

Философия — основа ушу

Чем так неудержимо манит к себе сердца людей китайское искусство единоборства — ушу? Чем оно их чарует, обвораживает и опьяняет? Что заставляло наших предков всю жизнь, все силы посвящать разгадке ушу и даже проливать кровь, класть головы, пробиваясь к его сияющим высотам? И, используя таинственные ритуалы, передавать свои достижения из поколения в поколение? А ныне? Какая сила с таким неудержимым напором выносит ушу из узких рамок различных школ, выводит за пределы Китая, распространяет по всему миру и покоряет собой умы и души не только любителей спорта и физкультуры во всех концах земли, но и ученых и мыслителей? В чем же все-таки кроется секрет неотразимости и притягательности ушу?

Китайская поговорка гласит: «Пышная листва у тех деревьев, у которых корни глубокие». Ушу действительно способно пленять души так же, как могут их пленять поэзия, песни, старинные предания, чарующие своей чудной простотой. А сложные корни неуловимого очарования ушу прочно связаны с китайской классической философией. Здесь та плодотворная почва, веками питающая ушу-истов, и, лишь уходя корнями в нее, ушу из столетия в столетие пышно расцветало яркими красками и с каждым поколением приносило все новые и новые богатые плоды. Многие, в том числе и наши соотечественники, до сих пор сомневаются: «Философия в ушу? Не бред ли это? Не рассказы ли? А может быть, насильно пытаются их связать вместе, дабы придать ушу несуществующую глубину? Или мудрят ради иных целей? Или пытаются что-либо приукрасить? Или же это просто претензии на оригинальность и символика? К тому же это философия древних, а какой от нее прок сегодня?» Находятся и такие, для кого философия глубокой древности — лишь суеверие и мистика.

Напластования истории тоже могут привести к невежеству, если учесть, что философия древних, ее соль, ее глубины были как бы погружены в глубокий сон, в котором они, подобно спящей красавице, покоились тысячи лет. Но не вечно же нам быть невеждами. И сон этот тоже необходимо нарушить. Мы не имеем права принимать алмазы за стекло, а золото за пепел. И грех нам жаловаться на нищету, держа в руках золотую чашу. Путем взаимной проверки между философией и ушу мы выявляем уже их взаимную ценность и ценность каждой стороны в отдельности. Нас заново ослепляет их яркий свет. Мы почти заново открываем, что без китайской философии не было бы китайского ушу, что философия — основа ушу, что ушу — утонченное воплощение философии.

1. Метод ушу — метод китайских древних философов

Обучение ушу высших уровней с самого начала делает особый упор на медитацию стоя или сидя, требующую погружения в состояние покоя. А такое состояние, являясь психофизической основой высшего искусства и техники единоборства, являлось также у древних китайцев одним из методов познания мира. Видеть нужное и пропускать мимо взора ненужное — это общий наш подход ко всем явлениям, подход, в котором оказывается наша «недалекость». Такое отношение проистекает из высокоразвитого утилитаризма и сознательного мышления, т. е. из приобретенной нами привычки выборочного наблюдения мира. Ну, как, например, когда мы с помощью защитных темных очков избегаем яркого света, что, конечно, приятно, но из-за этого удовольствия теряем возможность видеть подлинные цвета окружающего нас мира.

Древним в чем-то повезло по сравнению с нами. У них уже превосходно были развиты мозг и умственные способности, в чем нам и до сих пор не удалось превзойти их, а вместе с тем они тогда еще не утратили интуиции и врожденной способности к непосредственному обмену информацией с природой. А все это, вместе взятое, является оптимальным состоянием интеллекта. Китайские мудрецы, используя такое преимущество, после основательного синтеза и обработки информации, поступающей к ним по разным каналам, обнаружили: людские взаимосвязи и страсти, их аппарат ощущений, а также речевое логическое мышление — все это страдает ограниченностью, а иногда даже тормозит более тонкое, более глубокое, более всеобъемлющее и всестороннее познание мира. Так, грязные пятна на зеркале, не пропуская световых лучей, не позволяют зеркалу отражать предметы или же дают их неполное, искаженное изображение.

И хотя людям в древности не удалось сконструировать самолеты и ракеты, о чем мы до сих пор сожалеем, но зато им удалось открыть другое. Открыть то, что при некоторой обработке именно человеческая душа является самым чистым зеркалом, самым чувствительным прибором, способным без всяких скидок отразить наш мир с его закономерностями. Вследствие чего была выработана «техника очищения души», что в буддизме выражено как «чистое сердце видит сущность вещей». Что значит, что, только очистив сердце (душу) от всего его замутившего, мы в состоянии увидеть (познать) свою сущность и сущность вещей. А это значит, что необходимо научиться игнорировать раздражения, оказываемые на наши органы чувств, устранять преграды, создаваемые сознанием, и, погрузившись в бесстрастное состояние, при котором осуществляется безразличие и всесторонняя связь между внутренней и внешней сторонами души и тела, спокойно принимать информацию, исходящую к нам от нас самих и от окружающего нас мира. Затем, после возврата к нормальному пристрастному состоянию, после сравнения пристрастного и беспристрастного наблюдений, уже решать: как использовать результаты, полученные при беспристрастном наблюдении и умозрении, как, на

основе неразрушения природы и не нанося вреда естественности вещей, действуя в пределах закономерностей, работать на свое благо и благо человечества.

