

# УЛИЧНОЕ КУНФУ



БОЕВОЙ СПОРТ

Ши Синьин

# Ши Синъин

## Уличное кунфу

*Текст предоставлен издательством*  
*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=182544](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=182544)*

*Уличное кунфу: Феникс; Ростов н/Д; 2006*

*ISBN 5-222-08073-0*

### **Аннотация**

Книга Ши Синъина рассматривает эффективную технику кунфу применительно к целям самозащиты. Кунфу по праву считается одним из самых эффективных и реальных видов боевых искусств. В книге представлены действенные и практические советы по самозащите, включая контроль ситуации, психическую готовность к бою, опережающую защиту, основы физической подготовки и многое другое, необходимое для самостоятельных тренировок, которые могут спасти вам жизнь, если вы подвергнетесь нападению.

# Содержание

Часть 1	4
Ветер истории	14
Что принес «бородатый варвар»?	18
Загадки Шаолиньского монастыря	34
Конец ознакомительного фрагмента.	40

# Ши Синъин

## Уличное кунфу

### Часть 1

## Кунфу – реальность через призму мифов

*Что недостойнее мудрого мужа, чем  
придерживаться ложного или, ничуть не  
сомневаясь, защищать то, что недостаточно  
исследовано и продумано?*

*Цицерон*



Казалось бы, совсем недавно мы узнали краткое, но удивительно емкое слово «кунфу» – китайские боевые искусства. А уже сколько легенд оно породило на европейской почве, сколько поклонников завоевало себе! У кунфу есть и свои противники, говорящие о потенциальном вреде, которое оно несет здоровью и обществу.

Однако и противники, и сторонники кунфу редко могут привести веские аргументы в пользу своей позиции. Слишком мало пока известно достоверных материалов, а основные источники по истории и философии кунфу остаются непрочитанными и непереуведенными. Спор же без фактов, когда в ход идут только легенды и мифы, не имеет смысла. Нередки и прямые мистификации некоторых не слишком щепетильных мастеров кунфу. Вот почему боевые искусства, выйдя из подвалов и получив официальный статус, до сих пор для многих представляют собой некую терра инкогнито.



Автор при написании книги использовал исключительно китайские источники: древние трактаты, хроники, жизнеописания, никогда ранее не публиковавшиеся на европейских языках.

Небольшой объем книги не позволяет описать весь спектр китайских боевых искусств, прошедших долгий путь развития, в связи с чем автор решил затронуть лишь один аспект кунфу, вызывающий наибольшее количество споров и спекуляций, порождающий немало легенд. Это знаменитое шаолиньское направление боевых искусств, ведущее свою легендарную историю от Шаолиньского монастыря в провинции Хэнань. Его история во многом мифологична и, увы, не соответствует тем представлениям, которые щедро опи-

ссылаются в научно-популярной литературе и в газетах. Примеряя китайские одежды, мы порой забываем, что за их внешней пестротой и буйством неупорядоченных красок лежит удивительное внутреннее единство, объясняемое цельностью китайской духовной традиции. Поэтому, рассказывая об кунфу, мы прежде всего должны подчеркнуть глубину образов и символов, стоящих за бесхитростными мифами о подвигах мастеров.

А нужно ли современному поклоннику кунфу знать его историю и философию? Может быть, вполне достаточно грамотно и тщательно изучить обширный технический арсенал кунфу? Внутренний смысл кунфу всегда потаен от занимающегося, он познаваем лишь косвенно через понимание общих принципов китайской культурной традиции, эстетики, философии и мифологии. История кунфу – это прежде всего непосредственный путь к пониманию данного искусства. И если поклонник кунфу осознает, что перед ним представило нечто большее, чем обыкновенный способ оздоровления или рукопашный бой, – значит, первый, но самый важный шаг к постижению тайн собственной природы он уже сделал.

Много споров вызывает вопрос, откуда произошло кунфу и когда оно возникло. Некоторые видят его корни в индийской йоге, даже говорят о некоей «йоге борьбы». Другие же считают, что боевые искусства были привнесены в Китай во время походов Александра Македонского в IV в. до н. э. Вряд ли можно считать эти предположения серьезными ги-

потезами, хотя бы потому, что уже в VI–V вв. до н. э. при дворах правителей Китая устраивались смотры лучших кулачных бойцов, проводились состязания между профессиональными воинами. Нет никаких сомнений, что кунфу сформировалось непосредственно на китайской почве, отразив то удивительное переплетение различных философских течений, верований и представлений, которые господствовали в Китае.

Однако в кунфу немало настоящих загадок, разрешить которые можно, лишь внимательно изучив древние хроники. Например, действительно ли монахи Шаолиньского монастыря занимались кунфу? Что принес в Китай индийский миссионер Бодхидхарма, считающийся создателем шаолиньских боевых искусств? Что вообще преподавалось и передавалось в школах кунфу? Здесь мы попытаемся ответить лишь на часть этих вопросов, однако не будем забывать, что любой ответ является лишь началом еще более запутанных тайн.



