

В.В. МАЛЯВИН

ТАЙЦЗИЦЮАНЬ:

Классические тексты
Принципы
Мастерство



МОСКВА
2011

УДК 796.859
ББК 75.715
М21

Малявин В.В.

М21 Тайцзицюань: Классические тексты. Принципы. Мастерство / В.В. Малявин. — М. : КНОРУС, 2011. — 528 с.

ISBN 978-5-406-01963-4

Книга содержит систематическое изложение принципов и практических приемов боевой и оздоровительной гимнастики тайцзицюань, сложившейся в русле китайского даосизма. Она включает в себя комментированный перевод корпуса классических текстов тайцзицюань, в большинстве своем ранее недоступных русскому читателю. Книга обращена к широкому кругу читателей, интересующихся традициями духовного совершенствования на Востоке.

© Автор — В.В. Малявин, 2011

© Ю.П. Боровский, Д.И. Петровский, 2011

© Обложка, каллиграфия — Л.В. Лемешко, 2011

© ООО «КноРус», 2011

ISBN 978-5-406-01963-4

Сущность бытия — удар.

Жан-Люк Нанси

*Автор выражает сердечную благодарность
Юрию Петровичу Боровскому
и Дмитрию Ивановичу Петровскому
за поддержку идеи создания данной книги
и содействие в ходе работы над ней.
Их преданность Традиции тайцзицюань
и оказанная большая помощь
сделали возможным это издание.*

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	10
-----------------------	----

РАЗДЕЛ ПЕРВЫЙ ИССЛЕДОВАНИЕ

Глава первая

Тайцзицюань и китайская культура	33
Культурные основания тайцзицюань	33
Исторический фон, или Почему нельзя написать историю тайцзицюань?	82
Что такое Великий Предел?	119

Глава вторая

Тело	135
Вступительные замечания	135
Голова	139
Руки	142
Корпус	148
Ноги	154
Общая стойка	156
Дыхание.	169
Ци и китайская антропокосмология	172
Соматические основы духовной практики	180
Состояние и стратегия Великого Предела	197

Глава третья

Сила	212
Общая характеристика внутренней силы	212
Природа внутренней силы	225
Сферичность	239
Расслабление, погружение и выброс силы	250
Чувствительность: духовное измерение внутренней силы	260
Контакт	276
Стадии совершенства в тайцзицюань	287

Восемь способов применения силы	297
Прочие способы применения силы	307
Общая основа всех форм применения внутренней силы	309
«Сила, передающаяся по воздуху» (<i>линкунцзинь</i>)	311

РАЗДЕЛ ВТОРОЙ ПЕРЕВОДЫ

Вступление	319
Классические тексты	333
«Наставления в песнях» и «рассуждения»	333
Семь наставлений в песнях	335
Канон тайцзицюань. Приписывается Чжан Саньфэну	340
«Канон тайцзицюань» с комментариями	342
Рассуждение о тайцзицюань Приписывается Ван Цзуньюэ	348
«Рассуждение о тайцзицюань» с комментариями	351
Разъяснение основного смысла «Рассуждения о тайцзицюань»	366
Песнь о тринадцати конфигурациях силы. Приписывается Ван Цзуньюэ	366
«Песнь о тринадцати конфигурациях силы» с комментариями	368
Идущее от сердца разъяснение того, как правильно исполнять тринадцать конфигураций силы	372
Песнь о рукопашном бое Приписывается Ван Цзуньюэ	384
Тексты из собрания Сун Шумина	386
Песнь о передаче тайны	386
О внутреннем понимании	391
Шестнадцать важных правил	392
Песнь о восьми понятиях	393
Песнь о мастерстве	393
О великой пользе тела	394
Дополнительные материалы	
Тайное наставление о восьми способах применения силы-цзинь	395
Шэнь Шоу. Наставление о восьми способах применения силы-цзинь	397
Сочинения братьев У	398
У Чэнцин. Толкование первоначального рассуждения	398

У Чэнцин. Рассуждение о рукопашном бое	400
У Чэнцин. Заключительное слово	400
У Юйсян. Тайное наставление в четырех иероглифах	401
У Жуцин. Рассуждение о тайцзицюань	403
Дополнительные материалы	
У Тунань о сущности тайцзицюань	404
Сочинения Ли Июя	407
Тайное наставление в пять слов	408
Основы тренировки фигур и ведения рукопашного боя.	410
Песнь о тринадцати конфигурациях силы	411
Тайное поучение в восьми словах	413
Песнь о движении одухотворенного <i>ци</i>	415
Песнь о свободном вращении.	416
Славословие рукопашному бою в Тайцзи	417
Тайное наставление об испускании силы- <i>цзинь</i>	417
Традиция семейства Ян	420
«Старое собрание» текстов тайцзицюань семейства Ян	
1. Восемь ворот и Пять шагов	422
2. Способы применения Восьми ворот и Пяти шагов	423
3. Врожденная способность разделения	423
4. Прикосновение, примыкание, соединение и следование	424
5. Зависание, отталкивание, дряблость и потеря	424
6. Безупречный поединок	425
7. Способы обучения схватке, или Сохранение Срединной Земли (в просторечии именуемое «столбовой стойкой»)	425
8. Корпус, поясница и макушка	426
9. Круг Великого Предела	426
10. Способность непрерывного наступления и отступления в Великом Пределе	426
11. Великий Предел вверху и внизу зовется Небом и Землей	427
12. Песнь о восьми знаках человеческого круга Великого Предела	428
13. Разъяснение сущности и применения Великого Предела	428
14. Разъяснение культурного и военного начал в Великом Пределе	429
15. Разъяснение понимания силы- <i>цзинь</i> в Великом Пределе	430
16. Разъяснение Восьми ворот, Пяти шагов и Тринадцати конфигураций силы в долгом кулаке	430

17. Разъяснение возвратного движения Инь и Ян в Великом Пределе	431
18. Разъяснение Великого Предела в человеческом теле	432
19. Разъяснение трех уровней культурного и военного начал в Великом Пределе	435
20. Разъяснение военного начала низшего совершенства в Великом Пределе.	435
21. Разъяснение истинного достижения в Великом Пределе	436
22. Разъяснение легкости и тяжести, парения и погружения в Великом Пределе	436
23. Разъяснение четырех углов в Великом Пределе	438
24. Разъяснение поясницы и макушки как балансира и отвеса в Великом Пределе	438
25. Разъяснение схемы Великого Предела, четырех времен года и пяти видов <i>ци</i>	439
26. Разъяснение корня крови и <i>ци</i> в Великом Пределе	440
27. Разъяснение действия силы и <i>ци</i> в Великом пределе	440
28. Разъяснение вершков, дюймов, сотой доли и тысячной доли в Великом Пределе	440
29. Разъяснение каналов, сосудов, сухожилий и жизненных точек в Великом Пределе	441
30. Разъяснение терминов Великого Предела	441
31. Разъяснение вершков, дюймов, сотых и тысячных долей в контролировании, захвате, удержании и запечатывании в Великом Пределе.	442
32. Разъяснение прилива и убыли <i>ци</i> и силы- <i>цзинь</i> в Великом Пределе	443
33. Разъяснение опустошения и связывания, перелома и трения в Великом Пределе	443
34. О состоянии до и после обретения понимания внутренней силы	444
35. Разъяснение вершков, дюймов, сотых и тысячных долей после обретения понимания внутренней силы.	445
36. Устное предание о точках жизни и смерти	446
37. Разъяснение пальцев, ладоней, кулаков и рук в Великом Пределе	446
38. Наследие Чжан Саньфэна	448
39. Устная передача слов учителя Чжан Саньфэна	448
40. О том, как Чжан Саньфэн обрел Путь посредством боевого искусства	450
Дополнительные материалы	
Десять категорий лиц, которым нельзя передавать (искусство тайцзицюань).	453
Пять категорий лиц, которым нельзя передавать (искусство тайцзицюань).	453

