

История стиля Ян Тайцзицюань

Тайцзицюань получил известность благодаря основателю **стиля Ян тайцзицюань** - Ян Лучаню и усилиям первых трех поколений семьи Ян. Сегодня у **тайцзицюань** много последователей во всем мире. Из **стиля Ян тайцзицюань** возникли 3 из 5 наиболее известных школы **тайцзицюань** - это стиль У (*У Юйсяна*), стиль У (*У Цзяньцюаня*) и стиль Сунь (*Сунь Лутана*).

Чэнь Чансин

Чэнь Юаньтин (1771-1853), более известен как Чэнь Чансин. Родом из деревни Чэньцзягоу, уезда Вэнь провинции Хэнань, представитель 14-го поколения рода Чэнь. С детства у отца изучал боевые искусства семьи Чэнь. Обучил немногих, самым известным из которых является Ян Лучань. Автор трактатов: "О десяти больших необходимостях в тайцзицюань", "Необходимые речи об использовании боевого в тайцзицюань", "Записки о бое тайцзицюань" и "Рифмованные правила тайцзицюань". Чэнь Чансин составил то, что сегодня известно как первый и второй ("пушечные удары") комплексы **тайцзицюань семьи Чэнь**, которые называют "Старым каркасом" (*Лао Цзя*). Зарабатывал на жизнь работой охранника, был широко известен в боевых кругах.

Из интервью, которое взял У Тунань (знаменитый мастер **тайцзицюань** и историк) у Чэнь Синя, представителя 16-го поколения семьи Чэнь, автора книги "Иллюстрированное разъяснение тайцзицюань семьи Чэнь" (*Чэнь ши тайцзицюань ту шо*), известно, что некто Цзян Фа, проходя через деревню Чэньцзягоу, увидел, как Чэнь Чансин обучает своих учеников. Он не смог удержаться от смеха, но, обнаружив свое присутствие, поспешил уйти прочь. Чэнь был оскорблен его смехом и побежал за ним, схватив его за плечо. Цзян Фа просто повернулся и Чэнь Чансин сразу же был отброшен этим движением на землю. Осознав, что перед ним мастер боевых искусств, Чэнь попросил взять его в ученики. Цзян Фа согласился, уточнив, что он вернется через 3 года, чтобы обучить Чэня.

Цзян Фа жил в конце 17, в начале 18 в.в. Изучил тайцзицюань у Ван Цзуньюэ. Обучил тайцзицюань Чэнь Чансина, но исторических подтверждений этому нет.

Из-за того, что Чэнь Чансин обучался у Цзян Фа, старейшины деревни Чэньцзягоу запретили Чансину преподавать семейное искусство паочуй семьи Чэнь, которое передавалось уже несколько поколений. По этой причине Чэнь Чансин проводил занятия ночью на заднем дворе.

Поэтому можно предположить, что боевое искусство Чэнь Чансина могло иметь черты семейного **паочуй** и внутренней семьи Уданского бокса. Впервые такую гипотезу выдвинул историк тайцзицюань Сюй Чэнь: "Тот **тайцзицюань семьи Чэнь**, который мы знаем сегодня - это **паочуй семьи Чэнь**, разбавленный искусством Цзян Фа". Это видно из пособий по боевым искусствам семьи Чэнь. В раннем пособии "Вэнь суй тан бэнь", не упоминается ни одной формы под названием "13 форм" или "тайцзицюань". А впервые упоминается это искусство в более позднем руководстве "Лян и тан бэнь".

Ян Лучань



Ян Фукуй (1799-1872), более известен как Ян Лучань, родился в провинции Хэбэй. Рос в тяжелых условиях, с детства был увлечен боевым искусством. Услышав о мастерстве Чэней, отправился в Чэньцзягоу. Обучался **тайцзицюань** у Чэнь Чансина. По окончании обучения много путешествовал, проверяя своё искусство. В схватках никогда не проигрывал, в связи с чем получил прозвище Ян-Непобедимый. Во второй половине 19 века перебрался в Пекин, преподавал **тайцзицюань** членам императорской семьи, обучал придворную знать. Постепенно изменив принципы выброса силы, убрав прыжки и трудные движения, Ян Лучань из старой ветви семьи Чэнь создал то, что сегодня называют **тайцзицюань семьи Ян**. Имел трёх сыновей, старший умер рано, второго сына звали Баньхоу, а третьего Цзяньхоу. Оба сына переняли искусство отца. Лучань обучил многих, среди них получили известность сыновья и У Юйсян (основатель **стиля У тайцзицюань**).

Существует много вариантов истории о том, как Ян Лучань изучал искусство у Чэнь Чансина. Во всех историях говорится, что Ян Лучань приехал из Юннзя на юг в деревню Чэньцзягоу, чтобы обучаться у Чэнь Чансина.

Известно, что Ян Лучань родился в бедной крестьянской семье. Он с детства был увлечен боевыми искусствами, изучал **Шаолиньский хунцюань** у местного наставника, тем самым заложив хорошую основу в боевых искусствах. Однажды, проходя мимо аптекарской лавки, владельцем которой был один из членов семьи Чэнь, он стал очевидцем конфликта между продавцом (который также был из семьи Чэнь) и невежливым покупателем. Покупатель атаковал продавца, который с легкостью дал ему отпор, так, что покупатель вылетел из магазина. Ян Лучань никогда не видел такого эффекта, достигнутого без видимых усилий. Он навел справки о владельце и продавце, и ему захотелось обучиться этому искусству. Владелец аптеки не обладал большими познаниями, поэтому Ян Лучань попросил порекомендовать его Чэнь Чансину - великому мастеру боевых искусств в деревне Чэньцзягоу. Но так как семья Чэнь очень трепетно относилась к своему искусству, его могли изучать только члены семьи, Ян Лучань просил рекомендовать его в качестве слуги в дом Чэнь Дэху, в надежде изучить это искусство.

