

**И.Б. Линдер, В.П. Фомин**

**Диалог о боевых искусствах  
Востока**

**Москва  
«Книга по Требованию»**

УДК 796  
ББК 75.5  
И11

И11 **И.Б. Линдер**  
Диалог о боевых искусствах Востока / И.Б. Линдер, В.П. Фомин – М.: Книга  
по Требованию, 2013. – 368 с.

**ISBN 978-5-458-37669-3**

Боевые искусства Востока - у-шу, таэквондо, айкидо, каратэ и другие так называемые "дзэнские" виды спорта предстают в книге как ни на что не похожий мир, как уникальная культура. Один из разделов книги посвящен традиционным методам древневосточного врачевания. Расчитана на массового читателя.

**ISBN 978-5-458-37669-3**

© Издание на русском языке, оформление  
«YOYO Media», 2013

© Издание на русском языке, оцифровка,  
«Книга по Требованию», 2013

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первозданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.



Серия Книжный Ренессанс

[www.samizday.ru/reprint](http://www.samizday.ru/reprint)



## ОТ АВТОРОВ

Боевые искусства Востока... Китайские у-шу, корейское таэквондо, японские дзюдо, джиу-джитсу, айкидо, каратэ и многие другие так называемые «дзэнские» виды борьбы предстают перед нами как ни на что не похожий мир, как уникальная самобытная культура.

Можно ли удивляться тому, что интерес к этой древней традиции — познавательный и практический — неуклонно растет по мере того, как люди узнают и приобщаются к богатейшему культурному наследию? И разве не закономерно, что нелегкий, во многом противоречивый процесс освоения дальневосточных боевых искусств — их практики и теории, этики и философии — рождает многообразие взглядов, мнений, суждений, зажигает споры.

Но не стоит ли задуматься о природе подобных процессов и закономерностей, о судьбе многовековой традиции в современном меняющемся мире? Ведь мы свидетели того, как некогда целостная традиция дальневосточных боевых искусств, объединявшая и военно-прикладную, и спортивную, и лечебно-оздоровительную стороны, ныне распадается на отдельные, относительно самостоятельные направления.

---

А сколько проблем в культивировании восточных единоборств порождено их взаимодействием с западным спортом, особенно с профессиональным! Мы видим, что исконно восточные представления о боевом искусстве как о пути совершенствования человека, сопряженные с гуманистическими идеалами непреходящей ценности, вытесняются сугубо практическими интересами политики и бизнеса. Достаточно распространенным становится утилитарно-потребительский подход к богатствам традиции в сочетании с поверхностно-облегченным отношением к ней. Они усугубляются и некоторыми особенностями западного образа мысли, и фрагментарностью воспроизведения боевых искусств Востока на западной почве, которое обволакивается туманом повседневной суеты непостоянного XX века...

Ну а что происходит с традиционно устойчивой восточной культурой? Насколько глубоки ее следы, оставленные в национальном самосознании? Насколько жива ее корневая система? В чем уникальность и общезначимость содержания традиции дальневосточных боевых искусств? Каковы ее достижения и ресурсы?

Эти и другие вопросы все шире вовлекаются в водоворот споров. Все более насущным становится осмысление происходящего, выработка новых подходов и критериев оценки культурного наследия народов Востока. Есть настоятельная необходимость в

том, чтобы развеять бытующие мифы о боевых искусствах, преодолеть распространенные стереотипные представления и предрассудки. Ведь расширение горизонтов познания традиции, формирование более глубокого и целостного взгляда на нее — основа рационального использования накопленного опыта и знаний на благо людей.

Авторы надеются, что предпринятая в книге характеристика лечебно-оздоровительной стороны традиции дальневосточных боевых искусств, вызывающая сегодня массовый интерес, принесет практическую пользу. Этот материал представляет собой комментированные и иллюстрированные комплексы статических и динамических упражнений, методы дыхания, психорегуляции, самомассажа, принципы рационального питания и другие рекомендации для самостоятельных занятий.

Конечно, для освоения всего этого нужны любовь, вера и труд, но не менее важен также осмысленный, неформальный подход к содержанию изучаемого материала. Вот почему авторы стремились по возможности более широко осветить историко-культурный контекст зарождения, развития и современного бытования традиции боевых искусств Востока. Для его творческого восприятия и осознания наиболее продуктивной представляется форма дискуссии, спора, диалога. Авторы давно вступили в подобный диалог — друг с другом в процессе обще-

ния и работы над серией совместных журнальных публикаций, телепередач, лекционно-практических занятий с людьми, проявившими к боевым искусствам особый интерес (с читателями, телезрителями, слушателями).

