

И.В. Белая

Курск

Нюй дань хэ бянь («Собрание работ по женской алхимии»)

Первые фрагменты, в которых обсуждались методы самосовершенствования, ориентированные на женщин (*нюй гун нэй дань* 女功內丹), начинают появляться в даосских сочинениях по внутренней алхимии (*нэй дань* 內丹) еще с конца XII в. Тем не менее, самостоятельные произведения, а позднее и целые книжные коллекции, посвященные исключительно женской практике, возникают лишь с XVII в. в связи с систематизацией и унификацией изложенных ранее методов, которые стали называться «женская алхимия» (*нюй дань* 女丹).



Рис. 1. Иллюстрация из *Нюй гун лянь цзи хуань дань ту шо* 女功煉已還丹圖說 («Иллюстрированное разъяснение женского мастерства самоочищения и восстановления киновари») [ЦВДШ, т. 26, с. 428.].

Самая большая коллекция работ по «женской алхимии» была собрана эрудитом и ученым Хэ Лун-сяном 贺龍骧 (второе имя — Цзин-сюань 靜軒, был родом из Цзинъяна 井研, пров. Сычуань), деятельность которого при- шла на начало XX столетия. Он составил сборник сочинений о женском мастерстве внутренней алхимии под названием *Нюй дань хэ бянь* 女丹合編 («Собрание работ по женской алхимии»), который был опубликован в 1906 г. одновременно с *Чун кань Дао цзан цзи яо* 重刊道藏集要 («Заново напечатанное собрание важнейших сочинений из “Дао цзана”»)¹, при поддержке влиятельной даосской обители Эрсянянь 二仙庵, расположенной в Чэнду. *Нюй дань хэ бянь* было первой коллекцией, содержащей иллюстрацию медитирующей женщины, на лице и теле которой были изображены иероглифы, обозначающие названия мест из даосской потаенной топографии, локализованных в женском теле (см. Рис. 1.).

В это собрание вошли как некоторые сочинения из более ранних коллекций (как, например, из *Нюй цзинь дань фа яо* 女金丹法要 («Важнейшее из методов золота и киновари для женщин») Фу Цзинь-цюаня 傅金铨 [ЦВДШ, т. 11, с. 512—541.]), так и источники локальных субтрадиций, которые Хэ Лун-сян собирал во время странствий по горам *Эмэйшань* 峨眉山 в провинции Сычуань и другим регионам Китая. Идеи и принципы, изложенные в сочинениях, составивших эту коллекцию, не только сформировали тот образ *нюй дань*, который отразил представления о духовной и социальной роли женщины в китайском обществе² на заре XX в., но и в значительной мере повлияли на восприятие этой традиции современными исследователями китайской культуры. Первые сведения о *Нюй дань хэ бянь* опубликовала Катрин Деспё в справочном издании по даосизму в разделе, посвященном роли женщин в даосской религиозной традиции [см. 5, р. 398.], а затем, уже совместно с американской исследовательницей даосизма Ливией Кон, в книге «Женщины в даосизме» в главе «Женская внутренняя алхимия» [см. 6, р. 206—207.]. В последнее время появляются интересные работы Елены Валусси, затрагивающие проблемы формирования традиции «женской алхимии» в историческом контексте [см. 8, 11, 12.], а так же её статья, специально посвященная истории создания *Нюй дань хэ бянь* [см. 9.]. К фрагментам отдельных сочинений, входящих в это собрание обращались как вышеперечисленные, так и другие исследователи [см. 2, 8.], хотя история создания этих текстов, их подробное содержание и их место в даосской религиозной традиции еще ждут своего изучения.

Особую ценность для изучения «женской алхимии» представляют не только сами источники, вошедшие в эту коллекцию, но и обширное предисловие, сделанное Хэ Лун-сяном к *Нюй дань хэ бянь*.

