



### Глава 3. Методология рукопашного боя традиционного ушу базируется на принципе «Канона Перемен» о единстве процесса перемены в противоборствующих субъекте и объекте<sup>1</sup> (*дуйли тунъи бяньхуа 对立统一变化*).

Закон «борьбы и единства противоположностей» «Канона Перемен» отражен в четырех моментах: во-первых там, где говорится, что «триграммы *цянь* и *кунь* образуют последовательные ряды сопоставлений» (*цянь-кунь чэнле 乾坤成列*), во-вторых там, где говорится о «взаимном трении твердости и мягкости» (*ган-жоу сян мо 刚柔相摩*), в-третьих там, где говорится о «взаимном сталкивании твердости и мягкости» (*ган-жоу сян туй 刚柔相推*), в-четвертых там, где говорится об «обладании постоянством движения и покоя» (*дун-цзин ю чан 动静有常*).

В первом случае разъясняется положение о том, что структура всех вещей складывается из двух противопоставленных друг другу по своим свойствам элементов материи, если один из них убрать, то и другой не сможет существовать, само их существование определяется их взаимодействием.

Во втором случае говорится о том, что отношения двух противоположных по свойствам вещей, с одной стороны антагонистичны, с другой стороны, находятся в состоянии взаимного притяжения, при этом периодически «одно уменьшается, а другое нарастает».

В третьем случае объясняется момент, когда обе стороны в течении определенного временного периода сталкиваются друг друга и продвигаются вперед (*хусян туйцзинь*

---

<sup>1</sup> Философский диалектический принцип «единства и борьбы противоположностей» (прим. пер.).



互相推进), то «жесткость толкает мягкость», то «мягкость толкает жесткость».

В четвертом случае показано, как на уровне взаимодействия стороны меняются местами, становясь то «хозяином» (чжу 主), то «гостем» (кэ 客). Что касается китайского традиционного ушу, а в особенности искусства тайцзицюань, здесь все эти положения проявляются с особенной четкостью.

**1) «Цянь и кунь образуют последовательность рядов»** (цянь-кунь чэнле 乾坤成列).

В начальном разделе «Комментария приложенных слов» (Сицы шан 系辞上) говорится: «Перемены от триграмм *цянь* и *кунь* не беспорядочны ли? Триграммы *цянь* и *кунь* образуют последовательность рядов, а сами Перемены встают между ними. Если *цянь* ли, *кунь* ли, пропадет, то не будет уже при помощи чего узреть Перемены. Если не видать Перемен, то вероятно [противостояние] *цянь* и *кунь* уже прекратилось» (Цянь-кунь ци и чжи юнь се? Цянь-кунь чэн ле эр и ли ху ци чжун и. Цянь-кунь хуй, цзэ у и цзянь и. И бу кэ цзянь, цзэ цянь-кунь хо цзи ху си и 乾坤其易之緼邪? 乾坤成列而易立乎其中矣。乾坤毀，則無以見易。易不可見，則乾坤或幾乎息矣).

В этом месте слово «Перемены» можно растолковать и как «Канон Перемен», и как реальную перемену, изменение. Триграммы *цянь* и *кунь* передают смысл Неба и Земли, иньского и янского начал, то есть корня всего сущего, которое образует последовательные цепочки, например: государь – слуга, отец – сын, мужчина – женщина, стужа – жара, холодный – горячий, длинный – короткий, высокий – низкий, большой – маленький и т.д. и т. п. Все они не сами по себе зафиксированы, а имеют место только в соотношении и потому могут преобразовываться. Если из этого противо-



стояния один элемент исчезнет, то вместе с ним исчезнет и другой, то есть тогда они себя уничтожат.

Принцип «порядка взаимного расположения триграмм *цянь* и *кунь*» занимает в теории и практике традиционного ушу важнейшее место. Множество самых разнообразных техник кулачного боя (拳), боя на мечах-*цянь* (劍), саблях-*дао* (刀), пиках-*цян* (枪) имеют в своем названии иероглифы «*цянь-кунь*» и отражающие их смысл символы. Можно, к примеру, назвать такие, как «методы меча *цянь-кунь*» (*цянь-кунь цзянь фа* 乾坤劍法), «методы сабли солнца и луны» (*жи-юэ дао фа* 日月刀法), «*инь*ское копьё» (*инь ба цян* 阴把枪) и «*ян*ское копьё» (*ян ба цян* 阳把枪). Кроме того, множество движений традиционного ушу вобрали в себя принцип взаимного противопоставления, взять, к примеру, «сгибание-разгибание» (*цюй-шэнь* 屈伸), «сжатие-разжатие» (*кай-хэ* 开合), «опустошение-наполнение» (*сюй-ши* 虚实), «движение-покой» (*дун-цзин* 动静), «продвижение вперед-отступление назад» (*цзинь-туй* 进退), «жесткость-мягкость» (*ган-жоу* 刚柔), «расслабленность-напряжение» (*сун-цзинь* 松紧), «проглатывание-изрыгание» (*тунь-ту* 吞吐), «прямолинейное-криволинейное» (*цюй-чжи* 曲直), «вертикальное-горизонтальное» (*цзун-хэн* 纵横) и т.д. В древности методы владения мечом-*цянь* относили к так называемому «вертикально-горизонтальному искусству» (*цзун-хэн чжи шу* 纵横之术). И здесь повсюду работает принцип, что если одна из двух составляющих пропала, тут же прекращает свое существование и другая, поэтому и говорится: «*цянь* ли, *кунь* ли, пропадет, то не будет уже при помощи чего узреть Перемены».

Исходя из этого, можно указать на одну ошибочную тенденцию, имеющую место в современном спортивном тайцзицюань. Некоторые преподаватели тайцзицюань главным и единственным требованием к тренировке этого искусства стали ставить «расслабление», причем постоянное рассла-



бление от начала до конца. В результате, тренирующиеся, особенно люди среднего и пожилого возраста, выполняют комплекс от начала до конца в состоянии вялости и расхлябанности. Если такие тренировки осуществляются на протяжении длительного времени, человек начинает горбиться, мышцы живота становятся дряблыми, живот начинает увеличиваться в размерах и вываливается наружу. Практикуя искусство тайцзицюань, нельзя только бесконечно расслабляться и совсем не напрягаться, иначе мы нарушим принцип «триграммы *цян*ь и *кун*ь образуют последовательность рядов».

