

дцать пятой главе «Лотосовой сутры», выделившейся в отдельное произведение под названием «Авалокитешвара-сутра». Здесь Авалокитешвара наделяется титулом Самантамукха, то есть «Всевидающий», и исполняет миссию — повсеместно и в любом облике воплощать себя в мире для спасения людей от несчастий, в частности, от меча и кандалов, огня и водной стихии, от злых духов и болезней. Там же провозглашается то качество Авалокитешвары, которое в позднейшем китайском буддизме становится доминирующим; способность даровать мужское потомство, с чем, вероятно, и связана последующая феминизация бодхисаттвы. Отмечается, что начиная с VII-VIII вв. наряду с мужским в иконографии встречается и женское изображение Авалокитешвары, которое, судя по всему, становится преобладающим (Ермаков, 1994, с. 102).

Гуаньинь — бодхисаттва Авалокитешвара, как уже было сказано выше, наиболее почитаемое и популярное буддийское божество в старом Китае. Почитается как божество милосердия, оказывающее помощь всем обездоленным и избавляющее от всех бед и несчастий. Известна также под названием Гуаньши-инь и Гуаньинь Пуса. По китайскому преданию, Гуаньинь была дочерью богатого князя. Она была очень религиозной и страстной почитательницей Будды. Вопреки воле отца, хотевшего отдать ее замуж, она покинула дом и ушла в монастырь. В монастыре ей пришлось пережить трудности, так как другие монахини, завидуя ее красоте, старались свалить на нее самую тяжелую работу. Позднее, когда ее отец узнал о ее местонахождении, он послал туда отряд солдат. Они сожгли монастырь и привезли дочь князя домой. Здесь ей предложили выбор: или выйти замуж, или умереть. Она предпочла смерть и

была задушена. В царстве мрака Гуаньинь повсюду, где бы она ни появлялась, приносила с собой счастье и благополучие. Князь ада Яма, он же Яньлован, не захотел, чтобы Гуаньинь оставалась в аду, и поэтому она вернулась на землю. Здесь для ее постоянного пребывания была отведена гора Путошань (У Чэнзэнь, 1994, т. 1, с. 451).

В плане аксиологии Махаяна обещала верующим не только духовные ценности, но и земные: потомство, богатство, долголетие, здоровье и т. д. Отличительной особенностью новой религиозной системы по сравнению с Хинаяной была идея воздаяния за заслуги в данной, конкретной жизни. Обоожествление высших бодхисаттв возымело огромное практическое значение. Для обычного мирянина, не слишком то разбирающегося в теологических аспектах буддизма, бодхисаттвы явились символами спасения от мирских невзгод, будь то болезни, непосильный труд, голод, личное и семейное несчастье. Авторитет некоторых из них можно сравнить с авторитетом Девы Марии в странах, исповедующих католицизм.

Литература

1. Андросов В.П. Будда Шакьямуни и индийский буддизм. — М., 2001.
2. Андросов В.П. Буддизм Нагарджуны: Религиозно-философские трактаты. — М., 2000.
3. Васильев Л.С. Культы, религии, традиции в Китае. 2-е изд. — М., 2001.
4. Дюмулен Г. История Дзэн-буддизма. Индия и Китай. — СПб., 1994.
5. Ермаков М.Е. Мир китайского буддизма. — СПб., 1994.
6. Розенберг О.О. Труды по буддизму. — М., 1991.
7. Чэнзэнь У. Путешествие на Запад / пер. с кит. А.Рогачева. — Рига, 1994.

В.Н. Чебакова

Восточно-Сибирская государственная академия культуры и искусств, г. Улан-Удэ

Оздоровительные практики стран Азиатско-Тихоокеанского региона

В данной статье автор рассматривает традиционную оздоровительную практику стран Азиатско-Тихоокеанского региона как уникальную, эмпирически сложившуюся, целостную систему совершенствования личности, которая на протяжении тысячелетий участвует в формировании культуры здоровья.

V.N. Chebakova

Health Practise of the Asian-Pacific

The author of the article describes culture forming phenomenon of orient health systems. Orient health systems have rich unique experience of harmonious perfectionism of a personality and during a number of millenniums they participate in forming of health culture.

В настоящее время во всем мире обострилась проблема с состоянием здоровья людей и особенно молодежи. Указанные обстоятельства позволяют констатировать тот факт, что проблема здоровья сегодня признается фундаментальной проблемой человечества и наряду с проблемами войны и мира, экологией планеты является наиболее важной.

В данных условиях выходом из критической ситуации является формирование культуры здоровья людей, которая предполагает не только накопление полезных знаний для сохранения здоровья, но и активное его использование, умение применять их в повседневной практике [3].