Как заниматься тайцзицюань (<i>сокращенное изложение</i>) (со слов Ян Чэнфу записал Чжан Хунлинь)	454
Традиция школы Чжаобао	457
Цзян Фа. Мастерство тайцзицюань	458
Цзян Фа. Наставления о тайцзицюань	459
Чжан Чучэнь. Тайное наставление о тайцзицюань.	459
Ван Боцин. Основы искусства эликсира в тайцзи	460
Девять наставлений о главном. Анонимное предание	461
Хэ Чжаоюань. Десять главных условий занятий тайцзицюань.	471
Чжан Янь, Чэнь Цинпин. Главные наставления, касающиеся исполнения фигур и схватки.	474
Чэнь Цинпин. Шесть главных наставлений для тренировки фигур тайцзицюань.	475
Традиция рода Чэнь	476
Чэнь Чансин. Основы применения боевого искусства.	476
Чэнь Синь. Основы кулачного искусства тайцзицюань	480
Приложение. Афоризмы мастеров ушу	485
Словарь основных терминов и выражений	498
Библиография	510

ПРЕДИСЛОВИЕ

Тайцзицюань, что по-китайски означает буквально Кулак Великого Предела, понимают в мире по-разному, и даже среди любителей этого утонченного плода китайской культуры многие, если не подавляющее большинство, имеют о нем весьма искаженное или поверхностное представление. Для большинства тайцзицюань — явление физической культуры, разновидность гимнастики, позволяющей всегда быть в хорошей форме и в бодром, рабочем настроении. Некоторые ищут в тайцзицюань идеальную технику рукопашного боя, секрет силы и могущества. И те, и другие в общем не так уж далеки от истины, но всей правды о тайцзицюань и даже, можно сказать, ее истинного смысла они не знают.

Лишь очень немногие и притом далеко не сразу способны увидеть в тайцзицюань совершенно самоценную, не нуждающуюся в каких-либо внешних оправданиях и даже способах применения форму идеальной жизни, т. е. жизни, озаренной изнутри светом сознания и с полной сознательностью проживаемой, а потому дарующей чистую, трезвую радость. Они ищут то, что отсутствует в опыте и знании, в сущности — невозможное, но именно по этой причине преследующее человека с неизбежностью ветра, веющего в небесной выси, или морского прибоя, накатывающего на берег. Один из авторитетных мастеров тайцзицюань в Китае, Ли Ясюань, говорил:

«Занимаясь гунфу, я ищу великое расслабление и великую мягкость, ищу образ пустоты и самоотсутствия, ищу духовной общительности и неизмеримых превращений».

Мастер тайцзицюань, как видим, не столько владеет искусством, сколько ищет правду своей жизни, и жизнь его — скорее эксперимент, чем демонстрация. И, по правде говоря, защищен он не столько боевыми приемами, сколько искренностью его поиска. Зачем искать «великое расслабление и великую мягкость»? И тем более «образ пустоты и самоотсутствия»? Какой от них прок? Есть ли что-то в нашей повседневной

жизни, в наших умственных и телесных привычках, которые мы нарабатывали в себе, чтобы выжить в обществе, что помогало бы нам в том странном поиске, о котором говорит Ли Ясюань? Боюсь, что ничего. Тут нужно каким-то образом полностью обновиться или, как говорил Лао-цзы, забыть свои ученические рефлексии и научиться... всему разучиться. Жить совсем иначе, всегда иначе. Мастера тайцзицюань говорят: «переменить свое нутро». Нам предлагают оставить все, чтобы... все обрести. И даже получить, прямо согласно евангельскому завету, больше, чем оставил.

Речь идет об искании невозможного, которое именно вследствие своей предельной простоты и вездесущности не может не быть в высшей степени возможным, даже неизбежным. Человек именно потому, что он — сознательное существо, не может примириться со своей ограниченностью, не может не искать чего-то иного, лежащего за гранью его опыта и знания, не может не подвергнуть себя какому-то великому, ему самому не всегда ясному эксперименту. Он обречен на свободу — свободу от бремени самого себя прежде всего. «Самоотсутствие» и есть не что иное, как название предельной полноты бытия, которая отсутствует в любой момент времени и точке пространства, но не может не быть всегда и всюду в духе поговорки мастеров тайцзицюань: «Рука — не рука, в каждом месте рука...». Учитель Линь приводит по этому поводу замечательную своей двусмысленностью английскую фразу:

Nothing is better than everything.

Отсюда следует, между прочим, что человек велик не тем, что сделал, а тем, что он еще не совершил. Мудрый, говорили китайцы, сокрыт для своего времени потому, что он открыт всем временам. Получается, что нам ближе всего отсутствующее и иное, что нет ничего труднее предельной простоты. Вот и выпутывайся из этой головоломки.

Мы не знаем, где в этом «всем» пребывает «ничто». Но мы знаем, что и то, и другое не может не быть и, более того, одно не может быть без другого. В каждом человеке есть и то, и другое, и их прихотливые отношения, одновременно противостояние и единство, определяют действительное состояние (именно: со-стояние) каждого. И когда встречаются, вступают в контакт двое, один из них обязательно более покоен, ближе к «ничто», чем другой, и этот человек будет выше и сильнее своего оппонента.

Вот и ответ на вопрос, для чего человеку поиск *невозможной неизбежности* чистого покоя. Поистине, больше в мире искать нечего и незачем. Чистый покой и есть то «единое на потребу», которое дает

и силу, и мудрость, и здоровье, и успех. Без веры легко жить, хотя, наверное, трудно умирать. Неверие — самая естественная форма самозащиты. С верой жить трудно: вера приносит ответственность и обязанности. И все же только стремление испытать себя, пределы своих возможностей, не покоряя мир силой, а, напротив, впуская его в себя, входя в гармонию с ним, — а ведь только так можно понимать призыв к «великому расслаблению» — ведет нас к безыскусной правде жизни и притом жизни в ее высшем человеческом проявлении. Истинно человеческое в нас и есть искание чего-то вне- и надчеловеческого, самой инаковости в человеческом, иного образа человека, познание «неизмеримых превращений», открывающихся тому, кто открылся бездонной глубине покоя в себе. Подлинный смысл и предназначение человеческого начала в нас, как прямо сказано в классических текстах тайцзицюань, есть стяжание жизни, озаренной «божественной просветленностью». Эта цель сближает людей лучше всех отвлеченных понятий и ценностей. Она — подлинно всечеловеческая, ибо дает ощутить взаимную близость всех проявлений человеческого за пределами людских усилий: нечто одновременно недостижимое и родное. Так познаешь подлинный смысл заповеди о любви к *ближнему*. Любви, питаемой на самом деле тем, чем никто не владеет.

Ненароком я уже высказал главные постулаты тайцзицюань. Главный из них предельно прост: речь идет о желании — самом естественном для человека — сбросить все надуманное, субъективное, лукавое в себе и дойти до последней, самой чистой простоты жизни в духе высказывания Лао-цзы о том, что мудрый подобен младенцу, который «еще не начал улыбаться». Что это за состояние? Верх бесчувствия? Но в потоке жизненных метаморфоз всякая вещь оправдывается своей инаковостью. Нарочито культивируемый покой оборачивается как раз крайним беспокойством. Но реальный покой делает нас в высшей степени чувствительными хотя бы потому, что требует искреннего доверия к миру. Вот почему только в покое мы прозреваем богатство и красоту мира, и только в покое сполна раскрывается наша способность к общению с другими существами. Вот почему второй важный постулат можно выразить сочетанием двух важных понятий тайцзицюань: «вовлечение» и «преображение». Мы сообщаемся воистину, мы видим в другом человеке ближнего, когда входим в его пространство и даем ему войти в наше, а значит, совместно преобразуемся, обретаем новое и более высокое, более универсальное качество жизни.

