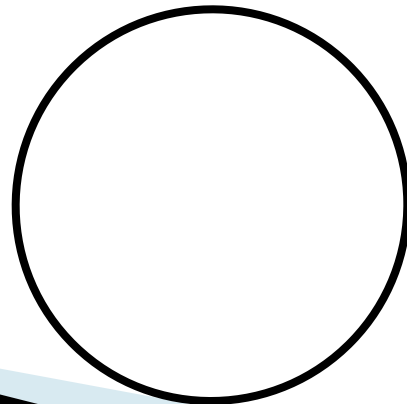


ДАОСИЗМ

Один из основоположников –
Лао-цзы (VI – V вв. до н.э.).
Ему приписывают авторство
книги «Дао дэ Цзин».

Основные идеи:

1. **Существует Высший Дух – ДАО**
(китайск. «Путь», «Закон»). Мать Мира
Мир Дао абсолютный, совершенный,
единый и вечный. Символ – круг.



2. **ДАО порождает материальный мир, в основе которого ЦИ.**
ЦИ – жизненная энергия, наполняющая Вселенную. Ее гармония порождает хороший климат, здоровье и процветание человека и т.д. Нарушение ЦИ приводит к природным катаклизмам, болезням и смерти.

Два потока ЦИ –
земной (ИНЬ), небесный (ЯН).
Присутствуют во всем, даже
в продуктах.

Дао породило мир, состоящий
из противоположностей ИНЬ – ЯН.
Это мир несовершенный,
двойственный,
противоречивый, подверженный смерти
и разрушению.



3. Противоположности дополняют друг друга и присутствуют друг в друге. Их нельзя противопоставлять.

Это ритм Дао:

- рождение и смерть,
- день и ночь,
- прилив и отлив,
- ВДОХ и ВЫДОХ.

МИР – ЦЕЛОЕ.

Добро – целостность
и гармония.

Зло –
противопоставление

**Это символ единства
противоположностей.**





Инь и Ян

Две противоположности,
создающие целое

Инь

Свойства

- Женская ●
- Пассивная ●
- Принимающая ●
- Темная ●
- Мягкая ●



Ян

Свойства

- Мужской
- Активный
- Творческий
- Яркий
- Твердый

Символ Инь-Ян показывает, как с виду противоположные силы взаимосвязаны и взаимозависимы в природе, и как они порождают друг друга

Пять качеств Ци –

пять первоэлементов материи.

Они также присутствуют
во всем, проявляясь
в поведении человека,
и в природе

Необходим баланс
2 потоков и
5 качеств Ци.

