

УДК 244.82

## ВОСТОЧНЫЕ БОЕВЫЕ ИСКУССТВА – ФЕНОМЕН ЭТНОКУЛЬТУРЫ НАРОДОВ ДАЛЬНЕВОСТОЧНО-АЗИАТСКО-ТИХООКЕАНСКОГО РЕГИОНА

© Александр Михайлович КОЗЛОВ

Тамбовский филиал Российской академии народного хозяйства  
и государственной службы, г. Тамбов, Российская Федерация,  
кандидат педагогических наук, доцент кафедры гуманитарных  
и естественнонаучных дисциплин,  
e-mail: tambovranhgs\_dekanat\_gmu@mail.ru

Раскрывается и создается панорамное представление о восточных боевых системах, зародившихся и развивавшихся в пластах веков, в недрах великих и могучих цивилизаций: Индии, Китая, Японии, Кореи, Вьетнама, Бирмы, Лаоса, Таиланда и ряда других стран. Рассматриваются исторически сложившиеся особенности возникновения и развития боевых систем Древнего Китая и конкретно рукопашного боя – (цюань-шу). Выделяются такие черты Воинских искусств, как самобытность, неповторимость и совершенство. Пытаясь приблизиться к ВБИ как учению, а именно так его понимают на Востоке, логика обязывает рассматривать его во всей совокупности исторических, религиозно-философских, психолого-педагогических, нравственно-этических и медико-биологических факторов, составляющих целостность этого уникального феномена. ВБИ разграничиваются по видам и объединяются по наиболее характерным интегрирующим признакам. Уделяется большое внимание высокому оздоровительному эффекту гимнастики Тайцзи-цюань, основанной на физиологическом воспроизводстве природного принципа сочетания гармонии: мягкости и твердости, расслабления и сокращения, чередования движения и покоя, естественности, последовательности, непрерывности и координации специализированных структур брюшного дыхания, закалки нервной системы, укрепления скелетных мышц, повышения работоспособности внутренних органов и органов чувств. В современном Китае Тайцзи-цюань используется не только как оздоровительная система, но и как средство, сопутствующее терапии при лечении различных недугов. В КНР развернута и активно функционирует сеть научно-исследовательских институтов, выполняющих актуальную задачу всестороннего глубокого изучения феномена оздоровительного и лечебного потенциала Тайцзи-цюань, Ци-гун и Цигун-терапии.

*Ключевые слова:* восточные боевые искусства; у-шу; цюань-шу; кэмпо; гун-фу; каратэ-до; дзю-дзюцу; дзю-до; сумо; таэквон-до; тансу-до; хваран-до; хапки-до; ветво-дао.

Феномен массовой физической культуры и спорта (являющийся частью макрокультуры всего мира) в современном динамично развивающемся социуме народов земли – предмет пристального внимания и исследования политиков и ученых, специалистов спорта и предпринимателей, деятелей искусства – представляет собой значительное, все более возрастающее культурологическое явление XX–XXI вв.

Постоянно расширяется география стран и народов, принимающих участие в международных стартах и олимпийском движении. Увеличивается количество участников и программы соревнований континентальных и мировых первенств. Обновляются и улучшаются национальные и мировые достижения и рекорды, повышается плотность показанных результатов, растет престиж и значимость побед, обостряется борьба за пальму первенства на всех уровнях. А самым значи-

тельным является то, что почти в геометрической прогрессии растет количество занимающихся национальными, в «одно мгновение» получившими признание, обожание и популярность, ставшими поистине интернациональными видами спорта и физической культурой. Яркий пример: китайское (у-шу, цюань-шу, кун-фу), японское (дзю-до, каратэ-до, айки-до, сумо), корейское (таэквон-до, хапки-до, хваран-до) – социокультурное наследие дальневосточно-азиатско-тихоокеанского региона, совершившее во второй половине XX в. триумфальное шествие по миру, завоевавшее сердца миллионов поклонников, приверженцев и адептов в Европе, Америке, Азии, Африке, Австралии, получившее всеобщее признание, и ставшее олимпийскими видами спорта (дзю-до – Япония, таэквон-до – Корея).