**2) Жесткость и мягкость «взаимно трутся»** (*ган-жоу сян мо* 刚柔相摩).

В начальном разделе «Комментария приложенных слов» (Сицы шан 系辞上) говорится: «Жесткость и мягкость друг о друга трутся, восемь триграмм колеблют друг друга» (*Ган-жоу сян мо, ба гуа сян дан* 刚柔相摩, 八卦相荡). «Трутся друг о друга» означает, что они находятся в плотном контакте. Таким образом, «взаимное трение» дает нам четкое указание на то, что здесь имеет место противостояние двух сторон, а именно – взаимоотношение *ян*ских (☰) и *инь*ских (☷) черт-яо. В ушу часто противопоставляются такие взаимообусловленные действия, как «противник жесткий – я мягкий» (*ни ган – во жоу* 你刚我柔), «противник съезживается – я разрастаюсь» (*ни сяо – во чжан* 你消我长), «противник растягивается – я сгибаюсь» (*ни шэнь – во цюй* 你伸我屈), «противник действует по горизонтали – я по вертикали» (*ни цзун – во хэн* 你纵我横), «противник выпрямляется – я искривляюсь» (*ни чжи – во цюй* 你直我曲), «противник раскрывается – я сжимаюсь» (*ни кай – во хэ* 你开我合), «противник движется – я в покое» (*ни дун – во цзин* 你动我静), «противник наполняется – я опустошаюсь» (*ни ши – во сюй* 你实我虚), «противник идет вперед – я отсту-



паю назад» (*ни цзинь – во туй 你进我退*), «противник наращивает [силу] – я становлюсь расхлябанным» (*ни чжан – во чи 你张我弛*), «противник напрягается – я расслабляюсь» (*ни цзинь – во сун 你紧我松*), «противник твердеет – я размягчаюсь» (*ни цзяньбин – во жожуань 你僵硬我柔软*), «противник тяжелеет – я становлюсь легче» (*ни чжун – во цин 你重我轻*), «противник умирает – я выживаю» (*ни сы – во хо 你死我活*) – и существует целый ряд подобных взаимосвязанных страатагем.

Что касается фразы «восемь триграмм колеблют друг друга» (*ба гуа сян дан 八卦相荡*), здесь имеется ввиду уже гексаграмма, то есть шесть черт-яо, образованных из двух триграмм, в каждой из которой по три черты сверху (*шан гуа 上卦*) и по три черты снизу (*ся гуа 下卦*), именно они и «трутся» друг о друга (*сян цо 相错*), в результате этого «трения» порождается новая гексаграмма. Термин «взаимное колебание» (*сян дан 相荡*) как раз указывает на характер данного взаимодействия, вытекающего из взаимоотношений восьми триграмм, которое и вносит дополнительную сложность и запутанность их понимания. Во фразе «жесткость и мягкость друг о друга трутся» говорится о неразрывности единого целого, которое составляют две противостоящие стороны. При этом сама триграмма состоит из трех черт-яо, которые можно соотнести с тремя частями человеческого тела: верхняя – это голова, средняя – туловище, а нижняя – ноги. «Голова» отдает приказы и всем управляет, при этом приказы могут быть «иньскими» (*инь лин 阴令*, то есть скрытыми – прим. пер.) и «янскими» (*ян лин 阳令*, то есть «внешними-демонстративными» – прим. пер.). К «туловищу» относится внешняя форма корпуса тела, который может держаться прямо, а может и наклоняться в стороны. «Ноги» – это корни, основа, которая может оказаться «пустой» или «наполненной». В гексаграмме же верхние три черты-яо означают «руки», «голову» и «туловище», а



три нижние – «бедра», «колени» и «стопы», что дает бесчисленное количество взаимных метаморфоз. Между вами и противником также существуют взаимоотношения «внутренних» и «внешних» триграмм, на этом в особенности строится практика искусства «ладоней восьми триграмм» (*багуачжан* 八卦掌).

**3) Жесткость и мягкость «взаимосталкиваются»** (*ган-жоу сян туй* 刚柔相推).

В завершающем разделе «Комментария приложенных слов» (Сицы ся 系辞下) говорится: «Жесткость и мягкость взаимосталкиваются, между ними и заключен процесс превращения» (*ган-жоу сян туй, бянь цзай ци чжун* и 刚柔相推, 变在其中矣). В данном контексте «жесткость-мягкость» (*ган-жоу* 刚柔) есть некое обобщение, указывающее на *янские* и *иньские* черты-яо. «Взаимосталкивание» (*сян туй* 相推) означает идею некоего последовательного построения гексаграмм, то есть момента взаимопревращения в *янских* и *иньских* чертах, когда они превращаются в противоположные. Эти превращения черт-яо могут быть «благоприятными» (*ю ли* 有利), а могут быть и «неблагоприятными» (*бу ли* 不利). Чтобы понять, какие «благоприятные», следует разобраться в свойствах «жесткости» и «мягкости» в процессе того, на каких местах они в конкретный отрезок времени находятся.

В «Каноне перемен» говорится о том, что «если в качестве Пути-дао устанавливается мягкость, удаление на [большое] расстояние невыгодно» (*жоу чжи вэй дао, бу ли юаньчжэ* 柔之为道, 不利远者). Природа «мягкости» в «слабости» (*жо* 弱), чтобы «мягкостью преодолеть жесткость» (*и жоу кэ ган* 以柔克刚), необходимо «занимать» (*цзе* 借) силу у противника, поэтому невыгодно отходить от него далеко, ведь если между вами большое расстояние, то он легко может выбрать удобный момент для сильных ударов рук или ног.



В «Переменах» также сказано: «Тройка и пятерка<sup>1</sup> одинаково успешны, но находятся в разных местах, если тройки много – несчастье, если пятерки много – успех, в этом показатель ценности или ничтожности. В их ли мягкости – опасность, в их ли жесткости – победа над злом?» (*Сань юй у, тун гун эр и взй, сань до сюн, у до гун, гуй цзянь чжи дэн е. Ци жоу взй, ци ган шэн се 三与五, 同功而异位, 三多凶, 五多功, 贵贱之等也. 其柔危, 其刚胜邪?*). В одной гексаграмме шесть черт-яо, если третья и пятая черты – обе занимают янские места, их функции одинаковы, они все «жесткие». Однако, их месторасположение различно, и говорится о том, что «когда тройки много – поражение, а когда пятерки много – успех». Это почему? А потому, что третья черта является «шеей» нижней триграммы, если «под горлышко» – значит наполненный до краев. Но если янская жесткость становится чрезмерной, тогда жди большое несчастье или опасность. Когда бьются двое людей, один из них может быть очень сильным и обычно придерживается принципа мощью задавить слабость, его удары очень сильные, но при этом чрезмерно сильные, что на самом деле для него опасно. Ведь если он промахнется и провалится в пустоту, ему очень трудно будет вернуться в исходное положение, а тем самым он даст хороший шанс более слабому для контратаки. Пятая черта расположена в середине верхней триграммы, занимая место «благородного мужа», прямого, «жесткого» и негибкого, идущего срединным путем, к тому же она располагается на господствующем месте, под названием «девятой пятерки» (*цзю у 九五*)<sup>2</sup>, ей «прислуживают» и «верхние» и «нижние» черты-яо, оттого и получается для нее «большой успех». Таким образом, совсем необязательно, что мягкость непременно приведет к поражению, так

<sup>1</sup> Имеются ввиду третья и пятая черты гексаграмм (прим. пер.).

<sup>2</sup> В китайском языке это означает «трон», «престол» (прим. пер.).



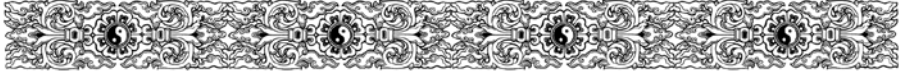
же как и жесткость – к победе. «Мягкостью» можно преодолеть «жесткость», одновременно с этим, если «жесткость» занимает господствующее место, «мягкость» не сможет ее преодолеть, поэтому в бою, если имеет место лишь одно-сторонняя «мягкость», отступление и уступчивость, то это непременно приведет к поражению.