Тайна кунфу состоит не в каком-то отдельном приеме или упражнении, она заключается прежде всего в самом смысле кунфу. Не случайно говорили, что «истинное кунфу начинается в сердце», то есть в самой душе человека. Потому-то и

путь к кунфу всегда связывался в Китае с путем в глубь себя. Лишь опытный учитель мог указать эту дорогу, и лишь искренний ученик мог увидеть ее. Доверие ученика к наставнику превращалось в основу основ обучения. Но и сам учитель должен был верить своему ученику, так как доверял ему часть своего сердца, того Знания, которое сам получил от первоучителей.

Кунфу могло умереть и тогда, когда ученик проявлял духовное непонимание сути искусства, как говорили китайские мастера, не постигал «всеприемствование духа Учения». В этом случае вся техника превращалась в груды бессмысленных и не приносящих пользы обломков. Передавался не прием, а принцип, который мог открыться и в одном движении. Хотя в школах кунфу изучали сотни комплексов—таолу, все они, по существу, сводились к «всепреемствованию духа». Именно в этом и состоит сложность кунфу, порой недоступная европейцам, пытающимся разглядеть что-нибудь «загадочное» во внешней форме.

Традиционно кунфу разделяется на стили внешней и внутренней семьи. К внешним относят шаолинь-цюань (шаолиньский кулак) и ряд других стилей. К внутренним – тайцзицюань (кулак великого предела), багуачжан (ладонь восьми триграмм), синьцицюань (кулак формы и воли). Примечательно, что такое разделение стилей возникло в недрах внутренних стилей, ибо внешнее существует лишь как проекция внутреннего. Частично это отразило своеобразную полеми-

ку, которая шла в кунфу в XVII–XVIII вв., сводившуюся к нехитрому вопросу: «Какой стиль более истинный?» Посмотрев повнимательнее, мы заметим, что базируются все стили на общих принципах и способах передачи традиции (хотя бы потому они и могут обозначаться единым словом «кунфу»). В основе основ лежат сердце и воля человека, порождающие и движение энергетического флюида—ци, и феномены сверхсилы мастеров, и их духовную мощь.

Сегодня существуют два направления кунфу: кунфу современное, включающее оздоровительный, спортивно-гимнастический и прикладной разделы, и кунфу традиционное (как его называют в Китае – народное), где все аспекты слиты воедино. Неизбежной издержкой спортивного кунфу оказывается ослабление внутреннего, духовного начала древнего искусства. Но именно этого не должно быть в наш технический век, так как хочется верить, что духовные ценности стоят вне времени и вне конкретной культуры, они всеобщие и постоянны.

