

А. В. Гурко

(Минск, ГНУ «Центр исследований белорусской культуры,
языка и литературы НАН Беларуси»)

**ОБ ОСОБЕННОСТЯХ РАСПРОСТРАНЕНИЯ КИТАЙСКИХ
ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ ПРАКТИК В БЕЛАРУСИ
В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19**

Китайские психофизические практики, к которым относятся различные гимнастические системы и боевые искусства, основанные на принципах традиционной китайской медицины и диалектической философии, в настоящее время являются важным фактором межкультурного взаимодействия народов Беларуси и Китая.

Наиболее известной из распространявшихся в Беларуси китайских психофизических практик является ушу. Ушу – это общее название для всех боевых искусств, существующих в Китае. Направления ушу, развивающиеся в Беларуси, можно подразделить на боевые (как спортивно-спарринговые, так и прикладные) и гимнастические, направленные на гармоничное развитие человека, в том числе оздоровительные (т. н. «китайская гимнастика»). Помимо ушу, распространение в Беларуси получили различные направления цигун. Цигун – это обобщающее современное название китайских практик саморегуляции человека. В основе методологии цигун лежит китайская натурфилософия и базовые принципы традиционной китайской медицины. Обычно направления цигун классифицируются следующим образом: медицинский цигун (используется для профилактических и лечебных целей), воинский, или боевой (для повышения возможностей занимающихся боевыми искусствами), религиозный (как путь духовной реализации).

Наши сравнительные исследования, проведенные в 2014–2021 гг., позволили установить некоторые особенности распространения китайских психофизических практик в Беларуси в период пандемии COVID-19 в 2020–2021 гг.

В 2014 г. в рамках белорусско-румынского проекта «Китайские традиции в современной культуре Беларуси и Румынии: влияния и заимствования» нами в поле проблематики

этнологических и антропологических исследований было начато изучение основных закономерностей распространения в Беларуси и Румынии китайских психофизических практик в 1980-х – 2015 гг. В 2021 г. это исследование было продолжено в рамках темы: «Китайские традиции в Беларуси в конце XX – начале XXI века и их влияние на развитие национальной культуры Республики Беларусь» НИР «Развитие национальной идентичности этнических общностей Республики Беларусь» в рамках подпрограммы «Культура и искусство» ГПНИ на 2021-2025 гг. «Общество и гуманитарная безопасность белорусского государства».

В ходе исследований нами было опрошено 55 респондентов, интересующихся китайскими традициями на уровне изучения и усвоения определённых техник – в психофизических практиках, в изучении других элементов китайской культуры (языка, каллиграфии, теории китайской медицины, философии, чайной культуры и т.д.). При этом 33 респондента были опрошены в 2014–2016 гг., 22 респондента в 2021 г., что предоставило возможности для сравнений [1].

В 2014–2016 гг. были проведены опросы среди тех, кто занимался в группах по изучению китайской гимнастики Тайцзицюань, при Институте Конфуция, работающем в Минском государственном лингвистическом университете (23 респондента); среди занимающихся на курсах по повышению квалификации при Белорусском государственном университете физической культуры (7 респондентов). Также опрошены три человека, практикующие даосские упражнения «Даогун» в неформальной группе в г. Минске. Среди опрошенных – 20 женщин, 13 мужчин в возрасте 15–55 лет. По роду занятий – учащиеся, преподаватели, специалисты в различных областях, предприниматели. Большинство имеет среднее, среднее специальное, высшее образование. По этнической принадлежности: 28 – белорусы, русских – 3, украинцев – 2.

В 2021 г. география исследования несколько расширилась. Помимо респондентов из Минска были проанализированы ответы респондентов из городов Лида, Гродно, а также из города Орша Витебской области. Возраст респондентов – 32–63 года. Среди опрошенных – 14 женщин, 8 мужчин. По роду занятий преподаватели вузов и школ, специалисты в различных областях, медработники, пенсионеры. Большинство имеет среднее специальное и высшее образование, у четверых из опрошенных ученая степень кандидата наук. По этнической принадлежности: 16 – белорусы, русских – 4, поляков – 2.

