Глубина дыхания определяется движением

диафрагмы, а объем дыхания — объемом легких. Таким образом, на работу с огнем оказывает влияние работа всей респираторной системы. Вот почему на начальных стадиях внутреннеалхимической практики так важно развивать и трансформировать структуры и функции тела.

Когда процесс очищения начался, необходимо запечатать котел, чтобы предотвратить утечку энергии. Это означает, что нужно закрыть отверстия, через которые может рассеиваться энергия. Малейшее появление сексуального желания приводит к утечке энергии из тела. Поэтому пока практикующий собирает и очищает свои внутренние «травы», его чувства должны пребывать в покое, а сексуальное желание должно быть минимальным.

Кульминация процесса очищения порождающей энергии — трансмутация цзин в пневму. Подъем этой пневмы в средний даньтянь называется «расцветом Свинцового цветка».

Очищение жизненной энергии для трансмутации в духовную энергию. На этом этапе, который называется *лянь ци хуа шэнь*, практикующий сосредотачивается на накоплении, очищении и выплавлении жизненной энергии. На плане физического тела алхимическая работа концентрируется в среднем даньтяне, то есть в области сердца. На уровне психики на этом этапе проводится регуляция эмоций и настроения, поскольку эмоциональные колебания служат причиной утечки жизненной энергии.

После того, как порождающая энергия трансмутировала в жизненную, последняя в форме пневмы (ци) поднимается в средний даньтянь. Там она накапливается, очищается и переплавляется. Доступ к среднему даньтяню открывают средние врата.

Если врата открыты, появляется средний котел и начинается очищение ци. Когда алхимическая работа сосредоточена в среднем даньтяне, следует до предела раздуть огни печи, находящейся в нижнем даньтяне. Это требует еще более эффективной работы респираторной системы, поскольку ци следует поднять в более высокие области тела.

Очищенную ци необходимо сохранить. Для этого нужно запечатать котел, находящийся в среднем даньтяне. В этот момент практикующий должен быть свободен от перепадов настроения и эмоциональных колебаний. Культивации жизненной энергии особенно мешают негативные эмоции (гнев, страх, печаль, разочарование и т. д.).

Кульминация процесса трансмутации жизненной энергии — появление очищенной ци. Подъем очищенной ци в верхний даньтянь называется «расцветом Серебряного цветка». В это время каналы энергии между нижней и верхней частями тела соединяются, и очищенная ци получает возможность двигаться по телу вверх и вниз по Микрокосмической и Макрокосмической Орбитам.

Заключительные стадии: завершение алхимической работы

Очищение духовной энергии для возвращения в Пустоту. На этом этапе, который называется *лянь шэнь хуань сюй*, очищенная ци поднимается в верхний даньтянь и трансмутирует в духовную энергию. На плане физического тела внутреннеалхимическая работа при этом сосредоточена в верхнем даньтяне, находящемся между глаз. На психическом уровне на этом этапе требуется освобождение сознания от мыслей, преодоление дуализма субъекта и объекта и пребывание в состоянии полной пустоты.

Завершение очищения духовной энергии называется «расцветом Золотого цветка». При этом все три энергии в очищенной форме поднимаются в верхнюю часть головы и сливаются друг с другом, превращаясь в единую недифференцированную энергию. Этот алхимический результат обозначается выражением «Три цветка собираются на верхушке головы».

Возвращение трех энергий (порождающей, жизненной и духовной) в исходное недифференцированное состояние — это появление семени дао. Эта недифференцированная пневма опускается в брюшную полость, где образует Бессмертный зародыш. Как и физический эмбрион, Бессмертный зародыш необходимо вынашивать внутри тела. Развиваясь, Бессмертный зародыш бьется, шевелится, куврыкается и увеличивается в животе алхимика. Инкубационный период называется «десятью месяцами беременности», поскольку напоминает развитие зародыша во чреве матери. На этом этапе тренинга практикующий должен уединиться в тихом, спокойном месте; его ничто не должно тревожить и отвлекать. Совершив какой-нибудь неверный шаг, даос утратит свой Бессмертный зародыш.

На протяжении десяти месяцев, пока вынашивается Бессмертный зародыш, практикующий продолжает накапливать и очищать внутреннюю энергию, а также поддерживать ее циркуляцию; таким путем он питает зародыш. Физическое и психическое здоровье алхимика имеют при этом величайшее значение. Необходимо тщательнейшим образом заботиться о том, чтобы и Бессмертный зародыш, и тело, в котором он созревает, получали соответствующее питание.

Культивация Пустоты для слияния с дао. На этом этапе, который называется *лянь сюй хо дао*, Бессмертный зародыш, по завершении периода инкубации, покидает чрево алхимика. Теперь его называют «изначальным духом» (*юань шэнь*). Созревание юань шэнь уподобляют развитию ребенка, который превращается сначала в подростка, затем в юношу, и в конечном итоге — во взрослого человека. В ходе созревания юань шэнь покидает нижнюю часть брюшной полости и входит в грудь, где питается внутренней энергией и омывается пневмой. Адепты внутренней алхимии называют этот этап «три годами вскармливания грудью». В конце концов юань шэнь поднимается в голову и покидает тело, выходя из него через макушку. Теперь юань шэнь принимается путешествовать, оставляя тело, которое укрывало и питало его. Сначала эти путешествия длятся недолго. Подобно незрелому юноше, юань шэнь быстро возвращается назад, в свое прибежище. Однако со временем его путешествия становятся все более длительными. Юань шэнь посещает разные миры, чтобы научиться тому, как найти обратный путь к Истоку. Это воспитание юань шэнь; так он готовится к моменту, когда навсегда оставит свою оболочку. Когда физическое тело умирает, юань шэнь освобождается и вновь сливается с недифференцированной энергией дао. Это заключительная стадия внутреннеалхимической работы — возвращение туда, где мы пребывали до рождения.

Возможные способы практики внутренней алхимии

Адепты внутренней алхимии одинаково трактуют общие принципы и этапы трансформации, но

расходятся в вопросах применения конкретных методов. Эти расхождения привели к возникновению различных школ и программ тренировки, нередко несовместимых друг с другом.

В целом во внутренней алхимии выделяют два основных метода работы: индивидуальный и парный.

Одиночный путь

Одиночный путь называется так потому, что практикующие добиваются алхимических трансформаций, не подпитываясь энергией сексуального партнера. Философия Одиночного пути основана на убеждении, что для накопления и культивации внутренней энергии (в особенности порождающей) необходима регуляция половой жизни и сведение к минимуму сексуального желания. Адепты Одиночного пути полагают, что все составляющие бессмертия, равно как и инструментарий, необходимый для алхимической трансформации, содержатся внутри тела самого человека. Поэтому нет нужды использовать в качестве источника энергии или двигателя алхимической трансформации тело полового партнера. За исключением некоторых школ, например секты Лунмэнь и школы Совершенной истины, Одиночный путь не требует обязательно соблюдать целомудрие, однако продвинутым практикующим в целях сохранения внутренней энергии рекомендуется сексуальное воздержание.

Некоторые школы, проповедующие Одиночный путь, например Сяньтяньдао и У Лю, придают работе с телом и сознанием одинаковое значение, другие, например школа Уданшань, делают акцент на работе с телом, а третьи, как школа Лунмэнь, — на работе с сознанием. В наши дни можно изучить

основные техники Одиночного пути (медитацию, гимнастику, цигун), не вступая ни в одну даосскую школу. Однако высшему уровню внутренней алхимии обучают лишь людей, которые всю свою жизнь сохраняли верность какой-либо школе и ее программе духовного тренинга.

Парный путь (сексуальная алхимия)

Особенность Парного пути в том, что практикующий использует сексуальные техники для осуществления алхимических трансформаций. Даосские практики сексуальной алхимии редко понимают правильно, но часто сенсуализируют их и злоупотребляют ими. Сексуальная алхимия вошла в систему даосской внутренней алхимии со времен Вэй Бояна (II в.). Она отличается от так называемого «искусства опочивальни», которое позволяет человеку правильно распоряжаться своими сексуальными и энергетическими ресурсами. Если «искусство опочивальни» просто помогает использовать сексуальную энергию оптимальным образом, то цель сексуальной алхимии — накопление порождающей энергии для последующей трансмутации цзин в ци.

Даосская сексуальная алхимия — это метод достижения здоровья и долголетия, а не способ погони за наслаждением. Она прагматична по духу и не связана ни с этикой, ни с удовольствием. Уже в VII в. до н. э. бытовало представление о том, что ухудшение здоровья связано с потерей порождающей энергии цзин. В медицинском трактате «Канон Желтого императора о внутреннем» («Хуан-ди нэй цзин») говорится, что сохранение цзин — путь к здоровью и долголетию. Это и определяет парадоксальность той роли, которую играют сексуальные

методы в искусстве продления жизни. Если половая жизнь приводит к утечке порождающей энергии и утрате здоровья, разве можно укрепить здоровье, используя методы, основанные на сексе?

Разгадку этого парадокса следует искать в самом сексуальном акте. Если секс служит лишь наслаждению, он истощает порождающую энергию и вредит здоровью. Однако если человек занимается сексом для того, чтобы забрать энергию у партнера и пополнить собственный запас порождающей энергии, половой акт будет способствовать долголетию.

Как же накопить порождающую энергию при помощи секса? В даосских текстах по сексуальной алхимии говорится, что порождающая энергия вырабатывается при сексуальном возбуждении. Но если возбуждение приводит к эякуляции или оргазму, порождающая энергия утекает из тела и утрачивается навсегда. Поэтому для того, чтобы сохранить порождающую энергию, практикующий должен сексуально возбудиться, но не испускать порождающую субстанцию. От адепта сексуальной алхимии требуется громадное самообладание, чтобы научиться направлять энергию обратно внутрь тела в момент приближения эякуляции или оргазма. Кроме того, сексуальная алхимия позволяет поглощать порождающую энергию партнера. Если практикующий собирается использовать этот способ, он должен найти сильного, здорового, молодого партнера. Это служит гарантией того, что собранная порождающая энергия окажется высокого качества. Адепт сможет поглотить порождающую энергию, если отзовет собственную энергию в момент, когда партнер достиг вершины сексуального наслаждения. Своевременно сделав это, адепт поглотит энергию партнера и направит собствен-

ную энергию обратно в тело. Само собой разумеется, что увеличение энергии практикующего происходит при этом за счет партнера. Этот метод предназначен не только для мужчин, использующих женщин для накопления цзин; в нужный момент удержавшись от оргазма, женщины тоже могут использовать мужскую семенную жидкость для того, чтобы пополнить запас своей порождающей энергии.

Само собой разумеется, в даосской сексуальной алхимии нет ничего романтического. Авторы соответствующих текстов многократно повторяют, что при половом акте следует избегать эмоциональной связи с партнером, которого нужно рассматривать просто как ценный источник энергии. Наилучший способ накопления энергии — завести как можно больше половых партнеров. Чем здоровее партнер, тем больше энергии можно из него извлечь. В таком сексуальном акте отсутствуют любовь, желание, наслаждение. Этот подход решительно отличается от современных представлений о даосской сексуальной йоге, в которых Парный путь предстает как способ укрепить узы любви, соединяющие партнеров. Классические сочинения по сексуальной алхимии быстро развеивают эту иллюзию.

Хотя адепты Одиночного пути и называют Парный путь «окольным» или «кривым», сексуальная алхимия всегда была составной частью даосских искусств продления жизни. Даосы школы Шанцин практиковали сексуальную алхимию во время религиозных ритуалов, а при династии Сун адепты внутренней алхимии (например, Вэй Боян) прагматично рекомендовали этот метод немолодым, слабым здоровьем людям в качестве способа накопления порождающей энергии.

В системе даосской внутренней алхимии сексуальная йога является всего лишь средством накопления порождающей энергии для ее последующей трансмутации в жизненную энергию. Сексуальная йога полезна на промежуточном этапе внутреннеалхимической работы, когда происходит накопление, очищение и трансмутация цзин. Сам по себе этот метод не способен вывести практикующего на более продвинутый уровень. Адепты внутренней алхимии признают, что цзин, полученная от партнера, — это «мирская» цзин, которую необходимо подвергнуть очищению, прежде чем ее можно будет превратить в пневму-ци. Для серьезного адепта сексуальной алхимии очень важен режим сбора энергии. Если собирать мирскую цзин слишком много и слишком часто, она может испортиться или даже стать ядовитой.

В заключение следует отметить, что практика сексуальной алхимии связана с определенными опасностями. Чтобы правильно пользоваться этим методом, необходимо руководство со стороны учителя, а поскольку эти техники обычно практикуют втайне, найти настоящего, добросовестного наставника не так-то просто. Кроме того, к сексуальной алхимии может прибегнуть лишь человек, полностью свободный от сексуального желания. В противном случае попытка подпитаться чужой энергией приведет лишь к потере своей собственной.

Дополнительные сведения о даосской внутренней алхимии

Даосская внутренняя алхимия — один из самых трудных методов духовного развития. Если занятия даосской магией подобны игре с огнем, то практика

внутренней алхимии напоминает подъем альпиниста на отвесную скалу. На этом пути духовного развития необходимо руководство со стороны учителя, которого не могут заменить ни книги, ни видеозаписи, ни аудиокассеты. Если у вас нет постоянной обратной связи с наставником и тщательно выверенной программы работы, занятия внутренней алхимией могут оказаться опасными. Один-единственный неверный шаг здесь грозит внутренними повреждениями.

Процесс алхимической трансформации может занять много времени. Огромное значение имеет создание первичной основы, поэтому ученик может провести много лет, работая над укреплением внешнего и внутреннего. Разве возможна циркуляция энергии, если в энергетических каналах тела остаются непроходимые места, если психика активна и возбудима или органы чувств подвергаются постоянной стимуляции?

Даже в китайском обществе внутреннюю алхимию никогда не практиковали открыто; ее зачастую окутывает завеса секретности. Не так-то просто уговорить наставника принять человека в ученики, и попытка найти подходящего учителя не может с налета увенчаться успехом. Хотя в принципе человек, практикующий внутреннюю алхимию, может иметь несколько учителей, на начальных стадиях обучения это не рекомендуется. К тому же определенные методы, которые используют на начальном и среднем уровне, исключают друг друга или даже друг другу противоречат. Например, если вы избереете Индивидуальный путь, это не позволит вам заниматься сексуальной алхимией, и наоборот.

Еще раз хочу вас предостеречь: вступив на путь внутренней алхимии, нужно идти по нему всю жизнь.

Не думайте, что для этого вам достаточно взять несколько уроков цигун или медитации. Занимаясь медитацией, цигун или гимнастикой, вы наверняка улучшите свое здоровье, обретете душевный мир и научитесь лучше справляться с проблемами повседневной жизни. Однако занятия внутренней алхимией — это совсем другое дело. Цель внутренней алхимии — нечто большее, чем просто достижение физического здоровья и внутренней гармонии. Это путь подготовки тела и души к возвращению к дао в момент, когда обрывается земная жизнь человека.

Дополнительная литература

Фрагменты сочинений по внутренней алхимии, входящих в даосский канон, приводятся в книге Ливии Кон «Опыт даосизма»:

Энергии и эликсиры (раздел № 30),
Алхимическая трансформация (№ 41),
Внутренний эликсир (№ 42),
Избавление от тупа (№ 43).

Лу Гуань Юй перевел классическое современное произведение по внутренней алхимии — «Синь мин фа цзюе мин чжи» («Тайны культивации сущностной природы и вечной жизни»). Автор книги, Чжао Бичэнь, принадлежал к школе Лунмэнь. Хотя формально перевод Лу Гуань Юя, озаглавленный «Даосская йога», является учебником внутренней алхимии, данный текст не предназначен для того, чтобы его использовали в этом качестве. Внутреннюю алхимию опасно практиковать без наставника. В глоссарии, приложенном к этой книге, есть ряд неточностей. Например, в разделе, посвященном восьми меридианам, каналы *ян ю* и *инь ю* проходят не как каналы

рук, а как каналы ног. Судя по всему, Лу перепутал двенадцать сосудов и восемью меридианами. Сосуды сердца и легких спускаются по иньской стороне руки, а сосуды толстой кишки, тонкой кишки и сосуд Тройного обогревателя спускаются по янской стороне руки. Описание восьми меридианов и двенадцати сосудов вы найдете в любом руководстве или справочнике по традиционной китайской медицине.

Стюарт Олсон (Stuart Olson) перевел короткий трактат по внутренней алхимии — «Юй уан синь инь мяо цзин» («Глубочайший трактат духовной печати Желтого императора»). Олсон снабдил перевод комментариями и объяснением основных понятий внутренней алхимии. Однако его комментарий не следует считать исчерпывающим объяснением оригинального текста. Свой перевод Олсон озаглавил «The Jade Emperor's Mind Seal Classic».

В моей книге «Воспитание безмятежности», помимо прочего, приводится работа анонимного автора XIX века, находившегося под влиянием учения секты Сяньтянь. В этом сочинении «Цин цзин» («Книга о чистоте и покое») интерпретируется с позиций внутренней алхимии.

