

ЕВГЕНИЙ ТОРЧИНОВ

Даосские практики



ПАЛ Ъ МИ РА
Т8 ИЗДАТЕЛЬСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Москва / Санкт-Петербург

2 0 2 3

УДК 299.513
ББК 86.34
Т61

Торчинов Е.

Т61 Даосские практики / Евгений Торчинов. — М. ; СПб. : «Т8 Издательские Технологии» / «Пальмира», 2023. — 164 с. — (Серия «Пальмира — религиоведение»).

ISBN 978-5-517-08762-1

Книга «Даосские практики» посвящена исследованию даосизма — традиционного китайского религиозно-философского учения. Это один из самых известных трудов Евгения Торчинова, который обрел популярность не только в научных кругах, но и среди широкой публики, проявляющей интерес к даосской философии, ее истории, теории и практике.

**УДК 299.513
ББК 86.34**

© Торчинов Е. А., наследники, 2023
© Оформление.

ISBN 978-5-517-08762-1

АО «Т8 Издательские Технологии», 2023

СОДЕРЖАНИЕ

ДАОССКИЕ ПРАКТИКИ

Введение

Дао — истина и метод	7
Немного теории. О жизненной силе и природе сущего	9
Бессмертие и бессмертные	12
Даосское тело	18
Космология	21

ГЛАВА I. Даосские практики: регуляция *ци* и «хранение Одного» (от чуских шелков до «канонов бессмертных»)

«Искусства пути» в «философских» текстах раннего даосизма:	
Лао-цзы и Чжуан-цзы	27
Гимнастика <i>даоинь</i>	39
Регуляция <i>ци</i> (<i>син ци</i>) — даосские дыхательные упражнения . . .	46
«Искусство внутренних покоев» — сексуальная практика	
в даосизме	55
«Хранение Одного», «сосредоточение мысли» и «создание	
мыслеобразов» — созерцательная практика в даосизме	68
Ритуалы, посты и амулеты	90

ГЛАВА II. Даосская алхимия: от тиглей и реторт к «бессмертному зародышу» (внешнее и внутреннее Пути золота и киновари)

Даосская алхимия, ее основные принципы и направления	107
Очерк истории даосской алхимии	121
Внутренняя алхимия	143

ВМЕСТО ЗАКЛЮЧЕНИЯ 157

Возрождение традиции <i>цигун</i> в современном Китае	157
Рекомендуемая литература	164

ДАОССКИЕ ПРАКТИКИ

Введение

ДАО — ИСТИНА И МЕТОД

Пусть читатель, прочитавший этот заголовок, не подумает, что мы поведем речь о герменевтике и обратимся к знаменитой работе патриарха современной философии и культурологии Гадамера. Нет, мы будем говорить исключительно о даосизме и только о нем.

Даосизм — традиционное китайское религиозно-философское учение, уже само название которого как бы возвещает о его практичности. Даосизм (от *кит. даоцзяо*) — Учение Пути, а Путь — это нечто, предполагающее движение по нему, то есть некоторую практику. Конечно, понятие *дао* — отнюдь не изобретение даосов, ибо и конфуцианцы, и легисты, и моисты, и даже позднее буддисты — все они использовали это слово для обозначения того, что мы назвали бы Истиной. Китайским аналогом выражения «поиски истины» будет «поиски *Дао*». Но, в отличие от нашей Истины, которая, как известно, есть *истина*, *Дао* не есть только онтологическая реальность, бытийная и бытийствующая. Поиск *Дао* поэтому не есть поиск того, что *есть*, не есть поиск реальности, не есть поиск бытия. Это есть еще и поиск Метода, а также и Метод поиска. Не случайно это слово в своем первом словарном значении — ‘путь’, ‘дорога’. Оказавшись в городе Тяньцзине, например, вы увидите, что там улицы обозначаются не стандартным китайским словом *цзе*, а именно словом *дао*. Таким образом, *Дао* практично и прагматично, оно есть не только Истина, но и сам поиск Истины, а также способ, благодаря применению которого Истину можно найти.

Один из крупнейших философов Китая XX в. Фэн Ю-лань (1895—1990) в своей книге «Краткая история китайской философии» приводит такой анекдот, очень хорошо проясняющий «методологическую» направленность традиционной китайской мысли, ее приверженность не столько результату, сколько методу, тому золотому ключику, который отворяет дверь, ведущую к искомому результату. Вот этот анекдот. Некий дровосек встретил в горах даосского бессмертного и разговорился с ним. Бессмертный, которому дровосек понравился, пообещал ему исполнить любое его желание. Дровосек попросил золота. Бессмертный коснулся пальцем огромного валуна, и тот немедленно превратился в золотой слиток. Увидев, что дровосек как-то странно смотрит на слиток и не берет его, бессмертный осведомился, не слишком ли мало он дал золота. На это дровосек ответил: «Я передумал, мне больше не нужно золото. Мне нужен твой палец!» Вот *Дао* как раз и есть тот универсальный «палец», благодаря которому можно обрести... *Дао*!