В завершающем разделе «Комментария приложенных слов» (Сицы ся 系辞下) есть две фразы: «В янской триграмме [должно быть] много инь, в иньской триграмме [должно быть] много ян» (Ян гуа до инь, инь гуа до ян 阳卦多阴, 阴卦多阳), и «Когда в ян[ской триграмме] один – правитель и два – народ, то это путь-дао благородного мужа и правителя, а если в инь[ской триграмме] два – правитель и один – народ, то это путь-дао маленького низкородного человека» (Ян и цзюнь эр эр минь, цзюньцзы чжи дао е. Инь эр цзюнь эр и минь, сяожэнь чжи дао е 阳一君而二民, 君子之道也。阴二君而一民, 小人之道也).

Среди восьми триграмм: триграммы чжэнь (震 ䷲), кань (坎 ䷜), гэнь (艮 ䷳) – янские триграммы, триграммы сюнь (巽 ䷸), ли (离 ䷄), дуи (兑 ䷹) – иньские. В янской триграмме одна черта ян (—) и две черты инь (--), в иньской триграмме две черты ян (—) и одна черта инь (--).

Когда правитель – один (—) и народ – два (--), тогда происходит взаимоумиротворение, и воцаряется Благая сила-дэ. Когда же два правителя (—) сражаются за один народ (--), тогда хаос и отсутствие добродетели. В китайском традиционном ушу боевые приемы обычно подразделялись на «иньские» и «янские», «жесткие» и «мягкие». «Янские» и «жесткие» приемы чаще всего ориентированы на «открытые» места (минчу 明处), а «иньские» и «мягкие» приемы – на скрытые (аньчу 暗处), верхние конечности относятся к «открытым», а нижние – к «закрытым», потому «открыто бьют кулаками, а скрыто бьют стопами» (мин





чу цюань, ань чу цзяо 明出拳, 暗出脚). «Открытое» (мин 明) на самом деле относится к «пустоте» (сюй 虚), а «скрытое» (ань 暗) – к «полноте» (ши 实). Отсюда фраза «вверху – пустота, внизу – полнота, руки в пустоте ослепительно мелькают, а ноги в полноте жестко пинают» (мин вэй сюй, ань вэй ши, гу шан сюй – ся ши, шоу сюй хуан эр цзяо ши ти 明为虚, 暗为实, 故上虚下实, 手虚晃而脚实踢). В завершающем разделе «Комментария приложенных слов» (Сицы ся 系辞下) еще говорится о том, что «различное расположение «мягкости» и «жесткости» проявляется как «везение» или «неудача» (Ган-жоу цза цзюй, эр цзи-сюн кэ цзянь и 刚柔杂居, 而吉凶可见矣). Вот два человека начинают боестолкновение, в котором у каждого есть проявление состояний и «пустоты», и «полноты», при этом у каждого «пустота» превращается в «полноту», а «полнота» превращается в «пустоту». Таким образом работает принцип «жесткость и мягкость взаимодействуют», а победа достается тому, кто ответственно ими распорядится. И все это ничто иное, как превращения черт-яо, где начало ян превращается в инь, а инь – в ян.

Мы можем привести еще такой пример. В искусстве тайцзицюань существует один из восьми способов применения внутренней силы под названием ле (捌, сила рычага), которая соответствует триграмме чжэнь (гром, 震 ㊦) и относится к разряду янских триграмм, связанных с «янскими» боевыми приемами. Метод применения силы «ле» заключается в том, что одна ваша рука захватывает и удерживает запястье противника, а другая ваша рука, находящаяся спереди, подхватывает его под локоть кистью или предплечьем, затем вы начинаете поворачивать его относительно центральной оси своего тела и при помощи центробежной силы отшвыриваете его. Ключевым моментом эффективности применения данного действия является предварительный захват запястья руки противника, это движение



обычно называют термином *цай* (хватать, рвать 采). Однако, если вы очень явно и открыто будете хватать запястье, противник это сразу обнаружит и будет сопротивляться, вам же станет сложно даже оставшейся половиной силы удерживать его руку. Что же делать? А здесь нужно в триграмме *чжэнь* поменять черты-яо таким образом, чтобы одни из янских превратились в иньские, а другие из иньских стали янскими, и таким образом, чтобы получилась триграмма *сюнь* (巽 ☴). А она как раз и соответствует такому применению действия силы *цай*, когда «два повелителя сражаются за один народ», и при этом – это уже иньская триграмма, которой соответствует «скрытый прием» (*ань чжао* 暗招). Поэтому только при условии незаметного и «воровского» захвата запястья ни о чем не подозревающего противника вы сможете успешно привести в действие силу *ле*.

Приведем еще один пример: «полнота» триграммы *цян* (Небо 乾 ☰) заключается в трех непрерывных янских чертах-яо, что корреспондируется в тайцзицюань с действием янской силы *пэн* (распирание, вытеснение 棚), определяемой как предельно «жесткая», по отношению к которой вы, соответственно, окажетесь на земле. А давайте посмотрим на триграмму *кунь* (Земля 坤 ☷) и ее «пустотность», выраженную тремя прерывистыми иньскими чертами-яо, а это уже действие силы *люй* (сглаживание, протягивание 捋), определяемой как предельно «мягкая» и иньская. Таким образом, именно при помощи действия силы «сглаживания» *люй* возможно противостоять мощному фронтальному прорыву противника, здесь бесполезно, ухватившись за его предплечье обеими руками, тянуть изо всех сил прямо на себя. Ну а как быть дальше? А следует одну из трех иньских черт-яо поменять на янскую, если нижняя черта станет янской, тогда это уже будет триграмма *чжэнь* (гром, 震 ☳), и само действие станет применением



описанной выше «рычаговой» силы *ле* (捌), и если при этом вы повернете корпус, то отшвырнете противника далеко от себя. В данном случае действие «сглаживающей» силы *люй* превращается в «рычаговую» силу *ле*. А если мы верхнюю черту заменим на *янскую*, то у нас получится триграмма *гэнь* (гора, 艮 ☶), которой соответствует такой вид применения внутренней силы, как «упор» *као* (靠), тогда вы, используя момент его резкого движения вперед, ударите его разворотом своего плеча и таким образом отбросите противника этой контратакой. Здесь мы описали всего только несколько случаев, когда через смену позиций черт-*яо* используются рукопашные методы взаимоурегулирования *янского* и *иньского* начал. Вариации их чудесного взаимодействия бесчисленны.

**4) Движение и покой обладают постоянством** (*дун-цзин ю чан* 动静有常).

В начальном разделе «Комментария приложенных слов» (Сицы шан 系辞上) говорится: «Покой и движение обладают постоянством, тогда как жесткость и мягкость разрываются» (*Дун-цзин ю чан, ган-жоу дуань* и 动静有常, 刚柔断矣).

«Движение» (*дун* 动) и «покой» (*цзин* 静) – есть две разновидности действий человека, а «жесткость» (*ган* 刚) и «мягкость» (*жоу* 柔) представляют собой в широком смысле результат этих действий. Идея фразы состоит в том, что само по себе действие, пока оно не запущено в ход и не начало реализовываться в конкретной ситуации, совершенно нам ничего не говорит ни о каком возможном результате, и только когда оно воплощается в реальное событие, тут оно уже начинает определять его исход.