Этот диалог продолжается и углубляется на страницах предлагаемой книги. Мы надеемся, что в него вступят и другие любители восточных единоборств. Импульсом к нему может послужить тот исторический диалог веков, который в традиционной восточной культуре продолжается до сего дня и который можно обрисовать беглыми штрихами. Он отражает преемственность и живую связь многих поколений выдающихся мыслителей и мастеров. С этого мы и начинаем повествование о древней традиции боевых искусств Востока.



# 1

Часть

## ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЕ БОЕВЫЕ ИСКУССТВА КАК КУЛЬТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ



# 1 ЖИВАЯ СВЯЗЬ ВЕКОВ

В наше время, подобное вавилонскому столпотворению, с его смешением языков и отчуждением народов, толкнувших человечество на грань выживания, особую остроту приобретает поиск взаимопонимания, духовно-нравственных устоев культуры. Формируется новое отношение к культурному наследию, к могучим традициям, доказавшим жизнеспособность и сохранившим уникальность даже в эпоху невиданных социальных катаклизмов, мировых войн и «культурных революций». Растущий интерес к многовековой традиции воинского искусства Востока, объединяющей теорию и философию, стратегию и тактику военного дела, а также системы единоборств, образующих семейство дальневосточных боевых искусств (китайские у-шу, корейское таэквондо, японские каратэ, джиу-джитсу, айкидо, кэндо, кюдо и др.), вряд ли можно объяснить лишь узкопотребительским отношением. Гораздо важнее те общие уроки историко-культурного процесса, которые несет традиция. Древняя традиция такого рода подобна стреле, выпущенной из тугого лука коллективного опыта в бесконечность человеческого бытия. Кто натянул этот лук? Кто пустил стрелу? Оставим пока это. Обратим взор на те яркие вспышки в памяти культуры Востока, которые делают более зримой живую связь веков, их непрекращающийся диалог...

Древний Китай. VI век до н. э. Сунь цзы, знаменитый воин и мудрец, завершает первый трактат о военном искусстве. Ему суждено было остаться самым фундаментальным и почитаемым в «Семикнижии» военных трактатов и разделить судьбу других канони-



ческих текстов. В многочисленных редакциях и переводах он оброс комментариями, породил традицию своего истолкования и во многом определил направление «полета стрелы». Произошло это, вероятно, потому, что, кроме обобщения многовекового опыта военной стратегии и тактики, в «Сунь цзы» нашло воплощение традиционно восточное представление о некоем высшем законе, которому подчинено все сущее.

Истоки этого представления находят в древнейшей натурфилософской концепции «инь-ян», которая легла в основу знаменитой «Книги перемен» («И цзин») с ее гадательной символикой триграмм и гексаграмм. «Книга перемен» вошла в конфуцианское «Пятикнижие». В конфуцианстве и даосизме высший природный закон стал именоваться законом Неба и законом Дао. «Сунь цзы» как бы демонстрировал действие всеобщего закона в военно-прикладной сфере. Уникальный специальный источник превращался в философию военного дела, в своего рода «библию» воинского искусства, в средоточие эзотерического (тайного) знания, доступного только посвященным. Отсюда хранители секретов военного дела и воинского искусства — выдающиеся полководцы, воины-мудрецы, мастера — становились одновременно носителями глубинных знаний о мире, высших ценностей и идеалов культуры. Именно перерастанием профессиональных границ и выходом к познанию некоего высшего закона, которому подчиняется все сущее, была обусловлена особая культурная значимость воинского искусства на Востоке. Отсюда само воинское искусство возвышалось до пути познания мира, самопознания и совершенствования человека. Подобный подход в эпоху средневековья дал еще одну яркую «вспыш-



ку». На основе синтеза китайского даосизма, буддизма чань и японского дзэна с дальневосточными боевыми искусствами возник уникальный феномен «дзэнских» видов борьбы, или искусств Будо — «воинского пути». Но вернемся к предыстории.