Приехав в Чэньцзягоу, Ян поступил в дом Чэней в качестве слуги за комнату и пансион, ничем не выдавая цели своего истинного пребывания. Ему было запрещено заходить по вечерам на задний двор, что выглядело странно. Однажды ночью он долго не мог заснуть. Встав с кровати и решив проветриться, он шел по дому, когда услышал необычные звуки, доносящиеся с заднего двора. Но так как ему было запрещено заходить на задний двор, он обошел стену, окружающую его и нашел в ней дыру, достаточно большую, чтобы заглянуть и увидеть происходящее.

Наконец-то он увидел то, ради чего прибыл в Чэньцзягоу - Чэнь Чансин проводил занятия по боевым искусствам. Взволнованный Ян внимательно наблюдал, а затем в свободное время повторял увиденное. Так продолжалось некоторое время. В качестве слуги Ян часто смешивался с членами семьи Чэнь, и с ним обращались как со своим. Однажды один из учеников Чансина что-то объяснял другому и Ян его поправил, не зная, что Чэнь Чансин наблюдает неподалеку. Чэнь был удивлен, что Ян знает его искусство, и попросил объяснений. Будучи человеком честным, Ян рассказал о том, как он приехал изучать искусство. Затем Чэнь попросил Яна продемонстрировать всё, что он таким образом изучил. После демонстрации Чэнь Чансин вздохнул о том, что Ян подглядывая, выучил больше, чем его собственные ученики и согласился принять Яна в качестве ученика.

Через несколько лет Ян вернулся домой, решив с местными мастерами проверить полученные навыки. И ... к разочарованию Яна он был побежден. Не падая духом, он вернулся в Чэньцзягоу во второй раз. Чэнь Чансин, видя преданность Яна искусству, стал обучать его дальше. Через несколько лет Ян вновь вернулся в Юннъянь, и вновь местные мастера захотели проверить его навыки. В этот раз он не проиграл, но победа далась ему нелегко. Чувствуя, что ему ещё не всё передано, Ян в третий раз приехал в Чэньцзягоу.

Чаньсин был потрясен упорством Яна, решил ничего не утаивать и полностью обучить Яна своему искусству. Но перед тем как сделать это, он решил подвергнуть Яна испытанию. Когда Ян пришел в дом к Чэнь Чансину, тот притворился спящим, Ян сидел и терпеливо ждал, когда Чэнь "проснется". Проснувшись, Чэнь попросил Яна вернуться на следующий день, сказав, что он слишком устал, чтобы обучать. Когда Ян пришел на следующий день, всё повторилось вновь. Так продолжалось несколько дней, в последний день, Чэнь опять притворился спящим, но в этот раз его голова была в неудобном положении. Ян руками поддерживал голову учителя, чтобы тому было удобно спать, и так как Чэнь очевидно проспал целый день - Ян оставался в этом утомительном положении, пока он не "проснулся". И вновь Чэнь попросил Яна вернуться на следующий день.

На следующий день, когда Ян прибыл в назначенное время, его встретил бодрствующий Чэнь Чансин, и начал обучать его подлинному искусству. Через три года Чэнь сказал Яну, что обучил его всему, что знает сам, и Ян может вернуться в родной город, теперь у него больше нет противников, которые смогли бы его победить.

Ян вернулся в Юннъянь, где стал обучать боевым искусствам, зарабатывая себе на жизнь. Его мастерство было так высоко, что он никогда не проигрывал. Его техника была такая мягкая и уступчивая, что люди стали называть его искусство **мяньцюань** (кулачное искусство ваты) или **хуацюань** (кулачное искусство изменений). Во всех поединках он никогда никому не причинил боли. Много путешествуя, он проверял своё мастерство в поединках с мастерами других школ - шлифуя, оттачивая, меняя технику, изученную у Чэнь Чансина. Вот список того, что преподавал Чэнь Чансин Ян Лучаню:

1. Без оружия

А. Тайцзицюань:

- Основной комплекс без оружия - *Тоу тао цюань* (другое название "13 форм" - *Ши сань ши*)
- Второй комплекс без оружия - *Эр тао цюань*
- Третий комплекс без оружия - *Сань тао цюань* (Комплекс четырёх великих ударов кулаком - *Да сы тао чуй*)
- Четвертый комплекс без оружия - *Сы тао цюань* (Красный кулак у трона Тайцзу Южной Тан - *Хун цюань тайцзу сянаньтан*)
- Пятый комплекс без оружия - *У тао цюань*
- Длинный кулак - *Чан цюань*

Б. Другие комплексы:

- Пушечные удары - *Паочуй* (Второй комплекс пушечных ударов - *Эр тао паочуй*, 15 ударов кулаком со взрывом и уходом - *Ши у пао цзоу цюань*)
- Короткие удары - *Дуань да*
- Свободные руки - *Сань шоу*
- Сдавливающие руки - *Цзи шоу* (Непрерывные Методы - *Лянь фа*, Методы раскрытия - *Чэн фа*)
- Пропускающие руки - *Люэ шоу*
- Легкие руки - *Шу шоу*
- 36 сваливаний - *Сань ши лю*

- 18 методов захвата Цзиньгана

(Примечание: В разделе "Б" только Паочуй выполняется без партнера, остальные техники предназначены для работы в паре)

2. Оружие

- Один дао - *Дань дао*
- Парный дао - *Шуан дао*
- Парные кистени - *Шуан цзянь*
- 4 пика "Воинственный Хоу разворачивает фланги" - *Хуан хоу чжан и дэ сы цян*
- 8 пик - *Ба цян*
- Парные колющие приемы 8 пик - *Ба цян дуй ци фа*
- 13 пик - *Ши сань цян*
- Спирально-сплетающиеся дубинки - *Пань ло бан*
- Непрерывно спирально-сплетающиеся дубинки - *Пань ло бан лян фа*
- Дао "Весны и Осени" - *Чуньцю дао*
- Палка-вихрь - *Сюаньфэн гунь*
- Великая битва с простым серпом - *Да чжань пу лян*

Значительное влияние на развитие **тайцзицюань** оказала встреча Ян Лучаня с семьей У. Три брата У Жуйцин, У Хэцин и У Чэнцин - были не только чиновниками Императорского Двора, но и высоко образованными людьми, увлеченными боевыми искусствами. Преподавая братьям тайцзицюань, Ян Лучань одновременно получает от них основы классического образования.

У Хэцин (1812-1880), более известен как Юйсян. Родом из Юннэ провинции Хэбэй, из зажиточной семьи. С детства изучал гражданское и постигал военное мастерство. Примерно в 1850 г. у Ян Лучаня изучил старую ветвь **тайцзицюань семьи Чэнь**. В 1852 г., будучи в провинции Хэнань, у Чэнь Цинпина изучил новую ветвь школы семьи Чэнь. В этом же году его брат У Дэцин стал обладателем трактата Ван Цзуньюэ "Хроники кулачного искусства Великого Предела", который позволил У Юйсяну отшлифовать свои знания. Почерпнутые из трактата идеи, У в краткой форме изложил в "Речениях о требованиях к ударам руками", "Непередаваемых секретных наставлениях в четыре иероглифа", "Разъяснениях о работе сердца в 13 формах" и "10 требованиях к методам корпуса". На базе старой и новой ветвей **тайцзицюань Чэнь** создал новое направление - "тайцзицюань семьи У". Учеников у У Юйсяна было крайне мало. Лучше всего суть его учения постиг Ли Цзинлунь, более известный как Ли Ю.

Именно благодаря семье У **тайцзицюань** приобретает широкую известность. У Жуйцин был советником Ведомства Департамента императорского двора в Сычуани. Он порекомендовал Ян Лучаня для преподавания **тайцзицюань** в Пекине при Императорском дворе для знати и родственников князя Дуань правящей династии Цин. При Императорском дворе его мастерство много раз проверялось, но он никогда не терпел поражения, завоевав престижный титул Ян-Непобедимый.

Первые, кого начал обучать Ян Лучань, были придворная знать и члены императорской фамилии. Он был так популярен, что его прозвали *Баванцзи* (8 князей), потому что 8 князей обучались у него. Не только князья, но и придворная знать занимались у Ян Лучаня. Многие из них относились к **тайцзицюань** как к модному веянию, которое помогало бороться со скукой и оздоравливать организм, и не старались вникать в тонкости искусства. Семья Ян это активно поддерживала. Ян Лучань изменил старый стиль, сделав его удобным для использования в оздоровительных целях: были убраны прыжки и сложные движения. Но стиль при этом не утратил боевой направленности. Спустя некоторое время, те знатные ученики, кто по достоинству оценил его прикладное значение и практиковал **тайцзицюань**

серьезно, с легкостью расправлялись со своими телохранителями. Тогда и стали поговаривать: "Кто кого охраняет?"

Ян Лучаню было присвоено офицерское звание и предложено возглавить обучение боевым искусствам в *Шэньцзиин* - "Батальоне чудесных механизмов" (батальон охраны, вооруженный огнестрельным оружием). Среди его учеников в *Шэньцзиин*, было трое наиболее одаренных, которые постигли суть искусства, все они были маньчжурами - это Ваньчунь, Линшань и Цюанью. Князь Су также был одним из учеников мастера Яна. Так как по этикету было запрещено, чтобы простолюдины становились братьями *гунфу* с членами императорской фамилии, мастер Ян сделал так, что охранники стали учениками его сына Баньхоу. Это означало, что три опытных ученика относились к более низкому поколению, чем то, к которому принадлежал князь Су. Хотя телохранители официально стали учениками Баньхоу, тем не менее, они продолжали обучаться у Ян Лучаня. Говорили, что каждый из них перенял у своего учителя свой характерный навык: Ваньчунь - энергетический, Линшань - атакующий и Цюаню - нейтрализующий. Соответственно их сравнивали с мышцами, костями и кожей. Из них только Цюанью передал свои навыки последующим поколениям.

