**Что такое даосизм?**

Что такое даосизм? Вопрос этот с давних пор привлекает внимание исследователей Китая, однако дать на него краткий и ясный ответ оказалось совсем не просто. Ибо “даосизм” - понятие на редкость многомерное и многозначное.

Начать с того, что само слово “дао”, от которого происходят слова “даосизм”, “даосы”, “даосский”, и т.д., вовсе не является исключительным достоянием даосизма. Оно принадлежит всей китайской мысли, и каждый философ или ученый древнего Китая видел в нем обозначение истины или, точнее, глубочайшей правды и праведного пути жизни. Все китайские мудрецы - приверженцы Дао. А получилось так потому, что в Китае ценили не отвлеченную, логически выводимую истину, а именно жизненную мудрость, которая, как плод, с течением времени, предстает итогом долгого - не бесконечно ли долгого ? - жизненного пути и требует внутренней, часто даже неизъяснимой убежденности в своей правоте. В конце концов у каждого - своя правда, ибо у каждого - свой жизненный путь. Каждый может сам себе быть даосом - “человеком Дао”. А почему бы и нет.

Пытаться очертить внешние, формальные рамки даосизма - дело почти безнадежное. Эти рамки, как легко убедиться, чрезвычайно неопределенны и изменчивы. Но тот, кто способен посвятить свою жизнь постижению внутренней правды в себе, кто увидит в этой правде непреходящий, вечноживой завет и поймет, сколь далека она от “тьмы низких истин” света, рано или поздно откроет в даосизме глубокое, жизненное и очень последовательное учение.

Лучший способ понять, что такое даосизм, - научиться ценить в жизни не умное, даже не доброе, а просто долговечное, неумирающее, что бы то ни было. Долговечна же не абстрактная истина, а искренность чувства, бесконечно долго предвосхищаемого, ожидаемого и потому бесконечно долго памятуемого. Мудрость Дао обращена к сердцу каждого человека, и без радостного и бескорыстного душевного отклика, которым держится жизнь каждого существа, немного стоит.

Даос живет тем, что живо вовеки; он живет самым надежным - капиталом духа. А это значит, что даосизм есть прежде всего оправдание традиции. Правда Дао - это то, что дается нам прежде, чем мы познаем сами себя, и она есть то, что перейдет от нас к будущим поколениям после того, как мы уйдем. Что же это ? Творцы даосской традиции дают по видимости туманный, а по сути очень точный ответ: все то, что существует “само по себе” (цзы жань), что не порождено людским умствованием и озабоченностью, что не несет на себе печати натуги, напряжения, насилия.

Мудрость приверженца Дао - это не знание и не искусство, а некое умение - совершенно неумелое - не затемнять суетным деланием великий покой бытия; она прозрачна и светла, возвышенна и всеобъятна, как само небо.

Даосизм, таким образом, воплощает саму сердцевину восточной мысли, всегда требовавшей от человека обрести полноту своего бытия через самоустранение, явить глубину нежелания, которая таит в себе самое чистое, самое одухотворенное желание. Даосизм поэтому не является философией, ибо он не интересуется определениями понятий, логическими доказательствами и другими процедурами чистого умозрения. Не является он и религией трансцендентного Бога, требующего от своих поклонников веры и послушания. Его нельзя, наконец, свести и к искусству, мастерству, практике в собственном смысле слова, ибо мудрость Дао не утверждает необходимости что-то делать. Скорее, даосизм - это путь цельного существования, в котором умозрение и действие, дух и материя, сознание и жизнь оказываются собранным в свободном, беспредельном, “хаотическом” единстве. Такое единство насквозь парадоксально, и потому даосские учителя умолкают, когда от них требуется объяснить их мудрость. Как сказано в книге “Дао-дэ цзин” - главном каноне даосизма: “Знающий не говорит, а говорящий не знает”.

И в другом месте: “Когда низкий человек слышит о Дао, он смеется. Если бы он не смеялся, это не было бы Дао”.

Мудрость Дао - это безумство мира сего. Безумство даже для того, кто произносит слова о Дао, ясно сознавая невозможность говорения о сем предмете. Нужно ли удивляться тому, что в традиционном образе даоса так силен элемент иронии, юмора, до странности ненарочитого шутовства ? Шутовства, конечно, премудрого, ведь настоящий шут смеется над самим собой. Во всяком случая, ничего примитивного и грубого, никакой дикарской плененности инстинктом в даосском прославлении “естественности” нет. Напротив, нужна необыкновенная ясность сознания и недюжинная сила воли для того, чтобы воистину принять инстинкт, осветить его темные глубины светочем духа, ввести бессознательную данность жизни в одухотворенный, по музыкальному изящный и законченный ритм бытия. Среди всех великих учений мира даосизм стремится к достижению этой цели, пожалуй, с максимальной серьезностью и настойчивостью.

Даосские мудрецы ничего не доказывают и не проповедывают. Они даже не учат какому-нибудь “образу жизни”. Их цель - дать верную жизненную ориентацию, указать путь к средоточию жизненного опыта - вечноотсутствующему и вездесущему.