Существует два перевода дискуссионного текста «Тай и цзинь хуа цзун чжи» («Тайна Золотого цветка») на европейские языки. Рихард Вильгельм (Richard Wilhelm) перевел этот трактат на немецкий язык, а затем Кэри Ф. Бэйнс (Cary F. Baynes) перевел текст Вильгельма на английский. Другой, более свежий перевод, принадлежит Томасу Клири. Даже среди адептов даосской внутренней алхимии этот трактат вызывает споры. Как правило, считается, что он написан под влиянием учения школы Совершенной истины, однако авторство текста приписывалось также бессмертному Люй Дунбиню, неизвестным адептам шко-

лы Лунмэнь и даже последователям У Чжунсюя из школы У Лю. Я согласна с Клири в том, что перевод Вильгельма страдает неточностью и основан на неполном китайском тексте. Кроме того, мне представляется, что на вариант Вильгельма — Бэйнса наложена слишком сильный отпечаток юнгианская психология. Клири перевел полный текст «Тай и цзинь хуа цзун чжи», однако при этом он подает его как текст, в котором внутренняя алхимия рассматривается как трансформация сознания, что было характерно для созерцательной разновидности внутренней алхимии, которой учил Лю Имин. Как же интерпретировать этот трактат? В этом и заключается и противоречивость текста, и его сила. Этот текст отличается многослойность смысла; его можно интерпретировать по-разному в зависимости от того, какого подхода к даосскому тренингу придерживается читатель и как он понимает внутреннюю алхимию.

Наилучший способ развеять недоразумения вокруг того направления внутренней алхимии, которое использует сексуальную йогу, — ознакомиться с оригинальными текстами по сексуальной йоге, не полагаясь на вспомогательную литературу и современные интерпретации. Этот предмет часто понимают неправильно, очерняя соответствующую даосскую практику. Означенные тексты в переводах Дугласа Уайла (Douglas Wile) вы найдете в книге «Искусство опочивальни: классические труды по китайской сексуальной йоге с текстами по одиночной медитации».

На определенных уровнях развития мужчины и женщины должны практиковать внутреннюю алхимию по-разному. Среди переводов Уайла есть также несколько текстов, где описываются методы внутренней алхимии для женщин.

Глава 11

ШКОЛА ДЕЙСТВИЯ И ВОЗДАЯНИЯ

Путь праведного действия

Высшие силы награждают людей, творящих благие дела, и наказывают тех, кто совершает безнравственные поступки. Эта идея лежит в основе учения даосской школы Действия и воздаяния. Учение этой школы является наименее эзотерическим по сравнению с другими направлениями даосизма. Оно связано с вопросами, которые встают в повседневной жизни, и этикой праведного действия, без которой недостижимы высшие уровни духовного развития.

Исторические предшественники школы Действия и воздаяния

Историки связывают возникновение школы Действия и воздаяния с книгой Ли Инчжана «Главы Великого высочайшего о воздействии — отклике» («Тай шан гань ин пянь»). Она была опубликована при династии Сун. Популярность этого сочинения дала толчок возникновению школы даосизма, сделавшей даосскую духовность, ранее предназначенную лишь для отшельников, храмов и монастырей,

достоянием обычного человека, который живет и трудится в миру.

Хотя школа Действия и воздаяния возникла лишь в XII веке, ее учение уходит корнями в традиционные верования китайцев. Истоки идей этой школы мы находим уже в представлении о том, что добрые поступки находятся в гармонии с Небесным путем (волей Неба), а злые дела ему противоречат. Поэтому совершение безнравственного поступка оказывалось преступлением и по отношению к Небесному пути, и по отношению к человечеству.

Когда появилась даосская философия, дао, то есть путь, являющийся законом вселенной, приравнивали к традиционному представлению о Небесном пути. Когда даосизм стал организованной религией, его божества превратились в судей, оценивающих людские поступки, распределяющих награды и наказания в соответствии с накопленными человеком заслугами и прегрешениями.

Идея награды и возмездия присутствовала в даосской литературе уже в период Ранней Хань. В «Тай пин цзин» говорится: «Накапливай благие дела, и от дао придет к тебе процветание». Великий алхимик Гэ Хун (IV–V вв.) развил эти мысли. В своем трактате «Баопу-цзы» («Мудрец, объяввший простоту») Гэ Хун пишет:

«...взыскующий долгой жизни непременно должен накапливать добрые дела и обретать заслуги, быть добросердечным по отношению к другим существам и доброжелательным по отношению к другим людям, быть добрым даже к насекомым; он должен радоваться счастью других людей и печалиться их горестям, помогать находящимся в нужде и спасать попавших в беду,

не поднимать руку ни на одно живое существо, не произносить проклятий и смотреть на успехи других людей, как на свои собственные, а на беды других людей так же, как и на свои собственные несчастья; он должен не гордиться собой и не превозносить себя, не завидовать людям, превосходящим его, никому не льстить и не предаваться разврату. Если обрести такую степень добродетели, то будет обретено и счастье, даруемое Небом» («Баопу-цзы», глава 6). — *Пер. с китайского Е. А. Торчинова.*

Отзвук этих слов прозвучал восемьсот лет спустя в «Тай шан гань ин пянь» — книге, которая положила начало даосской школе Действия и воздаяния:

«Если человек живет в гармонии с дао, его ждут успехи... Следует проявлять доброту и сострадание ко всем существам. Любое дело нужно выполнять со старанием... помогать вдовам и сиротам, оказывать почтение старым и заботиться о малых, не наносить вреда деревьям, траве и насекомым, к чужим несчастьям относиться как к собственным бедам, а на чужие радости смотреть как на свои. Следует помогать людям, погруженным в отчаянной нужде, спасать людей от бед, к чужим удачам и чужим утратам относиться как к своим собственным» («Тай шан гань ин пянь», глава 4).

Гэ Хун говорит о возмездии:

«Когда человек покушается на чужое имущество, результаты совершения этого злодеяния могут отразиться на членах его семьи, жене и детях и привести к их смерти, хотя и не сразу после совершения преступления. Если размер злодеяния не

таков, чтобы погубить домашних совершившего его человека, то на его семью обрушиваются такие беды, как наводнения, пожары, грабежи и кражи... Поэтому даосы говорят, что убивший невинного человека сам будет сражен насмерть оружием, а отнявший у других имущество ради собственного обогащения не сможет избежать возмездия» («Баопу-цзы», глава 6). — *Пер. с китайского Е. А. Торчинова.*

Гэ Хун сделал следующий шаг в разработке представлений о воздаянии, указав на связь между здоровьем и долголетием, с одной стороны, и нравственным поведением — с другой. Добрые поступки истощают болезнетворных чудовищ, обитающих в теле, а прегрешения, напротив, способствуют их росту. Таким образом мысли и действия индивида влияют на его здоровье и долголетие.

В «Каноне мудреца Красной сосны о принципах» («Цзи сун цзы чжун цзе цзин»), которую датируют III–IV вв., изложена сложная система наград и наказаний. Там объясняется, в силу каких причин с человеком случается счастье или несчастье, и описано, какую роль играют божества и духи в ниспослании наград и наказаний. В этой книге упоминается также дух Очага, который поднимается на небо, чтобы доложить о хороших и дурных поступках людей. Судьбу человека книга связывает с Небесным владыкой Полярной звезды; эта идея имеет важнейшее значение в учении даосской школы Действия и воздаяния.

При династии Сун идея воздаяния прочно утвердилась в даосизме. В трактате «Семь бирок облачных книгохранилищ» («Юнь цзи ци цянь»), даосской энциклопедии, составленной в начале сун-

кой эпохи, здоровье, долголетие, счастье и несчастье недвусмысленно трактуются как последствия поступков человека. Вскоре после публикации этого компендиума даосских знаний появилась книга Ли Иншана «Тай шан гань ин пянь», послужив вдохновляющим импульсом для новой даосской школы, которой суждено было дожить до наших дней, сохранив большое число последователей.

Основные верования школы Действия и воздаяния

1. Добрые дела влекут за собой награду, а дурные — наказание. Дао откликается на каждое наше действие. В «Тай шан гань ин пянь» говорится так: «Награда и наказание следуют за нами, словно тень».
2. Награда может выражаться в форме богатства, процветания, славы, успехов, достижений, почтительного потомства. Наказание приходит в виде бедности, неудач, позора, непочтительных детей. Однако учение школы Действия и воздаяния отличается от буддизма и даже от традиционных китайских верований тезисом, что награда может прийти как в виде здоровья и долголетия, так и в виде богатства и процветания, а наказание — как в виде болезни и сокращения срока жизни, так и в виде бедности и несчастий.
3. Существуют определенные духи и божества, в задачи которых входит контроль за поступками каждого человека. Как уже отмечалось в главе, посвященной церемониальному даосизму, одним из таких богов является пове-

литель Очага. В конце года этот хранитель человеческих душ докладывает Нефритовому императору о поведении каждого из домочадцев. Наконец, три чудовища, обитающие в теле человека, тоже доводят проступки своего хозяина до сведения Нефритового императора.

4. Хорошие и дурные поступки людей подсчитываются, после чего Нефритовый император, являющийся распорядителем Судеб, посылает каждому человеку соответствующую награду или наказание. Люди, совершившие больше хороших поступков, чем дурных, получают благополучие, крепкое здоровье и долгую жизнь, а тех, кто совершил больше зла, чем добра, ждут несчастья или сокращение срока жизни.
5. Награды и наказания распространяются также на семью и потомков человека, поэтому поступки одного поколения влияют на судьбу последующих.
6. Мысли влекут за собой такое же воздаяние, как и действия. Безнравственная мысль равносильна безнравственному поступку.
7. Покаяние может загладить совершенное зло, если человек впоследствии сдержит обещание воздерживаться от дурных поступков.

Значение школы Действия и воздаяния в даосской духовной традиции

В школе Действия и воздаяния не существует монахов, священников и сект, но ее учение взяли

на вооружение многие даосские школы. Например, «Тай шан гань ин пянь» (сочинение, имеющее наиболее важное значение для школы Действия и воздаяния) изучают посвященные школ Совершенной истины, Сяньтянь и У Лю. Все системы даосизма (магия, церемониальный даосизм, гадания и алхимия), равно как и приверженцы современной внутренней алхимии, рассматривают нравственность и праведные действия как основу духовного развития. Учение Действия и воздаяния предлагает людям, не желающим вступать ни в одну из школ, систему нравственных норм и методику укрепления здоровья и удовлетворения духовных потребностей. Поскольку эта школа не ограничивает передачу своего учения храмами и монастырями, она является наиболее доступным из всех практикуемых ныне направлений даосизма. Пожалуй, в теории и практике этой школы важнее всего то, что она устанавливает связь между учением дао и повседневной жизнью и показывает, как следовать дао, живя в мире обычных людей.

Дополнительная литература

«Тай шан гань ин пянь» обычно считают текстом, который положил начало школе Действия и воздаяния. Перевод этого трактата и вдохновленных им историй содержится в моем «Трактате Лао-цзы о воздействии-отклике», где, помимо прочего, подробно изложена история школы Действия и воздаяния, а также описано влияние, которое оказали на ее учение буддизм, конфуцианство и народная религия Китая.

Часть третья

ДАОССКИЕ ПРАКТИКИ

Глава 12

МЕДИТАЦИЯ

Даосы прибегают к медитации, чтобы обрести здоровье, долголетие и достичь высшего уровня духовного развития, то есть единения с дао. Цель медитации на начальных этапах этого развития — очистить ум, свести к минимуму желания, создать эмоциональное равновесие и наладить циркуляцию внутренней энергии. На продвинутой стадии медитация помогает адепту обрести единство с дао — недифференцированным истоком всего сущего.

Виды даосской медитации

Многие люди полагают, что различные виды медитации мало чем отличаются друг от друга и что человек, практикующий один из них, может считать, что испробовал их все. Однако в действительности разные духовные традиции подходят к медитации по-разному. Даосская медитация не только отличается от буддийской и индуистской, но и сама подразделяется на различные разновидности. Даже в рамках одной школы по мере прогресса в занятиях практикующего применяются разные виды медитации.

В современную эпоху практикуются двенадцать видов даосской медитации. Они кратко описаны ниже в двенадцати подразделах.

Метод внутреннего созерцания

Метод внутреннего созерцания зародился при династии Тан. Он отмечен влиянием буддийской школы Тяньтай и очень похож на медитацию ви-пассана. Сначала практикующий наблюдает за тем, как в его сознании возникают и исчезают мысли, эмоции, ощущения. Научившись отслеживать эти феномены, он приходит к пониманию того, что причиной их существования, а также порождаемых ими проблем является деятельность ума. Если ум успокоится, исчезнут и проблемы.

Следующий шаг в этой медитации — научиться пресекать мысли, эмоции и ощущения еще до их возникновения. Овладев искусством наблюдения за тем, как возникают и исчезают проявления ментальной активности, практикующий знакомится с механикой их возникновения и обретает способность предчувствовать и пресекать их до того, как они появятся. Когда поток мыслей, эмоций и ощущений остановлен, ум становится спокойным. В покое он делается ясным. В ясности он становится светлым, и это проявление сияния дао внутри человека.

Метод внутреннего созерцания не требует сосредоточения на чем-либо во время медитации. При этом методе не применяются мантры и визуализация. По сути, отличительная черта данного стиля медитации в том, что «ум используется для победы над умом». Ум опустошается благодаря бдительному вниманию к деятельности ума.

Этот стиль медитации не связан с какими-либо особыми положениями тела, хотя большинство практикующих предпочитают во время сеанса сидеть, скрестив ноги по-турецки. Такой медитацией можно заниматься, сидя на стуле, во время ходьбы

или стоя на месте. Поскольку требования к физической стороне дела очень невелики, данный вид медитации подходит для людей в любом состоянии здоровья. К тому же после того, как вы научитесь медитации по методу внутреннего созерцания у преподавателя, она потребует лишь самого минимального руководства со стороны наставника, поскольку все действия, необходимые для нее, очень просты.

В наши дни к этому стилю медитации прибегают многие люди, как даосы, так и не даосы, у которых нет времени или желания заниматься более сложными и трудоемкими видами даосской медитации.

Метод концентрации на центре

Метод концентрации на центре иногда называют центрированием. При медитации такого рода практикующий постепенно отвлекает свое внимание от окружающего мира, пока не перестает замечать внешние звуки, зрительные образы и события. Когда причины, порождающие мысли, эмоции и ощущения, перестают возбуждать ум, он успокаивается, и это позволяет начать центрирование.

Существуют разные определения понятия «центр». Одни считают центром Желтый дворец, находящийся в среднем даньтяне, в районе солнечного сплетения; другие утверждают, что центр неуловим и его нельзя локализовать в физическом теле, поскольку это состояние сознания, в котором интуитивно воспринимается равновесие, то есть средоточие (центр) природы вещей. Это равновесие и является дао.

В отличие от метода внутреннего созерцания, этот стиль даосской медитации требует, чтобы практикующий на чем-то сконцентрировался, хотя мне-

ния о том, что именно должно стать объектом концентрации, расходятся. При этом метод концентрации на центре не предполагает каких-то особых поз во время медитации. Поэтому он, как и метод внутреннего созерцания, подходит для людей с любым состоянием здоровья.

Метод «удержания Одного»

Метод «удержания Одного», известный также как метод «блюдения Одного» возник в школе Шанцин, где «удержание Одного» трактовалось как сохранение Единства дао внутри. Изначально в практике даосов школы Шанцин метод «хранения Одного» включал в себя визуализацию различных проявлений Лао-цзы и других божеств, являющихся образами самого дао. Такие визуализации используются для удержания духов-хранителей внутри тела. Однако в современной практике при медитации по методу «удержания Одного» визуализация больше не требуется.

Суть этой медитации заключается в преодолении дуального деления на «я» и внешний мир, что и позволяет достичь целостности. На начальных этапах практикующий должен прежде всего успокоить ум и тело, чтобы прекратить появление мыслей, эмоций и ощущений. Когда успокоение достигнуто, появляется «ум дао». Ум дао — это сознание, которое исходит из дао и рассматривает все существующее как одно целое. В ходе дальнейших занятий практикующий обретает переживание целостности и тождества и достигает единения с дао.

Этот вид медитации популярен в школах, которые концентрируются в первую очередь на работе с сознанием. При такой медитации не нужно принимать какие-либо специальные позы, но во время

практики тело и ум должны оставаться спокойными, потому что любое их движение разрушит переживание целостности. Поскольку это условие имеет решающее значение, требования к физической стороне более строги, чем при медитации по методам внутреннего созерцания и концентрации на центре. Чтобы человек мог сохранять физическую неподвижность на всем протяжении сеанса, тело должно быть расслабленным, а кости скелета — крепкими. Этот стиль медитации труден для людей, не отличающихся крепостью скелетной системы, особенно позвоночника, — крепостью, которая позволила бы сохранять положение тела неизменным в течение долгого времени, порой доходящего до нескольких часов.

Метод остановки мыслей и опустошения ума

Метод остановки мыслей и опустошения ума похож на медитацию школы Чань. Практикующий сидит молча, освобождая сознание от мыслей, желаний и эмоций. В отличие от метода внутреннего созерцания, при котором ум наблюдает за возникновением и исчезновением проявлений ментальной активности, цель данной медитации заключается в том, чтобы полностью отключить ум, не прибегая к таким вспомогательным средствам, как визуализация, мантры и даже пассивное созерцание. С точки зрения человека, практикующего этот стиль медитации, любая деятельность ума, пассивная или активная, является разрушительной работой внутренних чудовищ и других вредоносных существ. Поэтому для того, чтобы полностью опустошить свой ум, практикующий должен решительно отсечь все без исключения привязанности.