Этому в огромной мере способствовала заполнившая экраны всех континентов кино-

и видеопродукция, сочетающая рекламу восточных боевых единоборств и экзотику, до недавнего времени малознакомого европейцам образа жизни, основанного на глубоком почитании религиозно-философских канонов мудрости древних, верности традициям нравственности, этики, долга, морали, бытия, образования и воспитания, столь специфично характерных для данной этнокультуры. На становление и развитие боевых систем в Древнем и средневековом Китае и распространение их на сопредельные страны – Корею, Японию, Вьетнам, Таиланд, Бирму и другие – оказали влияние самые популярные и традиционно значимые учения: конфуцианство, даосизм, пришедший из Индии буддизм, а в Японии еще и синтоизм.

Весь этот колоритный симбиоз взаимообогащения национальных культур и боевых традиций выкристаллизовался в воинские искусства, характеризующиеся самобытностью, неповторимостью и совершенством. Эти боевые системы, их высшие формы и проявления совершенства, окруженные ореолом святости, всемогущества древней мудрости, величайшего таинства секретности до недавнего времени являлись достоянием сравнительно узкого круга посвященных, зародились и развивались за стенами некоторых орденов буддийских монастырей и даосских храмов, общин и сект, закрытых военных школ, кланово-светских школ, радениями отдельных просветленных монахов отшельников-воителей, живущих в лесной глуши или труднодоступных горных скитах.

Длительность и устойчивость этой своеобразной культурной традиции, уходящей корнями в глубины и пласты веков, с одной стороны, позволяла на основании опыта, часто трагического, постоянно отбирать, систематизировать и совершенствовать наиболее эффективные приемы и методы ведения боя, подвести под нее религиозно-философскую и морально-этическую базу, сделать ее способом психофизического тренинга и духовно-нравственного воспитания. А с другой стороны, создавало достаточно специфичную сферу или область человеческой деятельности, направленную на ретрансляцию во времени, – обучение и передачу знаний, умений и навыков из глубин истории до наших дней. Что способствовало, пробудив неугасаемый интерес наших со-

временников к наследию великих мастеров прошлого, этой неотъемлемой многовековой части дальневосточной цивилизации, позволило пережить свое время и занять столь прочные позиции в наш изменчивый, технократичный компьютеризированный век.

Каково исконное содержание этого наследия, и что скрывается за понятием «боевые дальневосточные искусства», взятым в их историко-культурной целостности? Чтобы разобраться более подробно в процессах, противоречиях современного бытия восточных боевых искусств (далее ВБИ), необходимо иметь о них достаточно полное, широкое и детальное представление. Исходным здесь может являться панорамный, ретроспективный взгляд на традицию. Пытаясь в данной работе приблизиться к ВБИ как учению, а именно так его понимают на Востоке, логика обязывает рассматривать его во всей совокупности исторических, религиозно-философских, психолого-педагогических, нравственно-этических и медико-биологических факторов, составляющих целостность этого уникального феномена.

Изучение истории боевых систем, зародившихся в древности в колыбели восточной цивилизации, – это, прежде всего, непосредственный путь к пониманию данного явления, огромного пласта духовно-нравственных ценностей, практического опыта, знаний, умений и навыков как искусства, сформировавшегося в веках и передаваемого эзотерически из поколения в поколение, от учителя к ученику, от сердца к сердцу как светильник разума.

Нередко возникает вопрос: «Почему боевые искусства, а не просто системы, комплексы подготовки, виды спорта или приемы и методы тренировки?» Ответ патриархов и специалистов звучит достаточно просто. Искусство не имеет пределов, не терпит рутины, не знает границ и, однажды возникнув, не кончается никогда. Искусство требует не догматического повторения давно установленных архаичных форм и канонов, а проникновения в элементы и феномены осмысленного восприятия каждого движения и творчества, развивающего у приверженцев самые разнообразные, иногда абсолютно неожиданные способности, позволяющие ему глубже познать себя, окружающий мир и самореализоваться в нем. Истинные адепты,

великие мастера, поднимаясь к вершинам по ступеням совершенствования, через длительный процесс, порой всю жизнь, при постоянной работе над собой, направляли развитие личности от техники и силы до утонченной интуиции и внутренней гармонии, достижения этического идеала и реализации величия духа. И не случайно в определении этого процесса заложено слово «Путь» («Дао» – по-китайски, вьетнамски; «До» – по-японски, корейски)\*<sup>1</sup>, что символизирует непрерывный поиск и постоянное движение вперед, т. к. путь по своей сути безграничен и беспределен.