Как показало наше исследование, распространение в Беларуси ушу, различным направлениям цигун, сопряжено с пробуждением интереса и к китайской традиционной культуре в целом. Исследования советских ученых способствовали появлению первых систематизированных сведений о китайских психофизических системах на всей территории СССР, включая Беларусь. Так, в 1960-х годах были опубликованы научно-популярные книги о гимнастике тайцзи, подготовленные профессором Г. И. Красносельским, прошедшим стажировку в КНР. В русле проводившихся исследований в АН СССР в 1980–1990 гг. Выполнялись исследования психологических аспектов буддизма, даосизма, связанные, в том числе с ушу и цигун [2, 3].

С середины 1980-х гг. вследствие развития отношений СССР и КНР в Москву, Ленинград, Минск в рамках научного и культурного обмена прибывали отдельные специалисты из КНР. Некоторые из них, по просьбам любителей восточных гимнастических систем преподавали тайцзицюань [1, 8].

В конце 1980-х гг. Госкомспорт СССР направил на обучение в Пекинскую академию ушу группу специалистов, которые по возвращении стали у истоков организации отдела ушу и цигун Центра нетрадиционных методов оздоровления Госкомспорта СССР. За три года в структуре Центра нетрадиционных методов оздоровления отдел ушу и цигун организовал и провел несколько десятков семинаров в Крыму, на Кавказе, в Киргизии, Подмосковье. Всего прошло обучение на семинарах более чем четыре тысячи человек. В их числе – десятки последователей из Беларуси. С распадом СССР и исчезновением Госкомспорта СССР, в 1992 г. усилиями специалистов Центра нетрадиционных методов оздоровления года в Москве был создан самостоятельный Центр изучения традиционного ушу и цигун «С а н ь х э», который продолжил проведение семинаров [5].

В 1994 г. в Беларуси появились последователи Международной федерации Шаолиньских боевых искусств, которую создал известный российский популяризатор ушу, доктор исторических наук А. А. Маслов, возглавивший Международную федерацию Шаолиньских боевых искусств, ныне директор Института Дальнего Востока РАН. В качестве белорусского представителя федерации выступил А. Колубович [8].

Вторая половина 1990-х – начало 2000-х гг. ознаменована увеличением интенсивности контактов с носителями традиции. Белорусские энтузиасты посещали многочисленные семинары мастеров ушу не только в России, Украине, Польше, но и

непосредственно в Китае.

В начале 2000-х гг. Минск неоднократно посещал с целью консультирования и проведения семинаров по тайцзицюань китайский эксперт Сяо Вейцзя (Виктор Сяо). В 2010-х гг. Сяо Вейцзя регулярно организывает семинары, в том числе и для белорусских последователей, в России и в Китае. Последователи Виктора Сяо есть в Минске, Могилёве, Бресте [1].

В 2012–2019 гг. семинары по багуачжан и синьичюань в Минске проводил всемирно известный мастер Ди Гоюн. До этого его семинары в странах СНГ и в Китае уже посетили энтузиасты из Беларуси [1].

Развитие спортивного направления ушу в Беларуси связано с деятельностью общественного объединения «Белорусская федерация ушу» (БФУ). Это объединение было образовано в 1988 г., как «Белорусская федерация ушу и вьетнамских национальных видов единоборств».

В 1995 г. силами инструкторов Академии физической культуры, прошедших обучение в Китае, была образована «Белорусская республиканская федерация ушу» (с 1998 г. «Белорусская федерация ушу»). Белорусская федерация ушу признана Национальным Олимпийским Комитетом страны. Член международной (IWUF) и Европейской (EWUF) федераций ушу с 1997 г. [10]. Первые республиканские соревнования по ушу прошли в г. Витебске в 1991 г. и в этом же году белорусские спортсмены впервые приняли участие в чемпионате СССР по ушу в г. Алма-Ате (Казахстан).

В 1996 г. при Белорусском государственном университете физической культуры была открыта кафедра физической реабилитации, где готовятся специалисты по специализации ушу. С 2006 г. Открыта тренерская специализация ушу. Включение ушу, как вида спорта, в структуру спортивных школ началось с 2003–2004 годов, и настоящее время открыты отделения ушу в 11 спортивных школах. В 2001 г. благодаря поддержке Посольства Китая в Беларуси в БГАФК был открыт центр китайской культуры «Евро-Азия» [1].