Тайцзицюань — лишь специфически китайское проявление или, если угодно, оформление этой общечеловеческой правды, которая может иметь множество других культурно обусловленных (а других в истории не бывает) проявлений. К примеру, несомненным сходством и даже, можно сказать, глубинным родством с тайцзицюань обладает

школа рукопашного боя А. А. Шевцова, продолжающая некоторые традиции русской народной культуры.

Теперь попробуем поговорить о нашем предмете — раз уж без него нельзя — в более спокойном и практичном ключе. Почему нужно обрести новое видение мира? Потому что наши органы чувств очевидным образом способны нас обманывать, а зависимость от них делает нас страшно несвободными, ослепленными, превращает нас в рабов страстей. Если бы мы ограничивались восприятием как таковым, это было бы еще полбеды. Но мы всегда видим мир через призму совершенно определенных идей, понятий, ценностей и выводим из этого явно предвзятого взгляда идеалы и нормы своей жизни.

Нетрудно увидеть, что на этом более чем шатком основании стоит вся современная цивилизация. Люди ищут жизненные ориентиры, приписывая явлениям совершенно произвольные нравственные или эстетические значения, хотя с древности известно, что вещи сами по себе не хороши и не плохи и только способ их использования делает их такими. Древние даосы призывали «не смотреть глазами и не слушать ушами», «завалить дыры сознания», одним словом — не искать опоры в чувственном восприятии и побороть привычку опираться на так называемый здравый смысл. Они утверждали, что все формы — это только «обманчивые образы», а наши понятия тем более не соответствуют действительности. Что же, они хотели лишить людей всякого разумения и даже всякой ориентации в мире? Как раз наоборот! Отказываясь от внешних — обманных — ориентиров, сбрасывая с себя тяжкое бремя общепринятого знания, навязываемое «цивилизованным обществом», и так возвращаясь к первозданной чистоте своей природы, мы счастливым образом обретаем способность быть как раз адекватными действительности, которая просто есть «здесь и сейчас» и, следовательно, постоянно изменяется.

Великой ошибкой того, что называют западной «интеллектуальной традицией», было одностороннее упование на разум, силу умозрения, а в Новое время — даже на разум «чистый», чисто формальный. Это упование создало ряд неразрешимых противоречий в европейской мысли и сделало ее, при всем ее показном гуманизме, глубоко бездушной и бесчеловечной. Даосская традиция, напротив, восстанавливает полноту общения человека с миром. Она мыслит положение человека в мире по образу зародыша в материнской утробе, «Адама в раю»: она учит наслаждаться всегда чаемой, грядущей — на языке даосов, «небесной» — полнотой бытия. В ее свете человек без остатка открыт миру, но пребывает в полной безопасности абсолютно внутреннего, укромного пространства.

Зародыш в утробе, первочеловек в раю: прекрасные образы! Ибо мы возвращаемся к состоянию до рождения *Homo Sapiens*'а, сообщаемся

с миром напрямую, до рефлексии и противостояния субъекта и объекта. Это и есть наша, как говорили даосы, «изначальная природа». Главная трудность в познании секрета тайцзицюань как раз и состоит в том, что это искусство апеллирует к тому, что даосы называли «прежде небесным» началом в жизни — к состоянию первозданной чистоты и цельности бытия, предваряющему индивидуальное сознание и потому проявляющему себя как своего рода мудрый инстинкт или инстинктивная мудрость, совпадение спонтанности и понимания. Так глаз закрывается перед летящей в него соринкой прежде, чем мы способны это заметить. В этом допредметном измерении опыта, где все есть соотношение, соответствие и еще нет ни протяженности, ни длительности, мы откликаемся прежде, чем нас окликнут; в нем есть только действие, скорее даже чистая действительность, некий абсолютный удар, пронизывающий все планы бытия, не оказывая на мир внешнего воздействия.

Практика тайцзицюань — чистая работа, не оставляющая следов. В ней все свершается прежде, чем обретет видимый образ. В древней китайской «Книге Перемен» реальность, то есть сама переменчивость сущего, так и описывается: «движется в пустоте и проникает весь мир». Принять такую идею реальности отвлеченно, силами только интеллекта нелегко. Мы должны всего-навсего дать себе быть. Просто по определению не существует такого способа, такого технического приема, которые позволят нам относиться к самому себе с полной непосредственностью. Мы, конечно, по привычке ищем такой способ, нарабатываем в себе «технику». И вот тут порой, в качестве отцовского назидания, приходится прибегать к непосредственному воздействию, все к тому же удару, чтобы напомнить несмышленому или забывчивому сыну человеческого о реальности его жизни. И пусть даже иным, как говорится, хоть кол на голове теши, есть и такие, кто несет в себе неутолимую жажду познания правды.

Все это означает одну простую вещь: бытие есть событийность, *Esse est Coesse*. Реальность не просто есть, она со-ответствует себе, подобна себе и потому являет беспредельное поле возможностей. Мы не просто живем в мире, мы живем воистину с миром и должны жить смиренно. Не здесь ли кроется ответ на заданный ранее вопрос: для чего тайцзицюань?

Для того, кто стремится не просто «быть собой», но открыть правду в себе, цель оправдывает себя настолько, что даже не нуждается в средствах, не ищет себе применения. Тот, кто узнал истину, не спрашивает себя, для чего она ему нужна. Он может сказать только, что так устроены мы, наша жизнь, наше сознание. В таком случае мы можем сказать, что тайцзицюань само по себе, быть может, и не имеет особой ценности, но она чрезвычайно ценна в той мере, в какой вносит смысл в нашу жизнь. Но тогда справедливо и обратное утверждение:

наша жизнь значима и ценна для нас в той мере, в какой она является поприщем для тайцзицюань. Жизнь и тайцзицюань — две стороны одного Пути. Они друг другу служат и, в сущности, не могут существовать порознь. Вот и современный мастер тайцзицюань Чжан Цюаньлян заявляет, что для него тайцзицюань — это «искусство развязывания всех узлов жизни».

Примечательное слово: развязывание. Тайцзицюань следует числить по разряду не просто, как раньше говорили, свободных искусств, но искусств *освобождающих*, соединяющих творчество и жизнь в едином порыве жизнетворчества, «живой жизни». В этом деле есть секрет, который не сводится ни к знанию, ни к техническому умению. О нем кратко, но точно сообщает афоризм «Дао-Дэ цзина»:

«Мудрый развязывает все узлы до того, как они завяжутся».

Очень точное описание предела — предела как истока — освобожденности, наполненности сердца правдой, которая дает сознанию иммунитет против банальности окружающего мира. Среди опошленных истин и роботизированных техник современности тайцзицюань открывает новый простор для человеческой свободы, пусть даже в этой свободе почти не видно доброго старого «гуманизма». Тайцзицюань — это философия жизни и основа образования для постгуманитарной эпохи, умеющей ценить в человеке «инаковое», иноческое — и всечеловеческое.

Изучение тайцзицюань начинают с разучивания комплексов нормативных движений, но в этой необычной гимнастике нет никаких приемов и даже фигур или поз. В ней все решает внутреннее состояние, которое всегда «отсутствует» и проявляется, актуализируется только в его применении, в момент *встречи* с другим. Можно сказать, что сущность этого состояния есть не что иное, как со-стоятельность — благая, ибо самодостаточная, совместность жизней, всеобщая среда, которая сама технична.

До сих пор крайне редки книги, в которых традиция тайцзицюань была бы представлена во всей полноте и богатстве ее смыслов. Почти вся литература об этом предмете делится на две категории. С одной стороны, мы имеем педантичные, формальные описания принципов и приемов тайцзицюань, оставляющие неподготовленного читателя в неведении относительно того, для чего надо соблюдать все эти многочисленные, малопонятные и часто кажущиеся слишком мелочными правила. Такого рода описания особенно характерны для китайских учителей тайцзицюань, озабоченных в первую очередь репутацией своей школы.