Цюанью (1834-1902), по прозвищу Гунфу, по прозванию Баотин, в старости взял фамилию и имя У Фуши. Маньчжур, пекинец. Когда Ян Лучань преподавал в Пекине кулачное искусство в *Шэньцзиин*, лучшими его учениками были - Ваньчунь, Линшань и Цюанью. Позднее Цюанью продолжил обучение у второго сына Ян Лучаня - Ян Баньхоу. Переняв достоинства науки Ян Лучаня и Ян Баньхоу, Цюанью прославился в столице. Когда Ян Лучань оставил Императорский Двор и ушел на покой в пожилом возрасте, Цюанью также покинул Императорский Двор и стал жить в Пекине. Передал искусство своему сыну У Цзяньцюаню. Среди его учеников самыми знаменитыми были Ван Маочжай, Го Сутин, Ян Юаньтин, Ся Гунфу, Ци Гэчэнь.

У Ян Лучаня было три сына - Фэнхоу, Баньхоу, Цзяньхоу. Старший Фэнхоу умер молодым, а Баньхоу и Цзяньхоу обучались у своего знаменитого отца, который был очень строг в обучении. Помня как ему досталось искусство семьи Чэнь, он был очень требователен и жесток при обучении детей. Так Баньхоу предпринимал попытку самоубийства, а Цзяньхоу в минуты отчаяния замыслил постричься в буддийские монахи, но его вовремя останавливали родственники. Жесткое преподавание отца не прошло даром - Баньхоу стал исключительным мастером боевых искусств, и в мастерстве уступал лишь своему отцу. За своё высокое мастерство Баньхоу, также как и отец, завоевал титул Ян-Непобедимый. Цзяньхоу не был таким одаренным как брат и по началу не приобрел большого мастерства, но позже, упорно практикуясь, он достиг очень высокого уровня мастерства в тайцзицюань. Ян Лучань и два его сына преподавали при Императорском дворе, и их техника была схожей.

У мастера Ян Лучаня, помимо сыновей и уже упомянутых учеников, был ещё один - Ван Ланьтин. В конце Императорской династии Цин Ян Лучань преподавал **тайцзицюань** в помещичьем доме господина Шуй, и обучил Ван Ланьтина, который был управляющим этого дома. После смерти Ян Лучаня, в 1872 г. Ван Ланьтин вместе с Сы Синсанем, Ли Бинфу и Ли Жуйдуном на основе 5 ударов кулаком **тайцзицюань** в сочетании с 13 формами **тайцзицюань**, методами рук из **багуачжан** и **синьцзицюань** - создали комплекс "*Тайцзи усин чуй*" (пятизвездный удар тайцзи). 5 ударов **тайцзицюань** это - *Баньланьчуй, Чжоудичуй, Пешэньчуй, Чжиданчуй и Цзайчуй*.

Второе поколение семьи Ян

Второе поколение семьи Ян - это сыновья Ян Лучаня: Ян Баньхоу и Ян Цзяньхоу.

Ян Баньхоу



Ян Баньхоу (1837-1892), он же Ян Юй. Обучался **тайцзицюань** у отца, тренировался целый день, ежедневно, не взирая на холод и зной. Ян Лучань не давал ему передышки и часто наказывал ударом хлыста. От такого обращения Баньхоу дважды сбежал из дома. Когда Ян Лучань стал уже стар, а люди всё еще шли к нему в ученики, Баньхоу взял на себя обязанности главы семейной школы. Подобно отцу он обладал сильным характером и любил атаковать. Те, на кого он нападал, обычно отлетали на несколько метров. Учить других он не любил, поэтому учеников у него было немного.

Стиль Баньхоу был предельно боевым, его эффективность заключалась не столько в силе удара или скорости передвижений, сколько в особом умении "прилипнуть" к конечностям соперника плавно следуя его движениям, обращая силу нападающего против него самого. Ян Баньхоу неоднократно доказывал свое мастерство, и даже в пятидесятилетнем возрасте принимал вызовы на поединок, неизменно выходя победителем. Он то внезапно исчезал с глаз изумленной публики, будто растворялся в воздухе, то в течение некоторого времени мог ходить вокруг противника, не нанося ни одного удара, а тот не мог в него попасть, то не сильно хлопнув противника по плечу заставлял его скорчиться от нестерпимой боли.

Бывало он жестоко бил учеников, сам же был не чувствителен к ударам. Его любимая поговорка: "У строгого учителя - хорошие ученики". Из-за жестких тренировок у Баньхоу было не много последователей, но те, кто оставались у него после первых месяцев тяжелейших тренировок, стояли десятков ушедших.

Несмотря на жестокость в обучении Баньхоу был очень заботлив по отношению к тем, кто искренне желал постичь искусство. Он сам залечивал раны учеников, мог по долгу вести с ними беседы. Он был одним из самых образованных из семьи Ян, прекрасно знал конфуцианские и даосские каноны. Он обучил тайцзицюань своего сына Ян Чжаопэна, своего племянника Ян Шаохоу, а также Лин Шаня, Вань Чуня, Цюань Ю, Ван Юэюя, Чэнь Сюфэна, Нью Ляньюаня. Последний обучил У Мэнся, благодаря которому у нас есть возможность сегодня наблюдать тот стиль, который преподавал Ян Баньхоу.

