

О мастере Фэн Шао И



Учитель Фэн Шао И родился 29 июля 1941 г. в Китае. Обучался у многих традиционных китайских мастеров Цигун и Ушу. Многие десятилетия он преподает эти искусства, являясь инструктором Высшей категории по Цигун, мастером Ушу 6-го уровня.

В 1987 г. учитель Фэн Шао И избран генеральным секретарем и заместителем председателя научно-исследовательской ассоциации Цигун города Фусинь, особым членом Китайской научно-исследовательской ассоциации Цигун.

Фен Шао И был отмечен правительственными наградами, как выдающийся мастер Тайцзи Цюань, внесший большой вклад в развитие этого вида мастерства, сочетающего в себе Цигун, оздоровительную практику и воинское искусство. В 2001 г. внесен в «Большой справочник выдающихся деятелей КНР», «Сборник знаменитых людей века». В 2003 г. записи о нем появились в изданиях «Большого современного справочник КНР по Ушу» и «Заметках о китайских деятелях Тайцзи Цюань».

В Китае под руководством мастера Фен Шао И многократно проводились семинары по цигун, оздоровительной и лечебной направленности, в результате которых многие пациенты укрепили здоровье, а некоторые избавились от трудноизлечимых заболеваний.

Будучи врачом традиционной китайской медицины, Фэн Шао И широко использует свое мастерство Цигун при исцелении людей, применяя не только привычные для иглотерапевтов иглы, массаж и прижигания, но и лечебные возможности Чань Мигун, позволяющие очищать, усиливать и гармонизировать жизненную энергию Ци пациента.

ЦИГУН

Цигун - это древняя система психофизических упражнений, духовный Путь, а также методика оздоровления, лечения болезней и продления жизни, состоящая в тренировке тела, энергии, ума и воли. В процессе занятий человек становится здоровым, укрепляется его тело, улучшается циркуляция энергии.

Само слово Цигун состоит из двух иероглифов: «Ци» и «Гун», имеющих множество значений. «Ци» означает «фундаментальную субстанцию, лежащую в основе Вселенной», «дыхание», «жизненную энергию», а «Гун» – «воздействие», «управление», «мастерство».

Заниматься Цигун означает упражнять Ци и тренировать волю (И), вызывая направленную циркуляцию энергии, вовлекающую в процесс трансформации тело, энергию, ум и дух человека. Поэтому можно сказать, что Цигун - это не только методика оздоровления, лечения болезней и продления жизни, не только искусство

самосовершенствования (сю фа), но, по большому счету, весьма перспективная трансформационная психотехнология, имеющая сегодня самые широкие сферы научного и практического применения и открывающая перспективы успешной реализации потенциальных возможностей человека.

Трудность выбора при изучении и преподавании Цигун состоит в существовании большого количества (в письменном виде зафиксировано несколько тысяч) видов Цигун, которые относятся к даосской, буддистской, конфуцианской, медицинской и воинской традициям. Кроме того, существует еще множество передаваемых исключительно устно семейных направлений, каждое из которых имеет свои особенности, цели и методы.

После изучения многих системы оздоровительного и воинского Цигун, учитель Фэн Шао И выбрал в качестве "своей" системы школу Джун Го Чань Ми Гун Цигун, в которой он совершенствуется и которую преподает десятки лет не только в Китае, но и за его пределами. Такой выбор обусловлен универсальностью и эффективностью этой системы, редкими даже для Китая с его древними традициями.

УШУ



Как это было принято у старинных Восточных учителей, Фэн Шао И является не только врачом и мастером Цигун, но мастером нескольких весьма разноплановых школ китайского боевого искусства Ушу, которые он усердно изучал в течение нескольких десятков лет.

Все эти годы он активно участвовал во всекитайских, провинциальных и городских соревнованиях, получая многочисленные золотые, серебряные и бронзовые медали и грамоты.

- 1958 г. - первое место на соревнованиях по исполнению традиционных комплексов ушу.
- 1964 г. - второе место по Синь И Цюань на Всекитайских показательных сборах по обмену опытом.
- 1973 г. - первое место в выступлении с мечом и второе место - с шестом в «Кубке ушу» в провинции Ляонин.
- 1979 г. - второе место в парных упражнениях и третье место в выступлениях с мечом-дао на Всекитайских показательных сборах по обмену опытом в городе Сиань.
- 1984 г. - первое место по исполнению традиционных комплексов с мечом и третье место по исполнению техники с двумя мечами-дао на «Кубке ушу» в провинции Ляонин.

По словам мастера, Цигун и Ушу дополняют друг друга - это две ноги, на которые опирается мастерство - Гунфу.

Кроме совершенствования своего собственного Гунфу, мастер большое время отдает популяризации искусства Ушу и работе с учениками.

- В 1978 г. Фен Шао И начинает работать тренером Ушу в городе Фусинь.
- В 1980 г. становится начальником отдела массовой физической культуры при городском совете.
- С 1985 г. занимает должность главного тренера города по Ушу.
- С 1993 г. становится секретарем городского комитета по физической культуре и заведует работой в сфере физической культуры на уровне города.
- С 1995 г. является председателем ассоциации Тайцзи Цюань города, постоянным членом совета ассоциации Ушу провинции Ляонин.

