

Борьба Дзюдо – мой путь к гармонии.

柔道





Цель: рассмотрение основных философских концепций, лежащих в основании дзюдо.

Дзигаро Кано родился 20 октября 1860 г. в небольшом приморском городке Микагэ, недалеко от Киото. Отец будущего создателя дзюдо, занимал солидный пост директора морских складов Токугавского сёгуната. Благодаря этому семья Кано жила безбедно, и родители смогли дать своим детям престижное образование. В семье Кано царило уважение к древним традициям, его отец, как потомственный самурай, в течение многих лет оставался преданным слугой сёгуна Токугавы (военного правителя государства).



Дзигаро Кано годы жизни 1860 -1938г.

ГЛАВА 1: ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ДЗЮДО

Дзюдо (柔道 - "гибкий или мягкий путь") – один из популярнейших видов спорта в мире. В Японии дзюдо – вторая система физического воспитания, она входит в обязательную школьную программу.

Биография основателя дзюдо, одна из самых необычных и ярких в современных боевых искусствах Японии. Образ основателя дзюдо включает в себе не только мастера боевых искусств, но патриота своей страны, тонкого философа, а также рационального политика оставившего след в истории своей родины.

Общеизвестна история о японском враче по имени Акаяма. Он любил прогуливаться в саду и любоваться ветвями вишни, которая в ожидании весны спокойно спала, нахлобучив на себя снеговую шапку.

Как-то Акаяма заметил, что толстая ветка вишни не выдержала тяжести и надломилась, гибкая же веточка гнулась, гнулась к земле, но не ломалась. Снег соскользнул с нее и она, целехонькая, выпрямилась вновь. Увидев это, Акаяма задумался, а потом воскликнул: «Для начала поддаться, чтобы потом победить!»

На основании этого принципа, тщательно изучив древние японские техники рукопашного боя, Акаяма и вывел основные принципы и приемы джиу-джитсу, ставшей впоследствии базой для появления дзюдо.

Своим рождением дзюдо обязано японскому ученому и философу Дзигоро Каню, с раннего возраста увлеченного изучением японских единоборств. Будучи очень образованным человеком, Кано стремился не просто создать очередную «школу борьбы», а разработать стройное учение физического воспитания, что ему прекрасно удалось. Дзигоро Кано смог переосмыслить богатое наследие различных видов единоборств (в том числе джиу-джитсу) и разработал новое философско-спортивное учение. В его основе лежит стремление воспитать в человеке специфическое умение преодолевать трудности не путем прямого противоборства, а за счет глубокого проникновения в их сущность, приспособления, превращения собственной слабости в преимущества. Кано вывел основной принцип дзюдо: «Когда человек, более сильный, чем я, нападает на меня, я непременно буду побежден, если противопоставлять его силе свою. Однако, вместо того, чтобы ответить нападением на нападение, я отступлю назад больше, чем следует, или отпряну в сторону, мой противник обязательно потеряет равновесие. Мне останется лишь увеличить свою скромную силу за счет его нападения, и, применяя напоследок несколько технических приемов, я стану победителем».

В 1882 году Д. Кано открывает собственную школу дзюдо – «Кодокан». «Кодо» означает «преподавать правду», а «кан» - «встреча». Он исключил из арсенала джиу-джитсу многие опасные приемы, удушающие, болевые, на кисть и другие суставы (кроме болевых на локтевой сустав и ноги, которые хорошо контролируются), взяв из джиу-джитсу наиболее эффективные броски и разработав специальную систему подводки и обучения им. Именно 1882 год считается годом рождения дзюдо.

В феврале 1882 г., в небольшом буддистском храме Эйсёдзи, Кано отрыл свой первый клуб. Он дал ему точное и ёмкое имя — Кодокан, что в переводе означает «Зал постижения Пути». По японской традиции, каждому залу боевых искусств даётся своё название, которое зачастую в дальнейшем, превращается в название школы. В названии зала или по-другому — додзё, обязательно должна быть отражена суть того, чему обучают в школе. Именно под названием Кодокан, дзюдо вошло сначала в умы людей Японии, а затем и во всём мире. Дату открытия Кодокан, можно считать неофициальным рождением дзюдо.