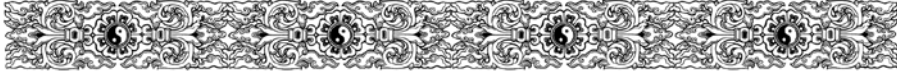
В боевой ситуации, когда два противника стоят друг перед другом в полной «неподвижности», все их сильные и слабые стороны скрыты и никак не проявляются. Но как



только одна из сторон пришла в «движение», все элементы противостояния выходят наружу, такие, например, как: «я в удобной позиции – противник в проигрышной» (*во шунь – жэнь бэй* 我顺人背), «противник силен, я – слаб» (*ди цян – во жо* 敌强我弱), «он жесткий, я – мягкий» (*жэнь ган – во жоу* 人刚我柔), «противник атакует, я – защищаюсь» (*ди гун – во шоу* 敌攻我守), «он продвигается вперед, я – отступаю» (*ди цзинь – во туй* 敌进我退), и т. д. и т. п. Исходя из этого, в традиционном ушу появились такие боевые идеологические аксиомы, как «позже ответив, контролировать противника» (*хоу фа чжи жэнь* 后发制人) и «покоем контролировать движение» (*и цзин чжи дун* 以静制动). Именно они и составляют теоретический и методологический базис «внутреннего» направления боевых искусств Китая.

Принцип «покой и движение обладают постоянством, тогда как жесткость и мягкость разрываются», если рассматривать его как «определяющий» в сфере боевой схватки, состоит в таком сопоставлении уровней «перемен», как «хозяин – гость» (*чжу-кэ* 主客), именно из них исходят аксиомы «позже ответив, контролировать противника» и «покоем контролировать движение».

Приведем один пример: вот мы стоим с противником друг перед другом в полной неподвижности. В то время, пока я не двигаюсь, я «хозяин» в том плане, что я имею возможность нанести кулаком удар ему в голову, или грудь, или живот, а также могу нанести ему удар ногой в пах, живот, грудь, а могу и просто, «впустую» вынести руку вперед, чтобы спровоцировать его ответные действия, в это время я – «хозяин», а противоборствующая сторона – «гость». Однако, когда я реально нанесу ему удар кулаком или ногой, ситуация может поменяться. Если я нанесу удар кулаком в полную силу, то невозможно уже будет в полную силу нанести удар ногой, иначе я окажусь уже в положении



«подчиняющегося чужой инициативе» (*бэйдун 被动*), и тогда уже противник с полным правом будет воспринимать меня и все мои действия в качестве «распоряжающегося инициативой» (*чжудун 主动*). В этот момент места «гостя» и «хозяина» поменяются, и я из «ведущего» превращусь в «ведомого», противник же наоборот – из «ведомого» в «ведущего». Однако и эта смена не окончательна, если мой удар все же попадет, а его удар промахнется и уйдет в пустоту, то мои кулаки будут уже наготове, а он снова попадет в положение «ведомого».

Поэтому, исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод о том, что вся теория традиционного боевого искусства ушу возникла на принципе единства и борьбы противоположностей «Перемен».

#### Глава 4. Продвижение по пути к «духовному просветлению» (*шэньмин 神明*).

В традиционном ушу понятие «духовности-божественности» (*шэнь 神*) относилось к высшему «одухотворенному» уровню боевой техники. С глубокой древности множество мудрецов в своем стремлении к уровню «духовно-просветленного» (*шэньмин чжи цзин 神明之境*) в боевом мастерстве Китая растрачивали всю свою жизненную силу, изнуряли себя тренировками, чтобы только вытренировать некую боевую технику, которая чудесно бы всех изумляла и была бы для всего мира непререкаемой. Откуда взялась такая твердость и решимость в подобном стремлении? Ведь чтобы так истязать себя тренировками должна быть какая-то необычайная вера. Откуда эта вера исходит? А как раз именно в «Переменах» говорится нам о движении по пути «духовного просветления». Теория «Перемен» знакомит нас с подлинными принципами устройства Вселенной, они



всеобщии и охватывают все на свете, включая все области традиционной китайской культуры.

### 1) Что же все-таки такое называют «духовной просветленностью»?

В древности в любом виде профессиональной деятельности того, кто достигал наивысшего уровня технического искусства, обожествляли, называли «святым духом», обладателем «волшебного» мастерства или «божеством» (*шэнь* 神), возьмем к примеру, «Божественного Землепашца» (Шэньнун 神农), «Божественного Врачевателя» (Шэньи 神医), «Божественного Предсказателя» (Шэньсуань 神算). Там, где дело касалось «вскармливания» и «продления» жизни, их называли «волшебниками», «святыми-бессмертными» (*шэньсянь* 神仙), лютого, кто своей искусной техникой превосходил других, звали «святым мастером» (*шэньцзи* 神技), ну а великих строителей – «божественными мастерами волшебной работы» (*гуи фу шэнь гун* 鬼斧神工), и подобных названий великое множество.

Что касается традиционного ушу, здесь тех, кто овладел высочайшим мастерством, называли «божественно» или «духовно просветленными» (*шэньмин* 神明). «Духовно просветленный» – не есть некое абстрактное понятие. В древности в мире боевых искусств наиболее ценилось стремление овладеть «мастерством рук, не имеющих противников и могущих победить любого в Поднебесной» (*дабай тянься уди шоу* 打败天下无敌手). Есть поговорка: «В гражданских делах не бывает первого, в боевом искусстве не бывает второго» (*вэнь у ди и, у у ди эр* 文无第一, 武无第二). Вот ваш учитель не устоял на ногах, проиграл и стал вторым, тогда, как говорится в пословице: «дерево рухнуло и мартышки разбежались кто куда» (*шу дао хусунь сань* 树倒猢猻散), то есть бывшие ученики пойдут искать себе кого-то более искусного. Именно поэтому, в различных школах существуют такие высказыва-



ния о своих учителях, как, например в тайцзицюань о «семье Янов, не имеющих противников» (*Ян у ди 杨无敌*), в синь-ицюань о «повергающем с пол-шага сокрушающим ударом Поднебесную Го Юньшэнь» (*баньбу бэньцюань дабянь тянься дэ Го Юньшэнь 半步崩拳打遍天下的郭云深*), в багуачжан о «никогда в жизни не побежденном Дун Хайчуане» (*Дун Хайчуань шэнпин у бай 董海川生平无败*) и т.д. и т.п. Все это идет с глубокой древности, но до сих пор в мире ушу бьются за звание «гегемона в мире боевых искусств» (*улинь бачжу 武林霸主*), совершенно не заботясь об исторической правде.

На самом деле, пришедшее из древности понятие «духовной просветленности» обозначает некое состояние «превосходности, изысканности и благородства» (*гаочао, гаоя, гаошан 高超, 高雅, 高尚*), а совсем не то звание, которого может добиться чье-то поколение за счет драк, потасовок и избивания кого-то.