Не будучи в строгом смысле слова, как уже говорилось, ни философией, ни религией, даосизм странным образом сочетает в себе черты и того и другого. По учению даосов, воистину существует лишь великое Дао - предвечное, бесконечное, немыслимое, не имеющее “образа, вкуса или запаха”; никем не сотворенное, оно “само себе ствол, само себе корень”; оно беспристрастно охватывает и вмещает в себя все сущее, подобно всеобъятному и бездонному небу. Даосы называют его “Высшим учителем”, “Небесным предком”, “Матерью мира”, или даже “Творцом вещей”, но они не ждут от этого Первопринципа заинтересованности в их личной судьбе или судьбе целой вселенной. Ибо в мире все происходит “само собой”: каждое мгновение времени и каждая частица бытия совершенно самодостаточны.

Последнее утверждение означает, что и само Дао не является, в сущности, принципом мироздания. Дао, утверждается в даосской литературе, “не может владеть даже собой”, оно “обладает, не владея”. Дао ежемгновенно и непрестанно изменяется, изменяет себе, “теряет себя” в мире конечного и преходящего. Но, поистине, нет ничего постояннее непостоянства. В своем самопревращении Дао пребудет вечно.

Отсюда то важное место, которое занимает в даосизме учение о космогенезе, творении всего сущего. Даосы учат, что мир возник из первозданного Хаоса, который они именуют также Единым дыханием (и ци), Изначальным дыханием (юань ци) или Великой пустотой (сюй тай), еще точнее - пустотой материнской утробы, внутри себя вскармливающей все сущее. Творение же мира есть результат самопроизвольного деления первичной целостности Хаоса. Сначала Хаос, или Единое дыхание, разделилось на два полярных начала: мужское, светлое, активное начало Ян и женское, темное, пассивное начало Инь; из “двух начал” выделилось “четыре образа”, соответствующие четырем сторонам света; “четыре образа” породили “восемь пределов” мироздания и т.д. Эта схема записана в древнейшем китайском каноне “И цзин” (“Книга перемен”), содержащим общий для всей китайской традиции свод графических символов мирового процесса Дао. В основе символики “И цзина” лежат восемь так называемых триграмм, представляющих собой комбинации из тех черт двух видов: сплошной (символ Ян) и прерывистой (символ Инь). Существовала и другая числовая схема космогенеза: одно рождает два (Инь и Ян), два рождают три (Небо, Земля, Человек), а три рождает всю тьму вещей.

Как бы там ни было, мир, по представлениям даосов, есть “превращенное Дао”, плод метаморфозы Дао. В даосской традиции в этой связи говорилось и о превращении первочеловека, каковым считался полулегендарный основоположник даосизма и верховное божество даосской религии Лао-цзы, именовавшийся также Высочайшим Старым правителем. Мир для даосов - это “превращенное тело” (хуа шэнь) Лао-цзы. А это значит, что между сердцем человека и телом предвечного Дао существует глубочайшая внутренняя связь. Человек и мир в даосизме нерасторжимы и взаимозаменяемы, как микрокосм и макрокосм.

Тема превращения, творческих метаморфоз бытия - центральная тема даосской мысли. Для даосов ни формы, ни бесформенное не являются реальными. Или, как говорится в даосских книгах, “пустота не может одолеть десять тысяч вещей”. Подлинная реальность для даосов - это самое превращение. Даосы мыслят в категориях не сущностей или идей, а отношений, функций, влияний. Для них в мире “ничего нет”, но сами связи между вещами, сама Встреча (пусть даже несуществующего!), несомненно, реальны. Истины, может быть, вовсе нет. Но метафора истины, бесчисленные отблески реальности точно существуют. Конечно, не нужно быть ни китайцем, ни даосом для того, чтобы понять простую правду: все течет... Не говорил ли Гете, что в этом непрерывно меняющимся мире все есть только метафора? Но даосы сделали это бесхитростное наблюдение ступенью к верховной мудрости мира.

Итак, даосская картина мира - это бесконечно сложный, подлинно хаотический узор явлений, где нет одного привилегированного образа, одной “единственно верной” идеи. “Вся тьма вещей - словно раскинутая сеть, и нигде не найти начала”,- говорит древний даосский мудрец Чжуан-цзы. Существует даосская “наука Хаоса” (она записана в “Книге перемен”), описывающая порядок взаимодействия сил в мировом узоре. Но существует и даосское “искусство Хаоса” (выражение из книги Чжуан-цзы), и в этом нет ничего странного, ведь Хаос и человеческая деятельность обладают одинаковой природой: и то, и другое есть реальность всецело конкретная и текучая. Несотворенный первозданный хаос эстетически свободной жизни - жизни, ставшей искусством. И мы наблюдаем воочию действие Великого Дао в образах китайской классической живописи или произведениях китайской пластики, где формы выходят за собственные пределы, тают в паутине и дымке Бесформенного, где вещи само по себе нереальны, реально же пронизывающее их Единое дыхание мира.

Впрочем, видимые перемены - тоже лишь отблеск истинного превращения. Метаморфозы Дао “неуловимо- утонченны в своей малости”; они исчезают даже прежде, чем явится их зримый образ! Из этой чувствительности к сокровенным метаморфозам бытия произросла любовь китайских художников к всевозможным обманным видам, миниатюрным садам, являющим точную копию реального мира, ко всякому художеству, стирающему грань между иллюзией и действительностью. Отсюда и необыкновенно высокий статус искусства в китайской традиции, ведь искусство, предлагающее ложь ради великой правды, предстает самым точным свидетельством Дао.