Ян Цзяньхоу



Ян Цзяньхоу (1839-1917), он же Ян Цзянь, по прозвищу "третий господин". Отец был очень строг с ним в обучении, так, что в минуты отчаяния Ян Цзянь замыслил постричься в буддийские монахи. Перенял искусство отца, но в отличие от брата Баньхоу был добр по натуре, обучил многих. Ему достаточно было задеть противника копьем или шестом, чтобы свалить наземь. Также мастерски он метал шарики для арбалета.

Цзяньхоу был основным партнёром отца в парной работе, а его умственные способности отец оценивал выше, чем способности других. Многие ученики Цзяньхоу стали известными мастерами, среди них два его сына - Шаохоу и Чэнфу.

Цзяньхоу отличался мягким характером, мог просто и доступно объяснить как смысл движений, так и философские основы **тайцзицюань**. Подобно отцу и старшему брату, в конце династии Цин, он обучал членов Императорской семьи во дворцах Бэйлэй и Бэйцзи. Из членов Императорской семьи только старший внук Императора Хуань-цзуна, Пубэй Луныцзи, чрезвычайно интересовался теми навыками, которые Цзяньхоу, время от времени, открывал на своих занятиях. Он часто приглашал Цзяньхоу в свои покои для детального разъяснения, платил ему высокое жалованье и оказывал предпочтение. В благодарность за признание и высокую оценку, а также за особое отношение, Цзяньхоу постепенно передал ему секреты искусства семьи Ян.

Умер Цзяньхоу в 1917 г. естественной смертью, не боля. Говорят, что за несколько часов до смерти он почувствовал её и позвал учеников и семью, чтобы попрощаться. Приняв ванну, надев новое платье, он улыбнулся и умер. У него было три сына. Старшего звали Ян Шаохоу, средний умер молодым, младший - Ян Чэнфу.

Стиль, который преподавал Ян Цзяньхоу, сегодня сохранился от Ван Юнцюаня и его ученика Вэй Шужэня. Отец Ван Юнцюаня, Ван Чунлу, был слугой во дворце у Пубэй Луныцзи, Ян Цзяньхоу приходил к Пубэй Луныцзи обучать его искусству. Ван, уже знающий толк в боевых искусствах, слушал очень чёткие объяснения о принципах искусства Цзяньхоу, и понял, что это искусство было далеко не обычным, более того, Ван отметил, что тот метод тренировок, которому обучает Цзяньхоу, сильно отличается от того, что он видел ранее. По этой причине он особенно благоговел перед Цзяньхоу, всё время оказывая ему своё почтение.

Всё это не осталось незамеченным, Цзяньхоу был тронут искренностью Чунлу, и часто в свободное время обучал его одной или двум формам. Через несколько лет Чунлу стал очень опытным в **тайцзицюань** и был официально принят в ученики.

Сын Чунлу, Ван Юнцюань, с детства интересовался боевыми искусствами, и когда ему исполнилось 7 лет, отец отдал его изучать *Буку* ("борьба" на маньчжурском языке). Юнцюань окреп, и его движения стали сильными и энергичными. С 8 лет он часто сопровождал своего отца в дом Яна. Юнцюань понравился Цзяньхоу и он позволил изучать ему боевое искусство семьи Ян. Цзяньхоу дал ему в учителя своего младшего сына Чэнфу. С тех пор отец и сын часто посещали дом семьи Ян для того, чтобы изучать боевые искусства.

Чунлу посылал Юнцюаня в дом Янов помочь по хозяйству, где он часто мог слышать как Цзяньхоу и Шаохоу (отец и сын) обсуждали техники кулачного искусства. Иногда в порыве энтузиазма Шаохоу просил Юнцюаня подойти и скрестить руки, чтобы тот почувствовал силу и тем самым доказать свою точку зрения; так как Юнцюань получил хорошую основу в *Буку* и имел хорошие навыки правильного падения, он не боялся этого. Каждый раз, когда его сбивала с ног быстрая и яростная атака, он немедленно вставал и придвигался поближе к Шаохоу, ожидая следующей демонстрации, за это Шаохоу очень любил его.



Ван Юнцюань (1904-1987), уроженец Пекина. Его отец, Ван Чунлу, был слугой у внука императора Пубэй Луныцзи, который обучался у Ян Цзяньхоу. С 7 лет изучал маньчжурскую борьбу, с 1912 по 1928 г.г. изучал **тайцзицюань** у Ян Чэнфу. Обучил немногих, среди них Вэй Шужэнь, который после смерти учителя продолжает его дело. Вэй Шужэнь написал, а Вань Юнцюань продиктовал ему незадолго до своей смерти книгу "Подлинный тайцзицюань семьи Ян" (*Янши тайцзицюань шу чжэнь*), где описан стиль, который Ян Чэнфу преподавал до своего отъезда в Шанхай.

В то время Шаохоу, прозванный "Старшим господином", бил своих противников немилосердно, он был знаменит из-за своей яростной и злобной силы. Те, кто отведал ее, и были далеко отброшены, дрожали от страха, не осмеливаясь вновь к нему приблизиться. Тем не менее, юный Юнцюань наоборот искал любого случая, чтобы скрестить руки с Шаохоу, стараясь почувствовать направление его *Цзинь*, мощь и своевременность, хотя его постоянно били и бросали. Он мог только чувствовать силу, и не осмеливался спросить, какую *Цзинь* использовал Шаохоу. И так в течение нескольких лет, на Юнцюаня повлияло то, что он видел и слышал, и то, что он смог осознать. По этой причине и с помощью инструкций, которые он получил сначала от Цзяньхоу и своего отца, а затем от своего учителя Чэнфу и его брата Шаохоу, Юнцюаню было передано *Нэйгун* семьи Ян и методы *Фацзинь*, всё это выразилось в его высоких достижениях в практике *Туйшоу*.

