



«ДАЧЭНЦЮАНЬ», КАЛЛИГРАФИЯ МАСТЕРА ЛИ ЦЯНЦЖАЙ



# ВЕЛИКОЕ ДОСТИЖЕНИЕ МАСТЕРА ВАН СЯНЧЖАЙ

## История школы

**И**цюань (*дачэнцюань*) — современный стиль *ушу*, отличающийся простотой и доступностью тренировочных методов, реальной боевой эффективностью и очень популярный не только в Китае, но и во многих странах мира.

*Ицюань* был создан в 20-е годы XX века мастером Ван Сянчжайем (1885-1963). Отец Вана изучал синьцзиань у мастера Го Юньшэня (1827-1903), и в возрасте 8 лет Ван также стал учиться у великого Го. Традиция утверждает, что мастер Го проникся отеческой любовью к маленькому Вану и поэтому передал ему практику внутреннего тренинга *чжан чжуан* («столбового стояния»). Го учил Вана, делая больше упор на развитие внутренних качеств, чем на внешние формы. Когда удрученный исключительно занятиями чжан чжуан Ван тайком от мастера стал изучать формы *синьцзиань*, которые он подсмотрел у старших учеников, это заметил Го и строго отругал его, сказав при этом, что усердная практика чжан чжуан более полезна для реального кулачного искусства, которым нельзя овладеть тренингом внешней формы.

Ван Сянчжай учился у Го Юньшэня до 1907 года, после чего он поступил на воинскую службу в Пекине. Со временем Ван стал инструктором рукопашного боя, а в 1913 году был назначен руководителем департамента рукопашного боя сухопутных сил. Здесь вместе с ним работали прославленные мастера синьцзиань — Сунь Лутан, Шан Юньсян, Лю Вэньхуа.

В 1918 году Ван Сянчжай оставил воинскую службу и отправился путешествовать по Китаю в поисках мастеров и знаний воинских искусств. Он посетил провинции Хэбэй, Хэнань, Хубэй

и Фуцзянь, несколько месяцев провел в монастыре Шаолинь, где изучал шаолиньскую форму внутреннего тренинга *синьба* у монаха Хэнлиня (у него же позже учился основатель сёринджи кэмпо Сё Досин). В провинции Хубэй Ван Сянчжай повстречал эксцентричного мастера *уданцюань* Цзе Тэфу (который больше был известен как «Сумасшедший Цзе», «Цзе-Большая борода») и проиграл ему в нескольких поединках. Но мастер Цзе отметил, что ранее не встречал таких искусных бойцов, как Ван Сянчжай, и сам предложил ему остаться и учиться у него.

В своих путешествиях в поисках мастеров и знаний о науке кулачного боя Ван Сянчжай подружился с мастерами *фуцзяньско-го байхэцзиань* («кулак белого журавля») Фан Цячжуню и Цзинь Шаофаню, *тайцзицзиань* Ян Шаохуо и Ян Чэнфу, *багуачжан* Лю Фэнчуню, *люхэбафа* У Ихуэем (которого Ван считал одним из наиболее искусных мастеров ушу своего времени), *синьцзиань* Хуан Муцяо, *чоцзяо* Лю Пэйсянем. Это лишь небольшой перечень мастеров, с которыми Ван Сянчжай «обменивался умениями», то есть учился у них, впитывая все самое ценное, что имели эти системы воинского искусства.

По мнению Ван Сянчжая, состояние современных ему воинских искусств представляло собой совокупность закостенелых техник, форм, догматических теорий и принципов, которые были весьма далеки от реальной боевой эффективности. Путешествуя по Китаю, встречаясь с мастерами различных стилей ушу, Ван Сянчжай на собственном опыте реальных боев пришел к выводу, что большинство форм канонических ударов и иных

техник неприменимы в реальном единоборстве, а зачастую и попросту вредны для здоровья.

Более того, нередко «мастерами» себя провозглашали разного рода шарлатаны, которые на самом деле в ушу ничего не смыслили. Впрочем, засилье шарлатанства характерно для любого смутного времени, а именно такой период переживала родина Ван Сянчжай в начальный период Китайской Республики.