Институт Кодокан был основан Дзигаро
Кано, создателем дзюдо, в 1882



Глава 2: Краткая летопись казахстанского дзюдо

На сегодняшний день дзюдо является одним из самых зрелищных и популярных видов спорта, во всем мире им занимается свыше 6 миллионов человек. А с 1964 года дзюдо стало олимпийским видом спорта. К сожалению, превращение дзюдо исключительно в спортивную дисциплину и, особенно, его олимпийский статус сильно повлияли на само единоборство. Спортивная сторона дзюдо выступает в качестве ведущей и, зачастую, единственной.

История отечественного дзюдо вмещает в себя немало славных страниц. Федерация дзюдо Казахстана была создана в 1973-м году. Силовые виды спорта, когда один человек в поединке противостоит другому, всегда были популярны в Казахстане, и этот красивый и честный вид единоборства в нашей стране быстро обрел своих поклонников. Большую работу по становлению дзюдо в Казахстане проделали такие личности как Анатолий Малкин, Тлеухан Амержанов, Владимир Пак, Анатолий Сун, Абылхаир Байбусинов, Батырбек Сейсенбаев и многие другие. Уже первый опыт участия казахстанских дзюдоистов на различных Всесоюзных соревнованиях принес им успех. Первое же участие наших борцов на международных турнирах вышло удачным: Марат Азимбаев становится чемпионом Европы.

После обретения в 1991-м году Казахстаном Независимости наша страна получила право выставять свои отдельные сборные на международных соревнованиях: континентальных первенствах, чемпионатах мира, Олимпийских и Азиатских играх. И дебют отечественных мастеров татами на официальных стартах, вышел просто ошеломляющим. В 1993-м году на чемпионате Азии в

Макао национальная сборная Казахстана в общекомандном зачете заняла второе место, уступив только родоначальникам дзюдо - японцам.

Первый крупный успех на Олимпиадах к казахстанцам пришел в 2008 году – Асхат Житкеев на Олимпийских играх в Пекине принес стране первую награду на главных стартах четырехлетия в дзюдо. В финале уступив своему сопернику из Монголии, Житкеев стал серебряным призером Олимпиады. Впрочем, серебряная медаль ОИ стала достойным завершением карьеры трехкратного чемпиона Азии и бронзового медалиста первенства планеты.



Асхат Житкеев на Олимпийских играх 2008 года в Пекине принес стране первую награду

В 2009-м году казахстанец Максим Раков, которому на тот момент было 23 года, берет недостижимую для нас ранее высоту - приносит стране первую медаль высшего достоинства на взрослом чемпионате мира. Золото Ракова открыло новую веху в летописи казахстанского дзюдо. На том первенстве планеты мужская сборная Казахстана в общем зачете заняла третье место после команд Кореи и России, опередив при этом сборную Японии.

Одним из важных событий 2012 года для казахстанского спорта стало создание в стране Конфедерации спортивных единоборств и силовых видов спорта, президентом которой стал глава Тимур Кулибаев.



Максим Раков – чемпион мира 2009 года.

На Олимпийских играх 2012 года приняли участие дзюдоисты из 135 стран различных континентов. В дзюдо одна из самых жестких систем отбора на главные старты четырехлетия. Несмотря на это, во время квалификации к Лондону-2012 мужская казахстанская команда показала стопроцентный результат, взяв семь лицензий из семи возможных, женская сборная выиграла две лицензии.

С каждым годом популярность дзюдо в Казахстане растет. Чемпионаты республики среди взрослых, а главное – среди юношей и молодежи, в которых принимают участие более десяти тысяч спортсменов со всего Казахстана, ярко демонстрируют количественный и качественный подъем дзюдо.

Прогресс казахстанского дзюдо отмечается во всем мире. Федерация дзюдо Казахстана усиленно и упорно работает по многим направлениям. И эта работа заключается не только в плане спортивных результатов, но и в плане укрепления международного авторитета.

В апреле 2011 года в Абу-Даби во время Конгресса Азиатского союза дзюдо, Бекет Махмутов был переизбран на второй срок вице-президентом континентальной организации, что существенно усилило позиции казахстанского дзюдо.