Познание мира лишь путем пристрастного наблюдения неизбежно приводит к слепоте; а на фоне знаний, полученных при беспристрастном познании мира, даже пристрастное их использование не будет страдать слепотой. Об этом и говорит Лао-цзы: «При регулярном беспристрастном наблюдении мы видим неуловимые чудеса; при регулярном пристрастном наблюдении мы видим, как и к чему надо стремиться». Это и есть основной метод познания мира древними китайцами. Когда же находятся люди, пытающиеся использовать это положение для распространения суеверий, то в этом уже нельзя винить Лао-цзы, так же как нельзя обвинить мадам Марию Кюри в том, что люди используют ее открытие для производства смертоносных атомных бомб. Мы можем гордиться перед древними нашей современной наукой и логическим мышлением. Вместе с тем не надо ли и нам в свою очередь открыто признаться, что кое в чем они стояли выше нас? Мы руководствуемся лишь пристрастным подходом к вещам, не очень разбираясь в беспристрастном. А пристрастный подход извлекает неполную информацию, синтез и обработка которой приводят к открытиям и изобретениям, пусть приятным и практичным в настоящий момент, но как знать, не чреватым ли бесконечными бедствиями в целом?

Слепой прогресс науки приводит к нарушению экологического баланса — не красноречивый ли это пример? Замена человеческой силы орудием, конечно, создает большие удобства, но и это приводит человека к многосторонней беспомощности, к утрате природной интуиции, к переходу множества явных способностей в потенциал, создает преграды по отношению к выявлению скрытых духовных и физических возможностей человека, и много сегодня усилий требуется для того, чтобы вскрыть и развить уже скрытые, а также еще никогда не выявлявшиеся человеческие резервы, — не является ли это еще одним примером? Ответим же положи руку на сердце: разве не выйдем мы иной раз перед древними, как лилипуты перед великанами, не спешим ли мы иногда, как слепцы, ощупывающие каждый отдельную часть слона и каждый, исходя из этого, на свой лад описывающий, что слон из себя представляет?

В том, что «техника очищения души» дошла до нас, есть огромный вклад и со стороны ушу. Ибо ушу является одним из очень редких путей, благодаря которому человек в состоянии на личном душевном и физиологическом опыте изведать, проверить и постичь философию древних. Ибо ушу является психофизическим воплощением и носителем этих философских идей, многие из которых не поддаются речевому выражению и описанию и дошли до нас лишь благодаря способности целых поколений ушуистов к постижению их путем телесного и умственного «озарения». И первое сокровище, которое должно даровать ушу обучающемуся сегодня, — это дошедшие до нас от древних философия, метод познания мира и самого себя. Вместе с тем это один из эффективных путей нового всестороннего раскрытия и развития потенциальных возможностей института человека, его физических и интеллектуальных

ресурсов. Сочетание беспристрастного и пристрастного, речевого и неречевого; сочетание логического, образного, интуитивного мышления с вдохновением, т. е. всех доступных нам форм мышления; сочетание сознания, подсознания, бессознания и инстинктов; сочетание иррационального, рационального со сверхрациональным — одним словом, сочетания всех путей познания, полная живая интеграция, однозначность ее для человека — вот в чем наша надежда.

«Мистицизм» для честных его носителей не мистичен. Это лишь ярлык, приклеенный к ним логическим мышлением, считающим себя единственно правильным и исключаящим остальные формы мышления как «неправильные». Философия — это душа ушу, наполняющая его самым глубоким содержанием. Китайская философия и культура, представленные монографией «И цзин» («Книгой перемен»), являющейся обобщением достижений различных древних наук и стоящей во главе всех китайских канонов, с начала до конца подчеркивают целостный подход ко всем вещам и явлениям. И наряду с признанием всевозможных различий между ними делают упор на единую суть всех вещей и процессов. Философия древних уделяет пристальное внимание не структурам, а функциям, не конкретным процессам, а эффективности и результатам. Она ценит и различие, но больше ценит общность, т. е. больше внимания придает голографической (информативно всеобъемлемой) связи и функциональному тождеству структур между частным и частным, частным и целым. Противоречия между истиной и человеческими страстями решаются на той же основе.

В китайской философии имелись, естественно, различные школы. Весь процесс развития китайской классической философии — это история развития трех основных школ — даосизма, буддизма и конфуцианства, — на всем протяжении которой они вели борьбу друг с другом, взаимно дополняли, сталкивались и сливались друг с другом. При сунской династии (960— 1229 гг.) они объединились наконец под флагом неоконфуцианства, что носит название «слияние триады». Но слияние это не было совершенным. Представлявшее национальное самосознание и находившееся на службе у китайской традиционной политики конфуцианство имело, с одной стороны, свои заслуги в управлении страной и обществом, с другой стороны, явно зажимало даосскую и буддистскую философии, отражавшие естественное натуральное сознание и подсознание нации. Но целостный подход к явлениям мира и общая идея относительно того, что вся Вселенная берет начало от единого корня и сходится в едином, всегда являлись общей основой этой триады. Являются они и основой теории и практики ушу.

Ушу целиком пропитано китайской древней наукой, культурой и искусством, оно вобрало в себя мудрость китайской нации, накопленную за тысячи лет. Историко-географические элементы, индивидуальное различие в способах и уровне мышления, а также разница в практическом опыте отдельных ушу-истов-мастеров способствовали тому, что ушу сформировалось как сложнейшая система, состоящая из многочисленных школ и направлений, а также

неисчислимы группировок. Но несмотря на количество школ и группировок, несмотря на то что у каждой школы, у каждого мастера было свое оригинальное, непревзойденное по редкости и чуду мастерство, свои секреты и свой вершинный личностный опыт, в общем их всех можно причислить к пяти системам: к даосской, конфуцианской, буддийской, медицинской и к искусству (медицина и искусство также пропитаны философией триады).