На начальных этапах духовного тренинга этот вид медитации используют и северная ветвь школы Совершенной истины, и школа Сянь тянь. Достигнув успокоения ума, практикующий переходит к другим видам медитации, которые проведут его по средним и продвинутым этапам внутренней алхимии.

Метод возвращения к истинному уму

При методе возвращения к истинному уму культивируется подлинный ум. Подлинный ум — это ум Дао, сознание, которое способно непосредственно прозревать природу Дао. Его иногда называют «изначальным умом».

Метод возвращения к истинному уму возник в школе Совершенной истины. Практикующий переходит к этому этапу тренинга после того, как освобождает свой ум от мыслей. Освободившись от ига аналитического мышления и праздной внутренней болтовни, человек может приступить к развитию покоя иного рода. При таком покое не только отсутствуют мысли, но в уме и теле также начинает развиваться естественная склонность к состоянию покоя. Это развитие отражается в повседневной жизни: внешние события уже не приводят практикующего в волнение, он теряет желание возбуждать органы чувств и активизировать ум.

Хотя первоначально этот метод медитации возник в рамках школы Совершенной истины, сегодня его практикуют и люди, которые стремятся к телесному здоровью и ясности сознания, но которым не хватает времени или желания, чтобы заниматься длительным и трудным внутреннеалхимическим тренингом. Медитация по методу возвращения к истинному уму не требует особой позы, но мно-

гие практикующие предпочитают сидеть, скрестив ноги по-турецки или в йоговской позе «полулотос». Эту медитацию также можно практиковать, сидя на стуле. Поэтому она доступна при любом физическом состоянии.

Метод концентрации на полостях

При этом методе медитации практикующий должен отвлечь внимание от внешнего мира и сконцентрироваться на какой-либо конкретной полости тела. Основное отличие этого метода от метода концентрации на центре заключается в том, что концентрация на полостях не соотносится с центрированием и равновесием.

Существуют два типа концентрации. Первый предполагает осознание и направление внимания на конкретную полость тела. Этот тип концентрации используется для того, чтобы успокоить эмоции, остановить поток бессвязных мыслей, а ощущения свести к минимуму. На продвинутых этапах практикуется концентрация другого рода, при которой практикующий направляет внутреннюю энергию в определенную зону тела. К концентрации энергии в том или ином месте прибегают, чтобы прочистить непроходимый участок энергетического канала или собрать энергию в нижнем даньтяне с целью ее последующего очищения и трансформации.

Полость, на которой следует концентрироваться, избирается в зависимости от уровня духовного развития человека и задач, связанных с состоянием его здоровья. Например, на начальных этапах практикующие концентрируются на полости под названием Врата жизни (мин мэн). По мере прогресса внутреннеалхимического процесса центром

концентрации по очереди становятся нижний, средний, а затем и верхний даньтяни. Иногда, если у практикующего есть какая-либо конкретная проблема, он концентрируется и на менее важных полостях тела.

Концентрацию на полостях применяют даосские школы, в которых медитация используется как вспомогательный инструмент внутренней алхимии. Это излюбленный метод школы У Лю, adeпты которой считают Врата жизни ключом к запуску внутренне-алхимических процессов. Так как этот метод используется для облегчения внутреннеалхимических трансформаций, он требует частых консультаций с наставником и наблюдения с его стороны. А поскольку метод концентрации на полостях предполагает работу с внутренней энергией, то, прежде чем приступить к медитации, практикующий должен подготовить соответствующую физическую и ментальную основу. Стандартными предпосылками этой медитации являются расслабленное тело, крепкий позвоночник, разработанные суставы, эластичные сухожилия, а также ум, свободный от хаотичных мыслей и желаний. Необходимые позы трудны; практикующему приходится сохранять их подолгу, чтобы за это время могли завершиться определенные алхимические процессы. Как правило, новичков этому виду медитации не обучают.

Метод визуализации духа Ложбины

При медитации по методу визуализации духа Ложбины практикующий медитативно представляет определенный образ, а затем медленно сливается с ним. Эта техника больше всего похожа на старинные методы визуализации образов охраняющих

божеств и духов, существовавшие в школе Шанцин. Однако эта медитация отличается от первоначальной практики даосов Шанцин тем, что здесь визуализируются не божества, а такие образы, как горы Куньлунь (чтобы направить энергию по позвоночнику), Желтый дворец (чтобы собрать и трансформировать жизненную энергию в среднем даньтяне), Океан Энергии «ци хай» (чтобы зажечь огонь внутренней печи, собрать и трансформировать порождающую энергию в нижнем даньтяне) и, наконец, духа Ложбины (чтобы собрать и трансформировать духовную энергию в верхнем даньтяне). Визуализация духа Ложбины — высший уровень медитации этого типа.

Этот вид медитации применяется редко. Я не знаю ни одной крупной даосской секты, которая бы к нему прибегала.

Метод «опустошения ума и наполнения живота»

«Опустошение ума и наполнение живота» — еще один метод медитации, который используется в качестве вспомогательного средства внутренней алхимии. «Опустошить ум» — значит ослабить огонь желания, а «наполнить живот» — значит наполнить брюшную полость энергией. В целом этот двойственный процесс называется «погружением огня в воду».

Ослабить огонь желания — значит свести к минимуму привязанность к любым объектам, будь то материальные вещи, мысли или эмоции. Наполнять живот — значит культивировать и сохранять энергию в нижнем даньтяне. Последнего можно достичь, контролируя дыхание, поглощая энергию партнера методами сексуальной алхимии и впитывая тонкую субстанцию Солнца, Луны и тумана.

Обычно эту форму медитации практикуют в сочетании с другими техниками. Чтобы ее практиковать, требуется правильное обучение и надзор со стороны наставника, причем применять ее можно лишь в том случае, если практикующий готов заниматься даосской внутренней алхимией на протяжении всей своей жизни.

Метод объединения мысли и дыхания

«Объединение мысли и дыхания» связано с техникой дыхания в большей степени, чем все остальные виды даосской медитации. На начальных этапах практикующий концентрируется на дыхательных движениях, иногда считает дыхательные циклы, а иногда просто следит за процессом вдоха и выдоха. Сначала дыхание протекает в обычном режиме, и практикующий использует его только для того, чтобы сконцентрироваться.

Когда концентрация ума достигнута и сознание отрешилось от внешнего мира, характер дыхания начинает меняться. Эти изменения происходят не потому, что практикующий сознательно стремится к ним, а просто появляются как порождение достигнутого состояния сознания. Когда ум успокоен, дыхание замедляется, становясь тихим и глубоким. Это называется «зародышевым дыханием», поскольку напоминает дыхание эмбриона, находящегося во чреве матери.

Когда инь разовьется до предела, появляется ян. В силу этой закономерности ум, достигнув состояния полного покоя, приходит в движение. Это движение является не обычной умственной деятельностью, направленной на объекты внешнего мира, а целенаправленным устремлением. Оно называется истинной мыслью (чжэнь и) и способно приводить

в движение внутреннюю энергию. Когда мысль движется, энергия циркулирует; когда она успокоена, энергия накапливается и сохраняется.

Когда даос выходит на еще более продвинутый уровень развития, исчезает дуалистическое разделение между практикующим и универсальной энергией самого дао. Когда отсутствует разделение на внешнее и внутреннее, остается лишь единое дыхание, и это дыхание является Дыханием дао, источника жизни. Теперь практикующий дышит не только ноздрями, легкими, диафрагмой и даже не просто дантянями; все его тело превращается в единое дыхание, которое пульсирует с каждым вдохом и выдохом, когда практикующий превращается в Дыхание дао.

Иногда этот метод даосской медитации ошибочно отождествляют с дыхательными упражнениями цигун. Однако цигун работает с тем, что осязаемо, манипулирует субстанциями, обладающими формой, например дыханием и внутренней энергией. Метод соединения намерения и дыхания предполагает работу с тем, что не имеет формы, поскольку Дыхание дао неосязаемо. Этот метод не предполагает активной регуляции дыхательных движений или непосредственного контроля над ними; характер дыхания изменяется вследствие того, что у человека меняется состояние сознания. Поэтому можно сказать, что метод соединения мысли и дыхания — это метод использования медитации для трансформации дыхания и внутренней энергии.

Этот вид медитации трудно практиковать, потому что трудно точно определить, старается ли человек контролировать свое дыхание или «отпускает» его. Поэтому метод соединения мысли и дыхания следует практиковать только под постоянным на-

блюдением наставника, в силу чего он фактически доступен только в монастыре или в условиях, подобных монастырским.

Метод собирания и циркуляции духовного света

Метод собирания и циркуляции света описан в вызывающем споры сочинении «Тай и цзинь хуа цзун чжи» (см. с. 258, 259). В этой медитации выделяют две стадии: собирание духовного света и его циркуляция.

Прежде чем практикующий сможет собрать и привести к циркуляции духовный свет, он должен его породить и развить. Под духом здесь имеется в виду изначальный дух (юань шэнь), то есть Бессмертный зародыш, поэтому данный метод применим лишь на продвинутых этапах занятий внутренней алхимией.

Чтобы появился изначальный дух, необходимо укротить познающий дух (ши шэнь). Познающий дух — это непослушный, аналитический, планирующий ум, схематизирующий реальность. Он привязан к мирским вещам и повинен в резких колебаниях настроения, которые мешают нам узреть дао. Чтобы культивировать изначальный дух, нужно сначала победить познающий дух, а затем использовать его для того, чтобы помочь развитию изначального духа. Одновременно практикующий должен приготовить свое тело для зачатия Бессмертного зародыша. Для этого нужно укрепить скелетную систему и повысить ее эластичность, отрегулировать все функции тела, накопить, сохранить и трансформировать порождающую, жизненную и духовную энергии. Иными словами, прежде чем появится изначальный дух, необходимо завершить начальные

и промежуточные стадии внутреннеалхимической работы (см. главу 10).

Когда Бессмертный зародыш зачат, рождается изначальный дух. Сначала его свет тускл; практикующий ощущает его присутствие очень смутно. Питаясь внутренней энергией, изначальный дух становится сильным, а его свет — более ярким. Когда изначальный дух полностью разовьется, практикующего омывает золотой свет. Затем практикующий собирает свет, исходящий от тела, и направляет его внутрь. Со временем этот свет делается менее слепящим, становясь лучезарным, но мягким. Это значит, что наступило время приступить к циркуляции света. Сначала циркуляция происходит по установленным каналам. Внутри тела свет циркулирует по меридианам, снаружи — струится вокруг практикующего. На продвинутой стадии циркуляция уже не связана с каналами, а охватывает все тело, распространяясь по нему, словно дым. Она происходит и вне тела; в результате практикующий чувствует, что его окружает рассеянный золотой свет.

Этот вид медитации обычно применяется в дочерних сектах школы Совершенной истины. Поскольку метод собирания и циркуляции света практикуется только на высших уровнях духовного тренинга, ему невозможно обучаться, не создав предварительно необходимой внутреннеалхимической основы. В программе тренинга школы Совершенной истины этому виду медитации обучают лишь высших посвященных.

Метод втягивания света внутрь

Втягивание света внутрь — еще один вид медитации, применяемый на продвинутых уровнях духовного развития. Когда внутреннеалхимическая

основа создана и изначальный дух развился, практикующий использует эту медитацию, чтобы вынашивать Бессмертный зародыш.

Ощувив во время медитации, что вокруг него струится свет, практикующий собирает его в три области. Верхняя область локализована в зоне между глаз. Этот участок также известен как третий глаз, верхний даньтянь или Сокровенная полость. Нижняя левая область находится в левом глазу, нижняя правая — в правом глазу. Благодаря этому свет солнца, луны и звезд соединяется с внутренним светом, и барьер между внутренней вселенной практикующего и внешней вселенной (космосом) разрушается.

Когда свет входит в практикующего, его тело становится невесомым, а ум — пустым и ясным. Когда кости, мышцы, сухожилия и внутренние органы наполнятся светом, их начинает питать изначальная энергия самого дао. Тело и ум возрождаются, и практикующий в экстатическом блаженстве сливается с вневременным, недифференцированным состоянием дао.

Метод втягивания света внутрь используют школы внутренней алхимии, которые синтезировали практики школ Совершенной истины и Шанцин. Этот метод применяют на продвинутых уровнях духовного тренинга, начинающим он недоступен. Кроме того, как техника внутренней алхимии он требует правильного обучения, частого контроля со стороны наставника, преданности и дисциплины адепта в течении всей жизни.

Метод возвращения к Пржнему Небу

Этот метод практикуется исключительно в даосской школе Сянь тянь. Он делится на семь этапов,

каждый из которых связан с концентрацией на определенной области тела и ее трансформацией.

Ниже перечислены семь полостей в порядке, в котором на них следует концентрироваться:

1. Нижняя полость — центр нижнего даньтяня. Говоря более конкретно, точка концентрации находится на три китайских дюйма (приблизительно на два с половиной дюйма) ниже пупка.
2. Передняя полость — Океан ци (ци хай). Эта полость расположена на полтора китайских дюйма ниже пупка.
3. Задняя полость — Врата Жизни (мин мэнь). Она расположена на позвоночнике между почками и является важным узловым пересечением на меридиане *ду*.
4. Средняя полость — центр среднего даньтяня. Ее также называют Средним дворцом (чжун тин) или Желтым дворцом. Она находится в солнечном сплетении.
5. Верхняя полость — центр верхнего даньтяня, расположенный между глаз. Эта полость называется Светлым залом (мин тан). Проработка полостей с первого по пятый пункт используется для открытия Микрокосмической орбиты.
6. Нижняя полость — Бурлящий родник (юн цюань). Это полость, расположенная в подошве ноги. Если практикующий завершил этот этап тренинга, Макрокосмическая орбита открыта.
7. Сокровенные врата. Они называются также Вратами Пржегнего Неба, Вратами Беспредельного (у цзи), а также Изначальной полостью. Эта полость не имеет формы и не суще-

ствует, пока практикующий не достиг седьмой стадии. Эта полость материализуется лишь после зачатия изначального духа и является вратами, которые ведут к единению с дао.

Первые шесть стадий медитации школы Сянь тянь связаны с формой и действием. Полости — это зоны тела, которые поддаются локализации и которые служат объектом концентрации. Первые шесть этапов называются медитацией Последующего Неба (хоу тянь), соответствующей состоянию после разделения Неба и Земли, поскольку при этом практикующий работает с телом и сознанием, отделенными от дао. На седьмом уровне практика уже не привязана ни к форме, ни к действию. Седьмую полость нельзя локализовать, точка концентрации на этой стадии отсутствует. Седьмой уровень называется медитацией Прежнего Неба (сянь-тянь) и соответствует состоянию до разделения Неба и Земли, поскольку на этом этапе адепт работает с телом и умом, которые соединились с дао.

Помимо самой концентрации на полостях медитация по методу школы Сянь тянь требует, чтобы практикующий принимал определенные позы. Допускается сидячая поза со скрещенными по-турецки ногами, позы «полулотоса» и «полного лотоса». Предусмотрены также специальные положения рук, в том числе положение с ладонями на коленях и складывание кистей рук таким образом, чтобы получился символ тай цзи. Одна из самых трудных поз, которые требует этот метод медитации, — положение, когда практикующий опирается на костяшки пальцев обеих рук, а тело, находящееся в «полном лотосе», приподнято над полом. Вообще говоря, позы медитации школы Сянь тянь относятся к категории наиболее труд-

ных, потому что эта школа придает совершенствованию тела и духа одинаковое значение.

Дополнительные сведения о даосской медитации

Многие люди занимаются медитацией для внутреннего расслабления и снятия стрессов. Некоторые практикуют ее, чтобы развить сенситивные способности, укрепить физическое здоровье и обеспечить себе долгую жизнь. Но следует помнить, что даосская медитация — не просто метод достижения здоровья и долголетия, а в первую очередь инструмент, предназначенный для того, чтобы привести практикующего к единению с дао. Долголетие и здоровье являются лишь побочными продуктами этого единения.

Учиться даосской медитации с целью релаксации и укрепления здоровья в наше время могут и люди, которые не принадлежат ни к одной даосской школе и не планируют заниматься внутренне-алхимическим тренингом на протяжении всей жизни. В этой главе были описаны двенадцать способов даосской медитации. Первым пяти нередко обучают на курсах, которые проводятся в выходные или в форме семидневных выездных сессий. Пройдя правильный курс обучения, вы можете без особого риска практиковать эти методы самостоятельно. Правда, для создания обратной связи желательно посещать курсы для продолжающих учеников.

Последние семь из описанных мною методов используются для того, чтобы поднять практикующего на высшие уровни развития, существующие в даосской духовности. Обычно эти виды медитации

практикуют вместе с методами, направленными на укрепление скелетной системы и регуляцию внутренних физиологических функций организма. Думать об изучении этих видов медитации имеет смысл лишь тем, кто готов посвятить себя сложной программе тренировок, требующей суровой дисциплины.

Занятия даосской медитацией требуют от ученика преданности цели, терпения и дисциплины. От этой медитации можно получить пользу в физическом, умственном и духовном плане лишь при условии, что вне занятий практикующий также соблюдает необходимый стиль жизни и правильный внутренний настрой.

Дополнительная литература

Хотя некоторые из указанных ниже книг по даосской медитации написаны в форме учебников, пользоваться ими можно только при условии, что вы занимаетесь под личным руководством наставника.