Разумеется, даосизм имеет свою историю; его облик и место в китайской истории не оставалось неизменными на протяжении столетий. Этап формирования даосской традиции приходится на V-III вв. до н.э. - время расцвета философской мысли древнего Китая. В этот период появились два классических даосских сочинения - “Дао-дэ цзин” и “Чжуан-цзы”, в которых изложены основы даосского учения о Дао.

“Дао-дэ цзин” и “Чжуан-цзы” можно читать как философские произведения, но даосизм íèêîãäà íå áûë äîêòðèíîé, попыткой объяснения мира. Заветы отцов даосизма будут внятны лишь тому, кто принял мудрость Дао как дело своей жизни, кто ищет в даосских текстах подтверждений своему опыту и указаний для дальнейшего совершенствования. С глубокой древности в Китае существовали приемы и методы тренировки тела и духа ради достижения, как говорили даосы, “полноты жизни”, высшей просветленности сознания и в конечном счете - бессмертия в вечнопреемственности Великого Пути. Эта практика личного совершенствования, подкрепленная откровениями родоначальников даосизма, со временем стала подлинной сердцевиной даосской традиции. Таких искателей вечной жизни в Китае с древности называли словом сянь (в русской литературе они именуются по-разному: небожители, бессмертные, блаженные).

Подвижничество даосских сяней включало в себя множество различных практик: гимнастические и дыхательные упражнения, диету, прием снадобий, медитацию, воинскую тренировку и даже использование секса для укрепления жизненных сил. С течением времени эти формы “претворения Дао” становились все более сложными и утонченными, обрастали все новыми деталями, но и все сильнее влияли друг на друга. Так в конце концов сложился широкий синтез духовно-телесной практики позднего даосизма. Ядром же даосской традиции неизменно оставались довольно замкнутые, немногочисленные школы, обеспечивающие “передачу Дао” от учителя к ученику. (То была, в сущности, единственно возможная форма бытования мудрости Дао в китайском обществе). Хотя преемственность Дао была по сути своей безыскусным актом самосознания творческой воли или, по-другому, “духовного пробуждения”, это событие приуготовлялось и становилось возможным благодаря обширнейшему набору самых разных практик. Например, в даосской школе Дикого гуся использовалось более 70 комплексов упражнений - дыхательных, медитативных, физических и проч. И каждый ученик, мечтавший о том, чтобы стать законным учителем школы, должен досконально усвоить все.

Быть даосом, приверженце Дао - значит претворять Путь: неустанно и сознательно идти вперед. И, следовательно, непрестанно совершенствовать себя. Даосизм по сути своей - не учение, а практика, путь внутренней работы. И речь даосов - это всегда свидетельствование о духовном опыте и практическое наставление, обращенное к тем, кто ищет не отвлеченную истину, а внутреннюю и, может быть, вовсе неизъяснимую “правду жизни”. Говорить о даосизме, духовной практике, не принимая во внимание запросов и плодов, бессмысленно и даже, пожалуй, невозможно.

Речи о Дао ничего не обозначают и не описывают; они намекают и побеждают к действию. Мудрость Дао - это только правильная ориентация в жизни, до конца осознанное движение. Движение откуда или куда ? Не так уж и важно. Важно, что все подлинное в жизни реализует себя в превращении, в пределе своего бытия: все наличное “находит себя” в отсутствующем; свет загорается во мраке; жизнь обретает свою полноту в смерти и благодаря смерти. “То, чем порождается жизнь, есть смерть”,- говорит древний философ Лао-цзы. “Смерть - в зародыше, смерть - в яйце”,- читаем в другой древней даосской книге - “Гуань инь-цзы”.

Если даосизм в основе своей есть поиск вечносущего в мире, усилие стяжания “вечной жизни” (чан шэн), то приходит эта вечная жизнь через смерть, через опознание границы своего существования. Даос умирает, чтобы жить вовеки, подобно тому, как безмолствует он, чтобы все высказать.

Мудрость Дао заставляет с необычайной остротой ощутить предел всякой выразительности. Потому-то даосизм никогда не был склонен к излишней усложненности рассуждений и доказательств. История даосской традиции - это путь все более тщательного и всестороннего продумывания практических следствий из прозрений даосских отцов-основоположников. Заветы Лао-цзы и Чжуан-цзы, какими бы туманными и неопределенными ни казались, имели для даосов средневековой эпохи вполне конкретный смысл: в этих заветах они угадывали мистическую топографию странствий души, устремленной к предельной реальности Дао.

Но великий путь - Путь всех путей - не может иметь лишь одно, единственно истинное проявление. Это такой путь, благодаря которому, как сказано в “Книге перемен”, “все дороги ведут к одной цели”. Совершенствование в Дао всеобъятно и не знает изъяна: его можно и должно осуществлять одновременно на всех уровнях, во всех измерениях нашего физического и духовного бытия. Но мало сказать, что претворение Дао есть своего рода “универсальная практика”, имеющая параллели во всех планах нашего опыта. Это еще и сокровенное средоточие нашего жизненного мира, в котором непостижимым для стороннего наблюдателя образом проницают друг друга и сплавляются воедино противоположности, полярные начала жизни.