Е. Валусси выделяет в нем пять содержательных частей: 1) вступление, объясняющее потребность в собрании сочинений по «женской алхимии»; 2) длинный список предупреждений против участия женщин в неортодоксальных течениях и исполнения методов, отличных от тех, которые разъяснены в этом собрании; 3) исчерпывающее описание различий между мужчинами и женщинами на космологическом и психофизиологическом уровнях, обуславливающих различия в используемых ими методах самосовершенствования; 4) объяснение причин, которые побудили Хэ Лун-сяна заняться поиском источников по «женской алхимии» и история создания «Собрания работ по женской алхимии»; 5) заключение, расписывающее преимущества методов, описанных в этой коллекции и пользу, которую они принесут женщинам на стезе духовного самосовершенствования [см. 9, р. 247.].

Самой важной, с нашей точки зрения, для изучения принципов «женской алхимии» является центральная часть предисловия, в которой Хэ Лун-сян, обобщив содержание входящих в собрание источников, изложил сущностные различия между мужчинами и женщинами. В предисловии они распределены по трем категориям: различия во врожденной природе (*бин син* 秉性), физической форме (*син ти* 形体) и практических методах (*гун фа* 功法):

— Мужчина олицетворяет собой «светлое» *янское* начало, *янское* начало — чистое; женщина олицетворяет собой «темное» *иньское* начало, *иньское* начало — грязное;

— Мужской природе присуща твердость, женской природе присуща мягкость;

— Чувства мужчины взбудоражены, чувства женщины спокойны;

— Мужские мысли спутаны, женские мысли ясны;

— Мужчина считает главным движение, и движение способствует расстрате *ци*, женщина считает главным покой, и покой способствует накоплению *ци*.

— Мужчина связан с триграммой *Ли* 离 (символ огня) и его жизненный цикл соответствует Солнцу, совершающему полный кругооборот по небу за один год; женщина связана с триграммой *Кань* 坎 (символ воды) и ее жизненный цикл соответствует Луне, совершающей полный кругооборот по небу за один месяц;

— Мужчине сложнее подчинить свое *ци*, а женщине легче;

— У мужчины есть «узел в трахее» (т.е. кадык — *Б.И.*), а у женщины нет;

— В мужской груди нет молока и она маленькая, в женской груди есть молоко и она большая;

— Мужское «основание» выпуклое (*ту* 凸), женское «основание» вогнутое (*ао* 凹);

— У мужчины «выпуклый орган» называют «палатой эссенции» (*цзин ши* 精室), у женщины «вогнутый орган» называют «дворец детей» (*цзы гун* 子宮);

— У мужчины жизненная сила расположена в «пещере *ци*» (*ци сюэ* 氣穴), у женщины жизненная сила расположена в груди (*жу фан* 乳房);

— У мужчины детородная функция происходит из почек, у женщины детородная функция происходит из крови;

— У мужчины детородной сущностью является семя-*цзин*, его цвет — белый и зовется оно «белый тигр» (*бай ху* 白虎), у женщины детородной сущностью является кровь (т.е. менструальная кровь — *юэ сюэ* 月血, *юэ цзин* 月經 — Б.И.), ее цвет — красный и зовется она «красный дракон» (*чи лун* 赤龍);

— Мужской *цзин* — это «*инь* внутри *ян*», женская кровь — это «*ян* внутри *инь*»;

— У мужчины *ци* его эссенции-*цзин* более чем достаточно, у женщины *ци* ее крови недостаточно;

— Мужчина сначала должен очистить (*лянь*) «основу» (*бэнь юань* 本元), и лишь после этого преступить к очищению тела (*син чжи* 形質), женщина же вместо этого прежде очищает свое тело, а лишь после — «основу»;

— У мужчины *янское* начало стремится стечь вниз, у женщины *янское* начало устремляется вверх;

— Когда мужчина завершил совершенствование, его эссенция-*цзин* больше не вытекает (*бу лоу цзин* 不漏精) — это называется «укрощение белого тигра» (*сян бай ху* 降白虎), когда женщина завершила совершенствование, ее менструальная кровь больше не убывает (*бу лоу цзин* 不漏經) — это называется «обезглавливание красного дракона» (*чжань чи лун* 斬赤龍)³;

— Когда у мужчины *цзин* обращается вспять, он становится небожителем-*сянем*, женщина же становится *сянем*, когда ее кровь напрямик устремляется обратно к отверстиям в сердце;

— Мужчине сложно проявлять свои чувства (досл. «семь лотосов»⁴), но легко ими управлять; женщине легче проявлять свои чувства, но сложнее ими управлять;