Две главы в книге Лу Гуаньюя «Секреты китайской медитации» посвящены двум видам даосской медитации. В главе 5 описан стиль медитации, создание которого приписывается даосу XII века Иньшицзы. В главе 7 описан стиль даосской медитации, служащий для обеспечения циркуляции энергии по Микрокосмической орбите. В нем сочетаются «сидение в покое» и дыхательные упражнения. Книга Лу полезна еще и тем, что по ней можно сравнить буддийские и даосские стили медитации, поскольку в ее последующих главах рассказывается о видах медитации, принятых в буддийских школах Чань и Тяньтай.

Ливия Кон посвятила даосской медитации две главы в своей книге «Даосская медитация и техни-

ки продления жизни». В главе «Хранение Одного: медитативная концентрация в даосизме» подробно объясняется значение понятия «Удержания Одного», выработанного в школе Шанцин; в главе «Даосская интроспективная медитация» содержится авторитетное описание медитативной техники *нэй гуань* (внутреннее созерцание), которую также называют *дин гуань* (сосредоточенное созерцание). В главе об интроспективной медитации также приводится перевод классического произведения о технике нэй гуань — «Тай шан Лао-цзюнь нэй гуань цзин» («Канон Высочайшего государя Лао о внутреннем созерцании»).

В книге Ливии Кон «Опыт даосизма» приводится в переводе еще один классический трактат по нэй гуань — «Цзо ван лунь» («Сидение в забытии» (**Sitting in Oblivion**)), принадлежащий Сыма Чэнчжэню (см. текст № 31, «Блюдение жизни»).

Глава 13

МЕТОДЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕЛА

В даосской практике совершенствование тела рассматривается как неотъемлемая часть духовного развития. Единение с дао возможно лишь при условии, что человек физически здоров. В пользу совершенствования тела говорят и определенные практические соображения. На высших уровнях даосского духовного тренинга необходимы сила и гибкость мышечной и скелетной систем, а также здоровая физиология внутренних органов. Методики, которые используются для совершенствования мышечной и скелетной систем, называются «техниками укрепления внешнего», в отличие от методов совершенствования физиологии внутренних органов, которые называются «техниками укрепления внутреннего».

Ниже описаны наиболее распространенные даосские методы укрепления внешнего и внутреннего. Следует предупредить, что заниматься этими и аналогичными техниками небезопасно, если вы не прошли надлежащего обучения у квалифицированного преподавателя.

Техники укрепления внешнего

Трансформация сухожилий

Самый эффективный метод укрепления мышечной системы — трансформация сухожилий (ицзинь). «Ицзинь» дословно обозначает трансформацию или изменение сухожилий. В традиционной китайской медицине слово «цзинь» обозначает связки, мышцы, фасции, нервные волокна и мягкие ткани тела. Поэтому под «трансформацией сухожилий» понимается трансформация как поверхностных, так и глубинных структур мышечной системы.

Цель трансформации сухожилий — вернуть мышцам, связкам и сухожилиям способность динамично двигаться. Эластичное сухожилие — сильное сухожилие; расслабленная мышца, хорошо снабжаемая кровью, — здоровая мышца. Мягкие, расслабленные мышцы реагируют быстрее, чем зажатые и напряженные.

Обычно методы трансформации сухожилий предполагают чередование растягивания с расслаблением. При регулярной практике сухожилия, связки, мышцы и ткани вновь обретают высокую подвижность и жизненный тонус. Кроме того, техники трансформации сухожилий включают вращения суставов и активизации тех групп мышц, которые не задействованы в обычной повседневной жизни. Со временем, в ходе практики, мышцы, сухожилия, связки и фасции становятся эластичными и здоровыми, а кожа — розовой и атласной. Циркуляция крови в мышцах усиливается, и это ускоряет заживление порезов и исчезновение синяков.

«Промывание» костного мозга

Первый метод укрепления костей — «промывание» костного мозга (си суй). Этот термин относится к трем процессам: очищению костного мозга, регуляции содержания костного мозга в костях, а также изменению формы и структуры костей. Очищение костного мозга — это замена нездорового костного мозга здоровым. Результат получается такой же, как при трансплантации костного мозга, с той лишь оговоркой, что при его очищении замена происходит в результате внутренних процессов организма. Под регуляцией содержания костного мозга в костях понимается выравнивание содержания кальция, исключаящее как избыток этого вещества, так и его недостаток. Изменение структуры кости предполагает такое изменение формы кости, при котором кость может выдерживать максимальную нагрузку, а также смягчение кости во избежание переломов.

Все упражнения по методу промывания костного мозга начинаются с того, что кости и суставы подвергаются правильно дозированному давлению. Чтобы контролировать давление, которое приходится на кости, используются специальные движения. Как правило, они медленные, плавные, требуют расслабления и самоконтроля. Для того чтобы человек мог выполнять упражнения по методу промывки костного мозга, мышцы, сухожилия и связки должны быть сильными, а суставы — разработанными. Малоизвестная техника изменения структуры костей предполагает воздействие на кости трением и постукиванием. При этом суставы и кости трут о твердую поверхность и ударяют об нее, придавая им нужное положение и форму. Излишне гово-

рить, что эти движения нужно выполнять очень точно, иначе можно травмироваться.

Когда практикующий завершил работу по методу промывания костного мозга, его кости становятся мягкими, и под нажатием пружинят, как губка. В костях устанавливается идеальное содержание кальция, они становятся более крупными и тяжелыми.

Техники укрепления внутреннего

Цель укрепления внутреннего заключается в том, чтобы улучшить здоровье внутренних органов, увеличить эффективность работы различных физиологических систем организма и циркуляцию внутренней энергии.

Регуляция дыхания

Дыхание поддерживает в нас жизнь; правильное дыхание может укрепить здоровье и обеспечить человеку долголетие. В общем и целом, регуляция дыхания предполагает, что дыхание не контролируется намеренно и не осознается, а управление дыханием означает сознательный контроль над дыхательными движениями и скоростью дыхания.

В даосских искусствах совершенствования тела выделяют девять видов дыхания: дыхание через ноздри, дыхание через рот и ноздри, дыхание ртом, естественное брюшное дыхание, обратное брюшное дыхание, дыхание промежностью, черепашьё дыхание, зародышевое дыхание, а также дыхание всем телом.

При дыхании через ноздри рот закрыт, вдохи и выдохи происходят через нос. Это дыхание, тихое и медленное, обычно имеет место во время медитации на успокоение ума.

При дыхании через рот и ноздри рот на вдохе закрыт, так что воздух входит через нос. При выдохе воздух выходит через рот. Как правило, так дышат во время медитации, связанной с зажиганием огня в нижнем даньтяне.

При дыхании ртом и вдох и выдох производятся через рот. Этот вид дыхания применяется в тех случаях, когда дыхание через нос затруднено или вообще невозможно. В общем и целом его рекомендуют лишь людям, которым проблемы с дыханием не позволяют дышать через ноздри.

Брюшное дыхание — это глубокое дыхание. При нем воздух входит в брюшную полость, так что в процессе дыхания участвует все туловище. При этом диафрагма должна интенсивно работать. Кроме того, внутренние органы должны быть достаточно податливыми, чтобы освобождать место, когда диафрагма надавливает вниз, и дать воздуху опуститься в живот. Глубокое брюшное дыхание должно происходить естественно и без усилий. Если оно сопровождается искусственным напряжением мышц, то может причинить повреждения. Разновидностями брюшного дыхания являются прямое брюшное дыхание, обратное брюшное дыхание, дыхание черепахи и зародышевое дыхание.

При прямом брюшном дыхании живот расширяется на вдохе и втягивается на выдохе. При обратном брюшном дыхании живот втягивается на вдохе и расширяется на выдохе. Эти два типа дыхания применяются на промежуточных стадиях внутреннеалхимической работы. Обычно они связаны с раздуванием огня в нижнем даньтяне и выплавкой внутренних энергий в верхнем, среднем и нижнем даньтянях.

При дыхании промежностью участок вокруг промежности поднимается при выдохе и опускается при

вдохе. Этот вид дыхания связан с циркуляцией энергии по Микрокосмической и Макрокосмической орбитам; его функция заключается в том, чтобы прокачивать внутреннюю энергию по этим двум кругооборотам.

Черепашее дыхание такое легкое, что его трудно заметить. Его называют «черепашим», потому что оно напоминает дыхание черепахи, спрятавшейся под панцирь. Это дыхание естественным образом возникает на продвинутых стадиях внутреннеалхимического делания. Говорят даже, что черепаха отличается долголетием именно благодаря такому типу дыхания.

Зародышевое дыхание — это комбинация черепашого дыхания и движений брюшины, которые происходят синхронно с вдохом и выдохом. Этот вид дыхания называется так из-за сходства с дыханием эмбриона, находящегося во чреве матери. Дыхание такого типа имеет место на продвинутых этапах внутреннеалхимического делания. Обычно зародышевое дыхание связано с зачатием и питанием изначального духа, то есть Бессмертного зародыша.

Наконец, существует дыхание всем телом. Это наиболее продвинутое дыхание, которое имеет место, когда практикующий достигает высшего уровня духовного развития — единения с дао. Когда в дыхании участвует все тело, количество вдохов и выдохов сокращается до минимума. Дыхательный цикл длится долго: сначала происходит 16–20 циклов в минуту, а на более продвинутых уровнях — всего 3–4.

Управление дыханием

При управлении дыханием практикующий направляет поток дыхания в тело, приступает к быст-

рому или медленному дыханию и концентрируется на акте вдоха и выдоха. Но этот контроль не должен быть нарочитым: движение дыхания запускается и управляется мыслью. При достижении такого контроля дыхание становится естественным.

Простейший способ управлять дыханием — это осознавать его, считая вдохи и выдохи. Обычно такую технику используют для того, чтобы остановить поток случайных мыслей или отвлечь сознание от внешнего мира; однако после того, как концентрация сознания достигнута, счет следует прекратить, иначе практикующий, стремящийся успокоить ум, впадет в слишком сильную зависимость от активного процесса и никогда не придет к подлинному покою недеяния.

Промежуточная форма управления дыханием предполагает, что практикующий на некоторое время задерживает дыхание перед вдохом и выдохом. Этот метод похож на некоторые виды контроля за дыханием, принятые в йоге. К такой технике прибегают для того, чтобы дать дыханию проникнуть в каждый уголок тела. Прежде чем отработанный воздух будет выдохнут, дыхание должно пропитать собой глубоко расположенные ткани, внутренние органы и кости. Разумеется, этот вид управления дыханием требует сильной диафрагмы и хорошей работы респираторных органов. Без этого условия организм при вдохе будет поступать слишком мало кислорода, и задержка дыхания принесет больше вреда, чем пользы.

Наиболее продвинутая форма управления дыханием заключается в том, что практикующий позволяет намерению направлять дыхание. Этот метод называется «даоинь» (дословно — «ведение и при-

влечение»). Когда ум пуст и свободен от любых мыслей, появляется истинная мысль. (Даосы считают, что истинная мысль является порождением изначального духа, имеет направление и цель.) При данном методе практикующий порождает истинную мысль и позволяет ей направлять движение дыхания. С появлением истинной мысли сознательный контроль исчезает. Дыхание движется по открытым энергетическим каналам организма, поток дыхания течет по телу естественным образом. Эта техника эффективна при условии, что ум чист и свободен от мыслей, а тело расслаблено и находится в надлежащей позе. На начальных уровнях применения этого метода необходимо, чтобы практикующий сидел, скрестив ноги по-турецки. Более продвинутые техники требуют положения в «полулотосе» или в «полном лотосе».

Намерение и дыхание можно направить в те или иные участки тела; «точка назначения» устанавливается в зависимости от этапа тренинга. Весьма часто дыхание направляют к трем вратам, расположенным на позвоночнике, в три даньтяня (поля эликсира), в полость Бурлящий родник, находящуюся на подошве ноги, к Золотым вратам (акупунктурная точка на лодыжках) и к точке Ста Встреч (бай-хуэй). Как правило, если нужно открыть непроходимые участки врат, в эти зоны направляют истинную мысль и дыхание. Когда в печи зажжен внутренний огонь, а порождающая энергия собрана и очищена, истинная мысль и дыхание направляются в нижний даньтянь. Аналогичным образом при работе с жизненной и духовной энергией намерение и дыхание направляют в средний и верхний даньтяни.

Позы цигун

Позы цигун предназначены для того, чтобы облегчить циркуляцию внутренней энергии (в дословном переводе «цигун» означает «работа с энергией»). Хотя многие люди рассматривают дыхательные упражнения, упражнения на растяжку и медитацию как формы цигун, в традиционной даосской практике под цигун подразумевается естественное течение внутренней энергии в теле при наличии определенных физических и психических условий. Успокоение ума и движение диафрагмы не обязательно предполагают циркуляцию энергии, хотя и помогают практикующему заложить основу, необходимую для этой циркуляции.

Циркуляция внутренней энергии (ци) возможна лишь при сочетании определенных физических и психических предпосылок. Эти предпосылки создаются в ходе укрепления внешнего и внутреннего; чтобы выработать их, требуется не один год. Для запуска циркуляции энергии, а также для того, чтобы облегчить и поддержать эту циркуляцию, в даосских искусствах совершенствования тела могут использоваться определенные позы тела, которые называются позами цигун. Тем не менее при отсутствии фундамента, который закладывается в процессе укрепления внешнего и внутреннего, механизмы гармонизации и поддержания гармоничной циркуляции энергии будут неэффективны.

В цигуне существует множество поз; основными и наиболее важными из них являются те, которые могут стать частью обычных, повседневных поз и движений. Их можно выполнять сидя, стоя, во время ходьбы или лежа. Таким образом, человек, практикующий цигун, может совершенствовать свое тело, где бы он ни находился, что бы ни делал.

Сидячие позы. Положение сидя — самая распространенная из поз цигун. Она имеет несколько разновидностей. Практикующий может сидеть на стуле, выпрямив и расслабив туловище в вертикальном положении. Глаза открыты, но ни на чем не сфокусированы. Ноги выставлены вперед, ладони расслабленно лежат на коленях. «Сидячая поза с естественно скрещенными ногами» предполагает, что практикующий сидит на плоской поверхности или на подушке, непринужденно скрестив ноги. Туловище выпрямлено и находится в вертикальном положении, руки лежат на коленях или сложены вместе возле пупка. При сидении в «полулотосе» практикующий сидит, скрестив ноги по-турецки, но одна нога расположена как в позе лотоса (то есть лежит на бедре второй ноги пяткой вверх). В полной позе лотоса в положении лотоса находятся обе ноги. Ладони рук лежат на пятках.

Стоячие позы. В свободной стойке практикующий стоит, сбалансировав тело, равномерно распределив вес на обе ноги. Ступни параллельны друг другу, ноги прямые, но колени не соприкасаются. Тело прямое, глаза открыты, но не сфокусированы, руки свободно свисают по бокам.

Стоячая поза допускает несколько различных положений рук. «Поза с надавливанием кистями рук вниз» предполагает, что практикующий стоит, как и в свободной стойке, с тем единственным отличием, что руки выдвинуты вперед. Обычные положения рук: руки образуют круг; руки согнуты в локтях, как будто держат большой мяч; руки выпрямлены перед корпусом и делают ладонями давящее движение вниз; руки в таком положении, как будто держат перед корпусом маленький круглый предмет.

Поза при ходьбе. Когда практикующий находится в такой позе, его тело выпрямлено в вертикальном положении, плечи расслаблены. При ходьбе одна ступня ставится вперед, сначала на пятку. Затем ступня плавно опускается, «перекатывается», так что вес переходит с пятки на среднюю часть ступни. Когда вес равномерно распределится по всей подошве, ступня снова перекатывается, чтобы перенести вес на пальцы. Одновременно с этим к полу прикасается пятка другой ноги, после чего вес точно так же переносится с пятки на остальную часть ступни. Тогда первая нога отрывается от пола и делает следующий шаг. Цикл повторяется. Самое главное в этой позе — предельная естественность ходьбы.

Лежачие позы. В цигуне существует несколько лежачих поз. Большинство из них восходят к даосу Чжэнь Си. Самые распространенные — поза на спине, поза на боку и поза полулежа. Лежа на спине в постели, практикующий лежит, распростершись во всю длину, расслабив и вытянув руки и ноги. Глаза смотрят вверх или закрыты. В позе на боку тело прямое, а рука, находящаяся внизу, изогнута и направлена снизу вверх. Кисть этой руки можно положить на подушку и опереться лицом на ладонь. Вторая рука спокойно лежит на верхней стороне тела. Нога, находящаяся внизу, выпрямлена, а нога, лежащая сверху, слегка согнута. При позе полулежа практикующий полусидит, полулежит на кровати. Верхняя часть тела мягко опирается на изголовье. Обе ноги вытянуты, руки мягко покоятся на ногах.

Все перечисленные здесь позы цигун влияют на циркуляцию внутренней энергии. Если сухожилия и мышцы эластичны, а энергетические каналы открыты, эти позы облегчают движение энергии, но

если сухожилия стянуты, а каналы заблокированы, описанные позы могут повредить мышечную и скелетную системы, а также внутренние органы. Поэтому позы цигун следует разучивать и выполнять лишь под надзором наставника, квалификация которого позволит правильно определить, какая поза нужна ученику на его индивидуальном уровне развития.

Поглощение энергии из природы

Изначальная энергия дао разлита во всей природе. Однако считается, что из всего сущего высшей концентрацией энергии отличаются солнце, луна, звезды, туман, скалы и земля. Человека, умеющего поглощать энергию из этих источников, ждут здоровье и долголетие.

