

## Холистическое представление о человеке в теории цигун

Китайская классическая теория о целостности гласит, что мироздание (космос) представляет собой целостную систему. Целостной системой является и сам человек. Кроме того, человек и космос также определяются как органическое единство. Кратко остановимся на основных положениях теории.

### 1. "Небо" и человек как целостное единство

Китайская медицина и цигун, рассматривая отношения между космосом и человеком, признают наличие между ними тесных взаимных связей и взаимного влияния. Эта точка зрения получила название "взаимосоответствия неба и человека". Гао Шицзун в трактате "Су вэнь" в разделе "Шэн ци тун тянь лунь" писал: "В организме человека происходит процесс непрерывного образования ци "пяти первоэлементов" и начал инь и ян, которая, поднимаясь вверх, соединяется с небом. В "Тайпин цзин" говорится: "Небо, землю и человека объединяет общая "изначальная ци". Будучи разделенными, все три (элемента) имеют общее начало". Там же написано: "Изначальная ци", сгустившись, сформировала первый (элемент), называемый небом; инь, порожденное "изначальной ци", образовало землю - второй (элемент); сверху небо, внизу земля - инь и ян, соединившись, реализовались в человеке". Отсюда видно, что под понятием "небо" подразумевается мироздание в целом, а не нечто, созданное и управляемое высшей божественной волей. Мироздание формируется из "изначальной ци", и человек является ее порождением. Единство человека и "неба и земли" коренится в "изначальной ци". "Небесная" ци пронизывает человека, ци человека соединяет его с "небом". Это взаимопроникновение опосредуется "изначальной ци". И хотя человеку и всему существу в природе свойственны свои специфические формы движения, существует ряд общих основных форм - движение вверх и вниз, наружу и внутрь, вперед и назад, - происходящих в едином ци-пространстве, что связывает человека с космосом.

Как уже говорилось выше, человек, "небо и земля", а также все материальные объекты представляют собой составляющие мироздания, которые находятся в движении в соответствии с присущими им закономерностями. Все эти составляющие своей взаимозависимостью обуславливают существование друг друга, что и обеспечивает гармонию космоса. Человек тем не менее, обладая сознанием, способен использовать природу в своих интересах, управлять ею, а также приспосабливаться к изменениям внешней среды с целью сбалансированного поддержания процессов жизнедеятельности. Таким образом, получая разнообразную информацию от природы, человек постепенно совершенствовался, повышалась степень его адаптированности. Именно этим объясняется наличие у людей органов и функций, коррелирующих с окружающей природной средой. Дун Чжунфу в своем труде "Чуньцю фань-лу" в разделе "Жэнь фу тянь шу" писал: "В человеке 360 сочленений, что совпадает с небесным числом; кости и ткани, составляющие тело человека, подобны земной толще; глаза и уши, расположенные вверху, - подобие солнца и луны; в теле имеются полости, отверстия, сосуды и вены -

подобие рек и долин; в сердце коренятся печаль и радость, любовь и гнев, подобные духу-шэнь. Если взглянуть на тело человека, что еще может быть более подобно небу"? В разделе "Секэ пянь" трактата "Лин шу" говорится еще конкретнее: "Император спросил у Бо Гао: "С чем на земле и небе можно сравнить человеческие члены?" Бо гао отвечал: "Небо - круглое, земля - ровная, то же и у человека: голова - круглая, ноги - ровные; на небе - луна и солнце, у человека - два глаза; на земле - девять участков суши, у человека - девять отверстий; у неба - ветер и дождь, у человека - радость и гнев; у неба - гром и молния, у человека - голос; у неба - четыре времени года, у человека - четыре конечности; у неба - пять звуков, у человека - пять плотных органов; у неба - шесть тонов, у человека - шесть полых органов; у неба - зима и лето, у человека - холод и жар; у неба - десять дней, у человека - десять пальцев на руках; на небе - двенадцать светил, у человека - десять пальцев на ногах, половой член и мошонка; женщина лишена двух членов, но наделена способностью рожать; у неба - инь и ян, у людей - муж и жена; в году - 365 дней, у человека - 360 сочленений; на земле - горы, у человека - плечи и колени; на земле - глубокие ущелья, у человека - подмышки и подколенные впадины; на земле - 12 водных путей, у человека - 12 энергетических каналов; на земле - источники, у человека - "защитная ци"; на земле - цветы и травы, у человека - волосы; у неба - день и ночь, человек ложится и встает; на небе - созвездия, у человека - зубы; на земле - холмы, у человека - малые суставы; на земле - скалы, у человека - выступающие кости; на земле - леса, у человека - плотные мышцы; в году - 12 месяцев, у человека - 12 членов; бывает, что земля круглый год не плодоносит, человек тоже бывает бездетным. Все это - соответствия между человеком и небом и землей". Приведенное сравнение хотя и не лишено натяжек и определенной доли фантазии, тем не менее содержит здравую идею - поиск в человеке природной информации. Эта идея является стержнем теоретической системы китайской медицины и цигун, определяющим идеологию их практического применения.