Синтезируя полученные знания, проверяя старые теории и создавая новые, Ван Сянчжай на основе личного опыта, многолетней практики синьцзиюань, глубоких исследований достижений различных школ ушу пришел к выводу, что в тренинге кулачного искусства должны превалировать духовные (ментальные, внутренние) аспекты, а не внешняя форма. В результате мастер в общих чертах сформировал теорию и принципы системы ицзиюань, ядро которой в большей степени основывается на практике **чжан чжуан** и ментальном тренинге, чем на тренинге технических приемов. При этом, чтобы акцентировать внимание именно на духовном (волевым, ментальном) аспекте системы, Ван Сянчжай убрал из названия **синьцзиюань** иероглиф **син** («форма») и назвал свою систему **ицзиюань**.

Хотя есть и иная трактовка этого факта: Ван Сянчжай обратил внимание на то, что практикующие **синьцзиюань**, в том числе и его ученики, больше уделяли внимание тренингу внешней формы, чем внутренней работе. Это, по мнению мастера, было неправильным путем воинского искусства. Поэтому, чтобы дифференцироваться от неправильного пути, Ван Сянчжай назвал свой стиль **ицзиюань**. Отмечается и другая причина — у Го Юньшэня были разные ученики, в том числе и те, которые считали Ван Сянчжайа выскочкой, заявляли, что никаких секретных знаний мастер Го ему не передавал и вообще Го его ничему не учил. Однако приемный сын Го Юньшэня Го Юань позже учился именно у Ван Сянчжайа — а уж члены семьи Го знали, кто из учеников мастера обладал реальным мастерством!



То, чему обучал Ван Сянчжай с середины 20-х до середины 30-х годов, часто называют **«естественной школой синьцзиюань»**, хотя уже тогда ицзиюань обладал определенными специфическими особенностями как своеобразный вид кулачного искусства.

В 1928 году после турнира по свободному бою (**лэйтай**) на Всекитайских соревнованиях в Ханчжоу, где приглашенный в качестве судьи Ван Сянчжай продемонстрировал тренировочные методы ицзиюань, он был приглашен в Шанхай и основал там **Общество ицзиюань**. Там же, в Шанхае, состоялся бой между Ван Сянчжайем и венгерским боксером Ингэ (фамилия дана в китайской транскрипции), который преподавал английский бокс в Шанхайском объединении молодежи и весьма скептически отзывался о достоинствах китайских традиционных воинских искусств и их практической ценности (по всей вероятности, речь идет о венгре Имре Харанги, который стал чемпионом по боксу в легком весе на Олимпийских играх 1936 года). Как только руки Ван Сянчжайа коснулись рук венгра, тот был отброшен на помост. Позже репортаж об этом бое был напечатан в лондонской газете «Таймс». Эта победа Ван Сянчжайа весьма способствовала росту популярности ицзиюань.

В 1928 году Ван Сянчжай опубликовал книгу **«Истинный путь ицзиюань» («Ицзиюань чжэн гуй»)**. Однако эта книга мастера представляла еще не окончательно оформленную тренировочную теорию ицзиюань и во многом базировалась на традиционных концепциях ушу.

В 1935 году Ван Сянчжай и его ученики переехали в родной уезд Вана — Шэнь, где сконцентрировались на исследовании теории воинского искусства. Большинство тренировочных методов ицзиюань, использующихся в настоящее время и предполагающих более быстрый прогресс в изучении воинского искусства, были развиты именно в то время.