Восточные боевые искусства – явление многоликое, самобытное, сложное и уникальное. Представляет собой практически необозримый пласт многовековой, специфичной, своеобразной культурной традиции и древней мудрости, зародившейся и развивавшейся в недрах великих и могучих цивилизаций Индии, Китая, Японии, Кореи, Вьетнама, Бирмы, Лаоса, Таиланда, Малайзии и ряда других стран. Но наибольший вклад в развитие, совершенствование и доведение до уровня искусства, несомненно, принадлежит Китаю, Японии и Корее – самым в настоящее время динамично развивающимся странам этого района земного шара, которым во второй половине XX в. в истории суждено было сыграть роль активного пропагандиста, распространителя и международного спонсора традиционных воинских искусств Востока.

Многогранное, интеграционное по значению определение восточных боевых искусств – (по-китайски – у-шу, по-японски – бу-дзюцу, по-корейски – таэквон-до, по-вьетнамски – во-дао) в первоначальном, исторически сложившемся понятии объединяет практически не поддающееся учету огромное количество боевых искусств с применением всевозможных видов холодного оружия и без него, в сражении с одним или несколькими противниками, стрельбу и метание различных снарядов, фехтование (на мечях, кинжалах, копьях, алебардах, палках и т. д.), валь-

тижировку, бой в пешем и конном строю, плавание в полном боевом снаряжении, знание элементов стратегии и тактики и многое-многое другое, то, что роднит все области человеческой деятельности, относящейся к практике ведения войн и боевых действий. Внутри у-шу, бу-дзюцу и других имеется понятие «рукопашного боя», борьбы – боя против вооруженного или невооруженного противника (противников) голыми руками «цюань-шу» (по-китайски – искусство рукопашного боя с использованием ног) или «цюань-фа» (рукопашная, кулачная техника) в японском варианте прочтения – «кэмпо» [1]. Японское слово «кэмпо» записывается теми же иероглифами, что и китайское «цюань-фа», корейское «квон-поп», вьетнамское «куэнь-тхуат».

Чтобы предпринять попытку разобраться в многообразии ВБИ, их необходимо вначале разграничить по видам, а затем объединить и сгруппировать по наиболее характерным интегрирующим признакам.

Первым важным условием, отправной точкой классификации является общепринятое деление по национальной принадлежности: китайские у-шу, японские бу-дзюцу, корейское таэквон-до и т. д.

Второе – все виды боевых искусств с применением оружия систематизируются по основным параметрам преобладания определенной техники диктуемой формой, весом и свойствами функциональности данного вида оружия, подразделяемого на колющее, рубящее, ударное и т. д. В отдельное направление выделяются поединки, ведущиеся «голыми руками».

Это направление в свою очередь следует разделить по технико-тактической специализации на виды, где в основном преобладает бросковая техника: захваты, броски, подсечки, подножки, удержания, болевые приемы, заломы, удушения и т. д. (джиу-джитсу, дзю-до, сумо, айки-до) и виды, базирующиеся, главным образом, на ударной технике (каратэ-до, таэквон-до, цюань-шу) [2].

Данная классификация дает возможность рассматривать ВБИ как единую макросистему, позволяет ориентироваться в многообразии видов боевых искусств и, хотя она далеко не идеальна, в связи с некоторой условностью приведенных различий и иногда имеющей место размытостью границ можно с из-

<sup>1</sup> «Дао», «До» буквально означает «Путь», но в языке народов этого региона оно обладает огромным многозначным смыслом. Им обозначают правило и порядок, смысл и закон, высшую духовную Сущность. В Юго-Восточной Азии этот «Путь» стал верховенствующей моралью, символом и сутью всех религиозно-философских воззрений.

вестным допуском считать, что она свою задачу выполняет.

Очевидна поразительная жизнестойкость этой своеобразной культурной традиции, ее необыкновенная приспособляемость к различным социально-историческим и этнокультурным особенностям при неизменной притягательности для современников. В сознании наших современников термин ВБИ несколько трансформировался, локализовался и прочно ассоциируется с понятием «рукопашный бой» – «кулачное искусство», включающее: удары руками, ногами, локтями, коленями, головой, корпусом – цюань-шу по-китайски, каратэ-до по-японски, таэквондо по-корейски, вьетво-дао по-вьетнамски. ВБИ – древнее, многовековое искусство борьбы и боя, находящееся в непрерывном развитии, наука жизни, сокровищница знаний и исторического опыта народов Китая, которая совершенствовалась и развивалась на протяжении тысячелетий, захватывая обширные, доселе порой еще до конца не изученные области психологии, биомеханики, медицины и многих других наук.