Поэтому даосизм не есть учение лишь о *Дао*-Истине или о *Дао*-Методе. Это есть двуединое учение об Истине-Пути, Истине как Пути и Пути как Истине. Конечно, таинственный основатель даосизма Лао-цзы говорит в «*Дао-Дэ цзинь*» — «Каноне Пути и Благодати» (по крайней мере, традиция связывает этот текст с его именем): «*Дао кэ дао фэй чан дао*», что можно, даже не допуская особых вольностей, перевести как «Проходимый Путь не есть Вечный Путь». Но тем не менее это все-таки Путь, а Путь (любой путь) одолеет идущий. Даосам чуждо неверие в собственные силы и пренебрежение к известному принципу, знакомому нам по Новому Завету: «Царствие Божие усилием берется». Только усилие даосов лишено насилия, оно самотаково («естественно» — *цзы жань*) и ненавязчиво («недеятельно» — *у вэй*). Даосы говорят: «*Во мин цзай во, бу цзай юй тянь*», что означает: «Моя судьба зависит от меня самого, а не от Неба».

Таким образом, даосы привержены Пути не только как высшей Истине или высшему Принципу, но и как Методу. И в этом последнем смысле слово *дао* у даосов синонимич-

но таким словам, как *фан* ('метод') и *фа* ('закон'). Эта лексическая синонимия имеет уже вполне конкретные историко-философские проекции, а именно связь древних даосов с философскими школами законников-легистов (*фа цзя*) и натурфилософов, вышедшими, в свою очередь, из среды «мужей методов» (*фан ши*) — магов и оккультистов. Но это, как говорится, уже совсем другая история.

Для нас важно то, что даосизм — учение в высшей степени практическое и практичное. В нем важны не столько *знания* учителя, сколько его *умения*. Современные тайваньцы, например, говорят: «Учитель учит не словами, учитель учит своим телом». Поэтому суть даосизма мы постигаем не тогда, когда изучаем философскую мысль ранних даосских памятников или философов школы Учения о Сокровенном (*сюань-сюэ*), а когда обращаемся к текстам, описывающим даосские искусства (*шу*) и практические методы. И здесь сочинения, посвященные алхимии и дыхательным упражнениям, литургике и созерцанию, откроют нам то единственно важное для даосизма, что оставалось «сокровенным», пока мы с мучительными усилиями продирались через интеллектуальные хитросплетения и грамматические изыски таких мэтров даосской мысли, как Хэ Янь, Ван Би или Го Сян. И сама даосская философия после этого станет нам понятнее, а в чем-то и ближе. Итак, в путь!

Но вначале все-таки немного теории.

НЕМНОГО ТЕОРИИ. О ЖИЗНЕННОЙ СИЛЕ И ПРИРОДЕ СУЩЕГО

Среди категорий китайской культуры нет ни одной столь важной для понимания даосских практик, как *ци*. Уже тот факт, что это слово переводилось на русский язык и как 'дух', и как 'материя' (я не касаюсь таких «нейтральных» переводов, как 'эфир' и 'пневма'), свидетельствует о том, что мы встретились с чем-то загадочным и достаточно странным: ведь для нашей культуры дух и материя — нечто взаимоисключающее, и одна и та же сущность никак

не может быть и тем и другим. Или для этих странных китайцев не существует закона исключенного третьего? *Ци* — понятие, конечно, весьма полисемичное, многозначное, поэтому начнем с его философского и мировоззренческого смыслового уровня.

Древнекитайский философ-скептик Ван Чун (I в. н. э.), рассуждая о природе *ци*, привел пример, который можно считать классическим: *ци*, сгущаясь, становится веществом, а истончаясь, — духом, подобно тому как лед при нагревании превращается в воду, а вода — в пар¹. Таким образом, между духом и веществом, материей и сознанием нет и не может быть непреодолимой грани, это не более чем разные состояния, модусы единой субстанции. Все, что есть в мире, — это *ци*, и кроме *ци* и его состояний ничего нет. Утонченное, разреженное *ци* — дух, сгустившееся — вещество. *Ци* в своей первозданной тончайшей природе, еще не знающей полярности отрицательного (темного, женского) — *инь* и положительного (светлого, мужского) — *ян*, есть не что иное, как Изначальный Дух (*юань шэнь*). Но и самый неотесанный и бездушный камень как бы чреват одухотворенностью, подобно тому как и в безднах Изначального Духа притаилась грубая вещественность. Вещество — «замороженный» дух, и дух — «оттаявшее» вещество. Поэтому если правда то, что природа в своей основе одухотворена, то справедливо также и то, что дух природен, натуралистичен. Материя и дух единосущны и взаимосводимы, здесь нет места для трансцендентного мира вечных идей или дуализма духа и вещества, духа и плоти. Более того, дух и вещество находятся в состоянии постоянного взаимоперехода, взаимопереплавки. Мир — гигантский горн, в котором все сущее, представляющее собой лишь различные формы и состояния *ци*, постоянно переплавляется, меняя свои очертания. Как писал великий поэт — одописец и философ Цзя И (200—168 до н. э.):

Бесконечно Великий Гончар
мириады вещей созидает.
Не познать размышлением Небо,
Дао-Путь не постигнуть рассудком,