В 1937 году Ван Сянчжай переехал в Пекин и начал там преподавать ицзиюань, продолжая работать над теорией системы. В 1937-1940 годах Ван написал книгу **«Центральная ось пути кулака»**. Эта книга содержала уже иные теоретические принципы, чем первая книга мастера, и описывала тренировочные методы, которые широко используются в практике ицзиюань в настоящее время. Ван Сянчжай как основу искусства кулачного боя определял **простоту формы и глубину намерения («и»)** и критиковал многие школы ушу за их сектантский подход к практике воинских искусств и создание большого многообразия форм и техник исключительно лишь для целей внешней эстетики, наличие массы труднопонимаемых концепций, например, «девяти дворцов», «восьми триграмм» и т.п., которые только уведут от сущности понимания боя и в результате практикующие «затуманены внушаемыми им глупостями и следуют за иллюзиями». Формулируя свое понимание, мастер Ван утверждал, что «путь искусства боя





должен быть полезен для тела и духа», а причины для занятий искусством боя определял как здоровье, самооборона и польза для общества, причем последнее следует из здоровья тела и духа и является главной целью. Без здоровья не будет полного и сильного духа, и такой человек никогда не обнажит меч, чтобы помочь другим, когда совершается несправедливость.

Ван Сянчжай был не одинок в определении таких целей воинских искусств: здесь нужно сказать несколько слов об исторической ситуации того периода. С образованием в 1911 году Китайской Республики в политической жизни страны укореняются националистические тенденции. В это время начинается открытое преподавание некоторых ранее полностью закрытых стилей ушу, что в значительной степени поощрялось Республиканским правительством, которое одной из своих целей

ставило разрушить образ китайца как «слабого человека Азии». Поэтому всемерно подчеркивалась важность физического здоровья и воинского духа народа. С этой целью правительственные структуры поддерживали организации и мастеров ушу, различные стили вводились в программу преподавания средних школ и университетов.

Летом 1940 года Ван Сянчжай в пекинской газете «Шибао» обратился с публичным обращением к практикующим ушу прийти и обменяться умениями и взглядами на сущность и развитие воинских искусств. Но приходящие мастера в основном желали «скрестить руки», то есть сразиться в поединке. Поэтому Ван Сянчжай выбрал четырех старших учеников: Хань Синцяо, Хун Ляньшуня, Яо Цзунсюня и Чжоу Цзыяня, которые были вправе представлять систему ицюань в поединках. Только если кто-либо из указанных учеников мастера Вана проигрывал, претендент мог сразиться с Ван Сянчжаем. Но ни один из пришедших мастеров ушу так и не одержал победу над учениками Ван Сянчжая.

В своем интервью (известном как **«Ван Сянчжай обсуждает боевую науку»**) репортеру пекинской газеты Шибао Ван Сянчжай так трактовал цели практики **ицюань (дачэньцюань)**:

«Путь боевой науки чрезвычайно сложен и труден для раскрытия. Чрезвычайно сложен и труден и все же чрезвычайно прост, когда постигаешь его суть. Таким образом, когда мы изучаем искусство боя, мы должны сначала знать, для чего мы его изучаем. Когда мы знаем это, мы, конечно, можем достичь чего-то. В основном большинство людей изучает искусство боя для здоровья, а затем, во-вторых, для самозащиты. Хорошее здоровье является основой любой человеческой деятельности, поэтому укреплением здоровья и защитой тела в действительности нельзя пренебрегать.

Если человек изучает метод тренировки правильно, то результаты будут великими, но неправильное изучение может привести даже к смерти. Лишь очень немногие спортсмены, подверженные большим нагрузкам, могут наслаждаться долгой жизнью. Многие кулачные бойцы потеряли свои жизни или здоровье вследствие неправильных тренировок. Такой вид искусства боя действительно жалок и смехотворен. Осознавая преимущества и проблемы изучения искусства боя, во время тренировки необходимо тщательно, с особым вниманием, испытывать и наблюдать состояния движения и неподвижности не только внешнего движения тела, но также и движение состояния духа.

Необходимо использовать дух и разум, чтобы наблюдать все тело внутри и снаружи и соответствует ли каждое действие

требованиям сохранения здоровья и самозащиты или нет. Почему двигаться? Почему быть неподвижным? Каковы результаты? Что происходит в процессе? Постигайте интуитивно и вы приблизитесь к правде! Что касается глубины и тонкости сущности Дао, можно только продолжать изучать и вести поиск, в противном случае этого нелегко достичь».