В «Каноне Перемен» сказано: «Чередование одного *инь*, одного *ян* – зовется Путем-дао» (*и инь и ян чжи вэй дао 一阴一阳之谓道*). Здесь под словом «Путь-дао» (*道*) подразумевается некий закон и правило существования Вселенной, в которой все основано на взаимопревращении первоначал *инь* и *ян*, именно это составляет непреложный закон бытия.

Есть еще и такая фраза: «То, что не может быть предсказуемо на основе первоначал *инь* и *ян*, зовется духом-шэнь» (*инь -ян бу цэ чжи вэй шэнь 阴阳不测之谓神*). В просторечии еще можно услышать: «У Неба есть то, что не предсказуемо – ветра и облака» (*тянь ю бу цэ фэньюнь 天有不测风云*), то есть о многих вещах мы не знаем и не можем их прогнозировать. И вот вещи, для нас непостижимые, и называли словом «дух-шэнь», «волшебство». В древности причиной того, что в обилии появлялись «волшебники» и «духи», служила невозможность объяснить и контролировать естественные природные процессы.



В боевом искусстве сложилась подобная же ситуация, если в схватке вас побили, а вы даже не поняли каким образом, то это тоже можно было бы назвать словом «шэнь» – «божественный», «волшебный», как говорилось в пословице «кулаки бьют, а неизвестно как» (*цюань да – бу чжи 拳打不知*).

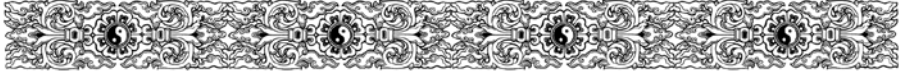
**2) «Превосходство, изысканность, благородство»** (*гао-чао, гаоя, гаошан 高超, 高雅, 高尚*).

Традиционное боевое искусство ушу среди других китайских искусств, таких как стихосложение, каллиграфия, живопись, музыка, танец должно обладать общими для них требованиями, а именно: «превосходством», «изысканностью» и «благородством», только тогда оно имеет шанс претендовать на достижение «уровня духовной просветленности» (*цзецзи шэньмин 阶级神明*).

В начальном разделе «Комментария приложенных слов» (Сицы шан 系辞上) говорится: «Закрывание ворот» – так называют триграмму *кунь*, «открытие ворот» – так называют триграмму *цянь*, смену «открытия» и «закрытия» называют «превращением-бянь», этот безостановочный процесс туда и обратно называют «проходимостью-тун», видимость его со стороны называют «образом-сян», материальную форму его называют «инструментом-ци», контроль над ним и его использование называют «методом-фа», то, что применяется безостановочно для входа и выхода, и люди этим пользуются – называется духом-шэнь» (*Хэ ху вэй чжи кунь, пи ху вэй чжи цянь; и хэ и пи вэй чжи бянь; ван-лай бу цюн вэй чжи тун; цзянь най вэй чжи сян; син най вэй чжи ци; чжи эр юн чжи вэй чжи фа; ли юн чу-жу, минь сянь юи чжи, вэй чжи шэнь 闔戶謂之坤, 辟戶謂之乾; 一闔一辟謂之變; 往來不窮謂之通; 見乃謂之象; 形乃謂之器; 制而用之謂之法; 利用出入, 民咸用之, 謂之神*).

Слова вышеприведенного отрывка указывают на то, как осуществляется прохождение «пути духовного просветле-





ния» (*тунван шэньмин чжи лу* 通往神明之路). «Раскрытие» (*кай* 开) – это триграмма «цянь» (乾), «собираение» (*хэ* 合) – это триграмма «кунь» (坤), процесс чередования «разжатию» и «сжатию» – есть «превращение» (*бяньхуа* 变化). Смысл этого процесса заключен в понятии работы открывающейся-закрывающейся «двери» (*мэньху* 门户); термин «ван-лай» (往来) включает в себе идею прохождения по некому «пути-дороге» (*даолу* 道路), смысл словосочетания «бу цюнь» (不穷) – «неисчерпаемость», а «людун» (流动) – это «непрерывное течение», понятие «образа» (*сян* 象) – это «объективный взгляд на вещи» (*кэгуань* 客观), «рассмотрение» (*цзянь* 见) – «субъективный взгляд» (*чжугуань* 主观), то есть это такого рода методология познания (*жэньшилунь* 认识论), проявляющаяся в субъекте во взгляде на существование вещей, «инструмент» (*ци* 器) – это все то, что «обретает форму» (*ю син дэ* 有形的), то, при помощи чего возможно создание неких «методов» (*фанфа* 方法), которые бы были полезны для использования всеми людьми, а вот это уже относят к категории «божественности» (*шэнь* 神).

Тут уже совершенно очевидно разговор переносится в сферу общественных отношений. Однако, «Перемены» относительно понятия «божественности-шэнь» делают для нас некое разъяснение. Оказывается, ничего тут «божественного» и нет, это могут делать все. Разъяснение это чрезвычайно важно, ведь тогда обладающие верой и информацией люди могут постичь суть всех вещей и достичь этой самой границы «духовного просветления».

В среде мастеров ушу относительно тех, кто достиг уровня «духовной просветленности», обычно говорят: «Никто не может его побить» (*шэй е да бу го та* 谁也打不过他). Но вот чтобы достичь этого уровня, не должно быть ни малейшего упрека в добродетельности победителя, иначе у людей сразу же возникнет к нему чувство отторжения и пренебре-

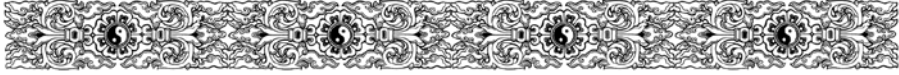


жения. На самом деле не существует и никакого абсолютно совершенного боевого мастерства. Все распознается в сравнении. Вот один человек в чем-то превосходит другого, но он не может превосходить его абсолютно во всем. Может, в кулачном искусстве он сильнее, а в искусстве меча-дао или меча-цзянь – совсем и необязательно. Понятие «духовной просветленности» это лишь некая высшая цель, к которой необходимо стремиться, а вовсе не броский ярлык «не имеющего противников во всей Поднебесной».

В «Каноне Перемен» есть такая фраза: «То, что выше материальной формы, именуется Путем-дао, то, что ниже материальной формы, называют инструментом-ци, его преобразования-хуа и просчитывание-цай называют превращением-бянь, предопределение-туй и осуществление связанных с ним действий-син называют проникновением-тун» (Син эр шан чжэ вэй чжи дао, син эр ся чжэ вэй чжи ци; хуа эр цай чжи вэй чжи бьянь; туй эр син чжи вэй чжи тун 形而上者谓之道，形而下者谓之器；化而裁之谓之变；推而行之谓之通).

Выдвигаемый «наукой о переменнах» (и сюэ 易学) в качестве теории высочайшего уровня образный взгляд на вещи является руководящим методом, относящимся как раз к разряду «превосходного» (гаочао 高超), познать и овладеть которым не могут люди обычные, но именно это и есть ядро «просветленного духа», Пути-дао. В боевом искусстве люди, которые могут просто «победить», совсем необязательно осознают этот принцип, потому в среде ушу часто повторяют выражение «начиная с боевого ремесла достичь стадии познания Пути-дао» (ю у цзи дао 由武及道), в нем как раз и заключается эта идея.