Третье поколение семьи Ян

Третье поколение семьи Ян представлено двумя сыновьями Ян Цзяньхоу - Ян Шаохоу и Ян Чэнфу, которые подобно деду, отцу и дяде, были знаменитыми мастерами боевых искусств.

Ян Шаохоу



Ян Чжаосюн (1862-1930), более известен как Шаохоу, позднее люди называли его "Старшим господином". Заниматься **тайцзицюань** начал с 7 лет. Подобно своему дяде Ян Баньхоу, обладал сильным характером и любил нападать первым. Обучался больше у дяди Баньхоу, чем у своего отца. В применении **тайцзицюань** он достиг мастерства. Его стиль по форме был малым, но твердым, движения быстрые и гибкие, непрерывные и сжатые. Обучал жестко, учеников имел не много, так как далеко не каждый мог терпеть его побои. В практике тайцзи он вышел на высокий уровень, но секретами делился редко, его методы - достояние немногих.

Ян Шаохоу стал известным мастером, многому научившись у своего деда. Он также обучался у своего отца и вполне вероятно получал указания от своего дяди Ян Баньхоу. Подобно дяде он был агрессивен и любил атаковать. Его стиль **тайцзицюань** первоначально был сходен со стилем брата Ян Чэнфу, но позже он изменил положение тела на более высокое, ввёл активную работу ног и тесно связанные, сжатые движения. Удары наносил быстро и мощно, сверкая глазами, с жестокой улыбкой на лице. С рёвом и воем устремляясь вперёд и назад, он держал других в страхе. Хотя его движения были расслабленными, углубленными и непрерывными, его форма была такой быстрой, что казалось, он метал копья вокруг себя. Те, кто видел, как он практиковал, благоговели перед ним, стремясь перенять его искусство, но не многие могли выдержать его жёсткие тренировки.



Ян Шаохоу, обучая учеников, атаковал их в полный контакт, атаки были жесткие и свирепые, а выражение лица менялось. Всё это делало обучение у него трудным, поэтому многие, начав обучаться, быстро бросали. Требования к ученикам были очень высоки, так же как и у его дяди Баньхоу. Чего стоит тренировка **тайцзицюань** под высоким столом, который использовался на кухне для приготовления пищи. Это требует хорошей гибкости, силы и подвижности. Вероятно, в этом причина, по которой стиль Шаохоу не столь популярен как стиль его брата Чэнфу, хотя оба брата пользовались в равной степени высокой репутацией среди мастеров боевых искусств.

Рассказывают как однажды в Нанкине боец, который ранее проиграл ему бой, захотел взять реванш. Этот человек бросил известь в глаза Ян Шаохоу, так что тот на время ослеп, а затем стал атаковать его кулаками в голову. Полагаясь только на слух, Ян увернулся от атаки и легким поворотом рук отбросил нападавшего.

Технические особенности стиля Ян Шаохоу - победить атаку мягкими движениями, приспособившись к движению противника и быстро атаковать. Его практика включала в себя захваты, толчки, поражение мышц и костей, атаки по точкам, контроль артерий и вен, разрывы сухожилий и психологическое воздействие.

Его стиль известен сегодня благодаря тем немногочисленным ученикам, которые у него были. Среди них У Туань - знаменитый мастер **тайцзицюань**, практиковавший тайцзи более 100 лет. Незадолго до своей смерти он опубликовал книгу, в которой описал стиль Ян Шаохоу.

Ян Чэнфу



陈鹤圃 遗像

Ян Чжаоцин (1883-1936), более известен как Чэнфу. С детства обожал боевые искусства, обучался у своего отца Цзяньхоу, усердно тренировался по ночам, постиг суть боевого искусства. Его движения внешне были мягкими, как вата, но внутри - жесткими, как железо. Он стандартизировал семейное искусство. С 1916 г. открыто обучал **тайцзицюань** в "Пекинском спортивно-исследовательском обществе". В 1928 г. переехал на юг, обучал тайцзи в Пекине, Нанкине, Шанхае, Гуанчжоу, Ханькоу. Был деканом Уданского факультета в Центральном Институте Гошу в провинции Чжэцзян. Автор книг "Методы применения тайцзицюань", "Полная книга по форме и применению тайцзицюань". Обучал многих, но все тонкости объяснял редко, считая **тайцзицюань** искусством избранных. У Ян Чэнфу четверо сыновей, трое из них до сих пор обучают **тайцзицюань**.

Ян Чжаоцин, более известный как Ян Чэнфу, - младший сын Ян Цзяньхоу. Именно его стиль исполнения считается визитной карточкой не только стиля Ян, но и **тайцзицюань** вообще.

У него были хорошие природные данные, но по началу он не прилагал все свои усилия для изучения семейного искусства. Тренироваться в полную силу он начал с двадцати лет, а важность семейного боевого искусства осознал лишь тогда, когда умер отец. Тогда он стал тренироваться день и ночь, став мастером.