Общая теоретическая предпосылка всех пяти систем подчеркивает необходимость параллельного усовершенствования «души и тела», но в начальной практике каждая система делает упор на разные аспекты, что не мешает их обоюдному заимствованию. При не очень точном обобщении можно сказать, что ушу как искусство отдает предпочтение пластике и ритму движений человеческого тела, его художественной выразительности; лечебно-медицинское ушу направлено на оздоровительные цели, на достижение долголетия; ушуистов-конфуцианцев больше интересуют проблемы этики и морали, социологии и человеческих отношений; у ушу-истов-буддистов высочайшие достижения в духовном и психическом усовершенствовании; даосские ушуисты проводят серьезные исследования природы и жизненных процессов.

Конечно, каждая система вырабатывает свои принципы единоборства и, соответственно, технику развития внутренних сил. Но в общем, целостном подходе все пять систем исходят из одного корня, взаимосовершенствуются, а на высших уровнях сливаются воедино, т. е. разными путями приходят к одной цели. Поэтому, говоря по существу, китайское ушу является одной единой школой. Неправильно было бы предполагать, что ушу является лишь объектом философских исследований. Оно само по себе уже является продуктом полного слияния психофизической культуры спорта и искусства единоборства с философией. Китайская философия — не только средство исследования ушу, она сама уже — неотъемлемая его часть, его душа.

В силу оригинальности и специфического характера китайской философии никакая другая философская система не в состоянии заменить ее место в ушу. Слияние физических, психических и философских элементов в технике ушу достигло такого высокого уровня, которого обучающийся, не овладевший принципами китайской философии, достигнуть не в состоянии. Каждый шаг в таком обучении, преодоление каждой новой трудности, каждая новая ступень сопровождаются поворотом в сознании, поворотом в способе мышления. Без таких поворотов усовершенствование неосуществимо. А это значит, что овладение мастерством ушу высоких категорий требует синхронного овладения как его психофизической техникой движений, так и философским методом, кроющемся в ней.

2. Ушу делает упор на гармонию покоя и движений

Находясь лицом к непрерывно меняющейся вселенной и человеческому жизненному процессу (т. е. к динамике, к движению), наши предки-мудрецы обнаружили, что тут находят место также относительно уравновешенные системы и закономерности (т. е. статика, покой) и что только при наблюдении движения «из покоя», т. е. только при наблюдении всего неустойчивого, изменчивого, движущегося с позиций сравнительно устойчивых, становится возможным одновременное познание закономерностей взаимного превращения состояний покоя и движения и овладение этими закономерностями. А затем стало возможным и практическое владение состоянием гармонии между покоем и движением.

Нетрудно уловить, что подход китайских философов к проблеме состояний покоя и движения (постоянства и изменчивости и т. д.) разработан в том же духе, что и предыдущие проблемы беспристрастного (покой) и пристрастного (движение) подходов в познавательном процессе. Ушу на высших стадиях добивается особой цели — «покоя в движении». Движение нарушает равновесие (покой), покой его удерживает. «Покой в движении» (или «движение в покое») — это динамическое равновесие. Идеальный уровень гармонии — это сохранение непрерывного безразличного равновесия психических и физических процессов в условиях движения.

Ушуист находится в условиях атаки и защиты, лицом к многочисленным и мгновенно меняющимся жестоким приемам противника, причем под угрозой смерти, но и тут ему необходимо сохранить безразличное равновесие духа и тела, так же как сохраняет это равновесие идеальный шар в движении по идеальной поверхности. Причем он еще должен сохранять ловкость и легкость движений, наивысшую релаксацию, полную свободу и предельную экономию энергии. Какие качества, какие сверхъестественные психологические, физические и силовые способности открываются и формируются у человека в такой работе над собой! Ключом к состоянию покоя или равновесия является в высшей степени спокойное, хладнокровное, трезвое состояние человеческого сознания, органически сливающего воедино все его пласты и уровни и управляющего всеми каналами связи души и тела, как внешними так и внутренними.

Такое состояние сознания сохраняет присутствие духа, покоя, почти равнодушия и одновременно повышенной трезвости в любых условиях. А в ушу сохраняет покой в условиях ожесточенной борьбы, бурных эмоций, резких, последовательных движений и ударов, огромных душевных потрясений. Образно выражаясь, это должно быть состоянием зеркальной поверхности нетронутой воды. И только такое душевное и физическое равновесие, такой покой дают возможность человеку достигнуть наивысшей релаксации духа и тела, а также наивысшей экономии энергии. Поэтому в теории ушу говорится: «Лишь бы были в покое душа, сердце и воля, а это уже само собой обеспечивает легкость и ловкость всех движений, всего тела». А на самых высоких вершинах искусства осуществляется еще гармония и синхронность слитых воедино души и тела с ритмом Вселенной.

И тут опять играют роль принципы единства, принцип индукции человеко-природы, принцип их синхронности, присущие китайской философии. Когда осуществляется связь состояний покоя и движений человека с единой поступью Вселенной, то в ушу человек без подготовки встречается с покоем незыблемым, с ударом, рушащим любую поверхность. Что же касается настоящих мастеров ушу, то победа и поражения тут определяются без борьбы и до борьбы, т. е. без опасности нанесения ранений. Цель «преследования покоя при движении» в единоборстве — это «покорение движения (противника) покоем». «Покорение (или обуздание) движения покоем» — это специфические для высоких уровней ушу работа и техника, основанные на способности сохранять безразличное равновесие в условиях единоборства. Конкретное проявление такой работы и мастерства заключается в умении «овладеть моментом и ситуацией». Опустив подробности техники, общую картину ее можно схематически описать примерно так: хороший мастер в момент начала движения противника (начала, в обычной практике неуловимого) ощущает «индуктивно» и точно тенденцию и результат будущего развернутого движения, что называется «овладеть моментом». В тот же момент он, «отказываясь от себя, подчиняется противнику», что происходит на основе выучки и установки к «подчинению покоя движению, цели — беспристрастности». В результате мастер органически входит в ритм динамики соперника, осуществляет гармонию с его тенденцией.