С другой стороны, можно встретить, хотя значительно реже, сочинения, представляющие собой, так сказать, импровизации, даже свобод-

ные фантазии на темы тайцзицюань. Их авторы мечтают о спонтанном осуществлении идеалов тайцзицюань за пределами школьной формальности. Как нетрудно догадаться, эти люди обычно живут на Западе и о тайцзицюань имеют довольно смутное, окутанное романтическим флером представление. Вот характерный отзыв, принадлежащий далеко не легкомысленному автору:

«Сегодня я проходил мимо (книжного магазина) «Шамбала Букс». Там было много книг о тайцзицюань, ее философии, истории, связи с «Книгой Перемен» и как триграммы соотносятся с движениями и еще рассказы о том, как каждое движение укрепляет тот или другой меридиан, толкования классиков, рассказы про Инь-Ян. Все это занимательные интеллектуальные упражнения, но какая куча хлама! Тайцзицюань в нем умирает. Мы сами даем ему жизнь. Если мы не открываем то, что открыли основоположники этого искусства, оно умирает»¹.

Здоровая и по-человечески понятная реакция. Многознайство не гарантирует мудрости. Вот и один из создателей современной формы тайцзицюань Ян Чэнфу говорил не без сарказма: «Раньше люди были сильны в мастерстве. Теперь люди сильны в теории». Но, как ни верти, вопрос остается: что же именно «открыли» основоположники тайцзицюань? И тут не обойтись без каких-то слов. Упомянутые американским энтузиастом понятия были частью принятой в китайской традиции системы классификации явлений, в своем роде логичной и, главное, очень полезной, даже необходимой для обучения того же тайцзицюань. Пренебрегать ею, по меньшей мере, опрометчиво. Конечно, живой опыт ни в какие схемы не втиснешь, но столь же верно и то, что никакое искусство или даже работа не могут быть чистой импровизацией. Они предполагают определенный репертуар норм и правил. Китайские мастера боевых искусств часто говорят, что 40% умения передается от учителя к ученику в словах. Резонно предположить, что, по крайней мере, эта часть мастерства может быть предметом литературы. Вопрос в том, о чем повествует эта литература.

Можно понять недоумение и даже раздражение автора приведенной цитаты. Изложения тайцзицюань, как и вся традиционная словесность Китая, отличаются две не самые приятные особенности: они немногословны и туманны, сводятся, в сущности, к набору афоризмов и в то же время поразительно однообразны и изобилуют буквальными повторениями. Недаром Вольтер шутливо заметил, что из всех наро-

¹ Ron Sieh, T'ai Chi Ch'uan. The Internal Tradition. Berkeley: North Atlantic Books, 1992, p. 10.

дов мира китайцы написали больше всех, чтобы сказать меньше всех. Но Вольтер и не подозревал, как он был близок к истине! Все понятия и все сообщения в китайской традиции столь подозрительно равнозначимы и даже как бы перетекают друг в друга, друг друга пронизывают оттого, что все они относятся к некоему беспредметному, дорефлексивному, именно: *не-сказуемому* истоку опыта, истоку как единому кристаллу бытия, в котором жизнь еще пребывает в ее первозданной чистоте и безграничной мощи, еще не разделена на знание и бытие, тем более на «я» и мир.

Канонические тексты китайской традиции, особенно даосизма, воспроизводят эту изначальную, но и бесконечно сложную матрицу существования. Последнюю сравнивали в Китае с прозрачной жемчужиной, которая принимает в себя все цвета мира. А сами тексты требуют пережить, повторить чистый опыт (скажем пока так) реальности, открывшейся когда-то основоположникам тайцзицюань. Не говорят ли эти бесконечные повторы текстов тайцзицюань о необходимости повторить и породивший их опыт? Этот глубоко осмысленный «разговор ни о чем» легко и даже нельзя не длить, воспроизводить, повторять. Он растекается, ветвится бесконечно сложной игрой отражений в кристалле жизни, мимолетных, всегда новых проявлений жизненной правды. Ведь каждое видимое событие подготавливается бесчисленным множеством неприметных, микроскопических изменений. В книгах о тайцзицюань все написано «в общем правильно» и даже, как уже говорилось, одинаково. Но малознающих авторов подводит излишняя жесткость мысли, догматическая прямолинейность суждений, выдающие отсутствие реального опыта, который, заметим, всегда конкретен и выражается как бы в нюансах, недомолвках, метафорах, превыше всего — в способности прозревать во всех вещах их инобытие, видеть силу жизненных превращений. Да, правда тайцзицюань, как сама жизнь, сокрыта в подробностях и, увлекая в них, уводит в нечто «другое», переворачивает привычные представления. В тайцзицюань есть строгие правила, но эти правила относятся к переживанию чистой конкретности существования и потому справедливо именуется «правилами без правила».

Отсюда многие трудности понимания текстов тайцзицюань, которые как будто лишены композиционного и жанрового единства, не содержат даже попыток определения понятий. Да и как можно определить в понятиях, предполагающих наличие в смысле хотя бы минимального логического тождества, реальность бесконечно саморазличающуюся, всегда и во всем неравную себе? Такова правда непосредственного переживания жизни — *несказанно* богатого и утонченного. Наше тело знает несравненно больше, чем может понять наш разум и высказать наш язык.

Тайцзицюань — уникальное в своем роде искусство, развивающее чувствительность к телесному опыту, т. е. к реальности как нельзя бо-

лее естественной, но упорно игнорируемой сознанием. Как культурное явление оно выросло на пересечении двух очень разных перспектив: личного опыта и понимания, неизбежно окрашенного систематикой знания, наследием отдельных доктрин. Что такое эта нераздельность переживания и целостности знания? Догадка? Обещание? Свершившийся факт? Здесь кроется какая-то ошеломляющая правда сродни, быть может, «чистой мистике деяния более упоительной, чем философия», о которой писал Р. Кайуа. Впрочем, слово «мистика» тут может ввести в заблуждение. В тайцзицюань нет ничего мистического, если понимать под этим словом нечто недоступное пониманию и требующее слепой веры. Правда тайцзицюань требует как раз полнейшей трезвости духа и в своей последней глубине есть не что иное, как просто осознание себя живущим-в-мире. Чистое, как говорили в Китае, «бодрствование одинокого», которое, строго говоря, нельзя свести к субъективному сознанию и его средствам рационализации мира.

Конечно, ученик, даже целиком доверившийся учителю тайцзицюань, не может избежать многих недоумений, порой даже отчаяния. Преподавание слишком часто кажется ему каким-то порочным кругом. Ему говорят, например, что нужно расслабиться, а для этого нужно выработать в себе целостность сознания, координацию движений, одухотворенность и т. п. А чтобы иметь целостность сознания, отличную координацию, одухотворенность и т. п., нужно... расслабиться! Успех в тайцзицюань всегда приходит со стороны, противоположной ожидаемой! Еще раз: чтобы быть, надо не быть.

По своему составу искусство тайцзицюань — это продукт соединения медитативной практики даосов и практики рукопашного боя. Но тут есть свои нюансы и, главное, неясности. Нужна новая, еще неизвестная система понятий, чтобы описать, каким образом духовное совершенствование сопрягается с непревзойденной формой рукопашного поединка. И наоборот: превращение кулачного боя в способ «претворения великого Пути» как будто делает избыточной медитацию в собственном смысле слова. Во всяком случае, подавляющее большинство мастеров тайцзицюань не занимается отдельно «работой с ци» (*цигун*). Можно даже перевернуть привычную оппозицию и заявить, — такое мнение встречается не столь уж редко — что боевая схватка — самый короткий путь к духовному просветлению. Но такой подход несет в себе соблазн подменить поверхностной ловкостью и силой подлинное духовное постижение. На этом пути легко скатиться к тому, что в классических текстах тайцзицюань именуется «побочными» школами. Да, мастерство в тайцзицюань применимо только в «правильное мгновение», в «реальном времени», но целостное понимание, возвращаемое, помимо прочего, и эрудицией, оберегает нас от профанации этого культа мгновения, т. е. произвольного обращения с силой.