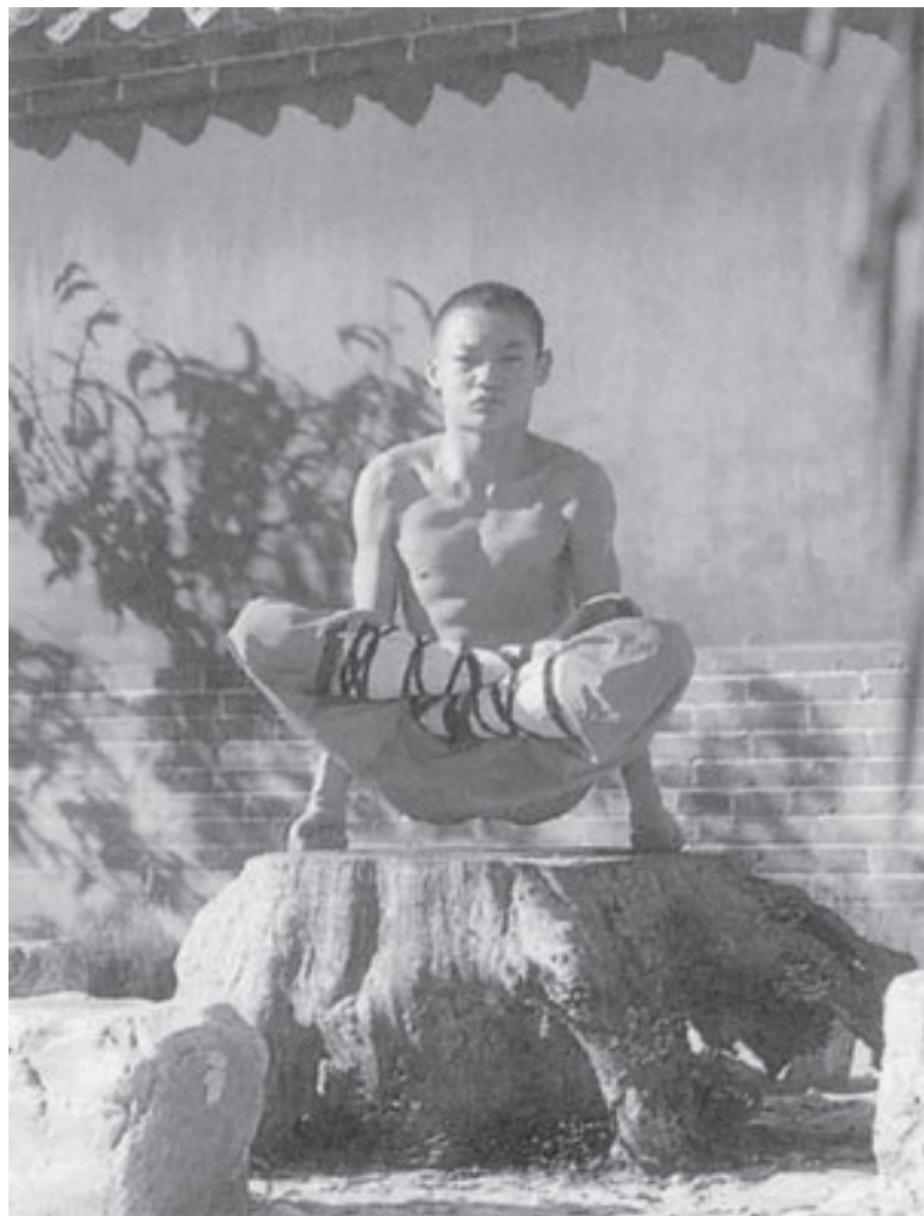


# Ветер истории

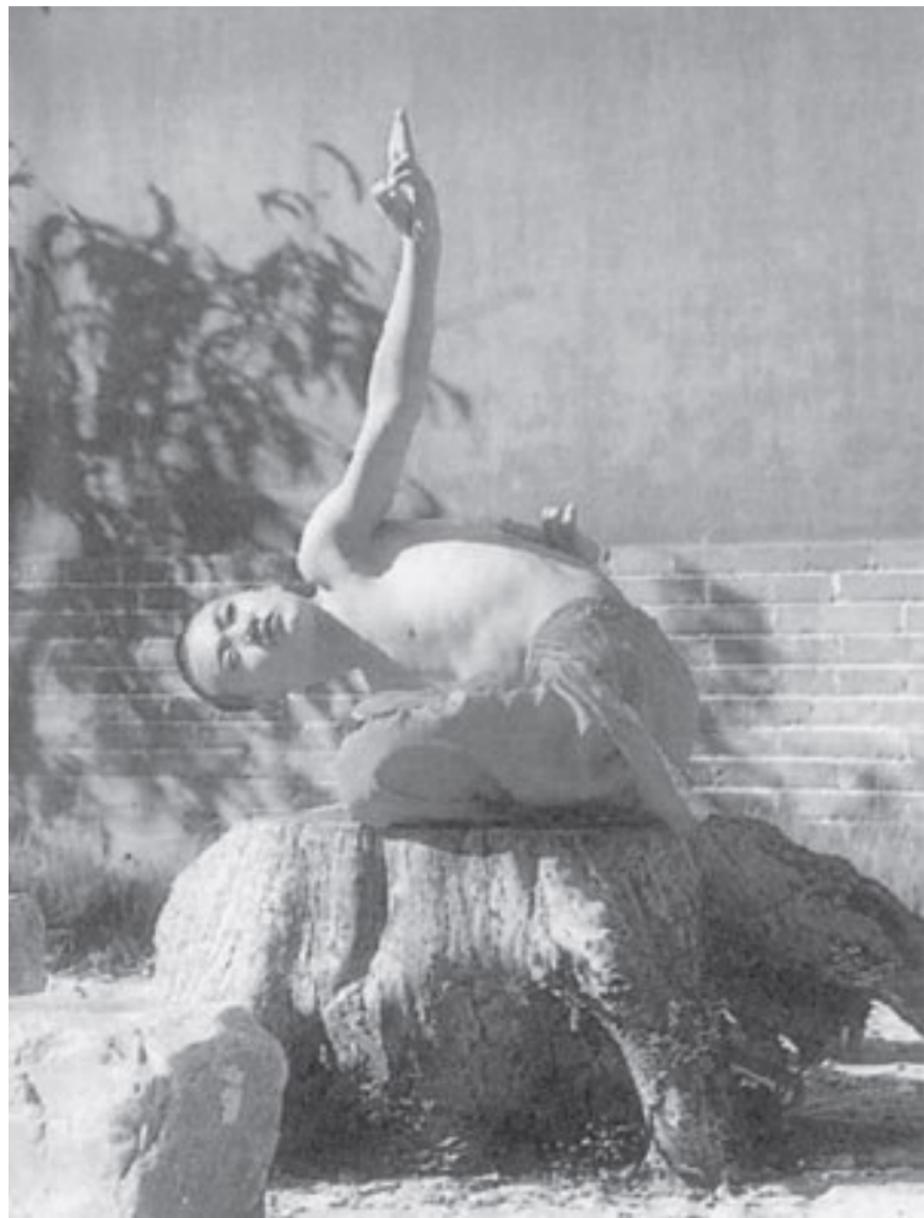
*Истинная добродетель благородного мужа – гармоничное пестование своего духа и тела. Путь к этому предопределен древними мудрецами и зовется он кунфу. Наша задача – бережно сохраняя это искусство, постигать его сокровенно-утонченную сущность*

*ИГУАНЬ, мастер кунфу (XVIII в.)*

Ветер Истории причудливо переплетает правду и вымысел, миф и реальность, соединяет все в единый клубок необычайных и удивительных рассказов, называемых обычно историей кунфу. Повторенные сотнями рассказчиков на рыночных площадях, постоянных дворах, школах боевых искусств, они получили широкое хождение в народе. Естественно, что их достоверность не подвергалась ни малейшему сомнению. Скорее наоборот: чем больше необычайного было в этих рассказах, тем ближе они были сердцам слушателей и знатоков кунфу. Эти мифы постепенно, как кирпичики, складывали устную историю кунфу, отодвигали на задний план более пресную и поэтому менее интересную реальность.