На «Сунь цзы», ставшем канонизированным текстом, распространялась общая традиционно восточная установка, сформулированная Конфуцием: «Передавать, а не создавать, верить древности и любить ее». Светом своей мудрости «Сунь цзы», пожалуй, наиболее ярко озарил эпоху борьбы Трех царств (Вэй, Шу и У), которая разгорелась в III веке н. э. Один из самых бурных периодов в истории Китая с его непрекращающимися войнами стал грандиозным полигоном испытаний для «Сунь цзы», который был настольной книгой выдающихся полководцев. Среди них Цао Цао — первый комментатор трактата. Предметом комментирования становится и сама борьба Трех царств, что позволяет в разрастающемся тексте «Сунь цзы» теоретически обобщить колоссальный опыт военных действий.

В XIV веке теория и практика воинского искусства получают философско-художественное осмысление в самой ранней китайской книжной эпопее — романе Ло Гуаньчжуна «Троецарствие». В «Троецарствии» на основании официальных исторических хроник и последующих народных книг повествуется о борьбе Трех царств. Она длилась 76 лет — с начала так называемого «восстания Желтых повязок» (направленного на свержение императорской власти и установление всеобщего равенства согласно религиозно-мистическим идеям секты «Тайпиндао» — «Пути великого спокойствия») и до создания в 265 году единой Цзиньской империи. «Троецарствие», ставшее



шедевром средневековой литературы, как и древнекитайский трактат «Сунь цзы», вошло в круг памятников, в которых традиция боевых искусств Востока представлена в наиболее концентрированном и полном виде. Столь разные по жанру и объему памятники, отдаленные друг от друга веками, во многом дополняют друг друга. «Сунь цзы» как высшее достижение древнекитайской теоретической мысли оказывается сопряженным с конкретным опытом реализации стратегии и тактики военных действий, составляющим событийную основу «Троецарствия». Однако монументальные памятники вступают в исторический диалог не только по самой сути предмета воинского искусства. Они имеют мировоззренческую, философскую основу, которая является общей как для традиции боевых искусств, так и для культуры дальневосточного региона в целом. Описание военных событий становится в «Троецарствии» средством для извлечения уроков из истории, которая являет собой величественный пример действия все того же высшего закона, а ее герои — примеры обладания высшим знанием. В «Троецарствии» в соответствии с культурной традицией Востока история мифологизируется, насыщается этическим содержанием, наполняется образцами мудрости, достойными подражания. В «Троецарствии» действует более четырехсот персонажей, как правило, знатных сановников и воинов, демонстрирующих незаурядные воинские способности, а также замечательные достижения в разного рода боевых искусствах. Однако поскольку роман повествует об истории войн, то средоточием мудрости становятся выдающиеся полководцы.

Среди главных героев «Троецарствия» Лю Бэй — дальний потомок Ханьской династии (под его вла-



стью находится царство Шу, включающее юго-западные земли Китая) и его бесстрашные побратимы — могучие воины Гуань Юй и Чжан Фэй, давшие друг другу клятву восстановить законную императорскую власть. На их стороне действует один из центральных персонажей романа и лучших стратегов раннесредневекового Китая Джугэ Лян. Он убежден, что «для людей, рожденных в Поднебесной, верность Сыну неба и послушание родителям — крепкие корни, на которых держится все их достоинство». Поэтому все его усилия направлены на прекращение смуты в стране, на установление порядка, гармонии и справедливости под властью законной Ханьской династии. Образ знаменитого Джугэ Ляна, который «постиг все законы Земли и Неба», расцвечен мифологическими красками. Герой осознал свое предназначение покончить со смутой в Поднебесной и покинул хижину даосского отшельника, возложив на себя тяжкий труд стратега и полководца. Подобно идеальному конфуцианскому правителю Джугэ Лян управляет, «не действуя», повинаясь предначертаниям Неба и гибко приспосабливаясь к изменяющимся обстоятельствам. Он как бы олицетворяет заповедь «Сунь цзы»: «быть спокойным, чтобы быть непостижимым, быть справедливым, чтобы управлять». Царству Шу противостоит царство Вэй (центральная часть страны), которое находится под властью узурпатора — диктатора Цао Цао. Несмотря на то, что Цао Цао — антипод Лю Бэя и выступает в романе как злодей, посягнувший на установленный Небом порядок, автор отдает ему должное как смелому воину и выдающемуся полководцу. Это примечательно, поскольку, как уже упоминалось, именно Цао Цао явился первым комментатором трактата «Сунь цзы». В редакциях и переводах