Даосы школы Шанцин первыми начали экспериментировать с методами поглощения энергии из природы и составили описание этих методов. Адепты этой школы медитативно представляли образы солнца и луны, направляя лучи воображаемых светил внутрь своего тела через рот. В практике школы Шанцин это называлось «поглощением тонкой субстанции солнца и луны». В наше время люди, практикующие впитывание энергии из природных объектов, уже не визуализируют солнце и луну. Для того, чтобы поглотить энергию солнца, луны и звезд, они непосредственно смотрят на эти светила.

При таком методе предполагается, что органы чувств практикующего уже прошли необходимую алхимическую трансформацию, так что созерцание солнца не повредит его глазам. Сама процедура созерцания солнца с целью поглощения энергии решительно отличается от того, как принято наблюдать за этим светилом во время затмений. Если смот-

реть на солнце через стекло, защитные очки и т.п., это не позволит энергии солнца проникнуть в тело через глаза. Поэтому меры предосторожности, которые должен предпринять даос, отличаются от предосторожностей, которые предпринимают люди, наблюдающие солнечное затмение. Для того, чтобы такой метод поглощения энергии принес пользу, практикующий должен предварительно создать необходимую основу и добиться физиологической трансформации органов чувств.

Впитывая свет небесных тел, можно пополнить запас духовной энергии. Это связано с тем, что при разделении неба и земли в процессе творения духовная энергия в силу своей легкости поднялась к небу и сконцентрировалась в небесных телах. Практикующий, который только начинает заниматься поглощением энергии солнца, созерцает солнце на восходе или закате, когда его диск находится чуть выше горизонта. Более продвинутые даосы поглощают тонкую субстанцию солнца, когда оно находится в зените и его свет предельно ярк. Лучшее время для поглощения тонкой субстанции луны — полнолуние, а для поглощения тонкой субстанции звезд — безлунные и безоблачные ночи.

Туман струится между небом и землей и является эманацией дао. Впитав его в тело, можно пополнить запас ци. Даосы школы Шанцин называли это «поеданием пневмы». Правда, впитывать можно не всякий туман. Некоторые туманы несут в себе жизненную энергию, другие — энергию разрушительную; поглотив неподходящий туман, можно заболеть и даже умереть. Туман, который окутывает землю, скрывая от взгляда небо, несет позитивную энергию, поскольку соединяет небо с землей. На-

против, туман, низко стелящийся над землей, ядовит. Это застойный туман, и впитывать его ни в коем случае нельзя.

Скалы и почва также отличаются высокой концентрацией энергии. При разделении Неба и Земли в процессе творения порождающая энергия из-за своей тяжести опустилась вниз и погрузилась в землю. Поэтому считается, что поглощение энергии земли восполняет запас порождающей энергии. Желая впитать энергию земли, практикующий прижимает к земле подошвы обеих ног или ложится на землю на спину, вытянувшись во всю длину. Обычно начинающие впитывают энергию земли, покрытой травой. При этом трава служит как бы прокладкой, которая не позволяет энергии земли захлестнуть неопытного новичка, оказав на него слишком сильное воздействие. Со временем, накопив больше опыта, практикующий начинает поглощать энергию из голой земли, и в конце концов научается впитывать земную энергию непосредственно из скал и камней, которые являются самым мощным ее источником.

Продвинутые adeпты внутренней алхимии используют метод поглощения энергии из природы как способ укрепления внутреннего. Чтобы тело могло поглощать энергию окружающего мира, пополняя за ее счет собственный энергетический запас, необходимо разрушить барьеры, отделяющие внутреннюю вселенную человека от внешней вселенной космоса. Для этого нужно преодолеть дуализм субъекта и объекта и очистить внутреннюю энергию до состояния, когда она станет столь же чистой и непорочной, как и энергия дао, разлитая в природе. Органы чувств, особенно глаза, должны претерпеть алхимическую трансформацию. Лишь

после этого можно будет смотреть на солнце без вреда для глаз. Кроме того, прежде чем практикующий сможет поглощать энергию из внешних источников, он должен улучшить состояние своих костей путем промывки костного мозга. Иными словами, метод поглощения энергии из природы доступен лишь людям, которые уже создали низшую и среднюю внутреннеалхимическую основу. Преждевременное применение таких техник может повлечь за собой тяжелые внутренние повреждения. Поглощением энергии из природы можно заниматься исключительно под надзором квалифицированного наставника.

Техники, способствующие укреплению как внешнего, так и внутреннего

Массаж и растирание

В системе даосских искусств достижения здоровья и долголетия массаж и растирание носят название *ань мо* (*ань* означает надавливание, *мо* — поглаживание). В наши дни под массажем поднимают подвижное давление, которое перемещается по определенному участку тела, а под растиранием — давление, которое оказывают на одно место. Давление может быть непрерывным или прерывистым, поэтому эти техники включают удары и постукивание.

В зависимости от того, как применяются массаж и растирание, они могут способствовать либо укреплению внешнего, либо укреплению внутреннего. Человек может делать их другому или себе самому.

Если массаж и растирание применяются для укрепления внешнего, они расслабляют напряженные мышцы, растягивают сжавшиеся сухожилия и

размягчают затвердевшие ткани. Их также можно использовать для того, чтобы выровнять скелетную структуру и направить ток крови в те части тела, где кровоснабжение недостаточно. Хотя массаж и растирание могут временно уменьшить негибкость и зажатость, оказывая тем самым позитивное воздействие на мышечную и скелетную системы, вызываемый ими эффект все же непостоянен. Даосские методы совершенствования тела предполагают использование массажа и растирания мышц только в сочетании с такими техниками, как трансформация сухожилий (ицзинь), промывка костного мозга или внутренние стили боевых искусств.

Если массаж и растирание используются с целью укрепления внутреннего, результаты, которые они приносят, более устойчивы. Внутренние органы можно укрепить, массируя и растирая поверхностные и глубоко лежащие ткани. Почки и нижняя часть живота — это участки, на которые обычно воздействуют при помощи подвижного давления. Массаж и растирание трех врат, расположенных на позвоночнике, помогают прочистить непроходимые участки энергетических каналов, находящиеся в этих местах. Массаж участка тела между почек, где находятся врата Жизни, помогает открыть нижние врата, массаж позвоночника между лопаток открывает средние врата, а массаж места соединения позвоночника с черепом способствует открытию верхних врат. Для того, чтобы открыть энергии дорогу к голове, часто массируют и другие участки — виски, челюсть и заднюю часть головы.

Иногда по различным участкам тела ударяют или постукивают. Это обеспечивает проходимость энергетических каналов. Если правильно выполнять уда-

ры и постукивание, вибрации передаются в труднодоступные области тела. Пожалуй, самый знаменитый пример применения этой техники — постукивание зубами. Этот прием используют, чтобы ослабить челюсть, открыть полости, находящиеся в этой зоне, и послать в голову заряды энергии.

Даосская гимнастика

Даосская гимнастика — это движения, в которых растягивание и контроль за дыханием сочетаются с массажем и растиранием. Современные авторы называют это гимнастикой, поскольку в даосской традиции не существует особого термина для обозначения такого метода; однако не следует считать, что эти движения и в самом деле представляют собой то же самое, что и современная гимнастика. Гимнастика, существующая на западе, состоит в первую очередь из упражнений на растягивание, но в традиционных даосских упражнениях, о которых идет речь, растягивание и массаж сочетаются с циркуляцией внутренней энергии. Чтобы избежать путаницы, в дальнейшем я буду называть упражнения, выработанные даосами для работы над укреплением как внешнего, так и внутреннего, «даосской гимнастикой».

Пожалуй, древнейшая форма даосской гимнастики — это упражнения «Игры Пяти зверей». Пять зверей (тигр, леопард, дракон, змея и журавль) обладают особыми внешними и внутренними качествами. Если человек разовьет их у себя, они помогут укреплению здоровья и обеспечат долголетие. Тигра ценят за крепость костей, леопарда — за подвижность сухожилий, дракона — за выдающуюся способность вытягивать позвоночник, змею — за

подвижность позвоночника, а журавля — за способность накапливать большое количество внутренней энергии. Первоначальный комплекс упражнений Пяти зверей был создан Хуа-то, отцом китайской медицины, но затем утрачен: посаженный в тюрьму тираном Цао Цао (III в. н. э.), врач сжег свои книги. Другие виды упражнений животных были разработаны магами фан ши при династии Хань.

В XI веке н. э., при династии Сун, существовали даосская гимнастика, основанная на подражании движениям животных, а также йогические позы индийского происхождения и упражнения, создателями которых считались бессмертные. (Последние описаны в «Цзи фэн суй» («Гимнастике Красного феникса») — сочинении Чжэнь Си о даосских упражнениях.) Некоторые из этих движений призваны способствовать циркуляции энергии, другие предназначены для решения конкретных проблем со здоровьем, третьи следует практиковать в определенных периоды года, чтобы предотвратить болезни, связанные со сменой сезонов (рис. 13.1 и 13.2).

Чтобы даосская гимнастика дала результаты, тело должно быть гибким и подвижным. Некоторые движения и позы требуют серьезной подготовки; если преждевременно заставить тело принять те или иные позы, это может привести к повреждениям. Даосскую гимнастику можно изучать исключительно под руководством преподавателя.

В наши дни даосские гимнастические упражнения практикуют для улучшения общего состояния здоровья, а также для совершенствования тела с целью повышения уровня духовного развития. Какой бы ни была цель, даосская гимнастика является самым эффективным методом совершенствова-

以兩手如鉤向前築雙脚
心十二次再收足端坐

Рис. 13.1. Даосская гимнастика: «Вытяни руки и схвати ими обе ступни. Сосчитай до двенадцати, затем подтяни ноги к себе и вставай». Цитата из «Цзи фэн суй» («Гимнастика Красного Феникса») — трактата школы Сии (Имэнь), основанной последователями Чжэнь Сии



終

ния тела, сочетающим работу над улучшением физического состояния с циркуляцией внутренней энергии.

Внутренние стили боевых искусств

В рамках даосского духовного тренинга внутренние стили боевых искусств служат инструментом укрепления внешнего и внутреннего, а также средством выработки сосредоточения и покоя. Для внутренних стилей боевых искусств, за исключением синъицюань, обычно характерны медленные, сдержанные движения. Движения, которые выполняются на начальном уровне занятий, предназначены для растяжки сухожилий, разработки суставов, повышения эластичности мышц и общего улучшения циркуляции внутренней энергии. На промежуточ-

庚桑陸黎戲
閉氣燃香如熊身
側起左右擺脚安
前投立定使氣兩
脇傍骨節皆響能
安腰力能除腹脹
或三五次止亦能
舒筋骨而安神養
血也

Рис. 13.2. Даосская гимнастика: «Задержи дыхание и держи запястья как медведь. Выполняй вращение влево и вправо, зафиксировав ступни на одном месте. Выпрями грудь, чтобы дыхание могло двигаться беспрепятственно. Продолжай, и услышишь хруст в костях и суставах. Повтори упражнение от трех до пяти раз. Эта техника тренирует кости и сухожилия, успокаивает дух, питает энергию в крови». Из «Цзи фэн суй» («Гимнастика Красного Феникса»). Поза медведя (Гэнсана)



ном уровне эти движения используются для тренировки позвоночника путем вращения и чередования растягивания с расслаблением. Когда позвоночник приобретет в результате тренировок необходимую подвижность, а мышцы брюшины и глубинные ткани тела станут достаточно эластичными, практикующий сможет массировать внутренние органы движением спинного хребта: при вращении, вытягивании и сокращении позвоночника внутренние органы будут слегка сдвигаться. На продвинутых уровнях тренинга упражнения боевых искусств можно использовать для того, чтобы привести в движение дантяни с целью очищения внутренней энер-

гии. В конце концов внутренняя энергия начинает циркулировать в такт движениям практикующего. При этом практикующий достигает ощущения покоя в движении и движения в покое.

Существует четыре школы внутренних стилей боевых искусств. Наиболее известной и распространенной из них является тайцзицюань (кулак Великого предела). Менее известны багуачжан (Ладонь восьми триграмм) и синъицюань (Кулак оформленного разума). Хуже всего известна система люхэ бафа (Шесть согласований и восемь методов).

Люхэ бафа считается наиболее «внутренней» из этих школ, поскольку ее движения нацелены на то, чтобы проникнуть сквозь внутренние слои телесных тканей и тренировать внутренние органы. Ее упражнения трудны и суровы; пожалуй, этот стиль труднее изучить и практиковать, чем любой другой из внутренних стилей боевых искусств. Система люхэ бафа, основанная Чжэнь Сии, даосским мудрецом времен Северной Сун, включает в себя шестьдесят шесть движений, которые делятся пополам на две группы. Движения, относящиеся к первой группе, служат для растяжки сухожилий и совершенствования движений позвоночника; при выполнении движений, принадлежащих к второй группе, внутренние органы массируются за счет движения позвоночника.

Наиболее популярный из внутренних стилей боевых искусств — тайцзицюань. Традиция приписывает создание этой школы даосу Чжан Саньфэну, адепту внутренней алхимии, жившему в эпохи Юань и Мин. Этот набор движений менее труден в физическом отношении и не так эффективно массирует внутренние органы, как люхэ бафа. Внутри самого

тайцзицюань существует много разных подстилей. Некоторые из них ориентированы преимущественно на применение в бою, другие — на укрепление здоровья. Учитывайте эти различия, когда будете выбирать, какому из этих стилей обучаться.

Багуачжан — это комплекс движений, при которых практикующий перемещается по кругообразной траектории. При этом позвоночник выпрямлен, таз слегка опущен, а колени немного согнуты. «Чжан» означает «ладонь»; в багуачжан в основном используются открытые ладони. Этому стилю свойственна великолепная техника скручивания и вращения позвоночника. Кроме того, движение по кругу помогает развивать быстроту и силу нижней части тела, что позволяет расслаблять верхнюю часть тела и обеспечивает свободную циркуляцию внутренней энергии. Однако эти преимущества могут проявиться лишь при условии, что ноги у практикующего сильные, тазовые суставы не зажаты, а позвоночник в достаточной степени разработан.

Пожалуй, синъицюань можно назвать самым «боевым» из всех внутренних стилей боевых искусств. Этот стиль предполагает резкие, «взрывные» движения, расщепляющие, пробивающие и ввинчивающие удары. Часто возникает впечатление, что в синъицюань нет ничего, кроме нанесения ударов кулаками и костяшками пальцев. Однако именно этот стиль приучает позвоночник двигаться наиболее сложным образом, а сухожилия — с величайшей отзывчивостью подчиняться воле практикующего. Тренинг по системе синъицюань дает то, чего нельзя почерпнуть ни в каком другом внутреннем стиле боевых искусств.

Организация рациона и использование трав

Многие приверженцы даосских искусств укрепления здоровья дополняют свои тренировки системой правильного питания и использованием трав. Применение трав и особой пищи должно идти рука об руку с изменениями в состоянии здоровья и уровне духовного развития. Неправильное использование пищи и трав может привести к внутренним повреждениям.

В китайской гербологии травы делятся на три основные группы: травы с целебными свойствами, травы, которые используются для профилактики заболеваний, и травы, облегчающие накопление и циркуляцию внутренней энергии.

Прием трав с целебными свойствами предписывается для борьбы с болезнью или для укрепления конституции. К этой группе относятся и травы, которые принимают женщины, чтобы компенсировать потерю крови и энергии во время родов. Травы, которые принимают с профилактическими целями, способствуют улучшению общего состояния здоровья и укрепляют иммунную систему. В детстве я сама регулярно принимала такие травы. Травы третьей группы, которые воздействуют на циркуляцию и накопление внутренней энергии, обычно принимают во время выполнения программы духовного тренинга. Эти травы производят мощный эффект, так что употреблять их можно лишь под надзором наставника или врача. Одни травы такого типа подходят только людям, которые уже укрепили и внутреннее и внешнее, другие действуют исключительно при условии, что энергетические каналы тела

полностью открыты. Неправильное применение трав в лучшем случае приводит к пустой их трате, когда организм извергает то, что не может усвоить. Однако некоторые травы при неправильном приеме могут нанести вред. Лучший подход к применению трав — проконсультироваться с наставником — преподавателем системы, по которой вы занимаетесь.

Многих людей интересует, какую роль даосская духовная традиция отводит диете. Здесь действует общее правило: не выстраивать диету согласно предвзятым схемам, а позволить организму самому определять, какая пища ему подходит. Одна из целей даосского тренинга — культивировать разум самого тела. Когда тело достигнет осознания своего здоровья, ваш организм сам, естественным образом, начнет отвергать пищу, которая ему вредна. На начальных этапах совершенствования тела практикующему нередко приходится тратить много энергии. Усиление аппетита — вполне обычное явление на начальных уровнях укрепления внутреннего и внешнего. Если практикующий находится в плену социальных стереотипов, требующих соблюдать диету и ни в коем случае не увеличивать количество потребляемых калорий, ему будет трудно подняться по лестнице духовного развития. Однако со временем, когда внутренние физиологические процессы начнут протекать более эффективно, организму уже не понадобится столько пищи для поддержания здорового уровня внутренней энергии. Кроме того, по мере очищения тела и его энергий у человека пропадает влечение к мясу и жирной пище.