В настоящее время у-шу и цюань-шу, в частности, получило в КНР официальное признание как вид спорта номер один, всеобщее как «Величайшее культурное сокровище китайского народа» – составной элемент национального этноса, органично вошедшего в жизнь миллионов и миллионов современных китайцев всех возрастов и социальных групп, внесшего огромный вклад в дело оздоровления нации. Сейчас оздоровительный аспект постепенно стал доминирующим. По утрам и вечерам стар и млад на улицах и площадях, в парках и скверах участвует в совместных и индивидуальных занятиях, осваивая богатство эстетизированной сокровищницы древней мудрости. Очень популярна гимнастика Тайцзи-цюань<sup>1</sup>. Конечно, эта гимнастика – облегченный и адаптированный для широких масс оздоровительный вариант Тай-цзи [3]. И старики, в одиночку и коллективно выполняющие грациозные па, продляющие долголетие, и женщины, отрабатывающие гибкость и пла-

стичность, и молодежь, осваивающая основы боевых искусств, – все это Тайцзи-цюань. По радио и телевидению часто транслируют учебные передачи для желающих овладеть этим искусством и комплексы упражнений для занимающихся. Повсеместно в ассоциациях у-шу открыты консультативные центры различных направлений и школ, в которых тренируются, укрепляют здоровье и лечатся многочисленные поклонники Всеобъемлющего Знания. По оценкам специалистов, сегодня в Китае различными видами у-шу занимаются 200–250 млн человек, а боевыми стилями цюань-шу – свыше 30.

Высокий оздоровительный эффект гимнастики Тайцзи-цюань основан на физиологическом воспроизводстве природного принципа сочетания гармонии: мягкости и твердости, расслабления и сокращения, чередования движения и покоя, естественности, последовательности, непрерывности и координации специализированных структур брюшного дыхания, закалки нервной системы, укрепления скелетных мышц, повышения работоспособности внутренних органов и органов чувств [4–7]. Плавный характер выполнения, округлость, простота и доступность форм, согласованность действий всего тела – «диалог движений» – составляют неперенное ощущение единения с Абсолютом Дао и полной свободы. Занятия Тайцзи-цюань требуют глубокого сосредоточения, т. е. одним из условий является главенствование мысли и воли над действием. Одно лишь выполнение упражнений без психоконцентрации лишает гимнастику оздоровительно-лечебного психорегулирующего эффекта [8].

Оздоровительные ресурсы Тай-цзи поистине поразительны и безграничны. Занятия ею благотворно влияют на ход лечения многих заболеваний. Поэтому в современном Китае Тайцзи-цюань используется не только как оздоровительная система, но и как средство, сопутствующее терапии при лечении различных недугов. В КНР развернута и активно функционирует сеть научно-исследовательских институтов, выполняющих актуальную задачу всестороннего глубокого изучения феномена оздоровительного и лечебного потенциала Тайцзи-цюань, Ци-гун и Цигун-терапии. С незапамятных времен в Поднебесной Тай-цзи (Великий предел) и

<sup>1</sup> Тайцзи-цюань – основообразующий «мягкий», «внутренний» (нэй-цзя), универсальный, многопрофильный боевой стиль цюань-шу, имеющий также лечебные и оздоровительные направления традиционной медицины Востока.

Ци-гун (техника управления жизненной энергией организма) известны как методы саморегуляции, лечения и профилактики болезней желудка, легких, сердца, почек, гипертонии, артритов, душевных расстройств и многих других заболеваний [9; 10]. В настоящее время работы в этом направлении успешно продолжают.

1. Березнюк С., Лю Ваньи, Ян Лянцунь. Боевая техника у-шу. Мн., 1998.
2. Биджиев С.В. Каратэ-до. Сетокан. СПб., 1994.
3. Вон Кью-Кит. Тай-цзицюань: полное руководство по теории и практике / пер. с англ. Ю. Бондарева. М., 1998.
4. Долин А.А., Попов Г.В. Кэмпо. Традиции воинских искусств. М., 1995.
5. Козлов А.М. Физическая культура и спорт в системе коммуникации культур народов мира // Современные социально-политические технологии: сущность, многообразие форм и внедрение: материалы 5 Всероссийской научно-практической конференции. Ижевск, 1999. С. 59-61.
6. Маслов А.А. Тайный код китайского кунфу. Ростов н/Д, 2006.
7. Фомин В. Мастерство, одухотворенное красотой // Физкультура и спорт. 1989. № 9. С. 25-26.
8. Цой Хонг Хи. Таэквон-до. М., 1993.
9. Шапаренко Т.Л. Живительная сила Цигун. М., 1997.

