

BUDOJO

Pismo Miłośników Miecza Japońskiego i Tradycyjnych Sztuk Walki

ODDZIAŁY SPECJALNE
S H O G U N A

AIKIJUTSU
AIKIBUDO
AIKIDO

JAPOŃSKIE
MIECZE
IAITO

SZTUKA
WSCHODU
5000 LAT
W FILIZANCE

KUNG FU
SYSTEM LOGICZNY



INDEKS 379247

SPECJALNIE DLA BUDOJO
STEVEN SEAGAL

Aikido, kendo, ken jutsu, iaido, miecz japoński, ju jutsu, koryu bu jutsu, kung fu, współczesne zastosowania tradycyjnych sztuk walk Dalekiego Wschodu, tajemnice kultury samurajów, tradycyjna sztuka i rękodzieło Azji

Боевые искусства как логическая система

*Введение в конструкцию боевых систем рукопашных и холодным оружием
китайских военных искусств ч. I*

ТЕКСТ И ФОТО ЯН. ШЫМАНКЕВИЧ

В современном мире многие школы, особенно вовлечённые в спортивное соперничество, преподают боевое искусство в отрыве от фундаментальных принципов системы, на которую они ссылаются. Неудивительно, что многие усердные адепты достигают жизненного успеха, доходя до условного первого или второго дана. На Дальнем Востоке это лишь начало Пути воина, у нас же обычно означает его конец. В чём же ошибка? Она заключается главным образом в тщетных попытках унифицировать то, что унификации не поддаётся. В отрыве от системы, стиля или школы и попытках заново изобрести знание, которое прошло многовековые испытания.

道

Чтобы хотя бы отчасти облегчить практикующим боевые искусства анализ своих действий и понимание действий других, попробуем применить определённый метод. На примере кунг-фу я постараюсь изложить принципы, лежащие в основе различных систем. Кажется, их аналоги можно найти во всех системах боевых искусств Дальнего Востока. Это обусловлено многовековым культурным влиянием Китая на данный регион.

Метод — это правильные движения системы, применение техник и их осмысление через постоянную практику и изучение связанной с этим теории.

Чтобы овладеть методом-системой, необходимо искать наставления у компетентного мастера и упорно трудиться для достижения максимально возможного мастерства. Этот этап практически никогда не бывает полностью завершён. Вершина технического мастерства достигается, когда в применении техник соблюдаются три принципа:

- бой требует движения, но прежде всего внутреннее состояние требует устойчивости;
- победа над противником требует силы, но прежде всего внутреннее состояние требует мягкости;
- бой требует скорости, но прежде всего внутреннее состояние требует неторопливости.

Автор на территории храма Цзумяо (Zu Miao) в Фошань, провинция Гуандун, построенного в XI веке. Именно из Фошань и его окрестностей происходят получившие мировую известность системы кунг-фу, такие как Вин Чунь Куен (Ving Tsun Kuen), Хунгар (Hung Gar) и Чой Ли Фут (Choy Lee Fut).

В настоящее время в Цзумяо собраны архивные документы, касающиеся боевых искусств этого региона Китая. Здесь же расположены два музейных объекта, посвящённых истории стилей кунг-фу Хунгар и Вин Чунь Куен.

Ключом в изучении техники является понимание того, что для эффективности атаки должны быть направлены против специфических последовательностей движений противника. Во многих боевых системах это реализуется через необходимость сначала преодолеть технику противника, и лишь затем поразить цель. Однако подлинное кунг-фу учит в этом случае иррациональному поведению. Атака должна поражать цель, попутно нейтрализуя технику противника.



По сути, это кардинальный пересмотр общепринятой логики анализа и применения боевых техник в системе.



Атака должна достигнуть цели, нейтрализуя по дороге атаку противника

Чтобы постичь метод, необходимо непрерывно сосредотачиваться на правильном освоении форм системы. Именно в их понимании заключено знание, составляющее основу развития будущего воина. Лишь на этом фундаменте он может построить свою уникальную индивидуальность, ведущую к мастерству.

Принципы конструкции тренировочных форм

Для начинающего изучать боевые искусства любые последовательности движений, особенно упражнения форм (известные как таолу, куэнь-то, в японской традиции — ката), неизбежно кажутся непонятными и странными. Особые эмоции вызывают формы, достаточно точно имитирующие движения животных. Однако после первоначального периода увлечения практика этих форм начинает восприниматься как бесполезный анахронизм. Поэтому первый вопрос, возникающий при изучении системного кунг-фу: что такое формы и зачем их отрабатывают?