Итак, история кунфу – это фактически миф об кунфу. Однако под пышным слоем вымысла мы можем обнаружить многое, что расскажет нам о самой сути китайских боевых искусств, неотделимых от психологии китайского народа, его мировосприятия, эстетических и философских воззрений, – одним словом, от всего того, что зовется культурным контекстом.



## Что принес «бородатый варвар»?

В 520 г. (называют разные даты этого события – 486, 526, 527 г.) в Китай приходит 28-й патриарх буддизма Бодхидхарма, чье имя дословно означало «Учение о просветлении». По-китайски его имя транскрибировалось как «Путидамо», или просто «Дамо». Он пришел из Южной Индии, предположительно из Мадраса. Легенды рассказывают, что Дамо был сыном богатого индийского принца, однако оставил светские дела и посвятил себя колесу дхармы – буддийскому учению. Что же привело буддийского патриарха в Китай? По его мнению, буддизм в Китае понимается неправильно, его суть подвергается искажениям, внутреннее понимание подменяется чисто механическим ритуалом. Характерен и его знаменитый диалог, состоявшийся в столице государства Лян городе Цзиньлине (современный Нанкин) с императором У-ди. Император слыл большим поклонником буддизма, выделял деньги на сооружение пагод и монастырей, способствовал переписыванию сутр, давал подаяния монахам. Когда перед его троном предстал индийский миссионер, У-ди поинтересовался: «Велики ли мои заслуги и добродетель в совершении этих дел?». «Нет в них ни заслуг, ни добродетели», – кратко ответил монах. Удивленный император спросил: «Почему же нет ни заслуг, ни добродетели?». «Все это есть дела, совершаемые посредством деяния, – объяснил Да-

мо, – и в них в действительности не содержится ни заслуг, ни добродетели».

Искренность как высшее выражение внутреннего ритуала, чистота сердца были для Дамо критериями заслуг и добродетели. Деяние (вэй) как активное человеческое вмешательство в естественность внутреннего посыла и внутренней природы человека противопоставлялись недеянию (увэй) – следованию естественно-спонтанному ходу событий. Как говорилось в чань-буддизме, основателем которого и считается Дамо, «позволить вещам проявляться в их таковости».

Дамо учил: «Умиротвори свое сердце (дкунфу) в недеянии, и тогда внешняя форма естественно последует за этим в своих проявлениях». А один из патриархов Чань Хуэй-нэн (638–713 гг.) продолжил эту мысль: «Следуй истинности своего сердца, а не внешним проявлениям дхарм».

Однако Дамо не был понят в парадоксальности и непривычности своего учения. Он удалился от двора императора государства Ляо, посетил соседнее государство Вэй. В городе Лояне, столице Вэй, его восхищение вызвала пагода монастыря Юннинсы (Вечного покоя). После этого Дамо удалился в монастырь Шаолиньсы – небольшую обитель, построенную недалеко от Лояна в провинции Хэнань на горе Суншань в уезде Дэнфэн. Монахи истощали себя долгим чтением сутр, уходя тем самым все дальше и дальше от истинного просветления. Прозрение собственной природы в ее истинности омрачалось начетничеством, верой в чужие слова, а не

в веления собственного сердца.

Дамо объявил, что цель буддизма – прозреть сердце Будды, то есть реализовать Будду внутри себя. Таким образом, каждый в потенции является Буддой, нужно лишь разбудить его. Стать Буддой можно было «здесь и сейчас» в акте непосредственного восприятия истины, свободно и полно входящей в незамутненный разум буддиста. Истина передается вне слов в письменных наставлениях, а как светильник, переходящий от учителя к ученику.



Монахи не поняли наставлений Бодхидхармы, и тот удалился в пещеру, расположенную недалеко от монастыря, где он, обратившись лицом к стене, провел в позе сидячего созерцания (цзочань) почти девять лет (по некоторым хроникам – десять). Патриарх погрузился в состояние глубокой медитации, но, как гласит легенда, лишь **ОДНАЖДЫ** он заснул. Проснувшись, Дамо в гневе вырвал себе ресницы и бросил их на землю. Из них выросли кусты ароматного чая, который пьют буддисты в периоды долгой медитации, взбодоря сознание. Отсюда берет свой смысл чайная церемония, пришедшая в XII в. из Китая в Японию вместе с чаньскими монахами.