Несомненно, исследователи тайцзицюань еще долго будут спорить о том, насколько даосизм и прочие китайские учения важны для понимания этой утонченной разновидности боевого искусства (предчувствие этого спора явственно слышится в приведенном выше замечании американского любителя ушу). Если мастерство в тайцзицюань предполагает обладание неким «телесным» или «сердечным» пониманием, то трудно избежать вопроса о том, насколько это понимание близко представлениям о духовной просветленности в даосизме или буддизме. В Японии давно не утихают дискуссии о том, надо ли видеть в японском каратэ или кэндо особую форму практики дзэн-буддизма или эти искусства объясняют сами себя?

В рукописях тайцзицюань семейства Ян можно прочитать: «Три учения (конфуцианство, даосизм, буддизм. — В.М.) не разделяются на два дома. Все они говорят о Великом Пределе». Ничто не мешает энтузиасту тайцзицюань для объяснения своего опыта обращаться к понятиям и идеалам и даосизма. И буддизма, и конфуцианства. Он может быть даже мусульманином или христианином. По своей сути тайцзицюань есть попытка соединить духовную практику и жизнь, что требует, так сказать, практической веры или, если угодно, по-детски чистого доверия к жизни вне догматической конфессиональности. Полагаю, в изучении тайцзицюань более всего уместна разумная осторожность: можно и даже, наверное, нужно пользоваться понятиями и образами традиционных религий, но подобные суждения должны иметь характер предположений, гипотез, условных примеров¹.

Принцип саморазличия распространяется даже на саму практику тайцзицюань. Эта практика выступает в очень разных, нередко взаимоисключающих видах. Так, традиционно различаются учебные занятия, имеющие целью «питание жизненного начала» (*ци*), и боевое применение искусства. (Это разделение на «базовые» и «прикладные» формы практики свойственно всем школам боевых искусств.) В классических текстах сказано, что тайцзицюань должна служить прежде всего здоровью и долголетию, а ее боевые приемы — не более, чем «верхушки мастерства». Некоторые современные мастера, например Ван Юнцюань, довольно строго разделяли эти два способа занятий тайцзицюань. Вообще говоря, для исполнения нормативных комплексов движений, парных упражнений и боевых схваток требуются совершенно разные навыки. Соответственно, в тайцзицюань одни и те же понятия получают разные значения в зависимости от того, в каком аспекту практики или

¹ Современный автор вполне передает двусмысленность отношений между тайцзицюань и традиционными религиями, когда говорит в несколько косноязычной манере, свойственной мастерам боевых искусств, что «практика тайцзицюань и совершенствование в даосизме и чань-буддизме имеют разные повороты, но одинаковую работу». (Чжун Вэньюань. Цзунхэн тайцзи, с. 138.) Полные названия и перевод см. в разделе «Библиография».

уровню мастерства они прилагаются. И тем не менее в свете основных принципов тайцзицюань разделение между ее отдельными формами остается условным, касающимся только методики занятий.

Подлинный «секрет» тайцзицюань — неразрывное единство состояния и действия, внутреннего опыта и внешней формы. Другое дело, что здесь вредна торопливость, и эффективное действие становится возможным только тогда, когда мы созреваем до правильного состояния. «Секрет» тайцзицюань состоит как раз в том, что мы достигаем наибольшей эффективности действия, когда не пытаемся определить эту эффективность рациональным путем. Одним словом, умение и состояние друг друга удостоверяют. И это — еще одна загадка для поверхностного, формально мыслящего ума.

Очевидно, что «чистый опыт» высвечивается только на экране языка и культуры. Что в тайцзицюань идет от практики как таковой, а что обусловлено уже сложившейся традицией, предлагающей готовые, от-рефлексированные понятия и образы? Каков бы ни был наш ответ, мы должны помнить, что это искусство растет и развивается как раз в зазоре между опытом и мыслью, в некоем средоточии душевной жизни, где сходятся, никогда не сливаясь воедино, переживание и рефлексия; где мы, как живые люди, никогда не равны себе и каким-то глубинным чувствованием сердца ощущаем присутствие иного и неизмеримого. И пусть правда тайцзицюань не требует катехизисов и вообще не поддается тому или иному «нормативному» изложению, все же она обладает особой, неоспоримой точностью. Рано или поздно мы понимаем, что в классических текстах тайцзицюань нельзя изменить ни одного слова, ибо каждое из них *зияет* неизреченной глубиной смысла.

Живая практика, как сам рост живого существа, в том и состоит, что каждое движение в ней предстает совершенно неизбежным и все-таки непредсказуемым. Для вдумчивого читателя «куча хлама», которую с виду являет собой литература о тайцзицюань, может содержать путеводную нить, ведущую к переживанию полноты бытия.

Самое плодотворное отношение к тайцзицюань состоит в том, чтобы видеть в нем путь познания жизни, включающего в себя и размышления, и теоретическое познание, но все же в основе своей познания подетски целомудренного, даже наивного. Как иначе вернуться к истоку жизненного опыта, скрытно определяющего наши жизненные пути? Сказано: кто не уподобится ребенку, т. е. не возобновит в себе исконную чистоту духа, тот не войдет в Царствие Небесное. Тайцзицюань предлагает по-своему очень эффективный способ оживить в себе чистосердечие нашего детства, не теряя ответственности и свободы взрослого человека.

Между тем подлинность пути удостоверяется тем, что *им идут*. Нужно увидеть в тайцзицюань традицию чистой, беспредметной практики,

опыт абсолютной конкретности существования, существующих прежде и выше слов. Понять тексты тайцзицюань может только тот, кто способен действовать воистину, не отягощая себя бесплодными раздумьями и сомнениями. А способен на такое только тот, кто готов превзойти все, чем он был и что имеет сейчас; кто готов, говоря словами древнего даосского мудреца Чжуан-цзы, «стать таким, каким еще не бывал». Занятия тайцзицюань, при всей их внешней непритязательности, требуют решимости, как говорят в Китае, «выскрести начисто нутро, переменить кости», т. е. как бы обрести новое тело, новое ощущение тела, начать новую жизнь или, точнее, — начинать ее каждое мгновение. Что и означает: быть свободным.

Итак, подлинное самопознание не может не включать в себя внутреннее преобразование, преодоление своего прежнего состояния. «Смысл сегодняшнего занятия состоит в том, чтобы преодолеть вчерашнее понимание», — гласит популярный среди японских мастеров боевых искусств афоризм. Очевидно, что и смысл относящихся к этому процессу понятий не может быть одинаков. То, что верно на низших ступенях духовного совершенствования, вполне может быть пересмотрено и даже отвергнуто на его последующих этапах. Именно эта внутренняя изменчивость, вариативность традиционных понятий обеспечивает их способность перетекать друг в друга, составлять единое, но бесконечно переменчивое смысловое поле традиции. Подлинное единство — это не однообразие, тем более не формальная самотождественность, а «одна нить» (выражение Конфуция), скрыто пронизывающая многообразие жизни. В традиции смысл как бы мерцает. В деталях прячется не только дьявол. Ими поверяется и мастерство. В *реальном времени* жизненного динамизма есть только новизна, бесконечно утончающееся отличие. Вот почему «в кулачном искусстве, по сути, нет правил», и мастера от дилетанта здесь отличает знание нюансов, часто очень тонких, практики этого искусства. Поистине, реальность для мастера — это всегда не просто нечто, но еще и что-то иное.