Говоря об основополагающих принципах ицюань мастер отмечал:

«Необходимо знать, что большое движение хуже маленького движения, маленькое движение хуже неподвижности, лишь неподвижность является бесконечным движением. Если тело движется, это лишь выражение неподвижности и недостатка силы. Что называется движением в неподвижности, является движением, как будто человек не движется, движение и неподвижность являются основой друг друга, а чудеса их применения, главным образом, зависят от объединенной нервной системы, ментального управления, больших и малых суставов и совместного растяжения и сжатия, устойчивой как железо точки опоры, наличия вращающей и противоположной сил, вращения вокруг точки опоры, перемещения центра сбалансированным способом и выпуска взрывчатой энергии вместе с дыханием. Если человек может проявлять это правильным образом, он имеет основу боя.

Вышесказанное скорее является абстракцией, но многое из этого трудно описать словами. Если человек может усердно практиковаться, тогда, естественно, это не сложно реализовать. Каково различие между так называемым большим движением и малым движением, фактически зависит от индивидуальных основных умений и от того, все ли виды сил получаются телом и понимаются разумом или нет. Если человек может поднимать руки и перемещать ноги всем телом, везде владея механическими умениями, тогда большое движение прекрасно, маленькое движение также прекрасно, а движение, которое не является ни большим, ни малым, прекрасно, как оба предыдущих.

Если нет основной механической способности, тогда независимо от того, чему подобно движение, все неправильно. То же самое применяется к использованию силы и не использованию силы. Движения обычного человека не могут иметь силы без по-





Могила Ван Сянчжая на пекинском кладбище Ваньань. На памятнике надпись: «Великий наставник Ван Сянчжай, основатель дачэнцюань и ицюань».

стоянной односторонней напряженности, которая нарушает циркуляцию крови. Каждый вид силы, основанный на постоянной односторонней напряженности, является жестким и негармоничным и, помимо этого, вредным для здоровья. Наличие силы без постоянной односторонней напряженности есть именно наличие силы без ее использования, а когда она используется, человек получает силу.

То есть это подобно естественной инстинктивной силе, поиску всех видов реальных вещей из нереальных, которые едва ли можно выразить словами. Так или иначе, дачэнцюань, будучи хорошим или плохим, есть вне внешней формы, фактически основывается на работе с сознанием. В двух словах, наличие установленной формы и установленных технических приемов является совершенно ложным; умения, достигающие уровня бессознательного, становятся необыкновенными».

В конце 30-х годов XX века ученик Ван Сянчжая Чжан Юээн предложил переименовать искусство в *дачэнцюань* — «Кулак великого достижения». Это название использовалось до 1946 года. Но мастер Ван пришел к выводу, что название дачэнцюань не отвечает сути воинского искусства и сказал своим ученикам: «Для постижения воинского искусства не может быть никакого предела, поэтому в названии «дачэн» нет никакого смысла». После этого снова стало использоваться название ицюань.

Однако некоторые мастера до настоящего времени используют название *дачэнцюань*. Наиболее ярким приверженцем названия дачэнцюань был мастер Ван Сюаньцзе, который утверждал, что название *дачэнцюань* введено Ван Сянчжаем в 40-е годы, когда система практически полностью сформировалась и обрела зрелость, тогда как название ицюань использовалось только в начале развития и для того, чтобы отличать ее от *синьцюань*. В настоящее время используются оба названия, но более широко используется *ицюань*.

В 1940 году в Токио был организован фестиваль традиционных воинских искусств, куда пригласили и китайскую команду. Организаторы поездки просили Ван Сянчжая посетить Японию, чтобы представлять там китайский ицюань, но он отказался. В Японии участники китайской команды много рассказывали о мастерстве Ван Сянчжая. После этого в Китай приезжали несколько японских мастеров и бросали ему вызов, но ни один не одержал победу.

Некоторые из них просились к Ван Сянчжаю в ученики, но он принял только Кэннити Саваи.