— Мужские методы совершенствования называют «Великое *янское* начало очищает *ци*» (*тай ян лян ци* 太陽煉氣), женские методы совершенствования называют «Великое *иньское* начало очищает тело» (*тай инь лян син* 太陰煉形)⁵;

— В процессе практики мужчина должен визуализировать «эмбрион» (*тай тай* 胎), который формируется в его теле, а женщина должна сосредоточиться на «эмбриональном дыхании» (*тай си* 胎息);

— Когда мужчина «укротил белого тигра», его «стебель» (*цзин* 莖) уменьшается и становится как у мальчика, когда женщина «обезглавила красного дракона», ее груди уменьшаются и становятся плоскими, как у мужчины;⁶

— Мужчина медленно продвигается вперед, когда его бессмертный дух-*шэнь* должен выйти наружу из смертного тела, и также медленно достигает Дао, женщина на этом этапе продвигается быстро и быстрее достигает Дао;

— Мужчина может самостоятельно «подняться на Небеса», женщина же вынуждена ждать «спасения»;

— Мужчина должен «повернуться лицом к стене» (*мян би* 面壁) для самосозерцания, женщина должна «возвратиться в Пустоту» (*хуань сюй* 還虛);

— Мужчина зовется «Совершенным человеком» (*чжэнь жэнь* 真人), а женщина — «Изначальной владычицей» (*юань цзюнь* 元君) [см. НДХБ, с. 3—4; 11, р. 178—179].

Более детально все вышеизложенные принципы обсуждаются непосредственно в самих источниках, составляющих *Нюй дань хэ бянь*⁷. Согласно *Даоцзяо сяо цы дянь* [ДЦСЦД, с. 138] это книжное собрание состояло из 18 текстов. В него входили такие сочинения как⁸:

1. *Нань нюй дань гун и тун бянь* 男女丹功異同辨 («Обсуждение различий и общих черт в алхимическом мастерстве мужчин и женщин») [ЦВДШ, т. 26, с. 448—455.].

2. “*Цяо ян цзин*” *нюй гун сю лян* 樵陽經女功修煉 («Женское мастерство совершенствования и очищения из “Книги-основы от Цяо-яна”») [ЦВДШ, т. 26, с. 428.].

3. *Нюй цзинь дань* 女金丹 («Женский золотой эликсир» / «“Золото и киноварь” для женщин») в 2 частях [ЦВДШ, т. 26, с. 418—427.].

4. *Нюй дань цо яо* 女丹撮要 («Суть женской алхимии») [ЦВДШ, т. 11, с. 512—514.].

5. *Ху тянь син го нюй дань ши цзэ* 壺天性果女丹十則 («Десять правил женской алхимии [с помощью которых обретается] плод внутренней природы Волшебного мира»), более известное под своим кратким названием *Нюй дань ши цзэ* 女丹十則 («Десять правил женской алхимии») [ЦВДШ, т. 26, с. 455—465.].

6. *Нюй гун лян цзи хуань дань ту шо* 女功煉已還丹圖說 («Иллюстрированное разъяснение женского мастерства самоочищения и восстановления киновари») [ЦВДШ, т. 26, с. 428—432.].

7. *Нюй дань хуэй цзе* 女丹彙解 («Сводные разъяснения женской алхимии») [ЦВДШ, т. 26, с. 433—447.].

8. *Кунь цзюэ* 坤訣 («Наставления о женском начале-кунь») [ЦВДШ, т. 11, с. 539—541.].

9. *Нюй дань ши цзи цянъ нянь* 女丹诗集前篇 («Первая часть “Собрания поэтических произведений о женской алхимии”») [НДЦЦ, с. 159—171.]. Первоначально входило в собрание Фу Цзинь-цюаня под названием *Цюнь чжэнь ши цзюэ* 群真诗诀 («Поэтические наставления сонма Совершенных»)⁹ [ЦВДШ, т. 11, с. 535—537.].

10. *Нюй чжэнь дань цзюэ* 女真丹诀 («Наставления в киновари для женского совершенствования») [НДЦЦ, с. 183—188.].

11. *Нюй дань яо янь* 女丹要言 («Важнейшие поучения по женской алхимии») [НДХБ, с. 94—96].