Для примера обратимся к даосским представлениям о теле. Последнее, надо сказать, служило для даосов ближайшим прообразом бытия Дао, что объясняется несколькими причинами:

Во-первых, тело есть нечто заданное нашему опыту: мы рождаемся и приобретаем сознание, уже обладая телом. В сущности, тело и есть наш “изначальный облик”, который, по слову Чжуан-цзы, “существует до нашего появления на свет”. Это внутреннее, ноуменальное, чисто символическое тело - в конечном свете тело самого Дао - существует “нераздельно и неслиянно” с материальными телами, подобно тому, как чистое зеркало, вмещая в себя все вещи, само не тождественно им, а сила воображения, выявляя образы, не сводится к предмету созерцания.

Во-вторых, тело мыслится в даосизме как сгусток жизненной энергии или мирового дыхания (ци): даос, заявлял Чжуан-цзы, “не смотрит глазами и не слышит ушами”, но внимает “жизненными токами”. Тот, кто следует Дао, взаимодействует с другими существами в пространстве единого энергетического тела, “сердца Неба и Земли”. И как тело претворяет появления сознания, так и даосский мудрец обладает способностью предвосхищать мысли и чувства окружающих, ибо он постигает сами “семена вещей”.

В-третьих, тело воплощает и цельность (являясь в этом отношении прототипом Пустоты), и многообразие нашего восприятия: единство телесной интуиции таится внутри хаоса наших ощущений. Нелишне напомнить, что рассматривали тело как совокупность большого числа точек, имевших не только физиологическую, но и подлинно космическую значимость: то были своеобразные отверстия каналов, связывающих человеческое тело с “телом Хаоса”.

Итак, тело, согласно даосской традиции, оказывается ближайшим прообразом Пустоты и Хаоса: оно превосходит противопоставление внутреннего и внешнего, центра и периферии и даже физического и духовного. Как ни странно, даосы связывали присутствие сознания с токами энергии и крови в организме. Иначе говоря, всякое ощущение и деятельность всякого органа в теле заключали в себе семена сознательного существования. Разум - не господин телесной жизни, а лишь одна из ее составных частей.

Ясно, что человек и мир для даосов - это микро- и макрокосм: одно существует в другом. Или, говоря языком китайской традиции, “человек пребывает в дыхании, а дыхание в человеке”. Тот кто уподобился “телу Дао” не делает различия между собой и другими. Таково состояние первозданного Хаоса или Беспредельного (у цзы) - неопределенной, непостижимой, вечнотекучей целостности бытия, не имеющей ни формы, ни идеи, ни начала, ни конца.

Возвращение к неизбывной, но вечноотсутствующей полноте (пустотной) бытия всегда было главной целью даосского совершенствования. Однако достижение этой цели не могло быть единовременным действием. Прийти к неизменно изменчивому Хаосу можно лишь через постижение всего богатства разнообразия жизни. Мы познаем мир и саму необходимость продвижения по Пути через игру оппозиций, открывая для себя все бесчисленные нюансы нашего опыта. В китайской традиции ведущими полярными началами мироздания были силы Инь (женская, темная, пассивная и проч.) и Ян (мужская, светлая, активная). Даосы усматривали взаимодействие сил Инь и Ян решительно во всех явлениях и событиях мира, а гармонизация Инь и Ян была, пожалуй, ведущим принципом даосской практики. Взаимопереходы инь и ян изображены на знаменитом символе Великого Предела (тай цзи) - главной схемы универсума в даосизме.

Расщепление двойственности Инь-Ян порождает, согласно даосским представлениям, “четыре явления” (сы сян), которые соответствуют четырем сторонам света и временам года. “Четыре явления” вместе с центром развертываются в “пять стихий” (у син) или, точнее, пять фаз мирового круговорота: огонь, земля, металл, вода, дерево. Указанная последовательность пяти фаз соответствует порядку их “взаимного порождения”. В порядке же “взаимного порождения” они располагаются следующим образом: огонь, металл, дерево, земля, вода. Пять фаз ассоциируются с множеством явлений как в природном мире, так и в человеческом опыте.

Воспроизведение в собственном теле “пяти стихий” было одним из главных требований даосской практики. Кроме того, важной целью психофизического совершенствования в даосизме являлось гармоническое соединение “воды” (функция почек) и “огня” (функции сердца), рождающее новое, качественно более высокое состояние: энергия почек (вода) должна подняться вверх, энергия сердца - опуститься вниз и встреча воды и огня должна, как верили даосы, породить эликсир вечной жизни.

Дальнейшее деление “четырех явлений” дает число восемь, завершающее систему кодов даосской “антропокосмологии”. Эта восьмеричная структура соотносилась с восемью важнейшими графическими символами “Книги Перемен” - так называемыми триграммами (гуа). По форме триграммы представляют собой комбинации двух черт: сплошной, символизирующей начало Ян, и прерывистой - символ Инь. По существу же триграммы указывают на важнейшие архетипические состояния мировых сил и принципы их взаимодействия.