Обладающие только внешней формой вещи, здесь лишь «то, что ниже материальной формы» (син эр ся чжэ 形而下者), просто некий ремесленный инструмент, утварь, прибор. В ушу это можно отнести к конкретным видам и методам



боя, это вещи одного порядка. Однако этими конкретными способами необходимо владеть очень подвижно, нельзя намертво к ним привязываться. Напротив, надо «преобразовывать-хуа и просчитывать-цай», постоянно «превращаться» (бяньхуа 变化). Важно и само реальное применение, то есть «предопределение-туй и осуществление связанных с ним действий-син», только тогда возможным становится «мгновенное проникновение» (хожань гуаньтун 豁然贯通).

Здесь «Перемены» ясно указывают нам на последовательную цепочку: теория – методология – способность подвижного творческого использования – реальная практика. В отношении традиционного боевого искусства ее можно определить как: теория – боевая техника – взаимодействие (взаимопревращение) действия техник – реальное искусство практики боя, иными словами это и есть «продвижение по пути к «духовному просветлению» (шэньмин 神明).

В начальном разделе «Комментария приложенных слов» (Сицы шан 系辞上) говорится: «Шестерка начальная, подстилают белый камыш,<sup>1</sup> проступка от этого не будет» (Чу лю, цзе юн бай мао, у цзюй 初六, 藉用白茅, 无咎). Комментарий «мудреца-цзы» (которым в данном случае должен быть Конфуций – прим. пер.) по этому поводу гласит: «Делать небрежно и кое-как все складывать на землю – так тоже можно и вполне достаточно. Но если сделать подстилку из белого камыша, какой от этого может быть вред? Это будет только в высшей степени осторожность и осмотрительность. Так камыш – вещь ничтожная, однако оттого, как ее использовать, она может стать очень значительной и важной. Подобную обстоятельность в данном искусстве следует продолжать и впредь, от этого не может быть никакого урона» (Цзы юэ: гоу цо чжу ди эр кэ и; цзе чжи юн мао, хэ цзюй

<sup>1</sup> Императора цилиндрическая, в просторечии белый камышовый тростник (прим. пер.).



чжи ю? Шэнь чжи чжи е. Фу мао чжи вэй бо эр юн кэ чжун е. Шэнь сы шу е и ван, ци у со ши и 子曰: 苟错诸地而可矣; 藉之用茅, 何咎之有? 慎之至也。夫茅之为薄而用可重也。慎斯术也以往, 其无所失矣).

Первая фраза есть словесный комментарий черты «Начальной шестерки» гексаграммы *да го* (大过 ䷛) (Чрезмерность в большом), где говорится о том, что если подстелить под жертвенную утварь белый камыш, то проступка или нарушения в этом не будет. Конфуций толкует это в том смысле, что вообще-то жертвенную утварь можно было класть и на землю, но если ныне снизу расстилают белый тростник, в этом нет ничего зазорного, это проявление внимательности и осмотрительности, и при этом добавляется состояние особой значительности. Исходя из этого, подобное действие никоим образом не отразится негативно на всех других аспектах священного акта и не нанесет ему никакого урона. В данном случае проявлен такой подход, как «вещь ничтожная, а приобретает большую значимость», а ведь именно в этом и заключается такое отношение к делу, которое называют словом «изысканность» (*гаоя* 高雅). Если же «важной» считается только сама «ценная» вещь, подобно тем драгоценностям, которыми наполнены императорские гробницы, то это все банально, стандартно и лишено всякой «изысканности».

Что касается традиционного боевого искусства ушу, то здесь главным конечным требованием всегда было превратить техническое мастерство в искусство, и чтобы больше не было возврата к образу крутого вояки, который «в Южных горах побьет свирепого тигра, а в Восточном море поймает водяного дракона» (*Нань шань да мэн ху, дун хай цинь цзяо лун* 南山打猛虎, 东海擒蛟龙).

Относительно гексаграммы *чжун фу* (中孚 ䷛) (Внутреннее доверие) в «Каноне перемен» говорится: «Журавли кур-



лычат в тайном убежище, их птенцы в мире и спокойствии вторят им. Есть у меня чаша с хорошим вином, мы с тобой разопьем ее» (*Мин хэ цзай инь, ци цзы хэ чжи, во ю хао цзюэ, у юй эр ми чжи* 鸣鹤在阴, 其子和之, 我有好爵, 吾与尔靡之). Комментарий мудреца гласит: «Вот благородный муж-цзюньцзы пребывает в своих покоях, судя по исходящим от него речениям, если в них доброта, то и за тысячу верст-ли найдется отклик и потянутся к нему, ... если же нет доброты, то и за тысячу верст-ли будут к нему негативно настроены, а тем более живущие неподалеку» (*Цзы юэ: цзюньцзы цзюй ци ши, чу ци янь, шань цзэ цянь ли чжи вай ин чжи, ... бу шань цзэ цянь ли чжи вай вэй чжи, чжу ци эр чжэ ху?* 子曰: 君子居其室, 出其言, 善则千里之外应之, .... 不善则千里之外违之, 况其迩者乎? ).

Здесь самыми главными являются две фразы, которые говорит Конфуций: «если доброта, то и за тысячу верст-ли найдется отклик и потянутся» и «если же нет доброты, то и за тысячу верст-ли будут к нему негативно настроены».

Человек, обладающий боевым мастерством, «превосходящим» (*гаочао* 高超) других людей, обязательно должен быть человеком добродетельным (*даодэ* 道德) и благородным (*гаошан* 高尚), только тогда соратники из мира боевых искусств будут уважать его, а вовсе не за то, что он «побил всех во всей Поднебесной и нет у него противников» (*дабянь тянься у ди шоу* 打遍天下无敌手), не просто каких-то «господина Яна, не имеющего противников» (*Ян у ди* 杨无敌) или «Господина Го, не имеющего противников» (*Го у ди* 郭无敌).

Само понятие «не имеющий противников» (*уди* 无敌) ни в коей мере не представляет в традиционном боевом искусстве ту высшую планку, какой является «духовное просветление» (*шэньмин* 神明). Вот когда человек поворачивается к Пути-дао, избегает извилистых тропинок, когда и его бо-



евое мастерство «превосходно» (*гаочао* 高超), и «добродетель-благородство» (*даодэ* 道德 - *гаошан* 高尚) на высшем уровне – лишь в этом случае люди «и за тысячу верст» будут преклоняться перед ним.

В противном же случае, даже если обладать «превосходным боевым мастерством» (*угун гаочао* 武功高超), но налицо признаки морального разложения, то «и за тысячу верст» не обретишь к себе уважения. Именно в этом заключена идея понятия «воинской добродетели» (*удэ* 武德).

### 3) «Ощущая проникать» (*гань эр суй тун* 感而遂通).

В начальном разделе «Комментария приложенных слов» (Сицы шан 系辞上) говорится: «У [канона] «Перемен» нет мыслей и нет действий, но находясь в полном покое без движения, ощущает и пронизывает причины всего происходящего в Поднебесной» (*И у сы е, у вэй е, цзи жань бу дун, гань эр суй тун тянься чжи гу* 易无思也, 无为也, 寂然不动, 感而遂通天下之故).