И тут происходит «волшебство»; в самый начальный момент движения противника, еще до осуществления им настоящего выпада, «еще в тенденции, в мотиве», его атака уже разрушена, сведена на нет, физически ликвидирована. Мастер «рассеивает» потенциально существующее неравновесие, наносимое ему соперником; последний же также потенциально теряет физическое равновесие, что им практически не ощущается (явное ощущение этой потери возможно только в экспериментальных условиях при обучении). Несмотря на физическую демобилизацию, психически противник продолжает атаку (выпад), движение происходит по инерции, по программе, лишенной изначального двигательного импульса.

Этим состоянием полной дисгармонии противника пользуется мастер. Он «подчиняет себе противника на основе своего подчинения ему». Установка: «подчинить движение покою, беспристрастность — цели». Результат: мастер вбирает всю динамическую (закрытую) систему противника в свою психофизическую систему, систему гармоничную (для мастера), открытую по отношению к противнику, что и дает возможность «пропитать» собою противника, «вобрать его в себя». Одним словом, мастер растворяет противника в своем динамическом равновесии, осуществляет динамическое единство пристрастного и беспристрастного, движения и покоя, подчинения противника себе и своего подчинения ему. Это и называется «овладением ситуацией».

«Овладение ситуацией» обращается для мастера чудесами превосходства над противником, а для противника — полной зависимостью от воли мастера. «Овладение ситуацией» гарантирует мастеру последовательное преимущество,

полную инициативу, что предопределяет противнику полную обреченность, всестороннюю зависимость и пресечение любой попытки выйти из этого состояния. В теории ушу это обоюдное состояние называется «мне комфортно, а тебе — наоборот» или же просто рабочим термином «клей (вязкость, липкость)».

Когда же лицом к лицу становятся мастера высочайших категорий, достигшие способности уравнивать (приводить в единое равновесие) себя, противника и окружающую среду, то терпит поражение тот, кто первый задумывает атаку, ибо он первым нарушает равновесие (рушит покой), и в первую очередь нарушает свое собственное равновесие. Нетрудно понять, что философия «преследования покоя в движении» по своим целям и значению применима не только в единоборстве. Ее назначение намного благороднее: наладить равновесие в любой форме движения, включая и такие, как человеческая жизнь, взаимоотношения между людьми, адаптация к окружающей среде и ее преобразование и т. д. Всем ведь известно, что идеальное равновесие приносит движению не только наименьший ущерб, наибольшую экономию энергии, но и наивысшую эффективность, что применимо к любой сфере человеческой деятельности.

3. Теория ушу делает упор на взаимоотношения инь и ян

Инь (пассивное, или женское, начало в природе) и ян (активное, или мужское, начало) также являются всеобъемлющими основными понятиями в китайской древней философии. Понятия, кое в чем напоминающие две противоположности в современной теории о единстве противоположностей. Инь и ян, «мнимое» и «действительное», овладение искусством их взаимодействия и взаимопереключения — вот в чем кроется таинственная суть, на основе которой осуществляется особая техника ушу, где мастер, заимствуя силу противника, достигает эффекта победы слабого над сильным, мягкого над твердым. Но малопонятные чудеса этого эффекта, его механизм испокон веков вплоть до наших дней не укладываются в человеческом уме. И когда непосвященный видит демонстрацию этого эффекта, то для его ума это непостижимо. Ему это всегда будет казаться фикцией, обманом. Отойдя на миг от всеобъемлемости категорий инь и ян, ограничившись пределами доступной сегодняшнему читателю сферы механики, мы в настоящей статье впервые в истории приводим теорию «инь — ян» в соответствии с понятием о силе.

Грубо говоря, инь и ян — это два направления, две характеристики силы в механике, где действие — это ян, а противодействие — инь. Взаимопереключение инь и ян — это взаимопереключение действия и противодействия. Если вы при помощи соответствующих упражнений и силы воли и ума научились превращать свою мускульную силу в силовой поток, исполняющий вашу волю, и научились приводить в замкнутую цепь действие и противодействие силы противника, то любой его выпад аннулируется сам

собой. Ибо как только действие и противодействие из состояния антагонизма, из противоположных направлений входят (переключаются) в состояние петли, то они поглощают друг друга, силовым результатом чего является нуль. Эффект — противник теряет импульс движения, а вместе с ним и равновесие.

Для создания замкнутого потока живой силы, да еще в мышцах противника, требуется, несомненно, много условий. Вооруженное древнекитайской философией ушу отвечает всем требованиям, выдвинутым этой задачей, что и создало это чудо. Ушу, используя философские положения о том, что инь-ян исходят из одного корня и в конце концов обращаются в единство, плюс положение о том, что инь и ян периодически выделяются и сливаются, обнаружило, что физическая сила человека, носителем которой обычно является костно-мышечная система рычагов, может быть преобразована путем особой тренировки в «подвижную», «сквозную силу», т. е. в поток биоэнергии, управляемый волей и свободный от рычаговой структуры. Это так называемая «сила, снявшая формы». В результате человеческое тело превращается в «проводник» силы, подобно тому как проводником для электричества является металл, что позволяет силе (новое качество ее в отличие от простой грубой силы называется «цзинь») проходить по воле мастера по его телу и по телу противника и даже выходить за пределы их тел в пространство, где она преобразуется по воле мастера в силовое биополе любой формы.