Прежде чем перейти к ответам на поставленные вопросы, необходимо принять некоторые исходные положения относительно самого понятия "система кунг-фу". Китайское боевое искусство базируется на различных системах применения боевых техник. Чтобы техника была эффективной, она должна быть комплексной, то есть взаимодополняться на всех фазах боя, основываясь на следующих принципах:

- Обеспечивать как при защите, так и при атаке максимальную защиту наиболее уязвимых частей тела человека;
- Гарантировать плавный переход от защитных техник к атакующим;
- Позволять сохранять непрерывность движений и контроль над положением центра тяжести тела;
- Обеспечивать максимальную свободу в использовании всего тела как единого оружия в бою.

Лишь техники, которые в концепции мастера-основателя соответствовали этим требованиям, были отобраны и сформировали то, что мы условно называем системой кунг-фу. Со временем наиболее одарённые ученики развивали систему, адаптируя её к своим особенностям. Если такая модифицированная система доказывала свою эффективность в реальном бою и получала признание, она начинала существовать как самостоятельный стиль в рамках данной системы кунг-фу. Следующим этапом развития системы становилась принятая методика обучения. В зависимости от неё возникшие из системы стили разделялись на школы кунг-фу. Таким образом, то, что изучает адепт в тренировочном зале — это специфическая версия системы, основанная на принципах конкретной школы. *Эти принципы нельзя изменять произвольно, так как это грозит разрушением [системы]. Именно поэтому школы кунг-фу столь большое значение придают сохранению своей традиции.* Она служит гарантией преемственности и эффективности древних, проверенных систем китайского боевого искусства.

Каждый стиль кунг-фу обладает собственными формами, воплощающими техническую концепцию данной системы, независимо от последующих модификаций отдельных движений. Из этого можно сделать важный вывод: изменения и интерпретация движений в реальном бою допустимы, но недопустимы произвольные изменения самих форм. Право вносить коррективы в формы имеют только признанные мастера, полностью понимающие все системные принципы.

В кунг-фу существуют системы, включающие всего несколько форм. Например, Винг Чунь Куэнь (Ving Tsun Kuen) насчитывает шесть форм, тогда как другие стили, такие как Чой Ли Фут (Choy Lee Fut) или Тан Лан Цюань (Tang Lang Quan), могут содержать от ста до двухсот форм. В одних системах цели, достигаемые через практику форм (ката), ясны и просты, в других — более сложны.

Однако, несмотря на многообразие форм кунг-фу, в них прослеживаются общие черты, позволяющие выделить три основные группы форм. Примечательно, что последовательность их изучения остаётся одинаковой независимо от системы.

Формы первичные

Первую группу форм можно условно назвать первичными формами. Их тренировка направлена в первую очередь на освоение принципов, которые можно свести к следующим ключевым аспектам:

Развитие общей физической подготовки

Совершенствование двигательных качеств адепта. Развитие чувства равновесия.

Формирование специализированной силы и выносливости, за счёт специфического положения конечностей в техниках укрепляются мышцы и сухожилия, необходимые для боя в рамках данной системы.

Закрепление базовых технических принципов системы. Это основа для построения индивидуальной стратегии. Требуется особая концентрация сознания во время выполнения форм.

Изучение фундаментальных основ боевого искусства. Передача базовых знаний о природе и философии стиля.

Все перечисленные элементы составляют неразрывное единство первичной формы. Первые годы тренировок посвящаются отработке этих комплексов. Что касается боевого применения техник, изучаемых в этих формах, ситуация варьируется в зависимости от системы. Чем более концентрированной является система и чем меньше в ней форм, тем более практичными и приближенными к реальности оказываются её техники.

Формы защиты и создания "мостов" между противниками

Вторая группа включает формы, предназначенные для обучения установлению контакта — "построению моста" с противником. Это формы боя и защиты. Основные цели, достигаемые через их практику:

Развитие защитных техник и навыков перехода от защиты к контратакам.

Координация движений всего тела (синхронизация работы рук, ног и корпуса).

Развитие пространственно-временной ориентации (чувство дистанции, ритма и времени в бою).

Изучение стратегии и тактики системы в ситуациях противостояния с одним или несколькими противниками.

Дальнейшее развитие ключевых двигательных качеств, необходимых для системы.

Для многих учеников, практически в любой школе кунг-фу, освоение первой и второй групп форм завершает обучение. Чтобы овладеть этими формами и понять заложенные в них знания, в зависимости от системы требуется от семи до десяти лет тренировок.