## 2. Организм человека как единое целое

Древние мастера цигун считали, что, несмотря на то что тело человека подразделяется на верхнюю, нижнюю, левую, правую, внутреннюю, внешнюю, переднюю и заднюю части, а его организм состоит из самых разнообразных элементов и органов, как то: сухожилия, кости, кожа, волосы, "пять плотных органов" и "шесть полых органов", четыре конечности и "сто костей", пять органов чувств и "девять отверстий" и др., тем не менее все они образованы "изначальной ци" и поэтому человек является единым целым, где все элементы связаны друг с другом.

Это иллюстрируют, например, отношения "последовательного порождения" и "последовательного сдерживания" между "плотными органами"; сложная система отношений между "плотными" и "полыми" органами, основанная на соотношениях инь и ян, внутреннего и внешнего; органическая связь между "пятью плотными органами" и различными частями тела человека. Ниже приводится Таблица соответствий "пяти плотных органов", составленная Пан Хэмином и Тао Цзулаем на основе трактата "Хуанди нэйцзин",

Таблица соответствий "пяти плотных органов"

<b>"Плотные органы"</b>	<b>печень</b>	<b>сердце (перикард)</b>	<b>селезенка</b>	<b>легкие</b>	<b>почки</b>
<b>"Полые органы"</b>	<b>желчный пузырь</b>	<b>тонкий кишечник ("тройной обогреватель")</b>	<b>желудок</b>	<b>толстый кишечник</b>	<b>мочевой пузырь</b>

<b>"Пять видов тканей"</b>	сухожилия	сосуды	мышцы	кожа	кости
<b>"Пять видов душевного волнения"</b>	гнев	радость	беспокойство	печаль	страх
<b>"Пять видов психической деятельности"</b>	настроение	дух	идеи	душа	воля
<b>"Пять отверстий"</b>	глаза	язык	рот	нос	уши
<b>"Пять звуков"</b>	цзюэ	чжэн	гун	шан	юй
<b>"Пять управлений"</b>	цвет	запах	вкус	звук	жидкость
<b>"Пять цветов"</b>	синий	красный	желтый	белый	черный
<b>"Пять запахов"</b>	зловоние (запах скота)	гарь	благовоние	Запах свежей рыбы	гниль
<b>"Пять вкусовых ощущений"</b>	кислый	горький	сладкий	острый	соленый
<b>"Пять жидкостей"</b>	слезы	пот	слюна	Выделения из носа	мокрота
<b>"Пять звуков голоса"</b>	крик	смех	пение	плач	стон
<b>"Пять цветущих"</b>	ногти	цвет лица	губы	волосы(на теле)	волосы(на голове)
<b>"Пять первоэлементов"</b>	дерево	огонь	земля	металл	вода
<b>"Пять форм"</b>	прямая	острая	квадратная	тонкая	круглая
<b>"Пять направлений"</b>	восток	юг	центр	запад	север
<b>"Пять злаков"</b>	конопля	пшеница	просо	рис	бобы
<b>"Пять овощей"</b>	порей	лук китайский	подсолнечник	Лук-батун	гороховая ботва
<b>"Пять плодов"</b>	слива	абрикос	финик	персик	каштан