12. *Си чи цзи* 西池集 («Собрание поэтических произведений “Западный пруд”»)¹⁰ [ЦВДШ, т. 11, с. 532—534.].

13. *Нюй дань ши цзи хоу нянь* 女丹诗集后篇 («Вторая часть “Собрания поэтических произведений о женской алхимии”») [НДЦЦ, с. 173—182.].

14. *Кунь нин цзин* 坤寧經, также упоминается как *Кунь нин мяо цзин* 坤寧妙經 («Сокровенная книга-основа об умиротворенности женского начала-кунь») [ЦВДШ, т. 11, с. 515—527.].

15. *Пан мэнь лу* 旁门录 («Перечень [методов] неправильных школ»).

16. *Кунь юань цзин* 坤元經 («Книга-основа о первозданном женском начале-кунь»). Известно так же под названием *Цин цзин юань цзюнь* «Кунь юань цзин» 清淨元君坤元經 («Книга-основа о первозданном женском начале-кунь” Изначальной владычицы Чистоты и покоя»). Входило в книжное собрание Фу Цзинь-цюаня *Нюй цзинь дань фа яо* [ЦВДШ, т. 11, с. 530—531.]. Единственное из вышеперечисленных произведений, которое, предположительно, имело более раннее происхождение в составе *Люй цзу цюань шу* 呂祖全書 («Полное собрание сочинений Патриарха Люя»), датированном 1680 г. [ЦВДШ, т. 7, с. 357—359.].

17. *Цзю пинь лянъ хуа цзин* 九品蓮花經 («Лотосовая книга-основа в девяти категориях»).

18. *Нюй сю чэн ту* 女修程途 («Последовательность пути женского совершенствования»). Изначально входило в коллекцию Фу Цзинь-цюаня под названием *Цин цзин сань жэнь Сунь Бу-эр юань цзюнь гун фу ци ди* 清淨散人孫不二元君功夫次第 («Последовательность овладения мастерством [женской алхимии по методу] Изначальной владычицы Сунь Бу-эр, отшельницы Чистоты и покоя») [ЦВДШ, т. 11, с. 537—539.]¹¹. Помимо этого,

находится в *Цзан вай дао шу* в составе *Сунь Бу-эр юань цзюнь фа юй* 孫不二元君法语 («Поучения Изначальной владычицы Сунь Бу-эр») под названием *Кунь дао гун фу ци ди* 坤道功夫次第 («Последовательность овладения мастерством женского Дао-Пути») [ЦВДШ, т. 10, с. 805—806.].

Часть обозначенных источников присутствует в современном собрании даосских текстов *Цзан вай дао шу* («Даосские книги, не вошедшие в *Дао цзан*») [ЦВДШ, т. 7, т. 10, т. 11 и т. 26]. Также, некоторые тексты из *Нюй дань хэ бянь* были снабжены комментариями и переизданы под названием *Нюй дань хэ бянь сюань чжэу* 女丹合編選注 («Избранные произведения из *Нюй дань хэ бянь* с комментариями») в 1991 г. под редакцией Цю Сяо-бо и Лю И-лю, и в сборнике работ по «женской алхимии» *Нюй дань цзи цуй* 女丹集萃 («Хрестоматия по женской алхимии») под редакцией Тао Бин-фу в 1989 г. [НДЦЦ, с. 1—188.]. В настоящее время многие из сочинений, входивших в эту коллекцию, публикуются в различных изданиях, посвященных методам «пестования жизни» (*ян шэн* 養生) и оздоровительным практикам для женщин под названием *ньюцзы цигун* 女子氣功 («женский цигун»).

Примечания

¹ *Нюй дань хэ бянь* не входит непосредственно в сам *Чун кань Дао цзан цзи яо* 重刊道藏輯要. Однако, согласно исследованиям Е. Валусси, в конце последней *цзюани*, описывающей содержание *Чун кань Дао цзан цзи яо*, озаглавленной *Дао цзан цзи яо сюй бянь цзы му* 道藏輯要續編子目, содержится перечень сочинений и предисловие Хэ Лун-сяна к этой коллекции [9, р. 246, п. 9.].

² Об исторических изменениях представлений о роли женщины в даосизме см. [1].