Вопреки распространенным представлениям, вегетарианство не является условием даосской практики. Секта Лунмэнь (северное ответвление школы

Совершенной истины) представляет собой одну из тех немногих организаций монашеского типа, устав которых требует отказа от мясной пищи. Почти все школы внутренней алхимии сходятся в том, что воздержание от мяса должно приходиться естественным путем, а не навязываться искусственно. Существует обычай отказываться от мясной пищи в определенные праздничные дни, особенно во время главных праздников, посвященных божествам. Это делается с целью очищения. Соблюдение этих пищевых ограничений имеет особенно важное значение для людей, практикующих церемониальный даосизм. Более подробно о роли и значении вегетарианской диеты по праздничным дням рассказывается в следующей главе.

Дополнительная литература

Некоторые книги в этом списке являются справочниками по цигуну, даосской гимнастике и другим типам упражнений для тела и сознания. Я рекомендую их тем, кто хочет получить больше информации о методах совершенствования тела. Но если вы захотите на практике освоить техники, описанные в этих книгах или в данной главе, вам сначала необходимо получить правильные указания, исходящие из надежного источника. Помните, что ни авторы, ни издатели этих книг не несут ответственности за повреждения, которые вы можете получить, практикуя описанные там техники.

В работе Анри Масперо «Даосизм и религия Китая», в книге 11, озаглавленной «Методы вскармливания жизненности в древней даосской религии» хорошо описана история техник управляемого и

регулируемого дыхания, поз цигун, даосской гимнастики, массажа и смешанных методов внутренней алхимии.

О позах цигун как о технике продления жизни говорится в сборнике «Даосская медитация и техники продления жизни», составленном Ливией Кон, в двух главах: «Гимнастика: древняя традиция» (автор Катрин Дэпё — Catherine Despreux) и «Ци для жизни: искусство долголетия в эпоху Тан» (автор Ута Энгельхардт — Ute Engelhardt). В этом же сборнике, в главе «Воскрешение ци: цигун в современном Китае» (автор Кунио Миура — Kunio Miura) содержится краткий и ясный рассказ о том, как практикуется цигун в наши дни.

В сборнике «Опыт даосизма», изданном Ливией Кон, несколько разделов посвящено позам цигун, регуляции дыхания, диете и использованию трав:

Дышать ради жизни (текст № 17),
Гимнастика (текст № 18),
Лекарства и диета (текст № 19).

Переводы ряда текстов даосского канона о контроле над дыханием и циркуляции энергии вы найдете в двухтомнике «Изначальное дыхание», авторы Джейн Хуан (Jane Huang) и Майкл Вурмбранд (Michael Wurmbbrand).

«Сущность тайцзицюань: литературная традиция» — это сборник классических и современных трактатов по тайцзицюань в переводах Бенджамина Ло (Benjamin Lo). В этот сборник входит классический трактат Чжан Саньфэна «Тай цзи цюань цзин» («Трактат о тайцзи-цюань») и другие краткие произведения анонимных авторов и современных мастеров тайцзи.

Книга Уильяма Берка (William Berk) «Китайское искусство врачевания: внутренние стили кунфу» поможет получить представление о ряде техник даосской гимнастики и поз цигун.

Книга Й. П. Донга (Y. P. Dong) «Недвижный, как гора — сильный, как гром» знакомит с базовой техникой *ицюань*. Ицюань — разновидность статического цигуна — представляет собой практику одновременного совершенствования тела и сознания; используется также для повышения эффективности техники двух внутренних стилей боевых искусств: люхэ бафа и синьи. Таким образом эта система сочетает в себе элементы медитации, цигуна, даосской гимнастики и внутренних стилей боевых искусств.

Даосское искусство долголетия теснейшим образом связано с теориями здоровья и человеческой физиологии, которые встречаются в китайской традиционной медицине. У меня есть что порекомендовать читателю и по этой теме. Лучше всего китайская медицина изложена в двух древних трактатах. Один из них перевела Ильза Вейт (Ilza Veith) под заглавием «Канон Желтого императора о внутреннем»; другой, в переводе У Жиннуаня, озаглавлен «Лин шу, или Духовный стержень».

Глава 14

ОЧИСТИТЕЛЬНЫЕ РИТУАЛЫ, ЦЕРЕМОНИИ И ТАЛИСМАННАЯ МАГИЯ

Даосские очистительные ритуалы, церемонии и талисманная магия предполагают высоко ритуализованную модель поведения. Задача ритуалов — гарантировать, что во время контакта с высшими силами практикующие будут находиться в надлежащем состоянии ума и тела.

Очистительные ритуалы (чжай)

В древности, перед тем, как принять участие в сакральных церемониях, люди совершали обряды очищения. Такие обряды очищают тело и дух, делают человека достойным общения с великими силами вселенной. В даосизме сам процесс очищения называется «чжай», а ритуалы очищения получили в даосской практике название «правила чжай».

В наши дни многие люди на Западе отождествляют чжай с вегетарианством, поскольку это слово сегодня ассоциируется с буддийской установкой на отказ от мяса и с блюдами, которые подаются в вегетарианских ресторанах. Однако в даосизме чжай соотносится не просто с вегетарианской диетой; он

представляет собой комплекс очистительных ритуалов, который необходимо выполнить перед совершением религиозных церемоний. Некоторые из этих ритуалов старше самого даосизма и восходят к эпохе, когда цари-шаманы Древнего Китая поклонялись силам неба и земли и благодарили их во время весеннего сева и осеннего сбора урожая.

Даосские очистительные ритуалы делятся на две категории: ритуалы подготовки участников предстоящей церемонии и ритуалы очищения церемониальной площадки. Ритуалы первого типа готовят человека к церемонии, проясняя сознание, очищая тело и подготавливая дух к слиянию с дао. Очищение сознания включает практику затворничества, успокоения ума и снижения активности до минимума. Чжай, очищающий тело, заключается в воздержании от секса и соблюдении пищевых предписаний. Наиболее распространенная диета в период очистительных ритуалов предполагает отказ от мясных и молочных продуктов. Эта форма вегетарианства представляет собой лишь один элемент чжая очищения тела; в число других «правил диеты» входят пост, вдыхание тумана и пневмы, поглощение света солнца, луны и звезд и питание дыханием дао.

Очищение перед Великим богослужением (цзяо) начинается обычно за три дня до церемонии и продолжается в течение всего празднества; перед Ритуальным собранием (фа хуэй) очищение начинается ровно за сутки до начала церемонии; очищение по случаю однодневного праздника (дань) соблюдается только в день церемонии. (Список даосских празднеств приведен в главе 9.)

Некоторые даосы, особенно посвященные высокого уровня, соблюдают очистительные ритуалы

не только во время главных и менее значимых праздников, но и вообще по нескольку месяцев в году. Даосские очистительные практики никогда не носят аскетического характера; при подготовке к церемониям практикующие не обязаны посвящать очищению длительный период времени. Даосы-миряне, которые собираются участвовать в церемонии, посвященной однодневному празднику, должны соблюдать правила очищения лишь в день церемонии, хотя более ответственные участники приступают к чжай уже на закате предыдущего дня. Участники Ритуальных собраний и Великих богослужений (они являются посвященными более высокого уровня — священниками или монахами) обычно соблюдают более сложные очистительные ритуалы. Тем не менее самые суровые формы очищения, включающие вышеупомянутый пост или поглощение света небесных светил, обязаны соблюдать лишь те, на кого возложено руководство церемонией, то есть люди наивысшей духовности.

Чжай очищения церемониальной площадки предполагает устранение оттуда негативных элементов посредством пения, зажигания светильников, воскурения благовоний и употребления специальной пищи. Любым церемониям предшествует ритуал очищения всего, что находится в пределах церемониальной площадки — алтаря, земли, воздуха и людей. У разных даосских сект приняты разные ритуалы очищения церемониальной площадки, но все они имеют один глубинный смысл. Неизменная цель этих ритуалов — сделать окружающее пространство пригодным для того, чтобы в нем осуществилась встреча людей с высшими силами.

Церемонии (цзяо)

Даосские церемонии традиционно называют «цзяо». В раннечжоуский период под цзяо понимали церемонии, в ходе которых император приносил жертвы духам неба и земли. Две самые древние церемонии были связаны с весенним севом и осенним сбором урожая. Церемонию Весеннего сева проводили ранней весной, еще до пахоты. Во время церемонии возносились молитвы духам солнца, дождя, облаков, ветров и земли, с просьбой послать солнечный свет, дождь и плодородие. Церемония Осеннего урожая проводилась ранней осенью и представляла собой благодарственный обряд.

Когда даосизм стал организованной религией, ритуалы этих двух древних церемоний модифицировались и были инкорпорированы в даосские церемонии, посвященные схождениям богов в мир смертных. Небесные Наставники занесли древнейшие даосские церемонии в книгу «Сань юань чжай» («**Очищительные ритуалы празднеств Трех сезонов**»). Во время правления династии Северная Вэй (V в. н. э.) Коу цяньчжи, основатель северного ответвления школы Небесных наставников, отредактировал старые литургии и снабдил их нотными записями. Примерно в это же время Лю Сюэцин, патриарх южного направления школы, написал «Сань пянь чжай фа» («**Три трактата об очищительных ритуалах**»), изложив там стандарты чжай и цзяо, которые соблюдаются и в наши дни. В эпоху Тан церемониям разных типов соответствовали разные очищительные обряды, и для каждой церемонии существовал особый комплекс ритуалов и литургий. Дао Гуантин, литургист эпохи Пяти династий и Десяти царств (907—

960 гг. н. э.), издал это большое собрание чжай и цзяо под заголовком «Сюань мэнь гэ фань да цюань» («**Полное собрание даосских церемоний**»). Этот авторитетный труд лег в основу всех даосских церемоний на грядущие века. Со времен династии Тан чжай (очищение) и цзяо (церемония) стали неотделимы друг от друга. Хотя самим словом «цзяо» в наши дни называют только Великие богослужения, дух чжай и цзяо Древнего Китая присутствует во всех даосских церемониях.

Религиозные церемонии, которые практикуют нынешние даосы, делятся на три типа: Золотые церемонии, Нефритовые церемонии и **Церемонии Желтого реестра**. В Золотую церемонию входят безмолвная медитация, возгласение имен участников, возобновление связи с высшими силами, три простирания и обращение к божествам, затем еще девять простираний и еще одно обращение к божествам, ритуал поклонения алтарю, молитва об отпущении грехов и благодарственная молитва.

В Нефритовую церемонию входят девять простираний и обращение к божествам, затем безмолвная медитация, возгласение имен участников, три простирания и еще одно обращение к божествам, чтение вслух святых писаний, молитва высшим силам о милосердном суде и обращение к умершим. Золотая и Нефритовая церемонии построены по образцу наиболее древних ритуалов и несут в себе следы священных обрядов эпохи Чжоу.

Церемония Желтого реестра состоит из ритуалов, выработанных уже после превращения даосизма в организованную религию. Эта церемония является наиболее сложной; входящие в нее ритуалы пересматривались на протяжении эпох Вэй, Цзинь,

Суй, Тан, Сун, Юань и Мин. В Церемонию Желтого реестра входят ритуалы, специально предназначенные для поклонения богам и духам, ритуалы, наставляющие в правильном образе жизни, ритуалы упокоения умерших и ритуалы, устанавливающие мир между людьми и призраками. Существуют также покаянные литургии, написанные от имени живых и мертвых, литургии, освобождающие мертвых от страданий в подземном мире, и литургии, избавляющие человечество от бед и несчастий. Ритуалы Церемонии Желтого реестра были собраны и опубликованы в правление цинского императора Цяньлуна (1736–1795). В это описание вошли указания по сооружению алтаря для особых случаев, правила возглашения имен участников и представления списка молитв, процедура совершения утренних и дневных богослужений, ритуалы открытия и закрытия алтаря. Описаны там и ритуалы, цель которых — пригласить на церемониальную площадку небесных богов, стражей подземного мира и душ умерших. Наконец, там есть указания, как писать талисманы и использовать мудры (жесты кистями рук), как совершать обход вокруг алтаря и как ходить магической походкой, если желаешь полететь к звездам.

Даосский алтарь

Алтарь — это средоточие и сердце даосской церемонии. Алтарь — это образ дао и духовный центр священного пространства. Хотя в разных даосских школах алтарь оформляют по-разному и различные ритуалы требуют различного расположения церемониальных предметов, значение и символический смысл предметов, находящихся на алтаре, всегда одинаковы.

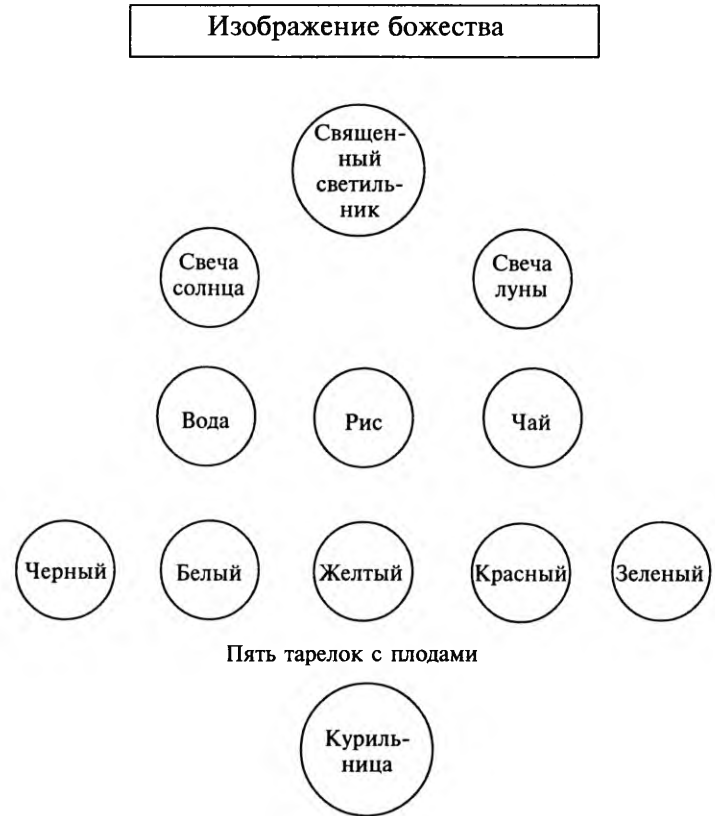


Рис. 14.1. Даосский алтарь. Базовая схема оформления типичного даосского алтаря, принятая в школе Сяньтяньдао и ее дочерних школах. Пять типов плодов символизируют пять первоэлементов

Основная схема расположения предметов на алтаре, принятая в школе Сяньтяньдао, изображается на рис. 14.1. Далее описаны важнейшие предметы, которые возлагаются на алтарь, и дается краткое объяснение их символического смысла.

Священный светильник. Он символизирует свет мудрости, а также Золотую пилюлю (Эликсир бессмертия). Обычно светильник помещают в центре алтаря, перед изображением божества-покровителя храма или божества, которому посвящена данная церемония. Светильник символизирует изначальный дух, который является внутренним светом дао, и никогда не угасает.

Две свечи. Слева и справа от светильника стоят две длинные свечи. Они символизируют свет солнца и луны в природе и два глаза человека. Солнце и луна являются эманациями света дао, а глаза служат окнами сознания. Если сознание не покрыто пылью, изначальная природа будет яркой и светлой; внутри будет сиять свет дао, и пыль земного мира не запорошит глаза.

Чай, рис и вода. Непосредственно перед священным светильником стоят три чаши. В чаше, стоящей посередине, содержится сырой рис, в чаше слева — вода, в чаше справа — чай. Чай символизирует энергию инь, то есть женскую порождающую энергию; вода символизирует ян, то есть мужскую порождающую энергию. Рис символизирует единение этих двух энергий, поскольку он получает энергию ян от солнца, а энергию инь впитывает из земли.

Пять мисок с плодами. Пять типов плодов представляют пять первоэлементов: дерево, огонь, землю, металл и воду. Каждый элемент связан с определенным цветом. Дереву соответствует зеленый, огню — красный, земле — желтый, металлу — белый, а воде — черный. В цикле творения дерево порождает огонь, огонь, сгорая, порождает землю (золу), земля питает металл, а там, где находится металл, присутствует и вода. В цикле разрушения

металл режет дерево, дерево корнями душист землю, земля стесняет бег воды, вода гасит огонь, огонь плавит металл. На плане физического тела дерево представляет печень, огонь — сердце, землю — селезенку, металл — легкие, а воду — почки. Когда пять первоэлементов находятся в цикле творения, внутренние органы питают друг друга, и тело здорово.

Курильница. Курильницу обычно ставят в центре алтаря, впереди пяти тарелок с плодами. Она символизирует печь, то есть нижний даньтянь, где вырабатывается внутренний жар для очищения и облагораживания порождающей, жизненной и духовной энергий. Символом этих трех энергий служат три благовонные палочки. Воскурение благовоний символизирует облагораживание и очищение внутренних энергий. Кроме того, поднимающийся кверху дым и падающий вниз пепел символизируют отделение чистой энергии от энергии мирской. На другом уровне благовонные палочки символизируют человеческое тело. Когда дым поднимается вверх, а пепел опадает вниз, мы восстанавливаем связь с небом и землей, становясь каналом, по которому течет поток энергии, соединяющий небесный мир у нас над головой с подземным миром, расположенным под нашими ногами.