<b>"Пять домашних животных"</b>	курица	баран	корова	собака	свинья
<b>"Пять времен года"</b>	весна	лето	время сбора урожая	осень	зима
<b>"Пять атмосферных явлений"</b>	ветер	жар	влажность	сухость	холод
<b>"Пять видов дыхания"</b>	мягкое	прерывающееся	полное	Устоявшееся	жесткое
<b>"Пять характеров"</b>	энергичный	горячий	спокойный	Рассудительный	суровый
<b>"Пять добродетелей"</b>	миролюбие	открытость	терпение	чистота	аскетизм
<b>"Пять использовани"</b>	движение	вибрация	превращение	Укрепление	сжимание
<b>"Пять превращений"</b>	рождение	рост	созревание	собираение	хранение
<b>"Пять образных превращений"</b>	пышность	цветение	полнота	угасание	истощение
<b>"Пять напастей"</b>	обвал	пожар	сплетни	падение	град
<b>"Пять светил"</b>	Юпитер	Марс	Сатурн	Венера	Меркурий
<b>"Простые числа"</b>	3	2	5	4	1
<b>"Производные Числа"</b>	8	7	10	9	6

Кроме того, древние не разделяли душу человека ("дух") и его физическое тело, рассматривая их как единое целое. В трактате "Су взнь" говорится: "Сердце - главный орган человека, в нем берет начало дух. Главный (орган) открыт - все в порядке. Если так пестовать (тело) - можно достичь долголетия. Главный (орган) закрыт - 12 органов подвергаются опасности, каналы закупориваются и теряют проходимость, наносится большой ущерб (телу). Если так пестовать - быть беде". Этот отрывок четко и однозначно указывает на существующую связь между "духом" и телом, на важную роль, которую играет "дух" в жизнедеятельности человека. Согласно представлению о едуне" и теле как о едином целом, собственно человек является распорядителем функционирования формы (тела), ци и "духа", а ци представляет собой воплощение "жизненной информации" человека, заполняет все тело, соединяет тело и "дух", обеспечивая их органическое единство.

Еще одним проявлением целостности организма человека является то, что каждая отдельная его часть способна отражать состояние протекания жизненных процессов в организме в целом. Поскольку его жизнедеятельность поддерживается за счет "изначальной ци", заполняющей все тело человека, общая информация в определенной степени может проявляться через отдельные части тела. Так, цвет языка может отражать состояние внутренних органов, а ладони, уши, лицо и другие участки тела - свидетельствовать об общем состоянии организма. Короче говоря, любая часть тела человека содержит информацию об организме в целом, Это полностью подтверждается как методами иглотерапии (иглоукалывание в области ушей, носа, ступней), так и методами диагностики (по руке, по лицу, по пульсу, по носу, по глазам), получившими распространение в последнее время.

Ниже приводятся три схемы: традиционная схема диагностики по лицу (схема 1), схема расположения акупунктурных точек Чжан Инцина (схема 2) и древняя схема диагностики по рукам (схема 3).

Основываясь на воззрениях о взаимном соответствии "неба" и человека, мастера цигун в разные исторические эпохи создали большое количество методик, учитывающих сезонные изменения и расположение относительно сторон света: "даоинь пяти плотных органов", "совершенствование и пестование пяти плотных органов", "двенадцать месяцев совершенствования и пестования", "пестование инь летом и осенью", "пестование ян зимой и весной" и другие, весьма ценные с практической точки зрения методики. В "вечной царь-книге" "Чжоу и цань тунци" много говорится о "восьми триграммах", "небесных стволах" и "земных ветвях" и их применении в цигун. Содержащиеся в ней рассуждения и выводы тоже основываются на теории взаимного соответствия "неба" и человека. Все это подтверждает огромную роль, которую играет в цигун представление о целостном единстве "неба" и человека. Однако нельзя не понимать, что наши предки могли представлять огромную и сложную систему "человек - небо" только в общих чертах, были не в состоянии вскрыть ее истинную суть. До сих пор многие пласты этого древнего учения остаются нетронутой целиной, ожидающей дальнейшего изучения.