Лишь немногие из этой небольшой группы учеников — в старые времена иногда всего один человек — допускались к изучению форм третьей группы.

Формы "закрытых дверей"

В древнем Китае, а сегодня в таких свободных анклавах, как Тайвань или Гонконг, избранный ученик, который должен был стать наследником знаний своего учителя и продолжателем традиций системы, обязан был принадлежать к тому же клану. Поэтому если у мастера не было сына, он усыновлял ученика, чтобы все знания оставались в "семье".

Третья группа — это формы, предназначенные для боя в нетипичных ситуациях, выходящих за рамки стандартных принципов системы. Цели изучения этих форм включают:

Освоение крайне опасных и сложных атакующих методов, требующих высочайшего уровня контроля.

Развитие техник ближнего боя, включая способы выведения противника из равновесия.

Изучение нестандартных техник, применяемых в специфических условиях: при потере равновесия, в ограниченном пространстве, для исправления собственных ошибок в технике.

Подготовку к экстремальным ситуациям, требующим готовности к самопожертвованию.

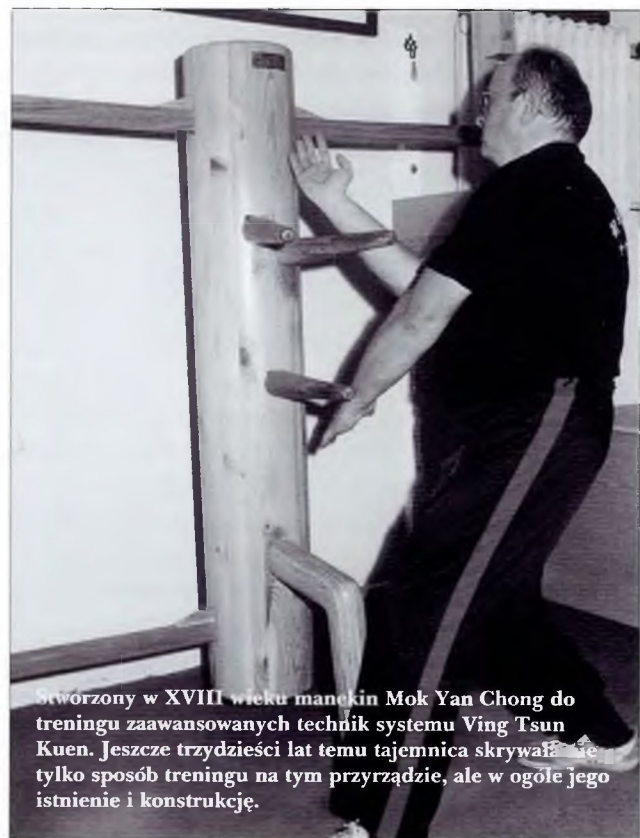
Необходимо со всей строгостью подчеркнуть, что невозможно перескочить любой из этапов изучения форм в системе кунг-фу. Можно заучить движения форм, предназначенных для высших уровней, но без должной подготовки специальной силы (или сил), контроля над собственной энергией и энергией противника, а также разумного постижения принципов системы — таким путём ничего не достигнуть.

Приспособления вспомогательные

На пути познания системных принципов определённого кунг-фу не всегда достаточно практики форм из трёх перечисленных групп. Существует ещё одна группа техник, которые могут выступать как самостоятельные формы — целиком или элементами — на разных уровнях продвинутой.

В состав этой четвёртой группы специализированных техник входят главным образом такие элементы как: дополнительная тренировка перемещений, выполнение специальных парных комплексов, упражнения в парах, развивающие чувство восприятия намерений противника, направления действия его силы и способа реагирования на неё. Особое положение занимают здесь упражнения на различных типах манекенов, имитирующих реального противника — от простейших до сложных, с ограниченной возможностью движения.

В рассуждениях о формах кунг-фу проблема тренировки с традиционным оружием выглядит аналогично. Если она несколько отклоняется от принятой здесь методологии, то это связано с тем, что в технике оружия практически каждое попадание смертельно и представляет собой тему для дальнейшего изложения.



Stworzony w XVIII wieku manekin Mok Yan Chong do treningu zaawansowanych technik systemu Ving Tsun Kuen. Jeszcze trzydzieści lat temu tajemnica skrywał nie tylko sposób treningu na tym przyrządzie, ale w ogóle jego istnienie i konstrukcję.