Конечно, занятия тайцзицюань не только не отрицают, но прямо требуют досконального знания классических текстов и постоянных размышлений над ними. Это не означает, что тайцзицюань невозможно постичь спонтанно, вне книжной премудрости. Только так его неизъяснимый «секрет» и постигают. «Досконально усвоить» наставления означает на самом деле забыть их для того, чтобы претворить их в жизни и стать свободным для жизни. А тот, кто свободен, всегда действует правильно. Истинная ценность искусства лежит за пределами его школьных правил и даже его предмета. Вот и за пределами Китая есть мастера рукопашного боя, которые бессознательно и притом очень успешно следуют принципам тайцзицюань. В этом нет ничего удивительного, принимая во внимание единство сознания и тем более психической жизни

человечества. Возможны и толкования тайцзицюань, радикально отличающиеся от принятых в китайской традиции. Отличным примером такого рода является работа Роберта Амакера, предложившего оригинальное объяснение тайцзицюань на основе теории фракталов. Но в отсутствие официального издания этой книги говорить о ней преждевременно.

Тем не менее надо признать, что интерес к тайцзицюань на Западе подогревается либо умозрительными, либо всецело прагматическими соображениями и потому несвободен от многих недоразумений, нередко анекдотических. Вспоминаю один случай, произошедший в Москве двадцать с лишним лет тому назад. Одна моя знакомая, профессиональный востоковед, занялась тайцзицюань. Спустя некоторое время я встретил ее на улице и спросил, как подвигаются ее занятия этой новомодной тогда восточной диковиной.

— А я уже не занимаюсь, — бодро ответила она.

— Это почему?

— Я поняла идею тайцзицюань, и теперь мне нет необходимости заниматься!

С тех пор я часто вспоминал этот разговор как пример неисправимого легкомыслия европейцев как в изучении чужих культур, так и в вопросах личного совершенствования. Слава Богу, морализировал я, что они ничем не занимаются больше двух месяцев и никогда не откажутся от личного комфорта ради духовных сокровищ аскезы, в противном случае им пришлось бы исполнить пророчество Константина Леонтьева, назвавшего европейцев «орудием всемирного разрушения». Однажды я рассказал эту историю в компании, где присутствовал китайский мастер тайцзицюань. Все посмеялись и быстро о ней забыли, но китаец, который, конечно, не имеет нашего чувства юмора, погрузился в размышления и минут через пять вдруг воскликнул со всей серьезностью:

— Нет! Она не поняла, что такое тайцзицюань!

— Но почему? — спросили его.

— А если бы она поняла, она бы и дальше занималась! — уверенно заключил китаец.

Вот настоящий ответ на вопрос о том, в чем состоит великая привлекательность тайцзицюань. В этой странной, совсем не спортивной гимнастике, как в самой жизни, нет никакой идеи. Ею нужно просто жить, как проживают саму жизнь. Но она хороша и ценна тем, что позволяет проживать жизнь *воистину*. И это обстоятельство позволяет назвать тайцзицюань драгоценнейшим даром человечеству, в котором от природы заложено желание не просто жить, но еще и познавать жизнь, понимать, что есть в жизни истинного, и радоваться истине.

Правда, и здесь не все так просто. Это знание подлинности своей жизни дается нам как неразрешимая, томительная в своей неизбыв-

ности загадка. Как можно знать то, что предшествует всякому знанию? Постичь тайцзицюань — это совсем не то же самое, что приобрести какое-то предметное знание, наработать технический навык, нарастить силу или натренировать какой-то прием. Всего этого можно добиться благодаря трудолюбию, упорству, смекалке. Но в тайцзицюань, словно по завету даосского канона «Дао-Дэ цзин», все обретаешь, от всего отказываясь, все теряя — и никак иначе. Здесь можно научиться чему-то, только отучившись от самого желания что-то выучить и что-то доказать, чем-то обладать, что-то уметь. Тайцзицюань требует не просто усилия — исполнять определенные правила, пусть даже самые сложные, не так уж и трудно — а сверхусилия, равнозначного отказу от усилия. Это хитрое китайское изобретение требует понять или, точнее, принять (ибо кто же может это *понять?*), что сила приходит к тому, кто способен искренне и полностью отречься от силы. Если в тайцзицюань и есть какой-то «секрет», о котором так часто говорят старые мастера этого искусства, то только здесь, и нигде более.

Одним словом, тайцзицюань требует преодолеть глубоко въевшиеся в нас — пожалуй, даже самые глубокие — привычки и рефлексы, прививаемые индивидуальным «я» и социальными условиями. Ничто в нашем повседневном существовании не подготавливает нас к постижению «секрета» тайцзицюань, напротив — только отвращает от него. Вот лучший совет для занимающегося этим странным (не)искусством: определите, куда вас влекут ваши умственные рефлексы и привычки, и делайте наоборот. Истина от нас недалеко — быть может, всего в двух-трех шагах («боги в трех вершках от головы», говорят на Тайване). Но идти надо всегда *наоборот*. Это значит, что мы должны как бы отвыкнуть от себя и научиться воспринимать жизнь, «как она есть». Тайцзицюань учит каждое мгновение проживать жизнь заново — восхитительная, но и пугающая задача. Мы сбрасываем с себя груз нашего условного, самовлюбленного эго для того, чтобы вернуться к изначальной, безыскуснейшей правде жизни. Поистине самым сложным в жизни оказывается самое простое, а самым таинственным — самое очевидное.

Тайцзицюань и есть продукт такого любовного, почти по-детски наивного доверия к жизни и к сознанию. Оно основано на предположении, что и жизнь, и сознание сами по себе устроены наилучшим образом и лучше всего проявляют себя, а равным образом доставляют наибольшее удовольствие, когда мы просто не мешаем им быть такими, какие они есть. Впрочем, в такой позиции сказывается и здравый смысл, и жизненная мудрость: разве не является наше тело и наша жизнь даже в ее физиологической данности настолько сложной системой, что наш разум не в состоянии постичь ее сложность? Разве не является мудрость в конце концов умением предоставить жизни жить?

и, следовательно, водворить в жизни гармонию, а врагов превратить в союзников?

Конечно, знание о тайцзицюань не стоит на месте, и в этой столь утонченной области человеческой практики тайное постепенно становится явным. В последнее время в непрерывно ширящемся потоке литературы о тайцзицюань появились издания — прежде всего, разумеется, в самом Китае, — описывающие с небывалой полнотой и тщательностью принципы и практику тайцзицюань. Опубликованы не известные ранее широкой публике старинные рукописи. В силу разных причин тайники традиции, наконец, открыты для всех интересующихся ею, и мы имеем возможность изучать тайцзицюань во всей его полноте и в его пронзительной, почти невыносимой в своей простоте подлинности. Теперь наш долг — использовать эту возможность. Одновременно в совершенно новом свете предстала история тайцзицюань. Мы знаем теперь, что история тайцзицюань началась гораздо раньше, чем можно предположить на основании письменных свидетельств, и что с самого начала это удивительное искусство имело очень сложную теоретическую основу. Эти новые открытия высветили бездонную, как сама жизнь, духовную глубину наследия тайцзицюань, но и огромные трудности его усвоения. Точное и полное знание о тайцзицюань получить сегодня совсем непросто. Не будем говорить о сознательных фантазерах и мистификаторах. Но даже признанные мастера тайцзицюань редко имеют ясное знание о природе своего мастерства. Говоря откровенно, многие из них даже преподают свое искусство молодежи в надежде на то, что потомки найдут объяснение их, казалось бы, чудодейственным способностям, которыми они могут только пользоваться, но пользоваться очень четко и точно. И дело не в какой-то умственной ограниченности старых учителей. Ведь, как уже говорилось, реальность, с которой имеет дело китайская мудрость, не может быть опредмечена, переведена в понятия и стать частью технического знания. Западный ученый точно знает, как пользоваться компьютером или ядерным реактором и какие результаты от их использования он может получить. Мастер тайцзицюань *не знает* (если угодно — в позитивном смысле *незнает*), как действует таинственная сила, вырывающаяся из него или через него и притом высвобождаемая в нем благодаря не-действию. Ибо китайская цивилизация в своем преклонении перед жизнью — реальностью столь же самоочевидной, сколь и загадочной — сделала предметом изучения и использования внутренний предел каждого существования, момент трансформации вещей, непрерывное и всеобщее Одно Превращение. Эту реальность нельзя «знать», ей можно только *следовать*, в сущности — на-следовать Изначальному в своем опыте.