А это означает, что биомеханическая система человека возводится в систему полей, где роль играют уже полевые эффекты. Поскольку такое силовое биополе управляется волей мастера, т. е. особо отработанным необычным сознанием, то в условиях такого поля становится возможным уже свободное решение проблем деления и слияния силовых «инь-ян», а также реализация «петли» и других биомеханических задач. В условиях такого поля там, где присутствует «воля», существует и функционирует «действительное», а там, где «воли» нет, существует и функционирует «мнимое». Вот в чем заключаются основное содержание и теоретические основы «инь-ян», «мнимого» и «действительного» в ушу, сочетающие древнюю философию и современные научные познания, ограниченные тут пока сферой механики.

Мы уверены, что стоит современной науке воспринять эти понятия, добытые опытом, проверить их экспериментально, произвести экстракцию под углом человеческих нужд, как настанет пора последовательной перестройки не только современной биомеханики в целом, но и всего современного спорта и физкультуры. Что же касается пристального внимания к силовому противодействию, его использования и бесчисленных чудес, кроющихся в его принципе, то нетрудно обнаружить, что оно берет начало от изречения Лао-цзы: «Противодействие — движение дао» — и от таких древнекитайских философских идей, как «инь-ян» и другие. Изумительный эффект «победы мягкого над твердым» осуществляется в пределах того же силового решения, о котором была речь выше. И выявлен он, несомненно, под влиянием идеи Лао-цзы о том, что «слабость — применение дао».

4. «От приобретенного к врожденному» — обратный жизненный процесс

«Путь от приобретенного к врожденному (или к натуре)» — это общее положение, которым руководствуются как в ушу, так и в цигун в лечебных и оздоровительных целях. Идеал этого положения — возврат к физической молодости (буквально — к детству) или даже достижение бессмертия, оно также связано с идеей «противодействие — движение дао». Вместе с тем это и путь к всестороннему выявлению и полному развитию психофизического потенциала человеческих возможностей, путь к формированию суперкачеств души и тела.

Когда речь идет о «врожденном», имеется в виду понятие о закономерностях происхождения любых «вещей»; под словом «приобретенное» подразумеваются закономерности развития и исчезновения (гибели) «вещей»; у нас оно еще специфически называется «развитием вниз по течению». «Возврат от приобретенного к врожденному» имеет в виду замкнутый круг жизненного процесса, направленный на омоложение. При неидеальном сравнении с механической терминологией, использованной выше, можно сказать, что «приобретенное», т. е. «развивающееся вниз по течению», направление жизненного процесса — это как бы действие силы (ян), а «возврат» выражается в использовании обратной силы, т. е. противодействия (инь) жизненного процесса, «развивающегося (или возвращающегося) вверх по течению», т. е. идущего обратно, восстанавливающего жизненную активность «обратным путем».

Древние китайцы из века в век, из поколения в поколения упорно нащупывали этот «обратный путь к обретению заново молодости», вследствие чего возникла теория, целое учение о том, что «вниз по течению — смертные; вверх по течению — бессмертные». А это значит, что закономерность жизненного процесса людей обыкновенных (смертных) — это известный всем естественный закон природы, жизнь «приобретенная», жизнь «вниз по течению»; в противоположность ему предполагается жизненный процесс «вверх по течению», процесс на первый взгляд противоестественный, а на самом деле такой же естественный, как «проточная сила» противодействия в биомеханике, еще не многими познанная и обычно людьми не учитываемая. Причем этот путь ведет жизнь в обратном направлении, к «обретению заново молодости», к естественности «врожденной», к психофизическим качествам «начала жизни», начального ее, самого здорового и сильного «заряда», т. е. это путь к бессмертию.

Существуют ли люди, достигшие бессмертия? На этот счет, кроме легенд и преданий, у нас данных нет. Но люди, продлившие этим путем свою жизнь и вскрывшие, развившие свои духовные и физические резервы, действительно существуют. Эти явления, несомненно, заслуживают особого внимания. Не меньший интерес представляет и вся гипотеза об «обратном» жизненном процессе в целом. В иных отношениях эта гипотеза выражается и другими

словами: «возвращение к простоте и истинной натуре». Здесь необходимо дать краткую, поверхностную интерпретацию отдельным ключевым положениям даосской философии, которыми руководствуются ушуисты и цигунисты в своей практике, а особенно во внутренней работе над своим психофизическим и духовным самосовершенствованием .

Положение даосской философии о мироздании и порождении всех вещей выражено Лао-цзы в изречении: «Дао рождает одно, одно рождает два, два рождает три, а три — „10 тысяч вещей"». Ушуисты и цигунисты понимают это изречение так же, как философы, но с некоторым преимуществом перед последними, т. е. с преобладанием личных ощущений душевного и физического опыта и опыта познания себя и мира путем экстрасенсорики, путем сверхчувственного «озарения». Дао — это естественный закон как объективного, так и субъективного мира, существующий неотделимо от материальной субстанции ци. Субстанции, в отличие от известных миру материальных частиц, являются чем-то сплошным, из чего при различных формах сгущения образуется всё и вся в нашей Вселенной.