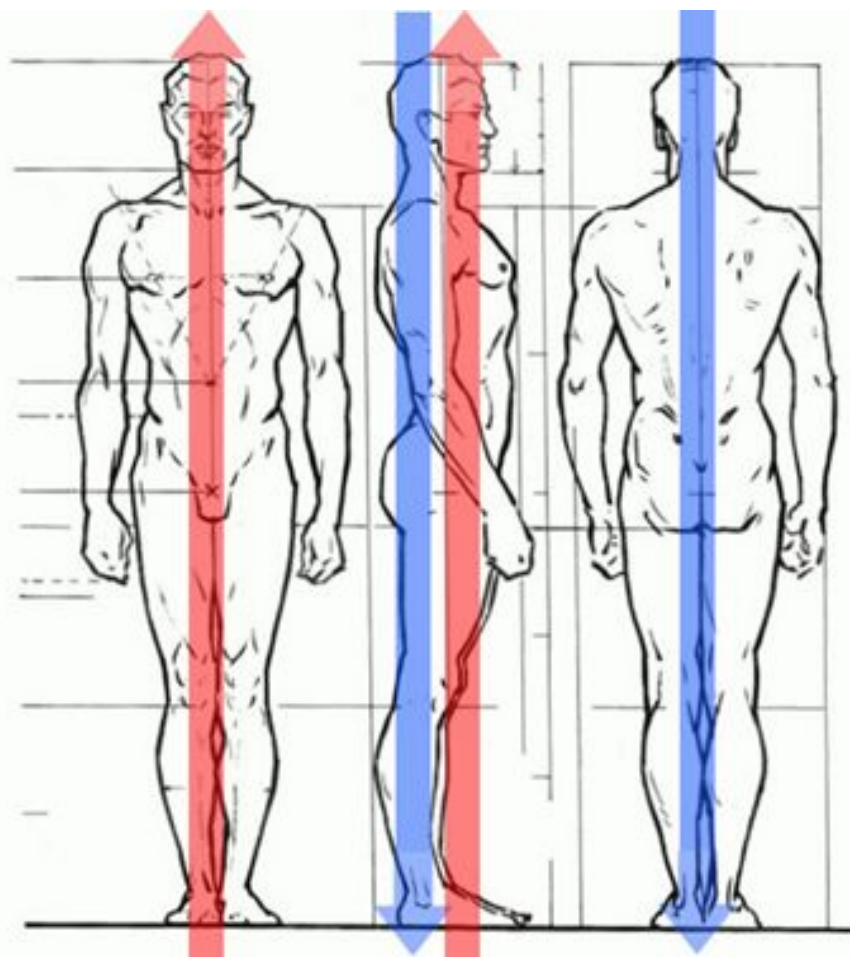


- 4. ЧЕЛОВЕК – МИКРОКОСМОС**, в теле которого пульсирует Ци.
Тело человека – лаборатория, в которой происходит
внешняя и внутренняя алхимия.
**Цель – просветление, здоровье тела и максимальное
долголетие.**

Для этого необходимо достичь
гармонии внешней и внутренней Ци.

Внутри человека два потока
ИНЬ и ЯН,
через которые он связывается
с Небом и Землей.