В 1941 году для выражения высокого мнения о достоинствах и способностях, Ван Сянчжай дал почетные имена шести своим лучшим ученикам. Как основного преемника Ван Сянчжай выделил самого молодого из них — Яо Цзунсюня и написал ему такое поэтическое посвящение:

«Я стыжусь, что не достиг вершин кулачного искусства и лишь смог передать свои надежды следующему поколению.

Поэтому я даю ученику Яо имя Цзисян (преемник Сяна), которое означает, что моя наука об искусстве боя не пропадет.

В детстве он был бедным и беззащитным, и я благочестиво принял его, заменив ему родителей.

Мой приемный сын по природе ученый, но отличается от типичных книжных червей.

Он обладает открытым, отважным и свободным умом, как один из немногих во всем мире.

Имея такого ученика, как Яо, я знаю, что наше великое дело не придет в упадок.

Я верю, что он приложит усилия, чтобы осуществить эту мечту нашей родины.

Я хотел бы, чтобы он посвятил себя этому делу так, чтобы простые люди извлекли пользу из его кулачных искусств.

Я хотел бы, чтобы он обладал такой настойчивостью, чтобы мог преодолеть сотню трудностей, всегда сохраняя свои высокие и благородные стремления.

Тайно гордясь, я принимаю его и презрительно смотрю на посредственных людей, которые как монстры крадутся в драконы.

Я верю, что человек с таким высоким стремлением, как у моего сына, способен покорить тигра, оставаясь по характеру скромнее и любезнее, чем кот».

С середины 40-х годов Ван Сянчжай обучал только старших учеников, а новичков обучал Яо Цзунсюнь. В это же время мастер Ван более сосредоточился на исследовании влияния практики ицюань на здоровье человека. Мастер Ван вел оздоровительную группу, которая занималась в Храме Предков (сейчас Дворец культуры рабочих) в Пекине. В 1947 году эта группа насчитывала приблизительно 100 человек. Среди занимающихся там были: Чэнь Хайтин, Цинь Чжунсань, Ю Юннэнь, Бу Юкунь, Ми Цзинкэ, Сунь Вэнцин, Чжан Юэхэн, Ци Чжэнлинь, Ван Юфан (дочь Ван Сянчжая). Впоследствии все они стали признанными мастерами ицюань.

Некоторые люди, которые занимались в этой группе, излечились от серьезных заболеваний, чему способствовали терапевтическая эффективность воздействия практики *чжан чжуан ицюань* на здоровье человека и отсутствие побочных воздействий.

После образования в 1949 году Китайской Народной Республики практика ушу не поощрялась. В 1950 году Ван Сянчжай был назначен вице-президентом Всекитайского комитета физической культуры, но вскоре оставил этот пост. В эти годы в основном практиковалась оздоровительная сторона *ицюань*. Занятия этой группы проводились в парке Сунь Ятсена в Пекине. Ученик Ван Сянчжая Ю Юннэнь подготовил и представил властям отчет об эффективности терапевтического воздействия занятий *чжан чжуан* на здоровье человека (впоследствии Ю Юннэнь написал несколько книг об оздоровительных и боевых аспектах практики ицюань — «Дао кулака — чжан чжуан», «Чжан чжуан», «Терапевтические аспекты упражнений чжан чжуан» и др.). Результатом этого явилось то, что методы занятий *чжан чжуан* стали внедряться во многих медицинских учреждениях в Китае. В 1958 году Ван Сянчжай стал работать в Пекинском научно-исследовательском институте китайской традиционной медицины. В 1961 году Ван Сянчжай переехал в город Баодин провинции Хэбэй и работал там в Центре китайской традиционной медицины.

Более чем за 40 лет Ван Сянчжай воспитал многих учеников, которые стали победителями самых престижных соревнований по ушу и распространили ицюань по всему миру.

Ван Сянчжай умер 12 июня 1963 года в Тяньцзине.

**О философско-теоретической основе школы мастера Ван Сянчжая читайте в следующем номере.**

**Автор Леонид Панько  
Печатается с разрешения автора**