«Одно» — это ци в состоянии тайцзи, т. е. в состоянии, в котором ци уже выделяется во что-то положительное и отрицательное (ян и инь), но где инь и ян, несмотря на свое различие, еще неразделимы, еще не вступают в противоречие, не определяются как противоположности, а носят особый характер и свойства и имеют особую возможность растворять в этом состоянии «более твердые, более густые» формы и инь, и ян, т. е. инь и ян, уже позже оформившиеся в самостоятельные противоположности. Поэтому «одно» — это как бы промежуточная среда, промежуточное поле, промежуточное состояние между (например и для сравнения) действием и противодействием сил биоэнергии, но состояние, исключаящее противоречие между двумя противоположностями. Между прочим, от термина «тайцзи», обозначающего такое состояние, ведет свое название один из богатейших по своему содержанию вид ушу — тайцзицюань, т. е. «единоборство по принципам тайцзи».

«Два» — это уже определившиеся инь и ян, вступившие в противоречие, в состояние полностью оформившегося отрицательного (или негативного, женского) и положительного (или позитивного, мужского) начал в природе вещей, т. е. выступающие уже как два противодействующих полюса, как противоположности, вступившие в противоречие.

«Три» — это инь и ян плюс «индуктивное» поле между ними, их взаимодействие, вследствие которого рождаются все «вещи». Схема такого всеобщего закона рождения «вещей» является в то же время законом жизненного процесса «по течению вниз». Жизнь человека не исключена из этой схемы. Он тоже порожден состоянием «три». Основное вещество, из которого состоит весь организм (формы) человека, называется в китайской медицине (а также в философии) термином «цзин» (особо сгущенная ци.)

Поэтому обратный путь к «обретению заново молодости» в практике ушу и цигун характеризуется пятью основными этапами, идущими по схеме в обратном направлении:

- 1) «переплавка» форм (т. е. всего организма человека) в цзин — первое всестороннее превращение «приобретенного» человеком во «врожденное», основное, однокачественное вещество (одно из «всех «вещей»);
- 2) «переплавка» цзин в ци — т. е. обращение основного вещества в состояние «три»;
- 3) «переплавка» ци в шэнь (в «дух») — обращение состояния «три» в состояние «два», т. е. в ци-инь и ци-ян;
- 4) «переплавка» шэнь («духа») в суй («пустоту») — обращение состояния «два» в состояние «одно», т. е. в тайцзи, о котором была речь выше;
- 5) работа над «пустотой» (над тайцзи) с целью привести ее в гармоничное соответствие (или полное слияние) с дао — обращение состояния «одно» (т. е. ци с признаками инь и ян, лишенных противоречивости) в первоначальную, исконную, однокачественную ци, без малейшего признака инь или ян.

Дао — понятие, в котором сливаются высшие достижения китайской философии и медицины, да и всех других смежных наук, дошедших до этой высоты разными путями. Ибо в принципе «гармония, слияния с дао» (даосизм), «озарение и осознание пустоты» (буддизм), «возвращение в «уцзи» — первичное состояние ци» (конфуцианство), «натурально истинные люди» (медицина) и «ничто, небытие», подчеркиваемые многими философскими и религиозными течениями, в сущности, подразумевают одно и то же. До сих пор немало ученых и читателей осуждают теорию «недеяния», составляющую один из важнейших аспектов даосской философии, считая «недеяние» философией людей пассивных, разочарованных, питающих пессимистическое отвращение к жизни. Положение о «возврате от приобретенного к врожденному» и предыдущие доводы убеждают нас в том, что это великое недоразумение.

«Недеяние», по Лао-цзы, — это не «безделье», а отсутствие воли и деятельности, нарушающих естественный ход вещей, нарушающих законы природы, ибо дао (всеобщий закон природы) «ничего не делает и делает все», т. е. мир создан всесильной природой, у которой не существует мотивов, желаний, воли и деятельности в человеческом их понимании. Только при полном соответствии и гармонии, при полном единстве человеческой воли и деятельности с естественным ходом вещей, с естественными законами, что достигается лишь «пристрастной» деятельностью на основе «беспристрастного» познания, человек может быть таким же всесильным, как природа. «Недеяние» здесь равняется «беспристрастию». Кроме того, состояния «недеяния» еще надо добиться, его надо «сделать», что у Лао-цзы так и выражено: «делать недеяние».

Здесь прямое указание на путь к самосовершенствованию. Ибо «приобретенное» человеком уже лишено естественности; чтобы вернуться к начальному естественному состоянию (слиться волей и деятельностью с природой), человеку необходимо самое активное «деяние», самые настойчивые усилия, направленные «по течению вверх», при помощи чего только и возможно

достигнуть дао (т. е. состояния «недеяния»); а «недеяние (природы и соответствующей ей человеческой воли и деятельности) делает все», так же как цель «возврата к врожденному» не смерть. Все это ясно демонстрирует, что это философия, ратующая за активные поиски методов, при помощи которых человек будет в состоянии «превзойти природу на основе подчинения ее законам», т. е. сможет научиться управлять и пользоваться ею, не нарушая ее законов.

Это философия, направленная на восстановление гармоничного единства человека с природой, единства на совершенно новой основе. Отсюда вытекает, что при изучении классических философских текстов нельзя придавать значение лишь их буквальному смыслу, чем до сих пор страдают современные исследователи. Практика ушу непрерывно доказывает, что классические тексты необходимо расшифровывать, что лишь при верной расшифровке мы будем в состоянии постичь их бесконечно богатое содержание. Предпосылкой же для верной интерпретации являются поворот в методе и способах мышления, более широкий кругозор, большая чуткость к законам природы, особенно к законам человеческой природы. Многих и многих удивит убеждение настоящих мастеров ушу, подтверждаемое практическими эффектами, в том, что принцип «недеяния», принцип «естественное дао не борется, но умеет побеждать» выражается в ушу как искусство побеждать без усилий, т. е. используя лишь волю, не прибегая к физической силе.