³ О методе «обезглавливания красного дракона» (*чжань чи лун* 斬赤龍) обстоятельно писала Е. Валусси [8, 10], а так же китайская исследовательница даосизма Ли Цуй-чжэнь [13]. В *Нюйдань хэ бянь* метод *чжань чи лун* (часто упоминается как «обезглавливание дракона» *чжань лун* 斬龍) детально описан в *Нюй цзинь дань* 女金丹 («Женский золотой эликсир» / «“Золото и киноварь” для женщин») [ЦВДШ, т. 26, с. 418—427.], *Нюй гун лян цзи хуань дань ту шо* 女功煉已還丹圖說 («Иллюстрированное разъяснение женского мастерства самоочищения и восстановления киновари») [ЦВДШ, т. 26, с. 428—432.] и др. В поэтической форме представлен в *Нюй чжэнь дань цзюэ* 女真丹訣 («Наставления в киновари для женского совершенствования») [НДЦЦ, с. 183—188.] и *Нюй сю чэн ту* 女修程途 («Последовательность пути женского совершенствования») [ЦВДШ, т. 10, с. 805—806.]. Является частью метода *Тай инь лян син* 太陰煉形. Включает в себя массаж груди, поясницы и нижней области живота, дыхательные упражнения и элементы визуализации.

⁴ «Семь лотосов» (*ци лян* 七蓮) — будд. Семь чувств (радость, гнев, печаль, страх, любовь, ненависть, половое влечение).

⁵ Метод *Тай инь лян син* 太陰煉形 подробно разъясняется в нескольких сочинениях из этой коллекции: “*Цяо ян цзин*” нюй гун сю лян 樵陽經女功修煉 («Женское мастерство совершенствования и очищения из “Книги-основы от Цяо-яна”») [ЦВДШ, т. 26, с. 428.]. *Нюй дань цо яо* 女丹撮要 («Суть женской алхимии») [ЦВДШ, т. 11, с. 512—514.]. *Нюй гун лян цзи хуань дань ту шо* 女功煉己還丹圖說 («Иллюстрированное разъяснение женского мастерства самоочищения и восстановления киновари») [ЦВДШ, т. 26, с. 428—432.].

⁶ О древнекитайских концепциях мужского и женского начал, их взаимопревращении одного в другое см. статью А.И. Кобзева, посвященную китайской эротологии [3, т. 5, с. 430—474.].

⁷ Краткая характеристика перечисленных ниже источников, а так же подробное разъяснение изложенных в них методов женского самосовершенствования будут представлены в наших последующих публикациях.

⁸ В связи с малой изученностью сочинений из *Нюй дань хэ бянь* перевод их названий является предварительным. Ссылки на источники указаны по современному изданию даосских сочинений *Цзан вай дао шу*, где они могут входить в состав других сочинений под иными названиями, что оговорено отдельно. Если тексты по «женской алхимии» из *Нюй дань хэ бянь* не содержатся в *Цзан вай дао шу*, то в таком случае ссылка будет дана на сочинения из *Нюй дань хэ бянь* в составе других сборников.

⁹ В это поэтическое собрание вошли поэмы У Цай-луань 吳采鸞, Фань Юнь-цяо 樊云翹, Юэ Хуа-цуй 月華崔, Тан Гуан-чжэнь 唐廣真, Чжоу Сюань-цзин 周玄靜. Перевод на английский был осуществлен Т. Клири [4, р.57—73.].

¹⁰ «Западный пруд» — другое название Нефритового пруда (*яо чи*), находящегося во владениях Си-ван-му (Матушки-владычицы Запада)

¹¹ Состоит из 14 поэм, разъясняющих различные этапы женской практики. Приписываются даосской наставнице Сунь Бу-эр, одной из Семи совершенных (*Ци чжэнь*) школы Цюаньчжэнь. Перевод на английский язык был выполнен Т. Клири [4, р. 7—45.], с переложением некоторых поэм заинтересованный читатель может познакомиться в нашей статье [2].

Сокращения

ДЦСЦД — *Даоцзяо сяо цы дянь* («Малый словарь по Даосизму»). Гл. ред. Чжун Чжао-пэн. Шанхай: Цышу чубаньшэ, 2001. 道教小辞典 / 钟肇鹏主编. 上海: 上海辞书出版社, 2001.