Человек – есть существо, мышление которого основано большей частью на работе коры большого головного мозга. Если перед вами непонятная для вас вещь, следует сначала разобраться, что она из себя представляет, исследовать ее с различных сторон, провести практические эксперименты, овладеть пониманием специфических особенностей ее существа и, в конце концов, начать управлять ею и использовать в своих нуждах. На весь этот процесс требуется довольно продолжительное время. Что касается тренировки мастерства в традиционном ушу, здесь тот же процесс ознакомления, испытания и установления себе на службу. Однако когда дело доходит до практического применения боевых приемов в реальном бою, весь этот процесс прохождения мысли через головной мозг уже не годится, ведь это так медленно! Если не получается опереться на мыслитель-



ный процесс (*сывэй* 思维), тогда остается опора на реакцию (*фаньин* 反应). А это как раз то, что базируется на автоматических навыках, приобретенных и накопленных нами в процессе постоянных тренировок. Реакция в бою такова, что когда противник наносит удар рукой или ногой, я, не раздумывая, уже чувствую его, мгновенно реагирую и иду с контратакой<sup>1</sup>.

Таким образом, называемое в «Переменах» состояние «безмыслия» (*у сы* 无思) и «бездействия» (*у вэй* 无为), напоминает ситуацию перед схваткой, когда все замерло и никакого движения еще не началось. А дальше, как говорится – «чуть тронь и взорвется» (*и чу цзи фа* 一触即发), то есть последует ответный выпуск силы<sup>2</sup>. Традиционное ушу часто подразделяют на три уровня мастерства: «нижний» (*ся чэн* 下乘), «средний» (*чжун чэн* 中乘) и «высший» (*шан чэн* 上乘).

Нижний уровень – это «подбор удобной позиции, высматривание случая для проведения технического приема» (*цзянь чжао юн ши* 见招用式), чтобы эффективно ударить, толкнуть или сбить с ног противника.

Средний уровень уже заключается в так называемой способности «использовать сознание, не использовать физическую силу» (*юн и бу юн ли* 用意不用力).

---

<sup>1</sup> Подробнее о специфике работы коры большого головного мозга и его амортизационного отдела, а также буферного участка, связанного с мозжечком и быстрой оперативной памятью, см. книгу Юй Чжицзюня «Тайцзицюань стиля Ян. Малоамплитудный комплекс и его боевое применение» (杨式太极拳小架及其技击应用 Янши тайцзицюань сяоцзя цзи ци цзици инъюн). 北京 (Пекин), 2003, (на русский язык книга переведена в 2008 году А.О. Милянюком) Там описаны принципы выработки мгновенной реакции в бою. (прим. пер.).

<sup>2</sup> Это состояние можно сравнить с тем, как гадальщик, разложив перед собой «Канон Перемен» и гадательные палочки или монеты, находится в полном покое. Но как только подброшена первая тройка монет, одна за одной из отдельных черт начинает складываться конкретная гексаграмма – некая реальная жизненная комбинация (прим. пер.).



Высший же уровень – «ощущая реагировать» (*гань эр ин чжи* 感而应之).

Вся эта методологическая концепция целиком исходит из «Перемен».

В «Переменах» также говорится: «То, что в Поднебесной не достигают святости-шэнь, так это недостаток в умении [пользоваться] этим [методом постижения]» (*Фэй тянься чжи чжи шэнь, ци шу нэн юй юй цы* 非天下之至神, 其孰能与于此).

То есть разговор идет о постижении окружающего мира на уровне «всепроникающих» чувств, что возможно только при достижении некой высшей стадии совершенства, отличающейся от уровня постижения мира обыкновенными людьми за счет тривиального мыслительного процесса при традиционном обучении. Обыкновенные люди не обладают теми творческими, созидательными потенциями, которые свойственны «святым» людям с их «проникновенностью» во все окружающие процессы мироздания.

**4) «Дух-шэнь и его просветление»** (*шэнь эр мин чжи* 神而明之).

В начальном разделе «Комментария приложенных слов» (*Сицы шан* 系辞上) говорится: «ведение преобразований-хуа и их просчитывание-цай заключены в превращении-бянь, практика предопределения-туй и осуществление связанных с ней действий-син заключены в проникновении-тун, дух-шэнь и просветление-мин его заключены в тех людях [кто этим занимается]» (*Хуа эр цай чжи, цунь ху бянь; туй эр син чжи, цунь ху тун; шэнь эр мин чжи, цунь ху ци жэнь* 化而裁之, 存乎变; 推而行之, 存乎通; 神而明之, 存乎其人).

Если посмотреть с точки зрения боевого искусства ушу, методы кулачного боя, боя на мечах, саблях или копьях строго определены, нормы их выполнения четко установ-





лены, а вот то, что называют «вытранировывание до уровня способности преобразования-хуа» (лянь дао «хуа» цзин 练到“化”境), так вот это и есть «ведение преобразований-хуа (化) и их просчитывание-цай» (裁), ключ к ним – в превращении (бяньхуа 变化). Но вот все ли мы через это поняли и во все ли «проникли-тун» (通)? Для этого нужен еще опыт реального применения в схватках, то есть «практика предопределения-туй (推) и осуществление связанных с ней действий-син (行)». Ну а вот сможем ли мы при помощи всего этого дойти до границ «просветления духа» (шэньмин 神明)? Это уже все становится видно по тому, каковы устремления человека, его способности к постижению, смысленность и умение воплощать понятое в реальном бою.

В «Суждении о тайцзицюань» также есть фраза: «Отрабатывая до привычности и совершенства приема-чжао, постепенно начнешь прозревать и понимать силу-цзинь; постигая силу-цзинь, достигаешь стадии духовного просветления-шэньмин, быстро и легко проникнуть в суть этого невозможно, [а лишь] на протяжении длительного времени, исследуя естественность и не прибегая к грубой силе-ли» (Ю чжао шу эр цзянь у дун цзинь, ю дун цзинь эр цзе цзи шэньмин, жань фэй юн ли чжи цзю, бу нэн хожань гуаньтун янь 由着熟而渐悟懂劲, 由懂劲而阶及神明, 然非用力之久, 不能豁然贯通焉).

Ведь это же все целиком взято из «И цзина». «Отрабатывая до привычности приема-чжао» (чжао шу 着熟) – это ничто иное как «ведение преобразований-хуа и их просчитывание-цай», «постижение, понимание силы-цзинь» (дун цзинь 懂劲) – это «предопределение-туй и осуществление связанных с ним действий-син», а «духовное просветление» (шэньмин 神明) как раз «находится в самом человеке» (цунь ху ци жэнь 存乎其人)!