Через девять лет созерцания стены монахи прониклись уважением к силе духа Дамо и того учения, которое он проповедовал. Но лишь двух людей согласился взять суровый патриарх в ученики – монахов Даоюя и Хуэйкэ, которым он передавал истину в течение пяти лет. По легенде, Хуэйкэ, который стал преемником первого патриарха, отрубил себе руку и положил ее перед Дамо, демонстрируя чистоту своих помыслов и решимость постигать учение чань.

Большинство версий о возникновении кунфу так продолжают эту историю. Когда Дамо просидел девять лет, он не смог подняться из-за того, что его ноги потеряли возможность двигаться. Бодхидхарма, используя особый комплекс упражнений, восстановил себе двигательную активность ног и предписал монахам сочетать практику молчаливого со-

зерцания с физическими упражнениями. Эти физические упражнения представляли собой комплексы приемов кулачного боя, владения монашеским посохом и дыхательно-медитативную практику. Первый комплекс, который возник в Шаолиньсы, был «18 рук архатов».

Духовное учение, проповедуемое Дамо, выражалось кратким требованием: два вхождения и четыре действия. Два вхождения – это достижение просветления путем духовного внутреннего развития и созерцания (духовное вхождение) и путем совершения практических действий (вхождение через действие). Таким образом, постулировалась неразрывная связь внешнего и внутреннего, формы и глубинного образа, физического и психического, явления и его символа. Духовное вступление в состояние просветления сознания, которое не могут затронуть и загрязнить мирские дела, в основном базировалось на сидячей медитации, традиционно выполняемой лицом к стене, как это делал Бодхидхарма. Как говорили чань-буддисты, «нынешнее состояние человека ложно, истинно лишь возвращение к собственной природе».



Разум человека вечно пребывает в суете мирских дел, мечется в условностях и границах, им же самим и определенных, не понимая порой их противоестественности. Нужно лишь немного – узреть за обыденностью и монотонностью жизни Великий Символ, познав глубину всех внешних форм, преодолеть ее. Тогда все вещи воспринимаются в единстве, а человек преодолевает ту невидимо тонкую, но чрезвычайно плотную завесу, мешающую ему слиться с природной естественностью и обрести «спонтанность самопроявлений духа».

Способ медитации, который был предложен индийским миссионером, мог показаться весьма простым, для этого необходимо полностью успокоиться, контролировать циркуляцию ци в теле, обрести спокойное и незамутненное состояние разума – пустое, по определению древних мастеров. То-

гда человек мог начать дышать неким «зародышевым дыханием» – почти незаметным для внешнего наблюдателя, свидетельствующим о том, что медитирующий возвращается в свое изначальное состояние, подобно ребенку, которого еще не затронула мощь культуры и устои общества. Эмбрион в утробе, по китайским представлениям, не получает воздуха, но при этом живет, находясь в состоянии отстранения от мира – идеальном состоянии в понимании чань-буддистов и даосов.

Истинное состояние есть лишь проявление внутреннего очищения, приходящего внезапно, но предваряемого долгим самовоспитанием. Один из ключевых трактатов о методах чань-буддийского созерцания – «Речи о чудесном пользовании истинными мудрецами состояния зародыша в утробе» (XIII в.) – так описывал способ сидячей медитации, предложенной Дамо монахам Шаолиньского монастыря: «Тот, кто занимается зародышевым дыханием, пестует свое ци и совершенствует сердце. Частота его дыхания регулируется в соответствии с сердечным ритмом, и этому не способны помешать и мириады вещей. Если же ци не обрело состояние совершенства, то и созерцание не имеет смысла. Когда же ци успокоилось, то из тела уходят болезни. Созерцание—чань и путь – дао вместе умиротворяются. Если человек, занимающийся этим, не концентрирует свой дух, а его изначальное ци рассеивается и не собирается вновь, то как же путь – дао может достигнуть совершенства? Древние го-

ворили: если ци достигает совершенства, то и сердце достигает совершенства, как только ци успокаивается, то и сердце приходит в состояние покоя, – это и есть основное требование в достижении великого пути. Это также зовется возвращением ПИЛЮЛИ бессмертия. Человек, приверженный пути – дао, не замутнен мыслями, и если он поступает так день ото дня, то это зовется истинным сатори (просветление в чань-буддизме – авт.) и Созерцанием. Поэтому и мудрецы всех Трех миров (членение мира в буддизме – авт.) все поступали именно так, что и звалось совместным пестованием сатори и созерцания».



Таким образом, ключевым постулатом духовного вхождения стало успокоение духа и очищение сознания путем регуляции собственного дыхания. Шаолиньские монахи, отвлекшись от бессмысленного чтения буддийских сутр (хотя позже была создана обширная чань-буддийская литература), занялись безмолвным созерцанием перед стеной. Вместе с этим первоучитель предписал им и вхождение через действие, которое предусматривало четыре вида поступков – воздаяние за зло, отсутствие мирских стремлений, служение дхарме (то есть буддийскому учению), следование судьбе. Последний вид поступков позволял исчерпать жизнь во всей ее полноте, так как человек не метался в поисках выхода из собственного предопределения, но рассматривал свою жизнь как реализацию универсального пути и закона всех вещей – дао. Именно это давало монахам неимоверную силу духа и стремление к более высокой точке внутри себя вместе с избеганием мирских желаний.