В 1916 г. Сюй Юйшэн, ученик отца, основал "Пекинское спортивно-исследовательское общество", пригласив Ян Чэнфу и его брата Ян Шаохоу преподавать **тайцзицюань**. С этого времени **тайцзицюань** становится доступным для всех. Обучение было двухгодичным, подготавливались кадры инструкторов по ушу, затем выпускники распределялись по провинциям с целью массового обучения ушу.

В 1925 г. в Шанхае Чэнь Вэймин (редактор отдела истории династии Цин), ученик Ян Чэнфу, создает "Общество мягкого кулака" (*Жоу Цюань Шэ*) и приглашает Ян Чэнфу, Ян Шаохоу, Сюй Юйшэна, У Цзяньцюаня приехать провести семинары с показательными выступлениями.

Чэнь Вэймин (1881-1958), другое имя Шэньсянь. Родом из Цзиньшуй, провинции Хубэй. В 1915 г. у Сунь Лутана изучил **синьцицюань** и **багуачжан**. Позднее у Ян Чэнфу 8 лет изучал **тайцзицюань**, получал указания от Ян Цзяньхоу. В 1925 г. основал в Шанхае "Общество мягкого кулака", где открыто за плату обучал тайцзицюань, багуачжан и синьцицюань. Филиалы Общества были открыты в Сучжоу и Гуанчжоу. С 1948 г. Чэнь Вэймин проживал на Тайване. Он является автором книг "Тайцзицюань", "Записки о тайцзицюань", "Тайцзи - искусство кулака и меча", "Вопросы и ответы по кулаку и мечу тайцзицюань".

С 1928 г. Чэнфу и Шаохоу переехали на юг, преподавая в Шанхае, Нанкине, Гуанчжоу открыто за плату обучая **тайцзицюань**. Многие чиновники и богатые купцы соперничают друг с другом, чтобы обучаться у них. В это время **тайцзицюань** уже был известен как боевое искусство, обладающее оздоровительным эффектом. Способ практики был таким, что позволял старым и немощным заниматься этим искусством, чтобы поправить своё здоровье. Однако существует мало подтверждений версии о том, что Чэнфу распространял **тайцзицюань** только как комплекс оздоровительных упражнений, в его книгах **тайцзицюань** рассматривается как боевое искусство. Занимаясь **тайцзицюань** как боевым искусством, человек мог поправить свое здоровье, поскольку оба эти аспекта неотделимы.

Искусство Ян Чэнфу совершенствовалось и оттачивалось. В зрелые годы его мастерство достигло такого величия и изящества, каких смогли достигнуть не многие мастера. Чэнфу был колоритной фигурой, большого роста и немалого веса, он был хорош как в защите, так и в нападении. Хотя его

удары казались мягкими, внутри они были жёсткими, как сталь, завернутая в вату. Легким, почти незаметным, толчком он отбрасывал противника на несколько метров без боли и травм. Чэнфу просто подавлял противника, не травмируя его. Популярность его была невероятной и превзошла славу многих мастеров того времени.

По сравнению со стилями других представителей семьи Ян, его стиль исполнения наиболее популярен в мире. Ян Чэнфу и его ученики опубликовали ряд книг, благодаря которым этот стиль сохранился в том виде, в каком его преподавал Чэнфу. У Ян Чэнфу четыре сына - Ян Чжэньмин, Ян Чжэньцзи, Ян Чжэньдо и Ян Чжэньго. Все они, их дети и внуки обучали и обучают стилю Ян Чэнфу.

Вопросы, ответы, комментарии

1. Существует версия, по которой Цзян Фа обучал не Чэнь Чансина, а Чэнь Вантина. Почему произошел такой сдвиг с 17 века на 18 век?

Действительно, более распространена версия создания стиля Чэнь Чэнь Вантином.

Чэнь Вантин (?-1719). Родом из уезда Вэньсянь провинции Хэнань. С детства изучал как гражданское, так и военное, приобрел славу в Шаньдуне. С 1641 года служил в "Войсках местной самообороны" уезда Вэнь. После свержения династии Мин удалился от мира, ловил рыбу в горных реках, обучал боевому искусству детей и внуков.

Эта версия связана с работами Тан Хао по истории ушу и **тайцзицюань**.

Тан Хао (1897 - 1959) по прозвищу Фаньшэн, по прозвищу Лихуа, родом из уезда У провинции Цзянсу. В молодости усердно занимался самообразованием, а в перерывах любил заниматься боевыми искусствами. Когда приехал на заработки в Шанхай, то у Лю Чжэньнана изучил **люхэцюань**. В 1928 г. отправился в Японию изучать право и управление, параллельно изучал дзюдо и кэндо. После возвращения на родину работал начальником редакционно-издательского отдела Центрального института гошу. В 1955 году стал консультантом Госкомспорта, специализировался на исследовании истории китайского ушу. Из-за тяжелых условий жизни в 1959 году заболел и скончался в Пекине.

С 1930 года издал работы "Тайцзицюань и нэйцзяцюань", "Исследования по Шаолинь и Удан", "Кулачный канон Ци Цигуана" и многие другие. До сих пор заслуги Тан Хао в изучении истории ушу и истории физической культуры в Китае высоко ценят на родине.

Версия, по которой Цзян Фа обучил **тайцзицюань** Чэнь Чансина, связана с интервью, которое взял У Тунань у Чэнь Синя.