За годы преподавательской работы Фен Шао И внес большой вклад в развитие ушу и подготовил многочисленных специалистов в области Ушу и Цигун:

- Так, более 300 его учеников сами стали преподавателями в спортивных школах и институтах.
- Свыше 200 работают тренерами Ушу в сфере массовой физической культуры.
- Больше 100 приняли участие в спортивных соревнованиях высокого уровня.
- Более чем 500 человекам он передал специальные навыки, необходимые для службы для армии и работе в охране.
- Под его руководством и при его непосредственном участии, количество людей, занимающихся Ушу в его родном городе возросло от нескольких десятков человек до более чем 40 тысяч.
- В октябре 2002 г. на первенстве провинции Хэбэй по Тайцзи Цюань, состоявшемся в городе Ханьдань, подготовленная им команда, завоевала 4 золотых, 6 серебряных и 7 бронзовых медалей.

В период с 1990 по 1992 г. Фэн Шао И преподавал Ушу и Цигун в России и в Украине в г. Донецке.

Его основным стилем является традиционный Шаньсийский Синь И Цюань, изучать который он начал в 8 лет у мастера Цяя Лянь Би. В зрелые годы Фэн Шао И стал мастером Тайцзи цюань высшей квалификации и работал тренером национальной сборной Китая по боевым искусствам.

В настоящее время мастер обучает в Киеве и Донецке.

Своим ученикам (в зависимости от их возраста и склонностей) он преподает следующие виды Гунфу:

Чань Цюань; Синь И Цюань; Тайцзи Цюань.

Чань Ми Гун Цигун

中國禪密功

Наставником Фэн Шао И является ныне здравствующий и активно преподающий патриарх школы, учитель Лю Хань Вэн, мастер Чань Мигун в четвертом поколении, автор нескольких книг, широко известных в Китае, председатель группы исследования Чань-Мигун Цигун, раскрывший в конце 80-х годов эту методику для широкой публики.

Чань Мигун, преподаваемый мастером Фэн Шао И, представляет собой систему, уникальность которой заключается в том, что за 1500 лет своей истории, она объединила в себе методы буддизма, даосизма и народной китайской медицины.

Своей основой Чань Мигун обязан двум духовным традициям древнего Китая – Чань-Цзун (школе созерцания, основанной якобы самим легендарным Бодхидхармой) и Ми-Цзун (школе мантры тантрического буддизма).

По преданию, Чань Мигун Цигун был подарен людям богиней милосердия и сострадания Гуань Шинь (Авалокитешвара – «внемяющая звукам мира»), как путь сохранения физического здоровья и духовного развития.



До недавнего времени (как это было принято в традиционных Восточных системах для сохранения чистоты учения), передача традиции была тайной и производилась только устно от учителя к приближенным ученикам, которые обычно были членами его семьи.

Поэтому, несмотря на то, что история Чань Мигун насчитывает более полутора тысяч лет, только сейчас современное Западное общество получило доступ к этому сокровищу древней китайской культуры.

Чань Мигун считается в Китае одним из самых эффективных видов Цигун. Он практичен и подходит людям различного возраста, физической подготовки и состояния здоровья. При этом он весьма полезен для лечения различных заболеваний.

Этот Цигун является целостной, отработанной веками, системой практик, включающих в себя гимнастику, упражнения по регулированию жизненной энергии Ци, концентрации внимания, медитации, а также обширный набор мантр и мудр.

Чань Мигун позволяет достаточно быстро ощутить энергию Ци и научиться ею управлять. Это, в свою очередь, приводит к оздоровлению тела и духа, позволяет проявиться

скрытым способностям, улучшает адаптационные возможности организма в тяжелых условиях современной жизни.

Эта школа Цигун включает в себя многие простые и сложные практики, например:

- "Закладка фундамента";
- "Смешивание Иньской и Янской Ци";
- "Развитие мудрости";
- "Набирание новой и исторжение старой Ци";
- "Очищение от скверны";
- "Двойное облако; "Набирание в макушку",
- «Методика чудесного постижения»,
- «Методика познания сердца», «Соответствие трех таинств».

Причем многие из них относятся к цигун высшего уровня. Особенностью Чань-Мигун цигун является использование упражнений для развития спонтанности движений (Цзы-Фа Гун). Несмотря на огромный объем изучаемого материала, древние учителя отработали методику, при следовании которой возможно понять и изучить даже такую сложную систему. Она построена по принципу "от простого к сложному" так, что каждая предыдущая ступень является фундаментом для последующей. Таким образом, единственное, что требуется от ученика - это аккуратное следование инструкциям мастера, упорство и постоянные занятия.

Отметим, впрочем, что другого пути нет ни в одном другом искусстве. Недаром, иероглиф "Гунфу" состоит из двух частей: "Работа" и "Человек". При этом важно, что работа стоит на первом месте.