Воздаяние за зло подсказало монахам тот путь, по которому стали развиваться шаолиньские боевые искусства, становясь на защиту слабых телом и помогая павшим духом, служа только добродетели, что и было зафиксировано в особых монашеских заповедях.

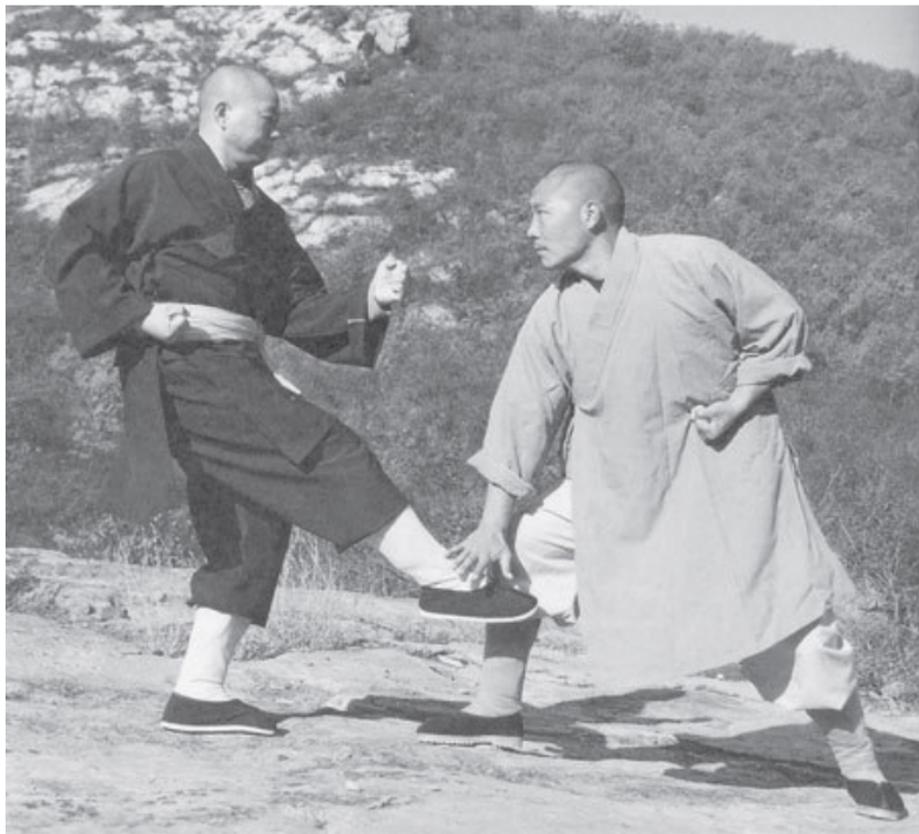
Многие поклонники китайских кунфу, знатоки буддизма пытались постичь истинный смысл учения Бодхидхармы. В чаньских монастырях одним из вопросов, который задавался ученикам, был следующий: «В чем смысл прихода боро-

датого варвара с запада?» Бородатым варваром звали Дамо, а иногда и других индийских миссионеров, так как в то время у буддийских монахов не было привычки носить бороду. Ответы на этот вопрос могли быть самыми парадоксальными, свидетельствовавшими о спонтанно действующем сознании ученика. Он мог даже ударить наставника, ответить «громогласным молчанием» или назвать Будду «кипарисом, что стоит во дворе». Важен был не сам ответ, но истинность проявления сердца, которая должна звучать в нем.

Ну а действительно, в чем же смысл прихода Дамо в Китай? Естественно, мы задаем здесь этот вопрос не как парадоксальную чаньскую загадку, но движимые интересом узнать, принес ли Дамо в Китай боевые искусства, явился ли первым основателем кунфу? Здесь перед нами встает немало загадок и противоречивых сведений. Прежде всего неясно, что же произошло с Бодхидхармой, после того как он открыл шаолиньским монахам «истинное учение сердца», как он сам его называл.

Одни утверждают, что Дамо покинул монастырь, оставив монахам знаменитый трактат по искусству самосовершенствования «Ицзиньцзин» («Об изменениях в мышцах»). Он долго скитался, а один из чиновников написал донесение императору, что встретил пепелище Бодхидхармы, где тот был сожжен по буддийскому обычаю. Осталась лишь одна сандалия, которая и была с почестями доставлена в Шаолиньский монастырь. Там она хранилась около трехсот лет, пока не за-

терялась. Правда, через несколько лет после того, как было найдено место сожжения Дамо, другой чиновник повстречал патриарха в горах Туркестана, тот был в добром здравии, но на ногах не хватало одной сандалии!