## Глава 5. «Перемены не имеют границ, где остановиться» (и у чжи цзин 易无止境).

В завершающем разделе «Комментария приложенных слов» (Сицы ся 系辭下) есть фраза: «[Канон] перемен является [предсказательной] книгой, но нельзя [предсказывать] на слишком отдаленное [время]<sup>1</sup>, путь-дао ее состоит в непрекращающихся перемещениях. Превращения движутся без задержки, циклически следуя по шести пустотам [уровней черт гексаграммы], верх и низ [которой] непостоянны, а жесткость и мягкость меняются местами, невозможно существование неких неизменных основополагающих правил, только лишь «превращение» подходит [в качестве такого правила]» (И чжи вэй шу е, бу кэ юань; вэй дао е люй цянь. Бянь дун бу цзюй, чжоу лю лю сюй, шан-ся у чан, ган-жоу сян и, бу кэ вэй дянь яо, вэй бянь со ши 易之为书也, 不可远; 为道也屡迁。变动不居, 周流六虚, 上下无常, 刚柔相易, 不可为典要, 唯变所适).

«Канон Перемен» представляет собой книгу для гадания, если пойти против хода ее течения, можно взойти вверх до уровня первопредков<sup>2</sup>, если пойти в обратную сторону, можно узнать будущее. Однако далеко уйти в предсказаниях нельзя, ведь они есть всего лишь некое подытоживание накопленного тысячелетиями материала непрерывно совершенствующегося прогностического мастерства, в основу которого положен закон постоянного изменения и превращения всего сущего. Движению и изменению подвержены не только внешние элементы формы гексаграмм, изменения проходят через промежутки между всеми шестью чертами-яо, состоящие из триграмм верхние и нижние части гекса-

<sup>1</sup> Считалось, что точность прогноза связана с отдаленностью ситуации во времени, то есть чем ближе событие, тем легче его предсказать (прим. пер.).

<sup>2</sup> Прошлое традиционно ассоциировалось у китайцев с верхом, а будущее – с низом (прим. пер.).



граммы также постоянно перемещаются относительно друг друга, *иньские* и *янские* черты-*яо* меняются местами, из этого невозможно создать ничего классически неизблемого, можно только, адаптируясь к ситуации взаимозменения, применить контрмеры относительно процесса взаимной реакции. Здесь выдвигаются концепции «руководствоваться законом непостоянства» (*фа учан гуи* 法无常规) и «в переменных не иметь границ и остановок» (*и у чжи цзин* 易无止境). Все виды китайского традиционного искусства получили свое развитие, руководствуясь именно этими принципами. Фраза «руководствоваться законом непостоянства» позволяет нам постоянно совершенствоваться и продвигаться вперед, а если во второй фразе слово «перемены» (*и* 易) заменить на слово «искусство» (*и* 艺), то получившаяся фраза «искусство не имеет границ и остановок» будет стимулировать нас к «вечной самонеудовлетворенности» (*юн бу цзымань* 永不自满), к беспредельному самосовершенствованию.

Те, кто своими тренировками совершенствуется в китайском традиционном боевом искусстве ушу, основываясь на той же главной сути своей духовной культуры, которая выталкивает традиционное ушу на вершины высокого искусства. Корни этого тянутся к «Канону Перемен»!

Некоторые могут сказать, что все вышесказанное правильно, однако и во всем мире люди претворяют свои достижения таким же самым путем, и нет тут ничего особенно ценного, чем стоит восхищаться. Мы говорим – а вот и нет! Вопрос заключается в процессе «конкретизации» (*цзюйтихуа* 具体化) концепции «Перемен», а именно «циклическом следовании по шести пустотам [уровней черт гексаграммы] (*чжоу лю лю сюй* 周流六虚), верх и низ [которой] непостоянны (*шан-ся у чан* 上下无常), а жесткость и мягкость меняются местами (*ган-жоу сянь и* 刚柔相易)» – это все для такой высочайшего уровня обобщения-формулировки как «только лишь



«превращение» подходит [в качестве правила]» (*вэй бянь со ши 唯变所适*), именно она является тем нескончаемым источником созидательного творчества.

Вот фраза о «циклическом следовании по шести пустотам [уровней черт гексаграммы] (*чжоу лю лю сюй 周流六虚*)». Считается, что в человеческом организме имеются двенадцать так называемых «основных» энергетических каналов (*чжэн цзин 正经*), из них шесть – янских (три янских на руке – *шоу сань ян 手三阳*, три янских на ноге – *цзу сань ян 足三阳*) и шесть – иньских (три иньских на руке – *шоу сань инь 手三阴*, три иньских на ноге – *цзу сань инь 足三阴*), соединенные вместе они и образуют число так называемых «шести пустот» (*лю сюй 六虚*).

Что касается «циклического следования по шести пустотам», то происходит оно по линиям протяжения энергетических меридианов. Начинается все по трем иньским меридианам на руке с внутренней стороны тела в области груди, далее это циклическое движение продолжается по внутренней стороне предплечья до кончиков пальцев, где происходит вхождение в три янских меридиана на руке. Движение идет от кончиков пальцев по внешней стороне руки вверх к предплечью и затем до области головы, где происходит вхождение в три янских ножных меридиана. Теперь от головы движение происходит через область спины по внешней стороне ноги и по ней к пальцам стопы, где происходит вхождение в три иньских меридиана на ноге. От пальцев ноги движение идет вверх по внутренней стороне лодыжки и бедру, доходя до области живота и груди, а затем, когда заканчивается один цикл, снова происходит вхождение в три иньских меридиана на руке, а затем в три янских меридиана на руке.

Вот таким образом непрерывно происходит некое циклическое перетекание. На пути следования по линиям протяжения двенадцати меридианов расположено множество биологически активных точек (*сюэвэй 穴位*), через которые, как



через некие окошечки, по ощущениям от их реакции можно судить о состоянии и тенденциях того или иного канала.

Ну а что же это за такая вещь, которая по этим каналам «циклически протекает» (*чжоу лю* 周流)? Ее называют специфическим термином «энергия-ци» (气), отсюда и представления о «тренировке» или «выплавлении энергии-ци» (*лянь ци* 炼气). В традиционном китайском ушу те, кто хочет достичь высшей степени мастерства, обязательно должны заниматься «выплавлением энергии-ци», что ныне называют термином «тренировка мастерства владения энергией-ци» (*цигун* 气功). Методы тренировок различаются, но если мастерство достигает эффекта, это означает возвращение к единству всеобщего принципа (*гун сяо гуй и* 功效归一).

Теперь, что касается фразы «верх и низ непостоянны» (*шан-ся у чан* 上下无常), здесь говорится как о верхней и нижней частях человеческого тела, так и о его внутренних и внешних составляющих. «Внутри наполняйся духом, а внешне демонстрируй беззаботную беспечность» (*нэй ши цзиншэнь, вай ши аньи* 内实精神, 外示安逸) - таким образом вытренировывается некая необычная «внутренняя сила», способная в схватке с противником продемонстрировать такое явление, когда внешних повреждений у него не будет, а внутренние органы окажутся полностью разрушенными.

Фраза «жесткость и мягкость меняются местами» (*ган-жоу сяи и* 刚柔相易) говорит сначала о том, что «мягкостью можно преодолеть жесткость» (*жоу нэн кэ ган* 柔能克刚), а затем приводит к созданию практического метода «мягкостью преодолевать жесткость» (*и жоу кэ ган* 以柔克刚), что явилось величайшей революцией в искусстве реального боя.

Вот так и вышло, что только в Китае на основании великой теории «Перемен» смогло появиться такое необычайно глубокое по содержанию боевое искусство, каким является тайцзицюань.