- 5. Внешняя алхимия использует
Ци сил природы.**

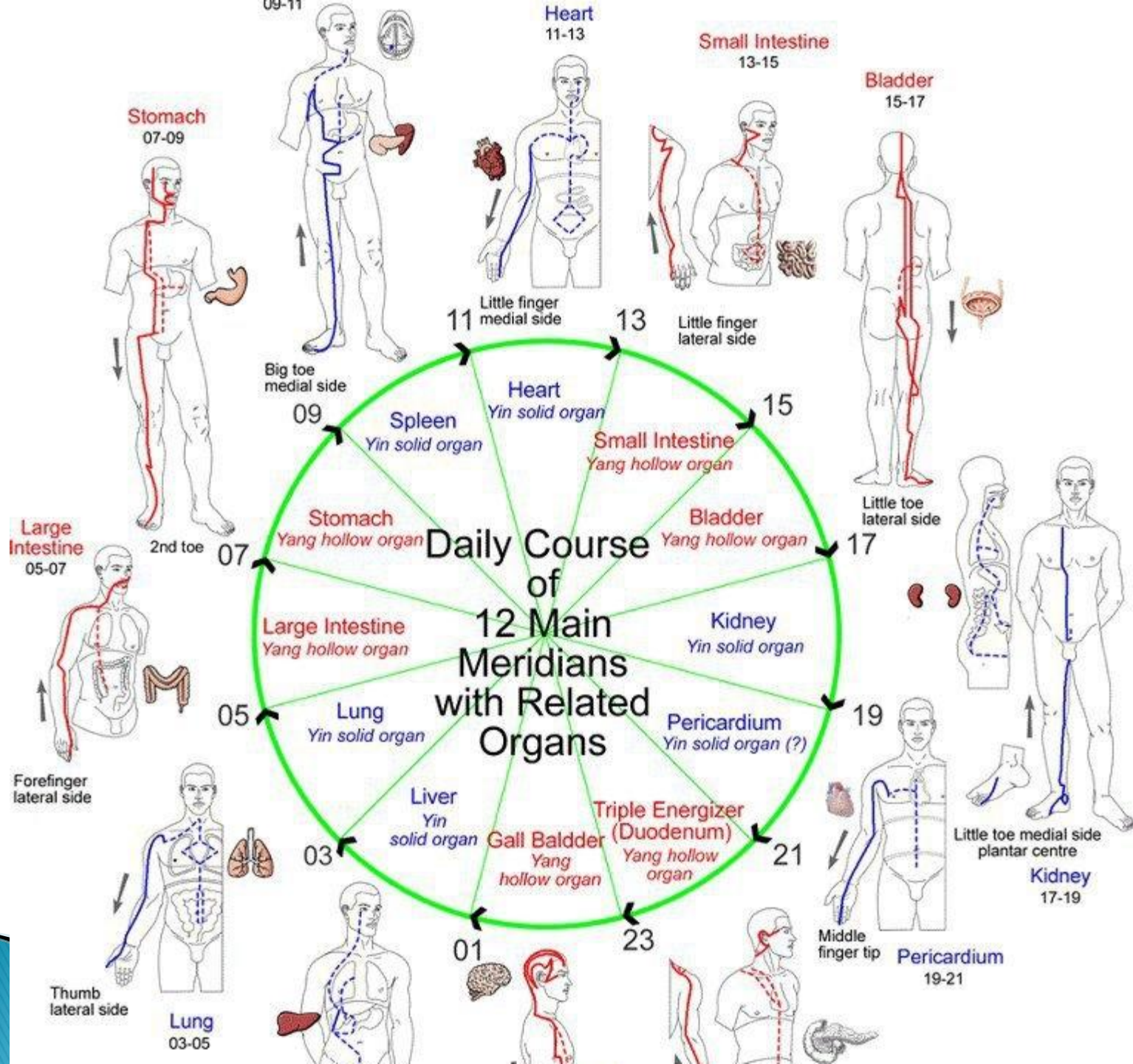


6. Внутренняя алхимия – использует ресурсы самого человека, и учит правильно управлять внутренней энергией.

От основных потоков ИНЬ и ЯН по телу человека идет множество меридианов.

Вдоль меридианов располагается множество точек (точки акупунктуры), каждая из которых взаимосвязана с внутренними органами человека.

ЦИ-ГУН – разработанный комплекс упражнений по управлению внутренней ЦИ



ЦИ-ГУН основан на пробуждении ЦИ с помощью:

- ГИМНАСТИКИ;
- массажа;
- игло-
укалывания;
- прижигания.



Информационно-энергетические центры человека - **даньтянь** («киноварное поле»).

Выделяют три центра: Пупочный (нижний), солнечный (средний), лобный (верхний).

Нижний даньтянь является местом аккумуляции энергии, центром тяжести и источником силы. Накопление энергии в этом центре продлевает жизнь человека и обеспечивает ему физическое здоровье.



Человек приводит в гармонию свои потоки и первоэлементы.

Например, в организме металл, дерево, огонь, земля, вода представлены в виде:

- пяти естественных состояний (влаги, ветра, тепла, сухости, холода);
- пяти основных человеческих функций (мимики, речи, зрения, слуха, мышления);
- пяти основных аффектов (заботы, страха, гнева, радости, созерцательности).



7. **Внутренняя алхимия** развивает в человеке:

Самоестественность и спонтанность – немисленная искусность во всех видах деятельности. *«Если обыкновенный человек – это тот, кто ходит, поднимая ноги руками, то даос – это тот, у которого ноги идут сами».*

Недеяние (у-вэй): развитие интуиции - следовать естественным ритмам Дао, не делать лишних действий, чувствовать ситуацию и людей. Развитие правого полушария.

Медитативные практики: медитация «Золотого Цветка».

8. Человек должен найти личное Дао – свой индивидуальный путь в жизни. Но человеческое «малое Дао» не должно противоречить «Великому Дао» - Пути Мира. Иначе человек вступает в конфликт с Дао и погибает.

9. «Совершенномудрый» правитель предоставляет всему идти своим естественным путем. Он ни во что не вмешивается, не мешает Дао. Поэтому *«лучший правитель тот, о котором знают лишь то, что он существует».* *«Когда растут законы и приказы, увеличивается число врагов и*

КОНФУЦИАНСТВО

Конфу-цзы (551 – 479 вв. до н.э.).
В западной транскрипции –
Конфуций.
Автор книги «Лунь Юй».

Философские интересы:
социальная философия и этика.

**Учение об идеальном человеке,
идеальном государстве и
идеальной семье.**

Благодаря им конфуцианство
стало государственной
философией и религией Китая.