В связи с возрастающей социальной ценностью здоровья ученые приходят к выводу, что необходимо пересмотреть старые и искать новые формы, средства и методы сохранения, поддержания и восстановления здоровья с учетом уникальных достижений, опыта и традиции разных культур, в том числе и уникальной культуры Востока.

Как справедливо отмечает синолог Н.В. Абаев, привлекательны восточные оздоровительные системы ещё и тем, что в них ярко представлены общекультурные и духовные элементы Востока, не потерявшие актуальности до настоящего времени. Использование этих элементов приносит несомненную, проверенную веками пользу физическому и психическому здоровью человека. Поэтому изучение восточных оздоровительных систем как одного из эффективных средств формирования культуры здоровья представляет новое, динамически развивающееся направление в исследовании культуры народов Востока [1].

Опыт практической деятельности с использованием физических упражнений, психотренинга, лечебных практик, натурального питания и оздоровительных факторов природы, широко представлен в восточных оздоровительных системах. В диалогическом взаимодействии культурных традиций Востока и Запада, характерном для современной социокультурной ситуации, восточные оздорови-

тельные системы являются уникальным «проводником» к системам древних сакрализованных знаний, которые всегда были достоянием лишь небольшого числа «посвященных» лиц.

Восточные оздоровительные системы представляют собой многофункциональную систему, объединяющую комплексы гимнастик, лечебные и психофизические практики, некоторые разделы восточной медицины (массаж, звуко-, цвето-, вкусо-, ароматерапия, ритмология и др.) и виды единоборств, с философско-религиозными и морально-этическими постулатами, позволяющими регулировать физическое, психическое, нравственное и духовное здоровье человека без использования медикаментозных средств.

Структурным ядром восточных оздоровительных систем является комплекс представлений, который на протяжении многих тысячелетий управляет взаимодействием энергетических, психических и физиологических ресурсов человеческого организма, направляя их на активную адаптацию к окружающей социальной и природной среде. Поэтому можно с уверенностью сказать, что восточные оздоровительные системы содержат в себе мощный потенциал, который может быть использован при разработке перспективных социокультурных программ, ориентированных на актуализацию современного концепта культуры здоровья человека.

На основе анализа исследовательских проектов последних десятилетий выявлено, что проблема формирования культуры здоровья и рассмотрение восточных оздоровительных систем с точки зрения их культуроформирующего потенциала в научном плане является малоизученной. Наибольший интерес представляют работы отечественных ученых [1,2,4,5,6,7], которые в своих исследованиях особое внимание уделяли своеобразию мировоззрений народов Востока (в частности Индии, Китая, Кореи и Японии), изучали системные практики здоровьесбережения,

раскрывая духовную атмосферу той исторической эпохи, в которой они формировались.

История зарождения восточных оздоровительных систем простирается через тысячелетия от эмпирических находок древних народов, включенных в философские, религиозные и медицинские учения восточного континента. Эти учения и сегодня несут информацию об удивительной живучести и прочности традиционных форм духовной культуры Востока. Вера в полезность и необходимость выполнения ежедневных физкультурно-оздоровительных упражнений в этих странах утверждалась на уровне религиозного обряда, выполнение которых было обязательным для всех людей без исключения [7].

Оздоровительные системы Востока понимаются как целостные направления, которые, наряду с изучением человека и его взаимоотношений с окружающим социумом и внутренним миром, сочетают в себе функции оздоровления, лечения, образования и самосовершенствования. Комплексы этих систем воздействуют не только на организм человека в целом, но и на его духовно-нравственное и физическое здоровье [4]. Следует отметить, что практически во всех оздоровительных системах Востока заложен главный принцип оздоровления – исцеление всегда возможно, если резервные силы организма находятся в активном состоянии.

Древняя истина «в здоровом теле – здоровый дух» является основополагающей для всех оздоровительных систем Востока. Её смысловой посыл сводится к задаче поддержания в человеческом организме постоянного равновесия силы разума (с её помощью человек мыслит) и силы жизни (с её помощью он живет и двигается). Поэтому на Востоке нет ни одной оздоровительной системы, которая была бы направлена только на телесное исцеление и сводилась бы только к телесной оздоровительной практике.

В основе восточной философии здоровья лежат такие понятия, как:

- универсалии причин бытия «Инь» и «Ян», в которых воплощается идея вечного движения борьбы противоположных начал, их противопоставление и единство одновременно, двойственность и неоднородность любого природного, космического и социального явления, события материального мира;

- категории пяти стихий «У-син», которые обозначают циклические движения пяти видов энергии в природном мире, где тело

человека является микрокосмосом, а человеческая жизнь рассматривается как совокупность множества ритмов и циклов мировой энергии;

- циркуляция жизненной энергии «Ци», «Ки» или «Чи» по меридианам и каналам.