Помимо ушу распространение в Беларуси получили различные направления цигун. Некоторые представления о цигун, работе с энергией, жители Беларуси получали в 1990-е – нулевые годы из публикаций журнала «Цигун и спорт» (переименованному позже в «Цигун и жизнь»), а также из многочисленных брошюр, книг, издававшихся в этот период.

Наиболее организованным и распространенным видом цигун в

Беларуси в настоящее время является Чжун Юань Цигун, который преподается в странах СНГ с 1991 г. Распространение Чжун Юань Цигун на постсоветском пространстве связано с именем мастера Сюй Минтана. В Беларуси семинары и занятия по Чжун Юань Цигун организовываются в настоящее время под руководством Юрия Латыша который, как сообщается на сайте проекта «Наследие», является личным учеником мастера Сюй Минтана [12].

В 2010-х гг. в белорусских средствах массовой информации появляются сообщения о практике бесплатного преподавания цигун в городских парках, т. е. речь идет о восприятии китайского опыта массового оздоровления посредством гимнастических упражнений [6].

И ушу, и цигун представляют собой чрезвычайно сложные системы – как с точки зрения технического содержания, так и с точки зрения технологий их передачи. Их практически невозможно освоить и практиковать правильно без непосредственного контакта с китайскими учителями, а также отечественными инструкторами, прошедшими подготовку у этих учителей. Спортивные направления ушу представляют собой усредненный вариант набора технических действий, сопоставимых с другими известными европейцам видами единоборств, доступный для достаточно систематизированного изучения под руководством спортивного тренера. В то же время освоение традиционных направлений ушу, а также различных китайских оздоровительных систем, цигун, сопряжено с необходимостью обращения к хорошему специалисту.

Как показало наше исследование, главным источником, формирующим представления опрошенных о китайских психофизических системах в настоящее время, являются курсы и семинары, где происходит непосредственная передача элементов китайской традиции. По итогам опросов 2014–2016 гг. более 60% назвали посещение семинаров в качестве места получения основной информации для обучения. Около 40 % респондентов получают информацию из кино и видеофильмов, чтения.

По результатам опроса 2021 г. более 42% респондентов сообщили, что регулярно занимаются в группах у отечественных инструкторов, более 26% посещают обучающие семинары за рубежом, около 30% занимаются самостоятельно, используя книги и фильмы. В то же время более 26% респондентов непосредственно проходят обучение на интернет-семинарах.

Интернет в числе основных источников информации по итогам опросов 2014–2016 гг. назвали около 70 % респондентов. В

условиях ограничений передвижений и контактов, связанных с пандемией COVID-19, Интернет становится всё более значимым пространством, где происходит как обмен информацией, так и обучение техникам ушу, цигун. Это объясняет причину, по которой в 2021 г. уже около 78 % респондентов назвали Интернет в числе основных источников информации.

Большинство респондентов получает необходимые навыки и знания от инструкторов, проходящих обучение у китайских учителей. Около 25% респондентов в опросах 2014–2016 гг. сообщили, что получали опыт и знания непосредственно у наставников из Китая. По результатам опроса 2021 г. об обучении у китайских преподавателей и мастеров сообщили около 30 % респондентов. Как оказалось, по итогам опроса 2021 г. более 36% респондентов в той, или иной степени знакомы с китайским языком.

О смещении проведения семинаров по ушу, китайской гимнастике, различным направлениям цигун в Интернет-пространство после начала пандемии COVID-19 свидетельствуют факты. Например, в период пандемии COVID-19 упомянутый выше мастер Сюй Минтан получил широкую известность благодаря его бесплатным интернет-сеансам психотерапевтического характера, направленным на преодоление страха перед COVID-19 и излечение последствий этой тяжелой болезни через медитацию на образах и мантрах [1].

Группа в Фейсбуке «Угун, яншенгун и цигун в Беларуси» [11], созданная в октябре 2015 г., насчитывает ныне более 700 подписчиков. Через Фейсбук, другие социальные сети она пропагандирует традиционные направления ушу, оздоровительные и развивающие направления китайских психофизических практик, поддерживает работу по организации онлайн и офлайн семинаров, а также лекций по даосской тематике. При этом белорусские любители в значительной степени посещают российские и украинские интернет-ресурсы.

Белорусские последователи Центра изучения традиционного ушу и цигун «Саньхэ» в период пандемии продолжили обучение у квалифицированных специалистов с использованием платформы ZOOM[1].