НДХБ — *Нюй дань хэ бянь сюань чжу* («Избранные произведения из “Собрания работ по женской алхимии” с комментариями»). Сост. Цю Сяо-бо, Лю И-лю. Шанхай: Шанхай фань чубань гунсы. 1991. +3+1+111 с. 女丹合集编选注。邱小波刘一流编著。上海翻译出版公司。1991年。+3+1+111 頁。

НДЦЦ — *Нюй дань цзи цуй* («Хрестоматия по женской алхимии»). Ред. Тао Бин-фу. Пекин: Цанбэньвэй Бейцзин шифань дасюэ чубаньшэ. 1989. 473 с. / Чжунго цигун вэньсянь яньцзю цзыляо сюаньбянь 女丹集萃。陶秉福主编。藏本为北京师范大学出版社。中国气功文献研究资料选编。1989年。473頁。

ЦВДШ — *Цзан вай дао шу* 藏外道書 («Даосские книги, не вошедшие в “Дао цзан”»). Гл. ред. Ху Дао-цзин: В 36 т. Чэнду, 1992—1994.

ЧКДЦЦЯ — *Чун кань Дао цзан цзи яо* 重刊道藏輯要 («Заново напечатанное собрание важнейших сочинений из “Дао цзана”»): 28 т., 235 тетр. Чэнду: Печатня монастыря Эрсяньань, 1906.

Литература

1. Белая И.В. Формирование техники женской алхимии на основе даосских мировоззренческих концепций о роли женского начала. // Религиоведение, 2009. № 3, с. 70—76.

2. Белая И.В. Методы «женской алхимии» (*нюй дань*) в литературном наследии даосской подвижницы Сунь Бу-эр. // Философско-антропологические исследования. Курск, 2009. Вып. 1—2, с. 111—118.

3. Духовная культура Китая: энциклопедия: [в 6 т.]/ Гл. ред. М. Л. Титаренко. М., 2006—2010.

4. Cleary T. *Immortal Sisters: Secret Teachings of Taoist Women*. Berkley. California, 1996.

5. Despeux C. *Women in Daoism* // *Daoism Handbook*. Ed. by L. Kohn. Leiden; Boston; Köln: Brill, 2000. P. 384—412.

6. Despeux C., Kohn L. *Women in Daoism*. Cambridge, 2003.

7. Esposito M. *La Porte du Dragon—L'école Longmen du Mont Jin'gai et ses pratiques alchimiques d'après le Daozang xubian (Suite au canon taoïste)*. Ph.D. diss., Université Paris, 1993.

8. Valussi E. “Beheading the Red Dragon: A History of Female Inner Alchemy in China,” Ph.D. diss. University of London, 2003.

9. Valussi E. “The *Nüdan hebian* (Collection of Female Alchemy), Its Editor and His Women,” *Nannü: Men, Women and Gender in Early and Imperial China*, 10, 2008, p. 242—278.

10. Valussi E. “Blood, Tigers, Dragons: The Physiology of Transcendence for Women” *IASTAM, Journal of Asian Medicine* 4.1, 2008, p. 46—85.

11. Valussi E. *Female Alchemy and Paratext: How to Read nüdan in a Historical Context*. *Asia Major*. 21.2, 2008, p. 153—193.

12. Valussi E. *Female Alchemy: In Introduction / Internal Alchemy: Self, Society and the Quest for Immortality*. Ed. by L. Kohn & R. Wong, Three Pines Press, 2009, p. 141—162.

13. Ли Цуй-чжэнь. Чжань чилун яньцзю: даоцзю юй тяньдицзю цзинцзо сюлянь чжи бицзю (Исследование метода «обезглавливания красного дракона»: Сравнительный анализ созерцательных практик в даосизме и в учении Тяньдицзю»): Дис. ... магистра. Науч. руководитель — проф. Ли Фэн-мао / Университет Наньхуа. [Тайбэй], Минь го 96 [2007]. 150 с. 李翠珍. 斬赤龍研究—道教與天帝教靜坐修煉之比較: 碩士論文. 指導教授為李豐楙 / 南華大學. [台北], 民國96年[2007]. 150頁.