Эта забавная история не находит подтверждения в хрониках, официально же существуют две версии, противоречащие друг другу. В трактате «Биографии известных монахов» рассказывается, что Дамо умер в 534–537 гг. недалеко

от Лояна, где находился Шаолинский монастырь, и был сожжен. Однако через триста лет в исторической хронике Лю Сюя «Книга поздней Тан» в разделе «Жития магов» говорится, что Дамо «нашел пристанище в Шаолинском монастыре, что в горах Суньиань. Он был случайно отравлен и умер».

Туманное описание смерти Дамо – далеко не одна загадка в рассказе об основателе шаолинского кунфу.

Чань-буддизм оказал огромное влияние на Китай, отозвался в искусстве, философии, эстетических воззрениях. Поэтому его легендарный основатель как бы подтверждал право на существование и кунфу, коль скоро он принес в Китай целое направление. Именно в устных рассказах Бодхидхарма обрел свое второе рождение как создатель шаолинского кунфу, – одной из самых сильных школ в Китае. Для китайца того времени не могло возникнуть вопроса об исторической реальности этой истории. Такой вопрос просто-напросто показался бы ему лишеным всякого смысла, ибо миф – это также история, и порой даже более настоящая и осязаемая, чем обыденная жизнь.

Однако современный исследователь, изучающий историю кунфу и пытающийся понять, чем же кунфу было для Китая, не может ни слепо поверить легендам, ни перешагнуть через них. Если в течение столетий с завидной долей постоянства пересказывались легенды о создателе кунфу Бодхидхарме, о мастерах, которые, наблюдая за животными, создавали но-

вые стили, о поклонниках стилей внутренней семьи, обладающих способностью летать на облаках и менять свой облик, значит, эти истории играли весьма значительную роль в освоении и передаче кунфу.

Реальная история становления кунфу не очень динамична и занимает почти тысячелетие кодификации различных систем боя и их сплетения с морально-этическими и философскими учениями. Миф привносит не только яркость видимой коллизии, но и освящает кунфу именами и образами истинных людей – Бодхидхармы, основателя Поднебесной Хуанди, создателя даосизма Лао-цзы, философов Конфуция и Моцзы, каждому из которых отводилась немаловажная роль в развитии кунфу. Однако миф о Бодхидхарме сумел решить проблему первооснователя единым росчерком пера, подарив поклонникам кунфу яркий и сильный образ.

Постепенно неясные, расплывчатые, порой противоречащие друг другу легенды выстраиваются в одну сюжетную линию, образуя то, что принято называть историей кунфу. На смену мифопоэтике ранних легенд приходит изложение, части которого координируются между собой причинно-следственными связями. Например, за Бодхидхармой выстраивается целый ряд полуреальных последователей, образующих как бы генеалогическое древо всякого стиля кунфу, которое наконец выводит поклонника боевых искусств на реальные персонажи. Зачастую такой миф был явен: например, по утверждениям учеников стиля «Ладонь восьми триграмм» –

багуачжан, он был основан реальной личностью Дун Хайчуанем, который, в свою очередь, учился у бессмертных небожителей. В других случаях, как это было в истории с Шаолинским монастырем, миф не отличим от ткани реальности. Мы верим мифам, ибо без труда узнаем в них единый сюжет о людях, необычайных своим духом и телом. И даже когда видим оплошность древнего рассказчика, обычно не следившего за точностью и логичностью своего изложения, нам не хочется расставаться с простой и яркой историей кунфу, нарисованной в нескольких удобозримых картинках: Бодхидхарма, Шаолинский монастырь, тайны китайской энергетике, наблюдение за движениями животных и многое другое. Но то, что для древнего китайца было самоценным, то, что неизменно трогало его дкунфу и пробуждало стремление приобщиться к традиции боевых искусств, приобрело совсем иной оттенок на Западе. Не очень щепетильными и весьма нелюбопытными энтузиастами кунфу в этих странах мифы принимались за чистую монету и полностью подменили собой реальное постижение боевых искусств. И тогда получается удивительная дилемма: либо кунфу – спорт и гимнастика, либо кунфу – это сказка. Но что есть кунфу в реальности? Попытаемся разобраться лишь в истории одного крупного направления кунфу, о котором уже начали разговор, – шаолиньской школе.

# Загадки Шаолиньского монастыря

Мифы, подменившие собой историю кунфу, нередко ставят в затруднение тех, кто интересуется истоками боевых искусств. Здесь не только загадка бородатого варвара, но и еще ряд нелегких вопросов. Например, когда же действительно зародилось шаолиньское кунфу и что мы вообще подразумеваем под этим словом? Сколько шаолиньских монастырей было в Китае? Что проповедовали первые шаолиньские учителя, что писали они в своих трактатах и кто создал знаменитый «Ицзиньцзин», приписываемый Бодхидхарме? Умерив желание пересказать еще несколько легенд и тем самым выйти из сложного положения историков кунфу, обратимся к единственно достоверной вещи – источникам тех времен.



Шаолиньский монастырь в провинции Хэнань был создан в 495 г. во времена правления императора Сяовэнь-ди, прославившегося своей деятельностью по строительству мона-

стырей. Инициативу создания Шаолиньсы проявил индийский монах Бато, который, по некоторым версиям, и начал преподавать кунфу. При династии Северная Чжоу в 572–575 гг. монастырь был закрыт, а монахи распущены. В 579–580 гг. монастырь был восстановлен, но уже под названием Чжихусы, однако через год ему было возвращено старое название «Монастырь, стоящий на редколесье».