10. Хорвуд Г. Секретные техники тайцзицюань. Древнекитайский стиль ушу – система самозащиты, оздоровления и духовного развития / пер. с англ. М.В. Каменец. М., 2008.

1. Bereznyuk S., Lyu Van'i, Yan Lyantsun'. Bоевая tekhnika u-shu. Mn., 1998.
2. Bidzhiiev S.V. Karate-do. Setokan. SPb., 1994.
3. Von K'yu-Kit. Tay-tszitsyuan': polnoe rukovodstvo po teorii i praktike / per. s angl. Yu. Bondareva. M., 1998.
4. Dolin A.A., Popov G.V. Kempo. Traditsii voinskikh iskusstv. M., 1995.
5. Kozlov A.M. Fizicheskaya kul'tura i sport v sisteme kommunikatsii kul'tur narodov mira // Sovremennye sotsial'no-politicheskie tekhnologii: sushchnost', mnogoobrazie form i vnedrenie: materialy 5 Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii. Izhevsk, 1999. S. 59-61.
6. Maslov A.A. Taynyy kod kitayskogo kunfu. Rostov n/D, 2006.
7. Fomin V. Masterstvo, odukhotvorennoe krasotoy // Fizkul'tura i sport. 1989. № 9. S. 25-26.
8. Tsoy Khong Khi. Taekvon-do. M., 1993.
9. Shaparenko T.L. Zhivitel'naya sila Tsigun. M., 1997.
10. Khorvud G. Sekretnye tekhniki taytsziyuan'. Drevnekitayskiy stil' ushu – sistema samozashchity, ozdorovleniya i dukhovnogo razvitiya / per. s angl. M.V. Kamenets. M., 2008.

Поступила в редакцию 12.02.2015 г.

UDC 244.82

EASTERN MARTIAL ARTS – PHENOMENON OF ETHNIC CULTURE OF PEOPLES OF FAR EASTERN-ASIAN-PACIFIC REGION

Aleksandr Mikhailovich KOZLOV, Tambov branch of Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Tambov, Russian Federation, Candidate of Pedagogics, Associate Professor of Humanities and Scientific Disciplines Department, e-mail: tambovranhgs\_dekanat\_gmu@mail.ru

Revealed and created panorama presentation about Eastern martial systems which appeared and developed in strata of centuries, bosoms of great and powerful civilizations: India, China, Japan, Korea, Vietnam, Burma, Laos, Thailand and many other countries. Reviewed historically created peculiarities of appearing and development of martial systems of Ancient China and concrete hand-to-hand combat – (Chuan-shu). Distinguished features of Military crafts as originality, perfection. Trying to approach to EMA as a study and certainly how it is understood at the East, logics obliges to review it in all summary of historical, religious and philosophic, psychological and pedagogical, moral and ethic and medical and biological factors, composing integrity of this unique phenomenon. EMA are divided on types and unite into the most characteristic integrant features. Attention is paid to high healthy effect of gymnastics Tai Chi Chuan, based on physiologic reproducing of natural principle of mixing harmony and hardness, relaxing and reduction, alternation of motion and rest, of course, consistency, continuity and coordination of specialized structures abdominal breathing, hardening of the nervous system, strengthening the skeletal muscles, improve efficiency of internal organs and senses. In contemporary China, Tai Chi Chuan is not only used as a healing system but also as a means of concomitant therapy in the treatment of various ailments. In China deployed and actively functioning network of research institutions that perform the actual task of a comprehensive in-depth study of the phenomenon of wellness and therapeutic potential of Tai Chi Chuan, Qi Gong and Qigong therapy.

*Key words:* martial arts; Wu Shu; Chuan-shu; Kempo; kung-fu; Karate-do; Jiu-Jitsu; judo; Sumo; Taekwon-Do; Tansu-up; hvaran-up; Hapki-up; vetvo-tao.