Все перечисленные универсалии самым непосредственным образом находят отражение в комплексе системной оздоровительной деятельности, включающем установки на моральное и духовное возвышение человека, на разумное управление жизненной энергией, не допускающего растрачивания её по пустякам (например, демонстрации своего превосходства в силе и материальном богатстве) [4].

Мудрецы Востока утверждали, что для того, чтобы быть здоровым, необходимо верить в себя, в свои внутренние силы и резервные возможности, уметь управлять своими эмоциями и телом. Причем крайне важно, чтобы человек верил в избранный им метод или систему оздоровления, в своего учителя или врача, неукоснительно соблюдая все его рекомендации и наставления [5].

Согласно восточным философским трактатам, всякая болезнь и любой недуг являются результатом совершенной ошибки, нарушением Мирового порядка, а болезни есть «плоды» невежества человека. Поэтому для того чтобы осваивать опыт лечения, человеку необходимо осознать причины своих недугов и найти рациональные способы избавления от них на основе знания законов Земли и Космоса, этики и морали, уважения общечеловеческих ценностей. Причем любое лечение всегда начинается с перестройки мышления (сознания), с формирования здоровых нравственных понятий: доброжелательного отношения к людям и окружающему миру; жить, не причиняя вреда живому (ни словом, ни делом, ни мыслью) и постоянно укрепляя веру в свои возможности [4].

Н.В. Абаев в своих исследованиях подчеркивает, что восточные оздоровительные системы являются самым глубинным слоем культуры, который играет решающую роль в формировании культуры здоровья человека. В нем сохранены устойчивые традиции, стабильные организационные формы, специальные «технические» приёмы и методы оздоровительного воздействия [1].

Известно, что в становлении и развитии культуры и общества Востока важную роль сыграли такие религии, как буддизм, индуизм и синтоизм с их обычаями, ритуалами и церемониями. Религиозные учения Востока

являются, прежде всего, философскими системами воспитания, саморазвития и совершенствования человека. Они аккумулируют в себе мудрость, согласно которой «человек, изменяя себя, изменяет и мир» [4].

Рассматривая данную проблему, востоковед А.А. Ткачева отмечает, что любая восточная религия всегда стремится оказывать регулирующее воздействие на умы, сознание и поведение верующих. Так, например, в восточных странах на уровне веры утверждалась полезность, необходимость и обязательность выполнения определенных физических упражнений и психологических практик. В Индии считалось, что чем ниже каста, к которой принадлежит человек, тем продолжительнее должно быть его «погружение» в комплекс физических упражнений и поклонов. Невыполнение и нарушение религиозных предписаний и требований считалось грехом, который наказывался многочасовыми телесными истязаниями. Причем, как отмечает автор, именно этот пласт культуры был наиболее сакрализированным [7].

Особый интерес сегодня вызывают исследования, которые посвящены изучению и влиянию звуковых воздействий на человека. Считается, что при прочтении молитв или мантр увеличивается энергия жизни человека, т.к. сакральные словосочетания вызывают нисхождение определенных видов энергии из Космоса. Не случайно перед началом занятий и при их окончании во всех оздоровительных системах Востока применялся обряд поклонения предкам, учителям, духу местности в сочетании с прочтением специальных мантр (Ушу, Цигун, китайские гимнастики и др.). Заметим, что религиозные принципы и установки всегда совмещали культовые, образовательные и воспитательные задачи как в формировании культуры вообще, так и культуры здоровья в частности [2].

Таким образом, на Востоке нет ни одной оздоровительной системы, которая не уделяла бы особого внимания процессу формирования сознания человека с помощью религиозно-философских постулатов, направленных на укрепление, сохранение, поддержание и восстановление здоровья. Изначально природа создает живой организм здоровым и закладывает в него защитные силы: иммунитет, саморегуляцию, самовосстановление и самосовершенствование, действующих на основе взаимозависимости всех систем человеческого организма.

Здоровье человека зависит от гармонии и равновесия между противоположно ориентированными процессами, происходящими в его организме: движением и покоем, действием и противодействием, кислотой и щелочью, теплом и холодом, поглощением и выделением, созданием и распадом. Эти процессы постоянны и призваны поддерживать внутреннее равновесие, причем чем эффективнее они действуют, тем крепче становится организм человека.

Так, согласно древним учениям, болезнь – это ошибки и грехи в поведении человека, поэтому больной считается «преступником». Он достоин презрения и плохо воспитан, поскольку не знает фундаментальных Космологических законов и нарушает Мировой порядок, отказываясь искать в нем единый принцип и согласие [6].