В даосской науке существовала еще одна очень древняя числовая схема, представленная особыми магическими квадратами: Хэту (букв. “карта Хэанхэ”) и Лошу (букв. “письмена из реки Ло”). Квадрат Хэту состоял из из комбинаций нечетных (янских) и четных (иньских) чисел, разница которых в каждом случая равняется пяти. Значения пятерок в квадрате Хэту расшифровываются следующим образом: Юг: 7-2; Север: 6-1; Восток: 8-3; Запад: 9-4; Центр: 10-15. В даосской традиции янские числа в квадрате Хэту рассматривались как код движения и взаимного порождения пяти мировых фаз в “прежденебесном” состоянии универсума, иньские числа - как код того же движения фаз в “посленебесном состоянии”. Кроме того, каждой фазе соответствовал определенный аспект психофизиологической жизни человека.

Что касается собственного содержания подвижничества Дао, то здесь даосы традиционно различали три основных измерения: “регулирование тела”, “регулирование дыхания” è “регулирование сердца”.

“Регулирование тела” (тяо шэнь) включало в себя различные способы физического и химического воздействия на организм. К первым относились комплексы динамической и статической гимнастики, водные и солнечные ванны, пешие прогулки и прочие виды физических упражнений. Вторые сводились, главным образом, к диете и употреблению всевозможных снадобий и пилюль растительного, животного и минерального происхождения с целью очищения организма и взращивания в нем зародыша бессмертного духа.

“Регулирование дыхания” (тяо си) представлено несколькими системами дыхания, в том числе естественными, “перевернутыми” (когда при вдохе втягивается живот), “утробным”, осуществляемом помимо органов дыхания, и проч. Но во всех случаях дыхание должно быть, согласно традиции, “ровным, глубоким, плавным, легким, медленным”.

Понятие “Регулирование сердца” относилось к приемам и методам сосредоточения и самоконтроля. Здесь наибольшее значение имели принципы “сбережения единства” (шоу и), или “сбережения середины” (шоу чжун), означавшее поддержание внутренней целостности сознания; “погружения в покой” (жу цзин), т.е. отстрнение от потока мыслей и душевного волнения; “присутствие мысли” (цунь сян), что означало концентрацию внимания в определенной части тела, и т.п. Многие даосские авторы оставили описания различных ступеней и состояний медитативной практики.

В самом общем виде совершенствования даосского подвижника толковалось в категориях превращений так называемых “трех сокровищ” человека, как в даосской литературе именовались три основные жизненные субстанции тела: семя (цзин), собственно энергия, или дыхание (ци) и дух (шэнь). Смысл “внутреннего делания” (нэй е, нэй гун) в даосизме традиционно описывался следующей формулой: “упражняй семя, дабы оно превратилось в дыхание; упражняй дыхание, дабы оно превратилось в дух; упражняй дух, дабы он возвратился в пустоту”.

Очищение жизненной субстанции организма осуществлялось посредством циркуляции по собственным траекториям жизненной энергии тела. В соответствии с даосским принципом не-двойственности внутреннего и внешнего, инволюции и эволюции в бытии Дао различались два метода, две стадии “работы с энергией”. Сущеñтвовало понятие “малый круговорот Небес” (сяо чжоутянь), когда энергия поднималась по позвоночному столбу в область темени и оттуда через переднюю часть головы и грудь спускалась в живот, где располагается Нижнее Киноварное поле - место сосредоточения энергии низкого уровня. “Малый круговорот” энергии соответствует в даосской практике “посленебесному” состоянию. Высшее же положение занимал “большой круговорот Небес” - воплощение “прежденебесного” состояния, когда управляемая циркуляция жизненной силы захватывала и конечности тела, а само течение энергии осуществлялось в ином, так называемом “попятном” направлении.

С течением времени практика “тренировки энергии” была разработана даосами с необыкновенной тщательностью. В поздних компендиумах даосского совершенствования один только этап превращения “семени” в “дыхание” включал в себя не менее шести ступеней: первая ступень - “тренируй себя”, т.е.общая подготовка к медитации; вторая - “регулирование эликсира”, т.е. настройка дыхания и сознания; третья - “порождение эликсира”, т.е. выработка энергии в Нижнем Киноварном поле; четвертая - “отбор эликсира”, т.е. вовлечение в круговорот энергии ее наиболее чистых и тонких эссенций; пятая - “запечатывание тигля”, т.е. закупоривание жизненных отверстий тела и достижение полной внутренней самодостаточности; шестая - “возгонка эликсира”, т.е. превращение “семенной” энергии в энергию более высокого порядка.

Не менее обстоятельно даосские авторы излагают и процесс превращения “дыхания” в “дух”, но обходят молчанием пресуществление “духа” в пустоту Духа. Этот последний этап совершенствования - даосская “тайна тайн”, о которой нельзя поведать даже аллегорическим языком.

Таковы основные понятия даосской практики внутреннего совершенствования, или, как говорят сами даосы, “выплавления внутреннего эликсира”. Практика эта охватывает множество очень разных методик, приемов и наблюдений, так что дать краткую сводку даосских путей совершенствования едва ли возможно.