«Воля» здесь опять-таки специфическое понятие в системе ушу, где она гармонирует с законами природы, «ничего не делает (противоестественной физической силой) и делает все (в силу своей гармонии, своего единства с естественными законами)».

5. Путь качественного перерождения ушу, путь к совершенству

Физическое и духовное развитие человека, все «приобретенное» им после его зарождения, пропитало его множеством противоестественных привычек, навыков, наклонностей, ставших его «второй натурой». Поэтому для настоящего, подлинного здоровья человека необходим его возврат к природе, к естественным законам жизненного процесса. Но это ни в коем случае не возврат к дикому, варварскому или просто животному состоянию, это даже не «возврат», а создание естественного, гармоничного слияния души и тела на качественно новой основе. Это значит, что человек должен прорвать заколдованный круг своих противоречий между первой и второй натурами, выйти из их рамок, перешагнуть через себя, привести свое социальное сознание, поведение и образ жизни к гармоническому единству с врожденной натурой, со всей природой.

Гармоничный мир в состоянии создать только гармоничные люди, так же как крепкое здание можно создать только из крепкого материала. Когда мы подчеркиваем, что философия является основой ушу, то делаем мы это и

потому, что ушу при помощи философии также осуществило такое качественное перерождение, где оно перешагнуло через себя, перестроило свою натуру и возвысилось над собой. Ушу возникало, как и любой другой вид единоборства, на базе инстинктов самозащиты и атаки. Потом оно стало военным (а также спортивным) искусством и пошло на службу войне. Его история пропитана кровью, бесчеловечной жестокостью. Практика борьбы не на жизнь, а на смерть, решимость победить, отстоять свою жизнь, уничтожить врага, ощущение угрозы и опасности для своей жизни, критичности схваток, сопутствовавших рукопашной борьбе, и передача всей этой психологии из поколения в поколение плюс философская глубина, обдуманность, тщательное прорабатывание и совершенство техники — все это обрабатывало сердце и тело бойца.

Особый прорыв в области психологии и биомеханики превратил ушу в такое грозное искусство, с мощью которого трудно сравниться любому другому виду единоборства. Все это определило жестокую, смертоносную, бесчеловечную первоначальную сущность китайского ушу. Такого рода жестокость в наши дни, возможно, применима и допустима лишь на войне, но ни в коем случае не допустима в мирном спорте. Тем не менее и в нынешнем спорте, пусть обусловленном и ограниченном правилами соревнований (к чему, между прочим, настоящее ушу не в состоянии адаптироваться в силу своих системных принципов), оснащенном всякого рода защитными средствами, сущность жестокости, процент увечья изменились лишь количественно. Жестокость тут лишь приобрела вид цивилизованной законности.

К счастью, различные сферы человеческой деятельности, базирующиеся на животных инстинктах и социальной конкуренции, проходят и переживают трудный, тернистый, извилистый путь «перешагивания через себя», путь от стремления удовлетворить животные инстинкты и социальные потребности до действительно человеческого стремления постигнуть тайны сущности своего существования, своего инстинчного назначения, а вместе с тем достигнуть вершин человеческого духа. Ушу в этом отношении не исключение. «Дойдя до крайности, вещь неизбежно превращается в свою противоположность» (конечно, не в прежнюю), — гласит китайская мудрость. Прорыв в области психологии и биомеханики, приведший к крайней жестокости и смертоносности ушу, привел его и к другому. Как в теории, так и на практике, было выявлено, что «терпит поражение тот, кто первым приходит в движение, и, чем сильнее и внезапнее выпад атакующего, тем более жестоко его поражение». Вследствие чего в первый тактический (и технический) принцип было возведено принципиальное правило: «Не двигаться, не атаковать первым».

Вместе с тем было установлено, что присудить победу одной из сторон стало вполне возможным до схватки и без схватки, т. е. без физического ущерба для любой стороны, ибо победа неизбежно принадлежит стороне, «овладевшей ситуацией», что можно определить в самый начальный момент выпада атакующего и не позже, чем при первом соприкосновении обеих сторон. Более

того, никакой судья не в состоянии уловить «ситуацию», она ясна лишь обоим противникам, за чем обычно следует вежливый салют обеих сторон друг другу, без сообщения другим об исходе схватки. Как видите, тут отпадает соревнование со зрителями и судьями вообще. Остается лишь место для мирного и чисто научного взаимного обмена техническим опытом и методами психофизической подготовки.

Подготовка обычно сложна и многогранна, для перерождения привычных динамических стереотипов в новую технику требуется длительная работа (не менее двух лет), на протяжении которой схватки вообще запрещаются. Затем следуют упражнения на соприкосновение, совершенно безопасные, при которых каждая сторона учится решать всякого рода силовые задачи, во время которых ушуист приобретает и технику применения «работы» (гунфу), и уверенность в ее эффективности. В итоге к нему приходит «понимание цзинь», т. е. свобода в восприятии «проточной силы», в управлении ею и в использовании силовых полей. Прибавьте целительный медицинский аспект, новое мышление и новые идеалы, и вы увидите, что вся школа ушу высоких уровней не только сводит до минимума спортивные травмы, но и как-то удивительно (а может быть, и неизбежно) совпадает с наивысшими принципами гуманистической этики, с естественными законами органической жизни, с подлинными целями физической культуры и помогает человеку «через одно понять все остальное».