На алтаре ближе всего к изображению божества находится священный светильник — символ изначальной природы. Вот список остальных предметов, перечисленных в порядке удаления от образа божества: две свечи, чай, рис, вода, плоды и наконец курильница. Расположение предметов демонстрирует, что путь к дао начинается с очищения трех внутренних энергий, восстановления связи тела с небом и землей. Когда энергии очищены, они соби-

раются в пяти внутренних органах, чтобы питать тело (процесс, который представлен пятью мисками с плодами). По мере дальнейшего духовного развития происходит соитие инь и ян, которое символизируют чаши с чаем, рисом и водой; когда появляется изначальный дух, дао излучает сияние изнутри, а перед глазами струится золотой свет (это символизируют две свечи). Наконец изначальный дух, который символизирует священный светильник, обретает достаточное совершенство, чтобы вернуться в пустоту и слиться с дао — божеством, изображенным на иконе.

Талисманы

Талисманы — это магические письмена. Использование даосами талисманной магии восходит ко времени Восточной Хань (приблизительно ко II в. н. э.). Небесный наставник Чжан Даолин применял тогда талисманы для врачевания больных и борьбы со злыми духами. В период Шести династий последователи школы Небесных наставников использовали талисманы с целью экзорцизма и для защиты от вредоносных духов. Даосам школы Шанцин талисманы помогали совершать полеты в небесные миры, а алхимики при помощи талисманов ускоряли процесс приготовления эликсира бессмертия. В наши дни талисманы используют также для очищения церемониальной площадки перед проведением обрядов.

Чтобы начертать талисман, нужно обладать умением и личной силой; этому делу обучены не все даосы. Знатоками искусства изготовления талисманов являются лишь адепты даосской магии и руководители церемоний; фактически, люди, практикующие церемониальный даосизм, но не занимаю-

щиеся даосской магией, могут изготовить лишь талисманы, имеющие отношение к ритуалам, которые являются частью церемоний. Посвященных учат изготавливать такие талисманы, только когда они уже готовы стать руководителями ритуалов.

Рассуждение, которое последует ниже, я включила в книгу только для того, чтобы показать читателям, какие действия входят в процесс начертания талисмана. Пожалуйста, не копируйте талисманы и не пытайтесь их использовать. Неправильное изготовление или неправильное размещение талисмана может вызвать гнев высших сил. Единственный способ овладеть талисманной магией — поступить учеником в одну из сект даосской магии или стать руководителем ритуалов в какой-либо школе церемониального даосизма.

Талисман состоит из цепочки иероглифов, украшенных особыми символами. Типичный талисман представляет собой полоску желтой бумаги, на которой красными чернилами написаны слова и символы. На некоторых талисманах пишут имена богов, которых хотят призвать; надписи, нанесенные на других талисманах, содержат слова или магические и повелевающие символы.

Существуют два основных стиля написания талисманов: **«стиль древней печати» (ancient seal script)** и **обычное написание (common script)**. **«Стиль древней печати» (ancient seal script)**, являющийся формой архаического китайского письма, используется в талисманах школ Шанцин, Линбао и Пути Небесных наставников. Колдуны сект Маошань и Куньлунь предпочитают талисманы, выполненные **обычным написанием (common script)**. На рис. 14.2 и 14.3 приведены талисманские письмена обоих типов.

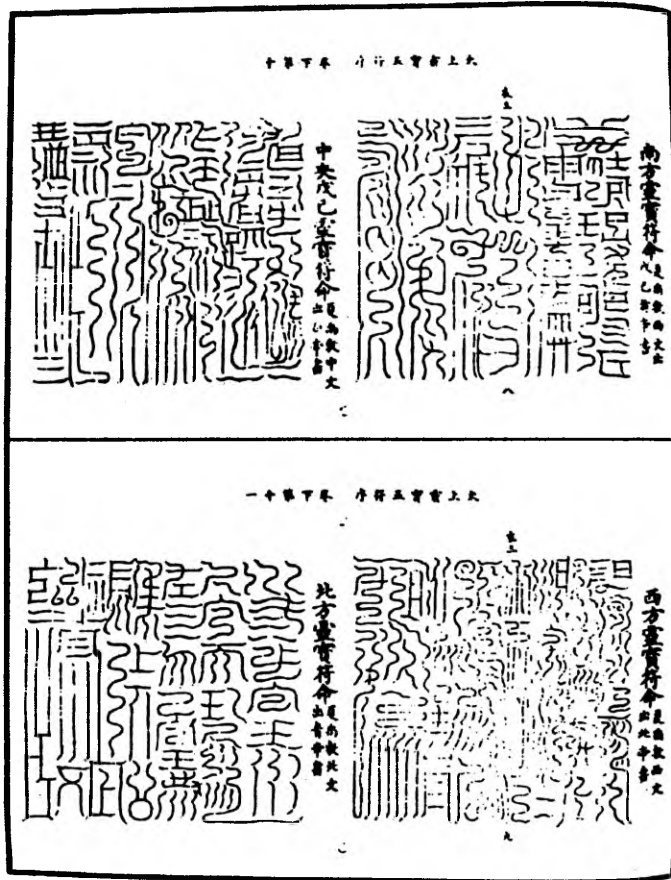


Рис. 14.2. Талисман-оберег Линбао, применяемый Небесными наставниками. Рисунок из «Тай шан лин бао у фу цзин» («Канон Великого высочайшего о пяти талисманах-фу духовной драгоценности»). Талисман, изображенный справа сверху, защищает хозяина от злых духов, приходящих с юга, талисман внизу справа — от злых духов с востока, талисман сверху слева — от злых духов центра, талисман внизу слева — от злых духов с севера



Рис. 14.3. Исцеляющий талисман Куньлунь. Этот талисман призывает силу Нефритового императора. Треугольник с горизонтальной линией на вершине, изображенный в нижней части, является символом, увеличивающим силу талисмана

Талисманы школ Линбао и Небесных наставников восходят ко временам Восточной Хань и Цзинь; талисманы Куньлунь возникли на рубеже XIX и XX вв., то есть всего около ста лет назад. В качестве примеров я буду использовать в этой книге талисманы Куньлунь, поскольку они легче поддаются описанию. Талисманы этого вида пишутся на современном китайском языке и наиболее доступны для понимания.

В самом веру на талисманах секты Куньлунь, предназначенных для призывания силы высших богов, ставятся три V-образные «галочки» (рис. 14.4). При начертании талисмана эти значки пишут в первую очередь. Поставив первую «галочку», место ко-



Рис. 14.4. Талисманы Куньлунь. Талисман справа призывает на защиту Небесного владыку Лунной инь. Талисман в центре призывает Цзян Цзыя, легендарного колдуна и мага эпохи Шан, превратить злые силы в добрые. Талисман слева призывает даосского патриарха Тайшан Лао-цзюня прогнать зловещую звезду, носящую название «Собачья звезда». Китайские астрономы объясняли затмение солнца тем, что «Небесный Пес пожирает солнце». Этот талисман также просит высшую силу о защите от злых духов во время затмения

торой — сверху в середине, изготовитель талисмана произносит про себя: «Первый знак движет небо и землю». Начертание второго значка, стоящего с левой стороны, маг сопровождает таким же безмолвным заклинанием: «Второй знак высвобождает силу патриаршего меча». При начертании третьего знач-

ка маг произносит про себя слова: «Пусть с появлением третьего знака все злые духи и губительные силы будут изгнаны за тысячу миль».

Внизу полоски бумаги, на которой начертан талисман, стоят магические слова и символы. Посмотрим на талисман, изображенный слева на рис. 14.4. Считается, что его нижние символы способны открывать врата небес и подземного мира, преграждать путь злым духам и побеждать воинство зла. Символ, увеличивающий силу талисмана, состоит из извилистых линий или линий, образующих петли; они ориентированы вдоль полоски талисмана. Обычно такие линии рисуют вокруг слов повеления, чтобы собрать и сконцентрировать силу (рис. 14.3).

Начертание талисмана требует особых действий и приготовлений. Во-первых, изготовитель талисмана должен совершить очищительные ритуалы. Они предполагают воздержание от мяса, секса и всех видов опьяняющих и возбуждающих средств по меньшей мере в течение дня, предшествующего созданию талисмана. Именно поэтому колдуны из секты Маошань, которым приходится часто изготавливать и использовать талисманы, не едят мяса и соблюдают целибат. По этой же причине являются вегетарианцами и многие даосы, практикующие магию школы Куньлунь. В дополнение к указанным ограничениям для очищения тела и ума необходимо нараспев читать заклинания. Иногда перед началом изготовления талисмана воздвигают алтарь, совершают воскурения и приносят в жертву высшим силам плоды и вино. Кроме того, талисманы можно писать лишь в определенные часы суток. Наилучшее время для изготовления талисманов — час «цзы» (с 23.00 до 1.00), немного хуже — час «у»

(с 11.00 до 13.00). В году есть четыре дня, которые не подходят для работы над талисманами. Это девятый день третьего лунного месяца, второй день шестого лунного месяца, шестой день девятого лунного месяца и второй день двенадцатого лунного месяца.

Не все талисманы пишутся на бумаге. Некоторые талисманы, особенно те, что применяются во время церемоний, представляют собой символы, которые вычерчиваются в воздухе благовонной палочкой или кончиком деревянного меча. Поскольку их написание не оставляет видимого следа, их называют «талисманами, лишенными формы».

Многие детали написания талисманов и талисманной магии выходят за рамки этой книги. Даже в наши дни изготовление и использование даосских талисманов доступно лишь людям, посвященным в практику даосской магии и колдовства, а также даосам, которым поручено руководить церемониями. Тем не менее данный раздел книги должен помочь читателям лучше понять, как пишутся даосские талисманы, и познакомить их с даосской практикой, которая, как правило, недоступна людям Запада.

Эта глава завершает наше кабинетное путешествие по духовным просторам даосизма. Кому-то из читателей, возможно, захочется вступить на этот путь и найти на нем духовного руководителя; другие же, видимо, ощутят, что их любопытство вполне удовлетворено. А тем, кто стремится больше узнать о даосизме и даосских практиках, я хочу сказать вот что: следующим вашим шагом должен стать поиск квалифицированного наставника. Чтобы на собственном опыте познать всю полноту даосской духовности, нужно покинуть уютное прибежище

интеллектуальных спекуляций и, не страшась идти на риск, погрузиться в практику. Книга может вдохновить человека на духовные искания, но книжное знание не способно заменить духовный опыт. Надеюсь, что эта книга открыла вам горизонты даосской традиции, очертила направление, по которому можно двигаться, и пробудила в вас энтузиазм исследователя.

Дополнительная литература

Краткий рассказ о чжай цзяо вы найдете в книге Майкла Сэйсо «Синий дракон, белый тигр», раздел q, глава 7. Сэйсо описывает назначение и смысл цзяо, в первую очередь применительно к Южному Китаю.

Более подробная информация о цзяо школы Небесных наставников содержится в другой книге Сэйсо, посвященной даосскому церемониалу, — «Даосизм и ритуал космического обновления».

В книге Ливии Кон «Опыт даосизма» вы найдете переведенные на английский язык тексты наставлений и монашеских обетов (раздел №13, «Наставления и предписания»).

Приложение 1

КИТАЙСКИЕ ДИНАСТИИ

Даты правления китайских династий, приведенные здесь, взяты из гонконгских учебников китайской истории. Следует помнить, что географические территории, находившиеся под властью различных династий, не всегда совпадают. Кроме того, периоды правления некоторых династий накладываются друг на друга. К тому же в истории Китая были эпохи политического хаоса, когда в стране вообще не было правящей династии.

Ся	2205—1765 до н. э.
Шан	1766—1121 до н. э.
Чжоу	1122—225 до н. э.
Западная Чжоу	1122—770 до н. э.
Восточная Чжоу	770—221 до н. э.
период Весен и осеней	770—476 до н. э.
период Воюющих царств	475—221 до н. э.
Цинь	221—207 до н. э.
Хань	206 до н. э.—219 н. э.
Западная Хань	206—8 н. э.
Восточная Хань	25—220
Троецарствие	220—265
Вэй	220—265
Шу	221—263
У	222—280

Китайские династии

Цзинь	265—420
Западная Цзинь	265—316
Восточная Цзинь	317—420
Период Шести династий	420—589
Суй	589—618
Тан	618—906
Период Пяти династий и Десяти царств	907—960
Сун	960—1279
Северная Сун	960—1126
Южная Сун	1127—1279
Юань	1271—1368
Мин	1368—1644
Цин	1644—1911

Конец династической эры

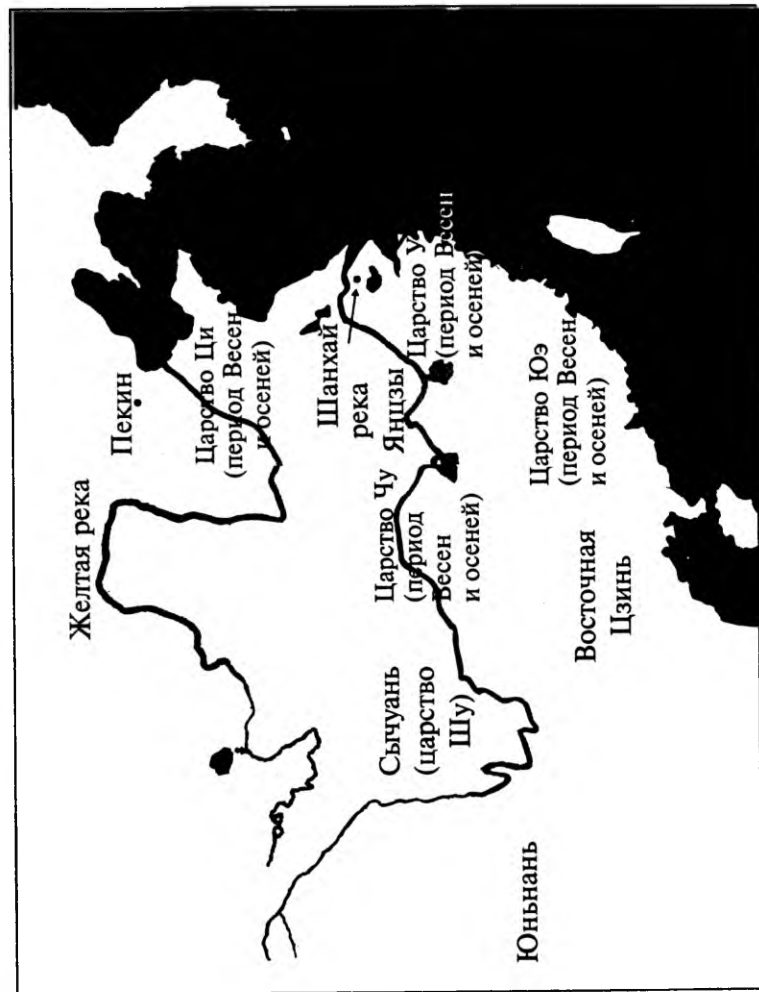
Китайская Республика	1911—1949
Китайская Народная Республика	с 1949

Приложение 2

КАРТА КИТАЯ

Янцзы, одна из двух крупнейших рек Китая, делит страну на две части — северную и южную. С XVIII века до н. э. (династия Шан) до III века н. э. (Восточная Хань) главные очаги китайской цивилизации находились в среднем и нижнем течении Желтой реки. Следует обратить внимание на то, что царства Ци и Лу периода Весен и осеней, где жили и учили Конфуций и Мэн-цзы, находились рядом с устьем Желтой реки. Царство Чу, родина чуских шаманов, Лао-цзы и Чжуан-цзы, находилось в среднем течении Янцзы, а царства У и Юэ располагались на юго-западном побережье. Чтобы создать представление о масштабе расстояний, на карте показаны также современные Пекин и Шанхай. Нужно отметить, что Сычуань, где находилось царство Шу, и Юннань, где Чжан Даолин приобрел первых последователей, еще более удалены от главных очагов китайской цивилизации.

Следующий важный момент заключается в том, что династия Восточная Цзинь, под властью которой процветали школа Шанцин и южная ветвь школы Небесных наставников, правила территорией, где в период Весен и осеней располагались царства Чу, У и Юэ. Области наибольшей активности даосов школы Шанцин совпадали с древними землями У и Юэ.



Библиография работ по даосизму

- Berk, William. *Chinese Healing Arts: Internal Kung-fu*. Culver City, Calif. : Peace Press, 1979.
- Chang, Wing-tsit, trans. and comp. *A Source Book in Chinese Philosophy*. Princeton: Princeton University Press, 1963.
- Cleary, Thomas, trans. *The Inner Teachings of Taoism*. Boston: Shambhala Publications, 1986.
- Cleary, Thomas, trans. *The Taoist I-ching*. Boston: Shambhala Publications, 1986.
- Cleary, Thomas, trans. *Understanding Reality*. Honolulu: University of Hawaii Press, 1987.
- Cleary, Thomas, trans. *The Buddhist I Ching*. Boston: Shambhala Publications, 1987.
- Cleary, Thomas, trans. *Awakening to the Tao*. Boston: Shambhala Publications, 1988.
- Cleary, Thomas, trans. *I Ching: The Tao of Organization*. Boston: Shambhala Publications, 1988.
- Cleary, Thomas, trans. *I Ching Mandalas*. Boston: Shambhala Publications, 1989.
- Cleary, Thomas, trans. *The Book of Balance and Harmony*. San Francisco: North Point Press, 1989.
- Cleary, Thomas, trans. *Back to Beginnings*. Boston: Shambhala Publications, 1990.
- Cleary, Thomas, trans. *Vitality, Energy, Spirit: A Taoist Sourcebook*. Boston: Shambhala Publications, 1991.
- Cleary, Thomas, trans. *Further Teachings of Lao-tzu: Understanding the Mysteries*. Boston: Shambhala Publications, 1991.
- Cleary, Thomas, trans. *The Secret of the Golden Flower*. San Francisco: Harper Collins, 1991.