В христианской цивилизации Запада веками воспитывалось неприязненное или даже откровенно враждебное отношение к сексуальной жизни. Библейская заповедь “живите и размножайтесь” требовала заботиться о продолжении рода, но вовсе не предполагала наслаждения (удовольствия) физической близостью. Стойко держалось мнение: секс - это родовое пятно скотства в человеке; это грех, требующий раскаяния и искупления. Почти панический страх перед плотской любовью с какой-то фатальной неизбежностью породил и садомазохистские мотивы в европейской культуре, фрейдизм, сводящий психическую жизнь человека к извращенным, истерически - взвинченным проявлениям сексуальности, и современную сексуальную революцию, притязающую подменить традиционные религии культом секса.

В даосизме, как и в некоторых других восточных религиях - например тантризме, - мы встречаем совершенно иное отношение к сексуальной жизни. Для даосов секс являлся вестником той неисповедимой, всегда лишь чаемой “полноты творческих свойств бытия”, к которой были направлены все их усилия по “взращиванию жизни”. Они признавали сексуальность естественнейшей частью человеческой природы, отрекаться от которой - неразумно, да и просто вредно. Как, впрочем, столь же глупо и гибельно быть рабом своих страстей. Утехи плоти доступны лишь зрелой, умудренной душе. “Человеку в равной мере свойственно и жить инстинктами, и преодолевать их”, - заметил швейцарский психолог Карл Юнг. Так что внутренняя раскованность не только не отрицает самоконтроля, но, в сущности, лишь благодаря ему и становится возможной. Даосизм учит прежде всего принимать чувство - эту подлинную стихию всякой жизни. И, подобно самой жизни, чувство, в глазах даосов, само себя оправдывает и в самом себе находит силы для творческого роста. Мудрый, по слову Чжуан-цзы, “не смотрит глазами и не слушает ушами”, “не полагается на свой ум”, вверяет себя “одухотворенному желанию”. Выявление в себе подлинного Желания - безначального и бесконечного, как сама жизнь, не отягощенного привязанностью к какому бы то ни было объекту, кристально-чистого, как Великая Пустота Дао, - и есть цель даосского подвижничества. “Воспитанию чувств”, насаждаемому условностями цивилизации, даосы противопоставляют воспитание Чувством. И любовь между мужчиной и женщиной - лучшее для того средство.

Обратившись к даосским текстам по сексуальной практике, мы легко убедимся в том, что речь в них действительно ведется о некой разновидности искусства. Их неизвестные авторы пишут о своем предмете деловым и неподдельно целомудренным тоном, заботясь лишь о том, чтобы научить читателя извлекать наибольшую пользу и радость из любовной связи. Очень здравомысленный подход ! Кстати сказать, та же чисто техническая функция, желание не поразить и не развлечь, а просто “научить искусству” свойственны и всем без исключения эротическим рисункам, созданным в старом Китае. Мы никогда не увидим на них изображений женщины, представленной в качестве предмета эстетического созерцания, т.е. отделенной от потока жизни, привлекательной и недоступной. Мы видим лишь картины полового акта, которые служат наставлением к действию, требует не отстраненного любования женщиной, а интимного единения с нею в стихии творческого поновления бытия.

“То Инь, то Ян - вот что такое Дао”, - гласит классическая сентенция из древнейшего китайского канона “Книга Перемен”. Сексуальная практика как взаимодействие полов - это будет опыт “полноты жизни”. Вовлекая все человеческие переживания в безграничный простор Желания, сексуальное чувство раскрывает себя в игре взаимных замещений воздействия и отклика, силы и покоя, наполненности и опустошенности, в этой игре природное встречается с культурным, инстинкт - с умозрением. А в итоге эрос, по даосским представлениям, не закабаляет, а освобождает посредством чистой, по-детски безмятежной радости игры. Недаром соитие в даосской литературе именуется обычно “утехой” или “забавой” (си). В этом пространстве неизбывной игры нет и не может быть каких-либо общеобязательных норм или правил. В них есть лишь обстоятельства и ситуации, которые разрешаются чутким и творческим бдением духа.

Сексуальная практика истолковывалась даосами в категориях взаимного обмена и даже взаимного замещения полярных начал бытия - энергии мужской и женской, движения и покоя, воздействия и уступчивости, òâåðäîñòè è ìÿãêîñòè и т.д. подобно всем мировым процессам, свершающимся благодаря Дао, совокупление мужчины и женщины, в даосском понимании, - это обмен сил Инь и Ян, который служит очищению и развитию обоих начал. В даосской литературе говорится в этой связи об “укреплении Ян посредством Инь” и “укреплении Инь посредством Ян”. Заметим попутно, что, хотя китайские сексологические книги адресованы мужчинам и содержат рекомендации о том, каким образом мужчина должен поглощать женскую Энергию, даосы видели в женщине равноправного партнера мужчины и с полной серьезностью относились к ее сексуальным запросам: в даосских книгах рекомендации, касающиеся сексуальной практики, традиционно излагается от лица женщины (она зовется Чистой, или Избранной, девой), мужчине даются советы не отбирать сверх меры энергию у партнерши и т.д.