Особое место в оздоровительных системах Востока отводилось силе космического и природного воздействия на человека. Считалось, что там, где человек вредит Природе, повышается заболеваемость и смертность населения, увеличивается число мертворожденных детей и наследственных уродств. Подобно тому, как организм отторгает чужеродные клетки, Природа отторгает людей и общество, нарушающих её гармонию и красоту. Создав себе тепличные условия, пренебрегая законами Природы и грубо вмешиваясь в окружающую действительность, человек неминуемо расплачивается своим здоровьем и заболевает серьезно. Не случайно главным принципом здоровьесформирующего поведения на Востоке считалось выполнение следующих заповедей: «Если хочешь быть здоровым – здоровайся со всеми, победи в себе жадность и лень, самодовольство и стяжательство, агрессию и жестокость, страх, лицемерие, гордыню, верь людям и люби их, но прежде, используя резервные возможности организма, помоги себе сам!» [2].

Основные положения философских традиций показывают, что все восточные оздоровительные системы являются, прежде всего, частью воспитания и становления гармоничной личности.

Достаточно сильной стороной восточных оздоровительных систем самосовершенствования человека, как отмечают ученые В.М. Смолевский и Б.К. Ивлиев, является уникальный свод правил, следуя которому занимающиеся приобщаются к определенному образу жизни, к установленному «кодексу чести». В основе кодекса лежат заповеди, ко-

торые определяют общечеловеческие ценности и этические нормы взаимоотношений в обществе. Практики оздоровительных систем требуют обязательного выполнения таких норм поведения, как уважение к старшим, почитание учителя, уважение к сопернику, помощь слабому, отвращение к насилию. Иными словами, процесс самосовершенствования человека идет через развитие тела к совершенствованию чувств и поступков [5].

Исходя из вышесказанного можно сделать вывод о том, что действительно все рассматриваемые оздоровительные системы Востока, без исключения, имеют необходимые компоненты культуры здоровья и являются не только уникальными, но и универсальными для формирования и развития культуры здоровья людей.

Предпринятая нами попытка рассмотрения культууроформирующего потенциала восточных оздоровительных систем является фрагментом цикла современных научных ис-

следований, посвященных изучению стратегически ориентированных аспектов проблемы здоровья.

Литература

1. Абаев Н.В. Психифизические упражнения Ушу / Н.В. Абаев. – Улан-Удэ: Респ. тип., 1989.
2. Ляхова К.А. 1000 секретов восточной медицины / К.А. Ляхова. – М.: Риппол-классик, 2004.
3. Малярчук Н.Н. Мировоззренческие аспекты понятия «культуры здоровья» / Н.Н. Малярчук; Тюмен. гос. ун-т. – Тюмень, 2005.
4. Маслов А.А. Энциклопедия восточных боевых искусств. Т. 1. Традиции и тайны китайского Ушу / А.А. Маслов. – М.: Галла-Пресс, 2000.
5. Смолевский В.М. Нетрадиционные виды гимнастики / В.М. Смолевский, Б.К. Ивлиев. – М.: Просвещение, 1992.
6. Тель Л.З. Кодекс здоровья: Евроазиатская система сохранения здоровья / Л.З. Тель. – М.: Аст, 2001.
7. Ткачева А.А. Найди свою Йогу / А.А. Ткачева. – М.: Знание, 1991.

Ч.Ц. Цыренов

Бурятский республиканский педагогический колледж, г. Улан-Удэ

Образ идеального правителя в трактате «Гуаньцзы»

Статья посвящена трактату древнекитайской философской мысли «Гуаньцзы» (管子), концепции этого трактата об идеальном правителе. В статье анализируются основные принципы управления народом в период становления государственности в Китае.

Ch.Ts. Tsyrenov

The Image of the Ideal Governor in Treatise "Kuantzu"

The article is devoted to the treatise of ancient Chinese philosophical thought "Kuantzu" ("Master Kuan") (管子) and its conception of an ideal ruler's image. Main principles of managing people at the period of formation of Chinese state system are analyzed in this article.

Трактат «Гуаньцзы» (管子) получил свое название по имени выдающегося государственного деятеля Древнего Китая VIII - VII вв. до н.э. Гуань Чжуна (? – 645гг. до н.э.), прославленного министра правителя княжества Ци, князя Хуаня (годы правления - 684 – 643 до н.э.). Гуань Чжун провел ряд прогрессивных реформ, которые способствовали резкому росту военно-политического и экономического влияния княжества Ци во всем Древнем Китае, как результат, в 680 г. до н.э. князь Хуань стал первым в истории

периода Разделенных царств (Лего – 列国) гегемоном (ба), т.е. главой союза нескольких княжеств.

Трактат состоит из 8 тематических разделов в 24 «свитках» (цзюань) и 86 главах (пянь), из которых 10 ныне утрачены. Современные китайские и российские исследователи придерживаются того мнения, что первоначальный вариант «Гуаньцзы» был написан разными авторами в середине III века до н.э. в академии Цзися и был окончательно сформирован ученым дина-