Президент Ассоциации Даоинь России Доктор Бутримов 02.02.2020 с целью развития и популяризации Цигун и Тайцзи в России при сотрудничестве с Пекинским Спортивным Университетом создал «Онлайн школу Цигун и Тайцзи доктора Бутримова» «...для дистанционных занятий и обучения по лечебно-оздоровительным комплексам

«Даоинь Яншен Гун», «Оздоровительному Цигун» и «Оздоровительному Тайцзи» [7]. В. А. Бутримов – врач, рефлексотерапевт, психотерапевт, цигунтерапевт, специалист в области лечебной медитации. Ведет занятия 5 дней в неделю в нескольких группах по направлениям. Представлен в основных социальных сетях России. В ютубе на страничке В. А. Бутримова по состоянию на июль 2021 г. зарегистрировано более 12 тыс. подписчиков.

На сайте украинской Ассоциации Традиций и Культуры Китая [4] организованы онлайн уроки с мастером Му Юйчунем. Как указывается на сайте, «...Школа Здоровья Мастера Му Юйчуна – это целостная система знаний о физическом и духовном здоровье человека, построенная на законах природы многотысячелетнего опыта Мастер традиционной китайской медицины, оздоровительных практик и боевых искусств с прямым носителем знаний мастером традиционной китайской медицины, оздоровительных практик Му Юйчунем». По состоянию на июль 2021 г. занятия проводятся во вторник, четверг и субботу 19.00 – 20.30 по киевскому времени на платформе ZOOM. В ютубе на страничке Му Юйчуна «Чжень Гунфу» по состоянию на июль 2021 г. зарегистрировано 13 млн подписчиков, включая и жителей Беларуси.

В экстремальных условиях пандемии COVID-19 наблюдается интенсивный поиск эффективных средств методов защиты от этого заболевания, способов восстановления здоровья после болезни в недрах традиционной культуры, опыт которой накапливался тысячелетиями. Статистически эффективность этих различных методов доказать очень сложно, но каждый случай облегчения болезни, улучшения самочувствия активно обсуждается в сети Интернет, что стимулирует дальнейшие поиски как в родной традиции, так и в экзотических для данного региона. Этим можно объяснить распространение нетипичных для Беларуси, но показавших свою эффективность китайских психофизических практик.

Список использованных источников и литературы

- 1 Архив Института искусствоведения этнографии и фольклора (ИИЭФ). Ф. 6, оп. 14. – Д. 98.
- 2 Абаев, Н. В. Даосские истоки китайских ушу / Н. В. Абаев // Дао и даосизм в Китае. – М. : Наука, 1982. – С. 244–257.
- 3 Абаев, Н. В. Чань-буддизм и культура психической

деятельности в средневековом Китае / Н. В. Абаев. – Новосибирск : Наука, 1983. – 273 с.

4 Ассоциация Традиций и Культуры Китая [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.zhengongfu.org/wiki/mu-yujchun/>. – Дата доступа : 12.05.2021

5 Балашев, Н. Н. «Саньхэ» прописан в Москве / Н. Н. Балашев // «Цигун и спорт». – 1992. – № 5. – С. 7, 62.

5 Гимнастика цигун в минском парке Горького. Бесплатно. Новости Беларуси. Минск и минчане. Здоровье [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.ctv.by>. – Дата доступа : 22.06.2012

6 Доктор Бутримов. Президент Ассоциации Даоинь России [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://www.butrimov.ru/about/socseti.html>. – Дата доступа : 15.06.2021

7 Костенко, Д. Кунфу, ушу и много других страшных слов, или как закаляется «железная рубашка» // Экспресс-новости. Спорт | 29/02/2008 | [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.expressnews.by/3135.html>

8 Красносельский, Г. И. Китайская гигиеническая гимнастика тайдзи (элементы упражнений) / Г. И. Красносельский. – Киев : Госуд. медич. издательство. – 1960. – 20 с.

9 Официальный сайт Белорусской федерации УШУ [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://bywuf.org/>. – Дата доступа : 01.07.2021

10 Угун, яншэнгун и цигун в Беларуси [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://www.facebook.com/groups/905729519509594/?ref=share>. – Дата доступа 30.07.2021

11 Цигун в Минске [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.daoway.by>