- De Woksian, Kenneth. *Doctors, Diviners, and Magicians of Ancient China: Biographies of Fang-shih*. New York: Columbia University Press, 1983.
- Dong, Y.P. *Still as a Mountain, Powerful as Thunder*. Boston: Shambhala Publications, 1993.
- Eliade, Mircea. *Shamanism*. Princeton: Princeton University Press, 1964.
- Harner, Michael. *The Way of the Shaman*. San Francisco: Harper Collins, 1990.
- Hawkes, David. *The Songs of the South*. New York: Penguin, 1985.
- Henricks, Robert G. *Lao-tzu Te-tao-ching*. New York: Ballantine, 1989.
- Huang, Jane, and Michael Wurmbrand. *The Primordial Breath*, vol. I. Torrance, Calif.: Original Books, 1987.
- Huang, Jane, and Michael Wurmbrand. *The Primordial Breath*, vol. 2. Torrance, Calif.: Original Books, 1990.
- Kohn, Livia, ed. *Taoist Meditation and Longevity Techniques*. Ann Arbor: University of Michigan Press, 1989.
- Kohn, Livia, ed. *Taoist Mystical Philosophy*. Albany: State University of New York Press, 1991.
- Kohn, Livia, ed. *Early Chinese Mysticism*. Princeton: Princeton University Press, 1992.
- Kohn, Livia, ed. *The Taoist Experience*. Albany: State University of New York Press, 1993.
- Lo, Benjamin. *The Essence of T'ai-chi Ch'uan: The Literary Tradition*. Richmond, Calif.: North Atlantic Books, 1979.
- Lu, Kuan Yü. *The Secrets of Chinese Meditation*. New York: Samuel Weiser, 1964.
- Lu, Kuan Yü. *Taoist Yoga*. New York: Samuel Weiser, 1970.
- Maspero, Henri. *Taoism and Chinese Religion*. Amherst: University of Massachusetts Press, 1981.
- Needham, Joseph. *Science and Civilization in China*, Vol. 5:3. Cambridge: Cambridge University Press, 1976.
- Needham, Joseph. *Science and Civilization in China*, Vol. 5:5. Cambridge: Cambridge University Press, 1983.
- Olson, Stuart. *The Jade Emperor's Mind Seal Classic*. St. Paul, Minn.: Dragon Door Press, 1992.

- Robinet, Isabelle. *Taoist Meditation*. Albany: State University of New York Press, 1993.
- Saso, Michael. *Blue Dragon, White Tiger: Taoist Rites of Passage*. Washington, D.C.: Taoist Center, 1990.
- Saso, Michael. *Taoism and Rite of Cosmic Renewal*. Pullman: Washington State University Press, 1989.
- Saso, Michael. *The Gold Pavilion: Taoist Ways to Peace, Healing, and Long Life*. Boston: Tuttle, 1995.
- Schipper, Kristofer. *The Taoist Body*. Berkeley and Los Angeles: University of California Press, 1993.
- Veith, Ilza. *The Yellow Emperor's Classic of Internal Medicine*. Berkeley and Los Angeles: University of California Press, 1972.
- Ware, James R. *Alchemy, Medicine, and Religion: The Nei P'ien of Ko Hung*. New York: Dover, 1996.
- Watson, Burton. *The Complete Works of Chuang-tzu*. New York: Columbia University Press, 1968.
- Wile, Douglas. *Art of the Bedchamber: The Chinese Sexual Yoga Classics Including Solo Meditation Texts*. Albany; State University of New York Press, 1992.
- Wilhelm, Helmut. *Heaven, Earth, and Man in the Book of Changes*. Seattle: University of Washington Press, 1977.
- Wong, Eva. *Seven Taoist Masters*. Boston: Shambhala Publications, 1990.
- Wong, Eva. *Cultivating Stillness*. Boston: Shambhala Publications, 1992.
- Wong, Eva. *Lao-tzu's Treatise on the Response of the Tao*. San Francisco: Harper Collins, 1993.
- Wong, Eva. *Lieh-tzu: A Taoist Guide To Practical Living*. Boston: Shambhala Publications, 1995.
- Wong, Eva. *Feng-shui: The Ancient Wisdom of Harmonious Living for Modern Times*. Boston: Shambhala Publications, 1996.
- Wu, Jing-nuan. *Ling Shu, or The Spiritual Pivot*. Washington, D.C.: Taoist Center, 1993.

Алфавитно-предметный указатель

- А**
- Алтарь 320–324
- Алхимия даосская 94–115
- Астромантия 11, 186–190
- Б**
- Ба гуа, в даосском гадании 176–182
- Багуачжан, стиль боевых искусств 309
- «Баопу-цзы» 101–103, 261
- Батюшка Земли, божество 216
- Бессмертный зародыш 241, 249, 250, 280
- Бессмертный Люй Дунбинь, божество 218, 224, 226
- Божества Северного ковша 150, 151
- Большой круговорот Небес 241
- Брюшного дыхания техника 292
- В**
- Вай чжуан, алхимического процесса этап 242, 243
- Ван Чунъян 108, 109, 112, 117–122, 126, 127
- Великих богослужений праздника 223, 316, 317
- Великого предела кулак, стиль боевых искусств 308
- Великой чистоты сфера 204, 205
- Весен и осеней период. См. Классический период
- Весеннего сева церемония 318
- Визуализация духа Ложбины, метод медитации 276, 277
- Владыки пяти гор 212, 220
- Внешнего укрепления техники 242, 243
- Внутреннего созерцания, метод медитации 270
- Внутренние стили боевых искусств 306–309
- Водяного колеса символ 240

- Возвращения к истинному уму, метод медитации 274, 275
- Возвращения к Прежнему Небу, метод медитации 282–285
- Воздаяния школа. *См.* Действия и воздаяния школа
- Восточная Хань. *См.* Хань, династия
- Воюющих царств период 38–45
- Врата Беспредельного 283
- Врата Жизни полость 275, 276, 283, 303
- Врата Прежнего Неба 284
- Всем телом, дыхания техника 293
- Втягивания света внутрь, метод медитации 281
- Вызывание дождя 24, 144–147
- Высшей чистоты сфера 204
- Вэй Боян 96, 97, 102, 105
- Вэй, династия 54–58, 96, 97, 332
- Вэнь-ван 169
- Вэнь чан ди-цзюнь. *См.* Покровитель искусств и литературы
- Г**
- Гадание по записям на песке 151–153
- Геоматия 190–195
- Госпожа Вэй Хуацунь 68–70
- Государь Гуань, божество 202, 214, 221
- Гуань Юй. *См.* Государь Гуань
- Гуань-ди. *См.* Государь Гуань
- «Гуй чжуан и» 169
- Гуйгу-цзы 170
- Гунмин фонарь 154
- Гунсунь Лун 39
- Д**
- Даосская внутренняя алхимия 12, 234–244
- Дао Гуантин 318
- «Дао дэ цзин» 33–38, 173–176
- Даосская гимнастика 304–306
- Даосская магия (Путь силы) 11, 142–162
- Даосские практики. *См.* Медитации методы; Очистительные ритуалы; Талисманная магия; Даосский алтарь.
- Даосский алтарь 320–324
- Даосское гадание (Путь видения) 11, 167–199
- Девять дворцов в даосском гадании 176–182
- Девять оборотов Золотой пилюли 241
- Действия и воздаяния, школа даосизма 260–266
- Дни богослужения празднество 222, 223

- Дождя, ветра и грома духи 216
- Доу-му. *См.* Матушка Ковша
- Дунфан Шо 27
- Дыхание дао 278–280
- Дыхательные техники 291–299
- Ж**
- Желтого реестра Церемония 319, 320
- Желтый дворец, полость 239, 271, 277, 283
- З**
- Западная Хань. *См.* Хань, династия.
- Зародышевого дыхания техника 278, 291, 293
- Золотая пилюля 238
- Золотая церемония 319
- Золотого ворона символ 239
- Золотой век даосской религии 54–63
- И**
- Игры Пяти зверей 304, 305
- Инь и ян 176–179
- История даосизма. *См.* Даосская внутренняя алхимия
- К**
- Карта Китая 334, 335
- Китайские династии 332–333
- Классический период 30–45
- Конфуций 8, 31, 33, 34, 167–171, 334
- Коу Цяньчжи 61
- Куньлунь школа даосской магии 162, 165, 327–329
- Л**
- Лао-цзы 28, 31, 33, 34, 74, 225, 334
- Ле-цзы 39–42, 44
- Линбао 158, 326
- Лу Сюэцин 59–62
- Лунмэнь школа (Цю Чанчуня ответвление северное) 121
- Лю Имин 132–134
- Лю Хайчань 109
- Лю Хуаян 135, 136
- Люй Дунбинь 109, 213
- См. также* Бессмертный Люй Дунбинь
- М**
- Малый Небесный круговорот. *См.* Микрокосмической циркуляции символ
- Маошань школа 162–165
- Массажа техники 302–304
- Матушка Ковша (Доу-му) 207, 208, 228
- Матушка императрица Запада Сиван-му 206, 207, 227
- Медитации методы 269–287

- Микрокосмической циркуляции символ 240, 241
 Мин, династия 123–130, 333
 Мистический даосизм. *См.* Шанцин школа
 Мо-цзы 8. 31, 39
- Н**
- Небес административная иерархия 218–222
 Небесный владыка Великого изначального 208, 209, 225
 Нефритовый император (Юй-ди) 205, 206
- О**
- Одиночный путь 251, 252
 Очистительные ритуалы 244–250, 315–320
- П**
- Повелитель Очага (божество) 215, 216
 Покровитель искусств и литературы 212, 213
 «Полное собрание даосских церемоний» 319
 Празднества 222–230
 Путь видения. *См.* Даосское гадание
 Путь набожности. *См.* Церемониальный даосизм
 Путь праведного действия. *См.* Действия и воздаяния школа
- Путь трансформации. *См.* Даосская внутренняя алхимия
 Пять первоэлементов гадания даосского 176
- С**
- Сань цин. *См.* Триада чистых
 Сексуальная алхимия 252–255
 Семь владык звезд Северного ковша 210–212
 Сиван-му. *См.* Матушка императрица Запада
 Синъицюань, стиль боевых искусств 306, 308, 309
 Совершенной истины школа 119–122
 Сун, династия 89, 109–112, 117–119, 170–172, 305, 308, 333
 Сунь-цзы 8, 31
 Сянь гуань. *См.* Чиновники Небес, Земли и Воды
- Т**
- Тай-цзи символ 173–176, 179
 Тайшан Лаоцзюнь 203, 204, 218, 225
 Тайи тянь-цзюнь. *См.* Небесный владыка Великого изначального
 Тайшан Лао-цзюнь 203, 204

- Талисманная магия 148–149, 324–331
 Тан династия 103–109, 318, 319, 333
 Тао Хунцзин 75–78
 Триада чистых (Сань цин) 204, 205
- У**
- «У жэнь пянь» (Чжан Бодуань) 110
 У царство 26, 27, 73, 332, 334, 335
 У юэ ди-цзюнь. *См.* Владыки пяти гор
- Ф**
- Фан ши 97
 Фуси (покровитель) 167, 168
 Фэн-шуй (геомантия) 190–199
- Х**
- Хань, династия 96, 97, 332
- Ц**
- Церемониальный даосизм (Путь Набожности) 11, 200–233
 Церемония Желтого реестра 319, 320
 Цзао-цзюнь. *См.* Повелитель очага
- Цзинь, династия 69–75, 96, 97, 333
 Цин, династия 56, 57, 130–132, 136, 333
- Ч**
- Чжоу, династия 169, 332
 «Чжоу И» 169
 «Чжуан-цзы» 8, 42, 44
 Чжунли Чуань 117
 Чжэнь Сии 171, 17
 Чиновники Небес, Земли и Воды (Сану-гуань) 211, 213
 Чу (царство) 26, 27, 73, 334, 335
- Ш**
- Шан, династия 169, 333
 Шанцин, школа 11, 64–93, 162, 334
- Ю**
- Юй, легендарный герой 167, 168
 Юй-ди. *См.* Нефритовый император
 Южные династии 75–78
 Юэ (царство) 26, 27, 73, 334, 335
- Я**
- Ян. *См.* Инь и ян
 Яшмовый заяц (символ) 111, 239

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	5
Часть первая. ИСТОРИЯ ДАОСИЗМА	17
Глава 1. Шаманские истоки даосизма (3000–800 гг. до н. э.)	19
Великий Юй	20
Шаманизм в Китае после появления письменности	23
Обязанности шамана в эпоху Чжоу	23
Традиция шаманизма в Южном Китае	26
Наследие шаманизма в даосизме	27
Дополнительная литература	29
Глава 2. Классический период (700–220 гг. до н. э.)	30
Политическая и историческая ситуация в период Весен и осеней (770–476 гг. до н. э.)	32
Классический даосизм в период Весен и осеней: Лаоцзы и «Дао дэ цзин»	33
Учение «Дао дэ цзина»	34
Политическая и историческая ситуация в период Воюющих царств (475–221 гг. до н. э.)	38
Классический даосизм в период Воюющих царств	40
Дополнительная литература	43
Глава 3. Превращение даосизма из философии в организованную религию (20 г. до н. э. — 600 г. н. э.)	46
Истоки религиозного даосизма в период Западной Хань (206–8 гг. до н. э.)	46
Превращение даосизма в организованную религию: эпоха Восточной Хань (25–219 гг. н. э.)	49
Золотой век даосской религии	54
Дополнительная литература	62

Глава 4. Развитие мистического даосизма (300–600 гг. н. э.)	64
Мистицизм и даосская школа Шанцин	64
Истоки школы Шанцин	68
Школа Шанцин при династии Цзинь	69
Школа Шанцин при Южных династиях	75
Учение школы Шанцин	78
Наследие школы Шанцин	89
Дополнительная литература	91
Глава 5. Развитие даосской алхимии (200–1200 гг. н. э.)	94
Становление алхимии	96
Учение «Единения триады» («Цань тун ци»)	97
Учение Гэ Хуна в трактате «Мудрец, объявший простоту» (Баопу-цзы)	101
Разделение внешней и внутренней алхимии	103
Кульминация развития внутренней алхимии	108
Дополнительная литература	113
Глава 6. Синтез даосизма, буддизма и конфуцианства (1000 г. — настоящее время)	116
Философский синтез	117
Религиозный синтез	123
Варианты религиозного синтеза и расцвет даосских школ	126
Новый синтез конфуцианства, чань-буддизма и даосской внутренней алхимии	130
Дополнительная литература	136
Часть вторая. СИСТЕМЫ ДАОСИЗМА	139
Глава 7. Даосская магия. Путь силы	141
Основные представления даосской магии	142
Основные практики даосской магии	144
Школы даосской магии	162
Дополнительные сведения о даосской магии	165
Дополнительная литература	166

Глава 8. Даосское гадание. Путь видения	167
Краткая история даосского гадания	167
Основные идеи даосского гадания	173
Виды гадания	185
Астромантия: «Цзы вэй Ду су»	186
Геомантия: фэн шуй	190
Прочие виды гадания	196
Дополнительные сведения о даосском гадании	197
Дополнительная литература	198
Глава 9. Церемониальный даосизм.	
Путь набожности	200
Основные особенности церемониального даосизма	200
Даосские божества	201
Административная иерархия даосских небес	218
Даосские празднества и церемонии	222
Школы церемониального даосизма	230
Дополнительные сведения о церемониальном даосизме	232
Дополнительная литература	232
Глава 10. Внутренняя алхимия. Путь трансформации	234
Основные положения внутренней алхимии	234
Основные внутренне-алхимические символы	236
Этапы алхимического процесса	242
Возможные способы практики внутренней алхимии	250
Дополнительные сведения о даосской внутренней алхимии	255
Дополнительная литература	257
Глава 11. Школа Действия и воздаяния. Путь праведного действия	260
Исторические предшественники школы Действия и воздаяния	260
Основные верования школы Действия и воздаяния	264
Значение школы Действия и воздаяния в даосской духовной традиции	265
Дополнительная литература	266

Часть третья: Даосские практики	267
Глава 12. Медитация	269
Виды даосской медитации	269
Дополнительные сведения о даосской медитации	285
Дополнительная литература	286
Глава 13. Методы совершенствования тела	288
Техники укрепления внешнего	291
Техники укрепления внутреннего	291
Техники, способствующие укреплению как внешнего, так и внутреннего	302
Организация рациона и использование трав	310
Дополнительная литература	312
Глава 14. Очистительные ритуалы, церемонии и талисманная магия	315
Очистительные ритуалы (чжай)	315
Церемонии (цзяо)	318
Даосский алтарь	320
Талисманы	324
Дополнительная литература	331
Приложение 1. Китайские династии	332
Приложение 2. Карта Китая	335
Библиография работ по даосизму	336
Алфавитно-предметный указатель	339

FM



ISBN 5-8183-0364-0



9 785818 303642

ГРАНДИОЗНЫЙ МИР