Следование требует безукоризненной выверенности духовного состояния. Любителям импровизаций и самостоятельного познания идей

уместно напомнить, что китайские мастера неизменно называют тайцзицюань «наукой движения»¹, «очень реалистической наукой» (Чжу Датун)², «чрезвычайно точной наукой» (Чэнь Лунчжан)³. Они подчеркивают, что принципы и приемы тайцзицюань целиком выросли из практики личного совершенствования и вне нее не имеют никакой ценности и смысла (Ли Дэинь)⁴.

В этом качестве тайцзицюань представляет собой очень характерный памятник китайской культурной традиции, которая, повторим еще раз, всегда обращается к имманентной данности жизненного опыта, непередаваемой в «объективные характеристики», но интимно внятой каждому, и требует безупречного, даже беззаветного доверия к правде жизни. Задача учителя тайцзицюань заключается в выявлении и прояснении этого в высшей степени естественного опыта, который есть не что иное, как момент преобразования всего сущего, сама предельность существования — всегда уникальная и извечно возобновляемая. Этот опыт невозможно предвосхитить, вообразить и тем более натренировать. Мы можем лишь дать ему быть благодаря тому, что сами способны предоставить всему свободу быть...

Начинающему любителю тайцзицюань не следует ждать быстрых и легких успехов, хотя от него как раз не требуется каких-то титанических усилий. Секрет тайцзицюань — это мгновение, вобравшее в себя вечность, время полной освобожденности (таково исконное значение слова *гунфу*). Его нельзя просто познать или как-то «оспособить», приспособить к своему пониманию. Его можно постичь, лишь терпеливо и усердно вглядываясь в глубины жизненного опыта, а это действительно требует времени. Спортивными единоборствами можно овладеть за год-два. В отношении же тайцзицюань бытовала поговорка: «занимаясь тайцзицюань, десять лет не выходи из дома». Но и десять лет постоянных занятий не гарантируют успеха. Нужно еще заниматься правильно. «Правильно» означает здесь: отдать всю свою жизнь тайцзицюань и в награду получить... жизнь, простирающуюся в вечность.

Не сразу открывается правда тайцзицюань. И открывается как раз тогда, когда ее не ждешь. Но открывается с абсолютной непреложностью. Проще всего узнать ее, пойдя по пути, указанному канонами китайской стратегии. Оставить всякое помышление о силе и славе, постоянно расслабляться, все яснее и точнее чувствуя противника и уже непроизвольно «зная», *чуя*, когда он, вконец растерявшийся от вашего «вездесущего отсутствия» и уже подсознательно напуганный им, лихорадочно ищущий

¹ У Тунань. Тайцзицюань чжи яньцзю, с. 96.

² Чжу Датун, Сюэ Сюин. Тайцзи нэйгун цземи, с. 58.

³ Ю Гунбао. Ин суй ю сян, с. 20.

⁴ Ю Гунбао. Суй цюй цзю шэнь, с. 19.

лучшей точки приложения силы, попробует применить силу... только чтобы обнаружить, что он уже давно находится во власти неизмеримо более могучей силы. А вы благодаря чувствительности, даруемой расслаблением, способны отметить тот момент, когда щелкнул невидимый замочек и противник уже не выберется из западни, которую сам же себе и уготовил, но до поры до времени о том не знает. И все это происходит совершенно произвольно, единственно возможным путем, воздающим каждому по заслугам — т.е. по степени душевного покоя — и, следовательно, путем единственно правильным. Высшей формой мастерства в тайцзицюань считается умение одолеть своего визави так, что тот даже не возражает, не выказывает недовольства. Но в конце этого пути не бывает благодушного равенства. В схватке обязательно проявляются победитель и побежденный, мастер и ученик.

Таков парадокс тайцзицюань: труднее всего нам дается то, что дается совершенно без усилий. Он стоит в одном ряду с парадоксом более широкого свойства: самое ценное в этой жизни — сама жизнь, любовь, чистая радость — даются нам даром. Вот почему истина тайцзицюань — эта тайна, которую мы можем хранить в себе, но которой не можем распорядиться; тайна подлинности жизни. Но и об этой тайне, разумеется, можно говорить с разной степенью откровенности и детализации, никогда не достигая предела того и другого по той простой причине, что никакое понятие не может выразить чистой конкретности, т.е. высшей подлинности, опыта. Последняя доступна только символическому и на взгляд со стороны парадоксальному выражению, столь характерному для языка тайцзицюань. Но в данном случае такая стилистика не имеет ничего общего со словесной игрой и литературным украшательством.

В даосской традиции, в том числе традиции тайцзицюань, она является воплощением, слепком самого бытия, имеет статус онтологической нормы. Вот почему видимая зыбкость, многозначительная иносказательность классических текстов тайцзицюань таит в себе необыкновенную четкость и строгость духовного опыта, особого рода «точную науку».

Итак, тайцзицюань есть наука осознанной жизни. Вообще говоря, наука имеет свой объект изучения, который она делает пригодным для технического использования. Знание свойств воздуха создало ветряную мельницу, знание свойств пара — паровую машину, в атомном реакторе используется уже знание законов микромира. Тайцзицюань же есть техника использования реальности еще малопонятной и почти неизученной: внутренней мощи самой жизни как творческого и одухотворенного начала мироздания. Мы пока плохо понимаем свойства этой силы и должны больше доверяться ей. Мы еще не можем доказать со всей логической убедительностью истинность такой веры. Это не так уж страш-

но. Как заметил один православный подвижник, есть истины, которых доказательства оскорбляют. И если тайцзицюань учит дорожить верой и показывает, что такое ежедневно, ежечасно, ежемгновенно осуществляемая *практика веры*, то это вдвойне ценно и полезно для современного человека, опутанного множеством хорошо доказанных истин, но уже ни к чему не имеющего доверия.

Коль скоро тайцзицюань есть наука познания реальности самой жизни, то нужно говорить о присущих ей различных стадиях и уровнях понимания и практики. Многие недоразумения, связанные с описанием тайцзицюань в литературе, рассеялись бы, если бы авторы более четко проводили границы между различными ступенями мастерства в тайцзицюань, ведь эти ступени соответствуют и разным способам отношения к миру, разным мировоззренческим перспективам.

Особенно важно проводить различие между тем, что в китайской традиции именуется миром «ниже форм», и миром «выше форм». Первый еще доступен предметному знанию, и именно о нем идет речь, когда в книгах о тайцзицюань говорится о нормативных «позах» и «позициях» или принципах парных упражнений и схватки, выраженных в таких афоризмах, как «мягкостью одолевать твердость», «четырьмя унциями столкнуть тысячу фунтов» или даже «оставить себя, следовать другому». Реальность «выше форм», или «прежде небесное бытие», уже недоступна предметному описанию и поэтому редко попадает в поле зрения и китайских, и особенно западных поклонников тайцзицюань. Она не имеет умопостигаемого или в каком бы то ни было смысле идеального содержания, но представляет собой, скорее, символическую матрицу существования, и ее отношение к миру вещей коренным образом отличается от принятых на Западе оппозиций между идеями и вещами, умозрением и эмпирическим опытом или духом и материей. Оно выражено, скорее, в оппозиции бесконечно действенного «недеяния» и ограниченного действия или, если взять более усложненную буддийскую концепцию, «подлинной пустоты» и «утонченного существования». Такая оппозиция в действительности имеет характер недвойственности, взаимопроникновения противоположностей и как бы сама себя снимает, упраздняет. Она не имеет аналогов в западной мысли и пока может быть охарактеризована только предварительным и приблизительным образом.