У Тунань (1885-1993). Начал заниматься **тайцзицюань** с 6 лет у У Цзяньцюаня, прозанимался 8 лет, затем 4 года занимался под строгим руководством Ян Шаоху. Долгожитель практики тайцзицюань, из 108 прожитых лет 102 года занимался **тайцзицюань**. Автор ряда книг по **тайцзицюань**: "Тайцзицюань", "Нэйцзяцюань Тайцзи Гун Сюань Сюань Дао", "Кэсюэ Хуади Тайцзицюань".

Чэнь Синь (1849-1929) по прозвищу Пиньсань. Представитель 16-го поколения семьи Чэнь из деревни

Чэньцзягоу провинции Хэнань. Изучал боевое искусство у отца, одновременно изучал гражданские науки, стал искусен как в гражданском, так и в военном. В старости написал книгу "Чэньши Тайцзицюань Ту Шо", где изложил законы **тайцзицюань семьи Чэнь**.

Чэнь Синь был одним из самых образованных людей в Чэньцзягоу. Но когда Тан Хао в 1932 г. вместе с Чэнь Цифу посетил Чэньцзягоу с целью собрать материалы для написания истории возникновения **тайцзицюань**, Чэнь Синь уже умер.

Чэнь Чжаопи (1893-1973), другое имя Цифу, родом из деревни Чэньцзягоу уезда Вэн'ань провинции Хэнань. Представитель 18-го поколения. Родился в семье мастеров **тайцзицюань**, с детства получал указания от Чэнь Янси, Чэнь Синя, Чэнь Дэнкэ, Чэнь Факэ. С двадцатилетнего возраста начал зарабатывать на жизнь преподаванием кулачного искусства. В 1928 г. был приглашен для преподавания в Пекин, активно принимал участие в поединках на помостах. С 1930 по 1937 г.г. преподавал в Нанкине. Написал ряд книг, среди которых "Бамэнь Тайцзицюань", "Чэньши Тайцзицюань Хуэйцзун". Он внес огромный вклад в дело распространения и упорядочения **тайцзицюань семьи Чэнь**.

По архивным документам, которые были предоставлены Тан Хао, а также с целью "состарить" семейное искусство, тем самым повысив его ценность, момент создания стиля сдвинули с 14-го поколения Чэнь Чансина на 9-е поколение Чэнь Вантина. Чэнь Вантин был выбран и потому, что это был тот человек, о котором упоминалось не только в семейных хрониках, но и уездных, как о мастере боевых искусств. Так появилась версия, по которой о Цзян Фа не упоминалось вообще, а создателем **тайцзицюань** стал Чэнь Вантин, представитель 9-го поколения семейства Чэнь.

2. Считается, что стиль Ян имеет только оздоровительную направленность, а прикладная направленность сохранена лишь в стиле Чэнь, так ли это?

В отличие от представителей семьи Чэнь, у которых основным занятием было сельское хозяйство, а в боевых искусствах они упражнялись в свободное от работы время, Ян Лучань занимался ими профессионально. Он постоянно проверял свое искусство в поединках, не только в своей родной провинции, но и при Императорском дворе, где находились лучшие мастера боевых искусств со всего Китая. И во всех поединках он успешно одерживал победу. Достаточно вспомнить имена мастеров того времени, преподававших боевые искусства при дворе: Дун Хайчуань (основатель **багуачжан**), Го Юньшэнь (один из великих мастеров **синьцицюань**), были и другие. Но не только Ян Лучань проверял свое искусство в поединках, все три поколения семьи Ян завоевали свою славу благодаря одержанным победам.

Скорее наоборот, стиль Ян является более прикладным, более "отшлифованным" в этом отношении боевым искусством, чем стиль Чэнь. А разговор об оздоровительной направленности стиля Ян, как уже было написано, возник в то время, когда Ян Лучань, а затем и его дети и внуки стали преподавать **тайцзицюань** придворной знати и аристократии.

3. Справедливо ли предположение, что при Императорском дворе семья Ян преподавала один стиль, а вне стен Императорского двора - другой, который и является стилем семьи Ян?

Находясь при Императорском дворе в качестве инструктора боевых искусств, Ян Лучаню ставилось в обязанность давать ученикам очень высокий уровень знаний и навыков. Это было буквально делом жизни и смерти, так как утаивание чего-либо от Императорской семьи считалось государственной изменой. Речь идет только о некоторых упрощениях искусства в учебных целях, но это возможно и привнесло много нового в его содержание.

Существовало ли отличие между тем, что преподавалось внутри и снаружи Императорского двора? Безусловно. И связано это не с секретами, а с одеждой, которую необходимо было носить при Императорском дворе.

Когда в середине 19 века Ян Лучань стал преподавать при Императорском дворе, он столкнулся с условиями, которые заставили несколько изменить технику, которой он обучал. Одежды при Дворе были длинными с длинными рукавами, что делало некоторые движения неуклюжими, и эти факторы должны были учитываться, чтобы искусство эффективно применялось в бою. В результате этого возник стиль, который был предназначен для Императорского двора: 1) изменился шаг, стопа сзади стоящей ноги была направлена вперед - что исключало цепляние одежды за носок; 2) появился небольшой наклон корпуса вперед для большего удобства, что наложило отпечаток на перенос веса, вес стал полностью переноситься с ноги на ногу; 3) движения приобрели компактность - всё это позволяло вести бой в одежде, принятой при дворе.

В материале использованы переводы С. Березнюка, которые он любезно предоставил
В. Бондаренко