Ушуисты-предшественники, «озаренные» таким путем и постигшие ценности, с которыми уже не идут в сравнение никакие другие (а тем более не идет в сравнение примитивное понимание ушу как средства физической победы над противником), уже давно пришли к выводу, что главной целью ушу является поиск дао (т. е. постижение и реализация истины). Они же, руководствуясь новым пониманием назначения ушу, снизили ценность первобытного физического единоборства до минимума, отведя ему «последнее место», — место «пустячного ремесла» или «детской забавы». Вполне очевидно, что ушуистами-предшественниками уже был осуществлен и закончен переход от полуживотных инстинктов и спортивного азарта к наивысшим духовным запросам, от «детской забавы» к духовной зрелости. Этим самым ими уже был подан блестящий пример всем последующим поколениям — ушу-истам, а также занятым в других сферах человеческой деятельности, стремящимся осуществить такой же переход или скачок в том же направлении.

Большие мастера ушу знают, что при стремлении «научиться драться» высокими уровнями ушу овладеть невозможно; а люди, овладевшие такими уровнями (и смертоносной техникой включительно), уже лишены желания и азарта «попробовать, кто кого одолеет», ибо им уже понятны ценности ушу, далеко превышающие ценность «детской забавы». Они уже на другом пути. И, честно говоря, зачастую становится просто обидно, даже больно, когда видишь, что люди закрывают глаза на все благородное богатство ушу и уходят в ребячество. Современные школы ушу высших уровней (а их немного) ведут учащихся к достижению высших его стадий. Они помогают ученику в

сравнительно краткий срок осуществить переход от «детства к зрелости», к пониманию высшего назначения ушу как искусства и себя лично как человека. Так в девятимесячный период переживает человеческий зародыш всю эволюцию физического развития человечества.

В Древнем Китае все предметы науки, все отрасли научных знаний были «взаимопроточны», взаимодополняемы, все они базировались на одной теоретической и философской основе, созданной в свою очередь за тысячи лет самого кропотливого статистического труда и абстрагирования. Ушу пропитано духом именно такого единства, пропитано достижениями самых различных наук. И именно данное обстоятельство привело к тому, что ушу в отношении к своей центральной первобытной цели (ранить, победить, уничтожить противника, отстояв этим путем свою жизнь) «уничтожило самое себя» и, переродившись, сбросив с себя шелуху всего старого, сменив даже свою отжившую душу, выявило в себе качественно новые ценности. Его коренное перерождение вылилось в то, что из средства жестокого, беспощадного, бесчеловечного обращения с человеческой жизнью оно превратилось в психофизического носителя высших достижений китайской традиционной культуры, превратилось в средство, в методы, в путь закалки здоровья и духа, познания мира, поисков истины, испытания и проверки на себе философских положений и формирования наивысшей человеческой натуры.

Техника боя при этом не потеряла ни своих динамических свойств, ни грозной мощи. Но она изменила свои цели, функции и общее назначение. Роль ее как средства постижения философских идей путем умственного, душевного и физического опыта незаменима, ибо ничто не может заменить свойств осязаемости и осязаемости, чуткости души и тела в процессе испытания ими тех эффектов, которые возникают при занятиях ушу и проявляются на уровне биомеханики, физиологии и психологии человека. Именно поэтому и лишь в силу этого сохранилось центральное положение техники в системе ушу, ее ценность в общем комплексе основной подготовки и при переходе на каждую качественно новую ступень во всем психофизическом аспекте ушу. Европейскому (да и современному китайскому) складу ума может показаться непостижимым, даже диким такое серьезное внимание, такое глубокое почтение к древней китайской философии, к этой «белиберде», к этому «бреду», какими она ему иногда представляется.

В другом случае он может недоумевать, может диву даваться: как все это можно понять и тем более как это можно применить к какой-нибудь практической деятельности человека? На что мы можем только сказать: все дело лишь в правильной расшифровке на основе практического опыта. А еще что мир нам представляется разным в зависимости от цвета стекол очков, которые мы носим. Если же и этого недостаточно, то пусть люди пока удивляются и недоумевают, а сами мы займемся более интенсивными исследованиями, чтобы в один прекрасный день стало возможным донести до каждого человека все богатство мудрости древних умов.

Так чем же манит к себе сердца и души людей ушу? А тем, что оно является комплексным носителем не менее чем пятитысячелетней традиционной китайской науки и культуры, философии и искусства, знаний о космосе, Земле и человеке, техники единоборства и методов здравоохранения, методов психического и физического лечения, методов усовершенствования нравственного и деятельностного поведения, способов выявления «сверхъестественных» психофизических качеств и способностей, хранящихся в человеческом резерве; носителем средств и путей формирования наивысшей этики, наивысшей зрелости духа; носителем особого мировоззрения, расширяющего кругозор человека, формирующего иные формы мышления и открывающего пути к проникновению в мир, другими методами не познаваемый.

Ушу манит к себе тем, что оно является путем к истине, к подлинно прекрасному, к настоящей доброте. А еще тем, что оно дает неоценимого качества заряд и толчок к новым поискам, открывает ворота к нынешним и завтрашним исследованиям в области науки о человеке и жизни, к новым открытиям в исследовании тайн Вселенной, тайн жизни. И только такое ушу, как бесценный подарок, должна положить китайская нация к ногам человечества. Техника боя тут уже не так важна. Главное — гуманизм китайского народа, его техника усовершенствования души и тела, его философская мудрость и кристальной чистоты этика.