Ясно теперь, что совокупление мужчины и женщины в глазах даосв, служило делу воспитания и совершенствования человека посредством укоренения человеческой личности в социуме и в космосе. Оно было, поистине, школой - школой нравственности и школой мистического просветления, а проецирование физиологического акта в область общественного, космологического, мистического символизма делало половую любовь, помимо прочего, чистой игрой. Восприятие физической любви как игры, “забавы” позволяло, ничуть не отказываясь от чувственного наслаждения, погасить в половом влечении его разрушительный, смертельный импульс вырвать из плотского тела любви его смертоносное жало, отравившее столь многое в европейском духе. Подтверждение этой догадке лежат на поверхности: даже откровенно “порнографическим” романам иных китайских писателей совершенно чужд вкус к садистским удовольствиям. Очевидно, китайцы даже в самых вольных своих фантазиях не могли пренебречь в делах любви церемониальной учтивостью и интригой, каковые тоже ведь являются в своем роде игрой.

Наряду с сексуальной практикой даосизма самый пристальный интерес в современном мире вызывают даосские школы кулачного боя, не совсем точно именуемые школами гунфу или ушу (букв. “воинского искусства”). Наверное, интерес этот не является только данью моде. В истоках его таится смутная, не вполне осмысленная догадка о том, что традиция воинского искусства даосов хранит в себе очень глубокую, но и чрезвычайно практичную, действенную правду человеческого духа; что в этой традиции мы находим подлинную, а не придуманную альтернативу самоотчуждения человека, порожденному современной цивилизацией.

В традиции даосского “кулачного искусства” мы встречаемся с практикой, в которой на удивление органично соединяются методика оздоровления и омоложения, техника рукопашного боя, красота телесной пластики и моральное совершенствование. И все эти грани “кулачного искусства” Дао проникнуты духом легкой, как бы непритязательной и потому истинно жизненной свободы. Последнее слово здесь принадлежит не “приемом” и “методам”, самому человеку, не связанному застывшими формами, погруженному в стихию вольного творчества. Возможно же такое потому, что даосский мастер, каким бы делом он ни занимался, верит, что в жизни все само собой сходится наилучшим образом и подлинная красота не может не быть одновременно истинной пользой и настоящей добродетелью.

Не следует, конечно, забывать о качественном отличии мистического опыта Дао и опыта предметного. Любовь к Дао - выше “любви к искусству”. Мастер Сюэ Дянь начал свою книгу о кулачном искусстве, изданную в 20-х годах нашего столетия, с разговора о различиях между “воинским искусством” и “искусством Дао”. “Те, кто упражняются в воинском искусстве, - писал Сюэ Дянь, - заботится о позах и уповают на физическую силу. Те, кто постигают искусство Дао, заботятся о питании энергии и поддержании духа, движения свои направляют волей, а раскрытия силы достигают через дух...” Нередко в китайской литературе встречается даже противопоставление кулачного искусства и подлинного мастерства - гунфу. Существует даже старинная поговорка, гласящая: “все кулачные приемы не стоят одного гунфу”.

Главный смысл занятий “кулачным искусством”для даосов состоит в достижении личного бессмертия в вечной жизни школы. Доступно это лишь тому, кто взрастил в себе “добродетель” (дэ) каковая у даосов обозначает не просто соблюдение норм морали, но обретение в себе “полноты жизненных свойств”, постижение внутреннего совершенства вещей. Поэтому человек, обладающий дэ, излучает несокрушимую мощь жизни, всегда и всюду привлекает к себе людей, заставляет их быть послушными его воле, но он воздействует на мир, не обнаруживает себя: человек дэ, говорили древние даосы, не требует от других поклонения, а люди чтут его, не доказывает свою правоту, а ему все верят, не угрожает другим, а люди держатся с ним любезно и т.д.; возможно же такое потому, что в дэ человекдостигает предела своего существования и, погружаясь в поток творческого обновления мира, входит в интимное соприкосновение с другими жизнями.

Теперь уже не будет удивительным узнать, что в даосских школах “кулачного искусства” традиция осмыслялась как воспроизведение космического процесса творения. Последний в категориях даосской мысли означал круговое движение от первичного хаоса Единого ци к вторичному хаосу неисчерпаемой конкретности бытия, каковой является, в сущности, символом полноты человеческого присутствия в мире. Ибо бесконечно разнообразный мир и есть мир подлинно человечный. Первичный Хаос отождествлялся в даосизме с Беспредельным (уцзы), вторичный Хаос - с Великим Пределом (тайцзы). В практике даосского ушу Беспредельное воплощается в исходной стойке, Великий Предел - в комплексе нормативных движений, символизирующих полноту бытия.

Как следствие, основу технического арсенала даосских школ ушу составляет определенным образом стилизованные или, лучше сказать, некие типовые движения - знаки одухотворенно-возвышенной, наполненной сознанием жизни. Усваивая эти нормативные движения, ученик перенимает символизируемые ими качества энергии и постепенно вживается, “врастает” в матрицу вселенских метаморфоз. Такое обучение имело и очевидную воспитательную ценность: оно неуклонно взбадривало сознание учащегося, повышало его чувствительность и в конце концов делало его восприимчивым к до-сущей, “прежденебесной” реальности мира. Способность жить самим предчувствием жизни, знать “семена вещей” или, говоря словами Чжуан-цзы, “быть таким, каким еще не бывал”, и составляла секрет “внутреннего достижения” (гунфу) даосских мастеров кулачного искусства.