Схема 1. Соответствие участков лица внутренним органам и частям тела  
1. Голова и лицо. 2. Горло. 3. Легкие. 4. Грудь. 5. Сердце. 6. Печень. 7. Желчный пузырь. 8. Селезенка. 9. Желудок. 10. Мочевой пузырь, матка. 11. Тонкий кишечник. 12. Плечи. 13. Промежность. 14. Толстый кишечник. 15. Ступни. 16. Почки. 17. Руки. 18. Кисти. 19. Спина. 20. Пупок. 21. Бедр. 22. Колени. 23. Коленные чашечки. 24. Голень

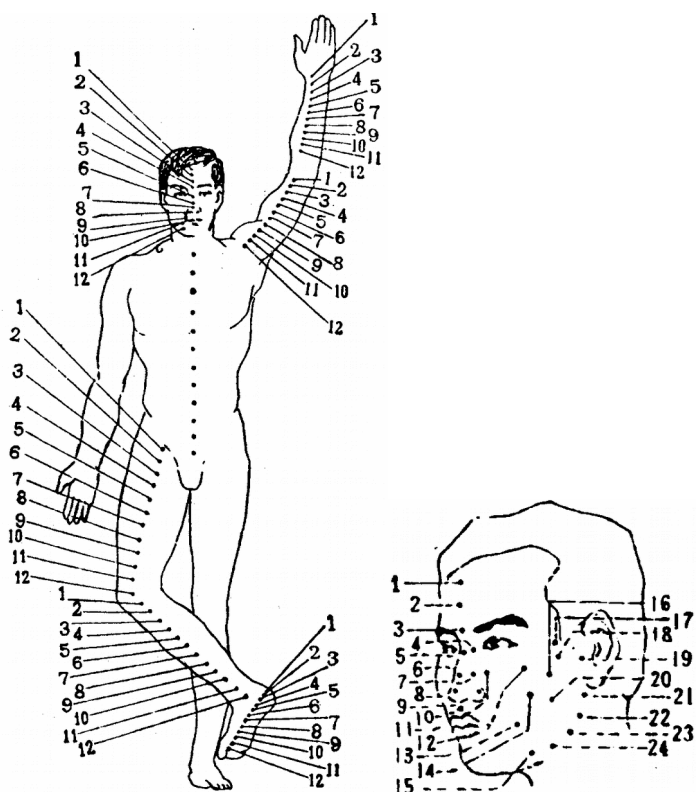


Схема 2. Соответствие акупунктурных точек внутренним органам и частям тела 1. Голова, 2. Шея. 3. Верхние конечности. 4. Легкие. 5. Печень. 6. Желудок. 7. 12-перстная кишка. 8. Почки. 9. Поясница. 10. Нижняя часть живота. 11. Ноги. 12. Ступни

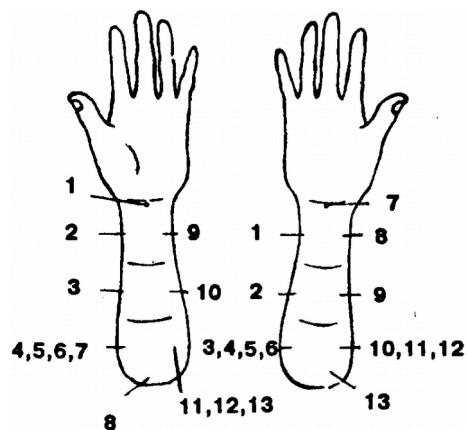


Схема 3. Соответствие участков рук внутренним органам и частям тела *Левая рука* 1. Горло. 2. Сердце. 3. Печень. 4. Почки. 5. Голени. 6. Колени. 7. Ступни. 8. Нижняя часть живота. 9. Шаньчжун. 10. Кишечник. 11. Край бока. 12. Поясница. 13. Бедра *Правая рука* 1. Центр груди. 2. Селезенка. 3. Край бока. 4. Колени. 5. Голени. 6. Ступни, 7, Горло. 8. Легкие. 9. Желудок. 10. Почки. 11. Поясница. 12. Бедра. 13. Нижняя часть живота