Учение о человеке

ЦЗЮНЬ-ЦЗЫ

благородный человек

ЖЭНЬ - гуманность, милосердие, человеколюбие: **ЗОЛОТОЕ ПРАВИЛО** «НЕ ДЕЛАЙ ДРУГОМУ ТОГО, ЧТО НЕ ЖЕЛАЕШЬ СЕБЕ» - **ДЕРЕВО**;

И – справедливость «Благородный ищет И, а низкий выгоды» - **МЕТАЛЛ**;

ЛИ – верность обычаям, почтение к родителям, соблюдение ритуалов – **ОГОНЬ**;

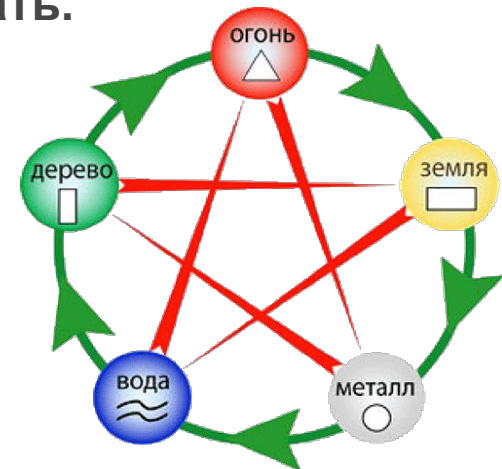
ЧЖИ – мудрость, благоразумие, умение просчитать последствия своих действий - **ВОДА**;

СИНЬ – добросовестность, искренность – **ЗЕМЛЯ**.

СЯО-ЖЭНЬ

низкий человек

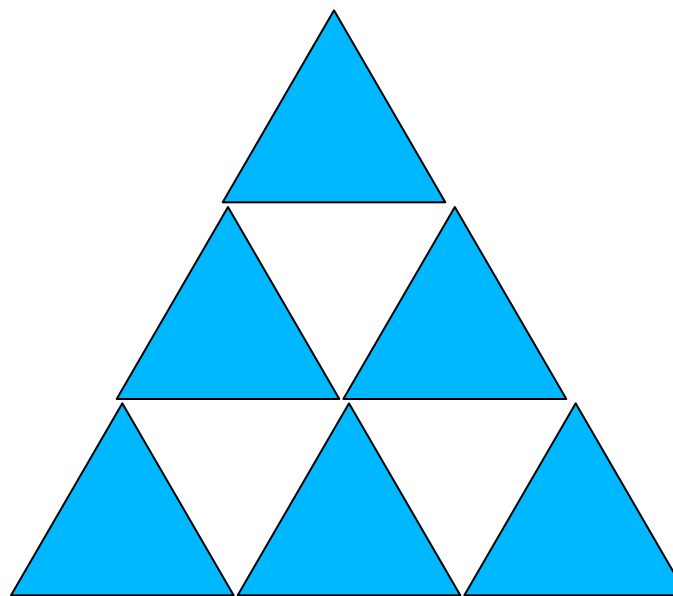
- лишен гуманности;
- думает о личной выгоде;
- непочтителен к родителям и старшим;
- глупый и упрямый, не склонен учиться;
- нетрудолюбивый, склонен обманывать.



УЧЕНИЕ ОБ ОБЩЕСТВЕ и СЕМЬЕ

Что влияет на благополучие общества?

1. Соотношение «благородных» и «низких» людей;
2. Правитель и политическая элита. Император является сыном Неба, главой государства и примером для своих граждан.
3. Уровень компетентности. Каждый должен заниматься своим делом: *«Император должен быть императором. Отец должен быть отцом. Сын должен быть сыном. Потому что если император не будет императором, отец не будет отцом, а сын не будет сыном, то и рисом нельзя будет наестся».*
4. Семья.
Семья – маленькое государство в государстве, в котором начинается воспитание человека.



ВЫВОДЫ

Особенности философии Индии и Китая

1. ХОЛИЗМ – развитие целостного мировидения.
2. УРОВЕНЬ СОЗНАНИЯ определяет бытие человека.
3. ИММАНЕНТНОСТЬ (от лат. «имманентный» - близкий) – утверждение, что человек тождественен Абсолюту. Человек САМ находит в себе источник света и счастья. САМ делает выбор и САМ отвечает за него.
4. ЧЕЛОВЕК-МИКРОКОСМОС.
5. СОЗЕРЦАТЕЛЬНОСТЬ - искусство жить ЗДЕСЬ и СЕЙЧАС.
6. ИНТУИТИВИЗМ – развитие не-логических способностей человека.
7. Физическая культура основана на развитии гибкости и растяжки тела, стимуляции активных точек тела.