Цельность духовно-телесной жизни - или, можно сказать, прото-жизни - Дао, воплощенная в круговороте Беспредельного и Великого Предела, раскрывается во взаимодействии и взаимопроникновении полярных начал, ведь она сама есть Хаос и непрестанно изменяет себе, “теряет себя”. Действие Дао - это преемственность в изменениях. Одним из главных символов досской практики ушу является образ “непрерывно вьющейся нити” или “бусин ожерелья, нанизанных на одну нить”. Другими словами, практика ушу представляет собой как бы ритмически организованную последовательность жизненных моментов, где, как в музыке, различные паузы, акценты, обертоны, вариации темы образуют неосязаемое, подлинно символическое тело музыкального звучания. По словам старых учителей, выполняя комплекс искусства, следует уподобиться “великой реке, нескончаемо несущей свои воды”, и выполнить весь комплекс “на одном дыхании”.

Ритм Единого Дыхания Дао складывается из чередования моментов “открытия” и “закрытия”, “собирания” и “рассеивания”, “опустошения” и “наполненности”, “твердости” и “мягкости” и т.д. Даосы хорошо знали, что каждая вещь постигается через свою противоположность: чтобы быть твердым, нужно уметь быть мягким, истинное расслабление приходит после моментов напряжения. А в итоге все движения в даосской гимнастике совершаются по дуге, окружности, спирали, в конечном счете - по сфере, каковая есть универсальный внутренний образ действия (не-действия) в даосизме, символ гармонической полноты и завершенности бытия.

В даосских школах ушу различаются два вида этой сферы как прообраза круговорота Дао: сфера большая, или внешняя, очерчиваемая пределами досягаемости рук и ног, и сфера малая, или внутренняя, соответствующая вращению тела вокруг своей оси или даже вращению Киноварного поля - средоточию организма и точке скопления жизненной энергии. Большая сфера имеет физические параметры, малая же сфера - реальность духовная, опознаваемая жизненным опытом. Постижение большой сферы приуготовляет открытие малой. Одно из правил ушу гласит: “Сначала тренируй раскрытие, затем постигай свертывание”. Внешняя и внутренняя сфера выступают как зеркальными образами друг друга, причем внутреннее движение (действие энергии) предвосхищает внешнее, физическое движение. Принцип зеркальности легко угадывается в нормативных движениях ушу, создающих образ некой динамической гармонии, равнозначной энергетически заряженной “пустоте”. Эти движения выявляют присутствие в нас “единой нити” мировой энергии, распространяющейся по своим особым, имеющим спиралевидную форму, силовым линиям.

Сказанное подводит нас к пониманию особого вида силы, обозначаемой в даосской литературе иероглифом “цзин”. Китайское понятие силы-цзин не имеет даже приблизительных аналогов в европейских языках. Вообще говоря, сила-цзин порождается организмом как единым целым и является результатом не физического усилия, а, напротив, расслабления.

В даосских школах искусства существовала весьма подробная классификация слы-цзин. Различались “сила наступательная” è “сила защитная”, “сила прилипания”, “сила скручивания”, “сила растяжения” и т.д. Но все способы применения этой внутренней силы тела основывались на общих принципах: “покоем контролировать движение”, “мягкостью одолевать твердость”, “следованием за противником избегать урона”. Мастер даосской школы ушу умел “перенять” силу противника и сделать ее своей. Искусство схватки было в конечном счете искусством “превращения внутренней силы” (хуа цзин).

В лексиконе даосских мастеров ушу термин цзин обозначает не только силу, но и особую чувствительность, даруемую действием “одухотворенной энергии”. Существовало понятие “сила понимания” (дун цзин), которое относилось к способности предвосхищать и упреждать действия противника, как о том говорится в старинной формуле: “он не двигается - я не двигаюсь; он двигается - я двигаюсь прежде него”.

В любом случае основой совершенствования в даосской традиции ушу было “внутреннее дыхание”, т.е. “вскармливание энергии” в соответствии с принятыми среди даосов методиками дыхания, медитации и проч. Основные ступени внутреннего совершенства, выделяемые в даосских школах кулачного искусства, в точности соответствуют трем стадиям восхождения даосского подвижника в практике взращивания “внутреннего эликсира”: нижнее положение занимает “тренировка семени и его превращения в энергию”, средняя ступень - это “тренировка энергии и его превращение в дух” и высшая - “тренировка духа и возвращение к пустоте”.

Другим распространенным критерием совершенствования в даосских школах ушу была ступень внутреннего усвоения нормативных движений. Высшим достижением здесь считалось отреченность от всех внешних форм кулачного искусства, когда, по словам одного старого мастера, “единое дыхание обращается привольно, и воля вовек не прерывается, движения имеют очертания, но пропадают в бесследном, а знание секретов мастерства уже неотличимо от деяний самой природы”.

Много таит в себе тайн древнее китайское искусство, мировоззрение , мироощущение даосизма. Он необъятно многолик и многогранен. Цивилизация старого Китая уже ушла в прошлое. Но ее мудрость, вобравшая в себя опыт духовных исканий и подвижничества сотен поколений, не умерла и не может умереть. Даосизм, как часть è, может быть, самая часть этой мудрости, не потерял своей жизненности и сегодня. Заветы древних даосов обращены к каждому, кто не удовлетворяется условностями цивилизаций, морали, идеологий, но ищет истинно великое и вечное, кто имеет мужество отказаться от мелочных приобретений ради того, чтобы вместить в себя весь мир.