Далеко не все признавали главенство Шаолиня в области боевых искусств. Например, в провинции Сычуань возник монастырь Кэпусы, который так же, как и Шаолиньсы, проповедовал чань-буддизм. Но своим основателем послушники Кэпусы считали не Дамо, а Бато. Критикуя методы занятий в Шаолиньсы, приверженцы школы Кэпусы утверждали, что шаолиньские стили разделяют обучение на кулачный бой и духовный аспект и лишь затем рассматривают их внутреннюю взаимосвязь.

Но сколько бы ни стремились оппоненты Шаолиня принизить его славу, это было практически невозможно, особенно после событий XVI в., когда монахи показали свое мастерство в боях с японскими пиратами, о чем еще пойдет речь. С XV–XVII вв. в народе получили самое широкое распространение комплексы, которые связывались с Шаолиньским монастырем, – «18 рук архатов», «32 формы шаолиньцюань», «Алмазный архат», «Кулак архатов», «Красный кулак», «Кулак семи звезд», «Кулак оседлавшего ветер», «Кулак пяти свирепых тигров» и десятки других.

Стали известны и некоторые комплексы, имитировавшие движения животных, – обезьяны, тигра, дракона, журавля. Монахам Шаолиня приписывалось создание многих стилей такого рода; например, в XVIII в. монах Ван Лан основал стиль богомола (танланцюань). Некоторые мастера брали за основу обучения не весь набор шаолиньских таолу, но лишь одно-два из них, тщательно прорабатывая технику, разбирая каждую связку ударов и блоков, пока она не входила в плоть и кровь ученика. Так возникли стили «18 рук архатов», «Красный кулак» и другие.

Истории о Шаолиньском монастыре распространялись по всему Китаю, каждый уважающий себя боец кунфу обычно утверждал, что учился у настоящего шаолиньского монаха. Многие стили, которые ни географически, ни исторически не имели отношения к этой обители боевых искусств, дополняли свою генеалогию историями о шаолиньских мастерах – основателях стиля. Например, один из наиболее известных стилей внутренней семьи – синьицюань («Кулак формы и воли») реально был основан в середине XVIII в. Цзи Лунфэном. Однако любой рассказчик начинал повествование об истории этого стиля с Бодхидхармы, утверждая, что истинным стилем монастыря всегда был синьицюань. В подтверждение своих слов они обычно приводили тот факт, что действительно в шаолиньской практике существовал комплекс синьба – «Побратимы в духе и воле». Так как по-китайски эти два названия звучали похожим образом, то у поклон-

ников синъицюань не оставалось сомнения в шаолиньском происхождении стиля.

Постепенно, следуя за этнопсихологическим разделением Китая на юг и север, сложились два центра кунфу. Один из них соотносили с северным Шаолиньским монастырем в уезде Дэнфэн, куда якобы пришел Бодхидхарма и где сохранился после многочисленных пожаров обширный архив, полностью до сих пор не опубликованный. Другой центр – это южный Шаолиньский монастырь в уезде Путянь провинции Фуцзянь, где действительно активно практиковали кунфу.

Существовали ли филиалы Шаолиня, как иногда утверждается в популярной литературе по кунфу? В Китае не существовало практики основания дочерних монастырских предприятий, поэтому западные аналоги здесь представляются несколько нелепыми, хотя довольно точно отражают массовое представление о развитии боевых искусств в Китае. Документально зафиксировано очень немного монастырей, в обиход которых вошла регулярная практика кунфу. Прежде всего это северный и южный Шаолиньские монастыри, монастырь Тунфуся (Всеобщего счастья) в Фуцзяни, монастырь Наньшань (Южной горы) в провинции Шаньси, монастырь Цыэньсы (Благой добродетели) в Гуандуне, пекинский монастырь Таньчжоучы и Кэпусы в Сычуани. Вот, пожалуй, и весь список монастырского кунфу. Как видим, он не идет в сравнение с теми легендами, которые распростра-

няются о монахах-воинах.

Практикуемые в монастырях стили кунфу были в техническом плане значительно проще, чем те, которые создавались в народе, однако было и несомненное их преимущество. Строгая монастырская практика, долговременное общение монаха-инструктора с учеником позволяли с большей интенсивностью передавать внутренний аспект кунфу, отходя от самодовлеющей формы к созерцанию собственной природы (гуаньсинь) через практику боевых искусств. Открытие кунфу всегда происходит через самораскрытие, для этого требуется решительный поворот от показного кунфу (как это было на театрализованных представлениях в деревнях и что частично затронуло современное спортивное кунфу) к кунфу исключительно внутреннему, постигаемому как интимно-сокровенная тайна, а не как объем технической информации. Монастыри и закрытые школы могли создавать именно такой климат огромного духовного напряжения, когда кунфу передавалось от сердца к сердцу, объединяясь в движении единой воли мастера и ученика.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.