Как профессиональный китаист, прошедший выучку у китайских учителей, автор был просто обречен идти их путем, соблюдая все необходимые, часто странные и непонятные для иностранца формальности, обставляющие и, как иногда кажется, неоправданно удлиняющие этот путь. Но в духовном совершенствовании время имеет совершенно самостоятельное, а не только техническое значение.

«Нам не дано предугадать...», но момент духовного пробуждения искупляет вечность.

В результате изложение в этой книге довольно строго следует китайским канонам, знание которых, насколько я могу судить, остается совершенно необходимым условием для действительного успеха в тайцзицюань. Сделать это было тем более необходимо, что в отечественной литературе, включая и переводы западных работ, точного и полного описания *школы* тайцзицюань до сих пор нет. А ведь тайцзицюань — настолько тонкое искусство, что малейшая неточность в его исполнении перечеркивает все усилия и делает невозможным достижение подлинного мастерства. Недаром в классических сочинениях тайцзицюань упоминается старинная китайская поговорка: «Ошибка на дюйм вначале приведет к промаху на тысячу верст в конце».

Повторю еще раз: именно истина тайцзицюань немислимо, невероятно проста, и именно эта ее простота часто оказывается непреодолимым препятствием для ее постижения. Простоте правды слишком многие предпочитают усложненность техники, необыкновенное усилие воли и физической силы. В результате великая правда величия жизни как она есть подменяется зрелищем и соперничеством, эксплуатируемыми вездесущим нынче шоу-бизнесом. Уже в самых ранних текстах тайцзицюань говорится: «в мире много сторонних школ». Быть почти полностью погребенной под завалами «сторонних школ» — нередкая судьба великой правды, в том числе истины тайцзицюань. Но всегда есть возможность найти свой путь к правде. Автор счел бы свой труд не напрасным, если бы эта книга помогла найти свою дорогу к правде духовной практики начинающим поклонникам великого искусства тайцзицюань.

Разумеется, основное внимание в книге уделяется так называемому «внутреннему достижению», способам накопления и испускания силы-*цинь*, что до сих пор остается сравнительно малоизвестной и потому загадочной областью тайцзицюань (в действительности речь идет об основе духовного совершенствования в даосских боевых искусствах). Многие странности этой практики, порой кажущиеся сверхъестественными, объясняются отмеченной выше природой жизни как чистой имманентности, потенциал которой высвобождается посредством расслабления (всегда незавершенного) тела и покоя сознания.

Автор не стремился описать и объяснить разные чудесные явления в практике тайцзицюань. Тайцзицюань на самом деле обращена к безукоризненно здравому и трезвому уму. Тот постигнет дух тайцзицюань, кто поймет, что действительность фантастичнее самых изощренных вымыслов. И если вследствие невозможности сформулировать словесно свою правду тайцзицюань требует веры в его установки, то речь идет, повторю еще раз, о целомудренной, чистой *практике веры* вне доктрин

и катехизисов. Эта практика — просто искреннее и мужественное предстояние самой открытости бытия, благодаря которому только и накапливается «золотой запас» нашей жизни, простые и надежные ориентиры жизненной мудрости. В этом отношении тайцзицюань всегда будет привлекательной альтернативой мирским путям жизни, которые навязывают неудобноносимое бремя знания, но не воспитывают потребности в искреннем и мужественном действии.

Таким образом, главная цель книги — дать как можно более полное и точное представление о принципах тайцзицюань и классических сочинениях, в которых эти принципы изложены. Разумеется, в выборе авторитетов у автора были свои предпочтения, и их нетрудно выявить в процессе чтения этой книги. Автор следует прежде всего за патриархами современного тайцзицюань — Ян Чэнфу и У Туанем и их учениками, среди которых наиболее ценные и подробные работы опубликовали Ян Шаохоу, Ли Ясюань, Ван Пэйшэн, Шэнь Шоу, Чжу Датун, Ван Юнцюань, Лу Диминь, Чжао Бинь, Цянь Тимин и др. Большой интерес представляют также публикации мастеров традиции тайцзицюань, издавна бытовавшей в поселке Чжаобао: Юань Баошаня, Цзи Цзяньхая, Ли Шижуня, Чжэн Жуя, Ху Чжуаньюня и др.

Нет необходимости, однако, говорить о том, что усвоенными мной фрагментами реального знания тайцзицюань я обязан моему тайваньскому учителю Линь Алу, за что я выражаю учителю Линю самую глубокую и искреннюю признательность.

Тайцзицюань невозможно постичь по книгам (хотя от мастеров тайцзицюань можно услышать рассказы о единичных исключениях из этого правила). Но в равной мере его очень трудно, если вообще возможно, усвоить, лишь наблюдая за движениями мастера. Свойственную некоторым китайским учителям манеру обучать тайцзицюань в полном молчании никак нельзя считать оправданной или продуктивной. Как уже говорилось, не считается таковой она и в самом Китае. Автор надеется, что эта скромная публикация окажется полезным подспорьем и ориентиром как в изучении, так и в практических занятиях тайцзицюань. Вот почему в книге главное внимание уделено общим принципам и классической литературе тайцзицюань вне разделения на школы и стили, преподаваемые конкретными учителями.

Конечно, хороший учитель — главное условие успеха в занятии тайцзицюань, но сама возможность или даже, лучше сказать, способность найти, встретить его, а главное, чему-то научиться у него во многом зависит от нас самих — от нашей внутренней готовности принять правду тайцзицюань, испытать ее реальное действие. Эта правда состоит не в выдающемся мастерстве кулачного боя, не в акробатических трюках и не в славе, даруемой успехами в поединках, даже не в богатейшем здоровье или необыкновенной мудрости. Она есть только

способность высвобождения безмерной мощи жизни; способность, открывающая неисповедимые глубины — или высоты — человеческого самопознания. В ней вроде бы нет ничего ценного, но без нее оказывается обесцененной, обесмысленной вся жизнь. Истинное оправдание жизни заключается в том, что она просто есть. Есть ни для чего или, вернее, для чего-то иного, чем она сама. Не зря, видно, древние говорили, что только тот сможет быть воистину, кто умеет не быть, и тот будет жить вечно, кто способен... умереть. Или, как сказано в «Дао-Дэ цзине»:

«Небо вечно, Земля неизбывна потому, что они не существуют для себя...»

Малявин Владимир
**ТАЙЦЗИЦЮАНЬ:
КЛАССИЧЕСКИЕ ТЕКСТЫ. ПРИНЦИПЫ. МАСТЕРСТВО**

Ответственный за выпуск — А. Казаков
Редактор — Д. Петровский
Корректор — В. Шапошникова
Верстка — Е. Бессонова
Дизайн обложки, каллиграфия — Л.В. Лемешко

Сертификат соответствия № РОСС RU. АЕ51. Н 15407 от 31.05.2011.

Изд. № 4420. Сдано в набор 12.04.2011. Подписано в печать 01.06.2011.
Формат 70×100/16. Усл. печ. л. 42,9. Тираж 3000 экз.
Заказ №

ООО «КноРус».
129085, Москва, проспект Мира, д. 105, стр. 1.
Тел.: (495) 741-46-28
E-mail: office@knorus.ru <http://www.knorus.ru>

Отпечатано в ОАО «ИПК «Ульяновский Дом печати».
432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14.