ГЛАВА 2: СИСТЕМА ФИЛОСОФСКОГО ПОЗНАНИЯ ДЗЮДО

«Чтобы овладеть боевым искусством,
необходимо постичь его философию.

Без сознания — тело не нужно».

«Слово «дзюдо» не ново. Оно уже употреблялось для обозначения одной из старых школ дзю-дзюцу. Оно обозначает доктрину культуры на основе принципов уступчивости и гибкости. Школа Кано предпочла это слово слову «дзю-дзюцу», так как изучала не только физические упражнения, но включала в себя также нравственную и интеллектуальную подготовку» .

Из дошедших до нас сегодня источников, очевиден тот факт, что Кано был неколебим в своём убеждении, что физическое образование важно не только для физической культуры как таковой, но и как средство воспитания молодежи, развивающую личность в целом. Он сделал дзюдо неотъемлемой частью физического воспитания на основе принципа, который назвал «*Принципом трёх культур*» . Это подразумевает сбалансированный подход к обучению на основе умственного (интеллектуального), духовного (нравственно-этического) и физического развития. Кано придавал основополагающее значение гармонии этих трёх элементов и отрицал любую форму образования, в которой не было бы такой гармонии. При этом основатель дзюдо не был противником других форм воспитания.

В каждом человеке такие элементы (с позиции религиозной антропологии) как тело, разум и душа хотя и могут, рассматривается как отдельные составные части, но в тоже время составляют единое и неразрывное целое. Все элементы органически неразрывны, так как они необходимы для существования человека. Занятия же дзюдо предполагают не только обособленное развитие каждого элемента, но и углубление процесса их слияния и гармонии. Другими словами необходимое правило в процессе обучения дзюдо — это соблюдение паритета в развитии всех физических и психических свойств человека.

Во многих «учебниках» по дзюдо встречается знаменитая «формула», произнесенная Кано, на одном из выступлений в Токийском университете: «Предположим, что сила одного человека измеряется в единицах. Мой партнер, скажем, располагает силой, равной 10 единицам. Сам я значительно меньше и слабее его, обладаю силой, равной 7 единицам. Если он будет давить на меня своей силой, то, естественно, я уступлю или даже упаду. Но если я буду с той, же силой, с какой он наступает, уходить от его захватов, то есть маневрировать, то он вынужден будет наклоняться в мою сторону и тем самым потеряет равновесие. В этом новом положении он тоже будет слабым. Разумеется, сила его останется при нем, но использовать ее в этот момент он не сможет. Он потерял точку опоры. И теперь у него осталось из 10 единиц силы только 3. Я же, не потеряв равновесия, сохраняю также все свои 7 единиц силы. На какой-то момент я становлюсь сильнее своего противника, и вот тут-то я и должен его победить, не затрачивая на это больших усилий» .

На основе данного правила вытекает следующий принцип дзюдо — *сэйрёку дзэнъё*. В переводе с японского языка, он звучит так: «Максимально эффективное использование энергии тела и сознания».

Рассмотрим этот принцип также подробно, но вначале дадим определение слову «сознание», так как в некоторых переводах термина «сэйрёку дзэнъё», это слово представлено как «дух» или «ум».

На наш взгляд, данная «формула» хорошо показывает нам как «сэйрёку дзэнъё» может эффективно работать, так сказать на «татами» (борцовском ковре). Но напомним, что для Дзигаро дзюдо имело гораздо более широкий смысл. В результате постепенно развившегося духовного аспекта дзюдо, Кано сформулировал социальную интерпретацию этого принципа: *«...это не просто метод наилучшего использования энергии для нападения и защиты, это метод, позволяющий усвоить данный принцип и применять его во всех случаях жизни».*

Постигая мастерство дзюдо, человек переносит все законы этого единоборства в свою повседневную жизнь. Это позволяет определить дзюдо в целом как искусство повседневной жизни. *«...истинное будо не заканчивается за пределами додзё (зала постижения пути). Нельзя на тренировках быть одним человеком, а в повседневной жизни другим»* . Именно так воспринимал своё «детище» Дзигаро Кано. Он считал, *что совершенство в дзюдо достигается не за счет ущемления интересов окружающих, а в соответствии с развитием других людей и достижении всеобщей гармонии.*

Кроме того, для нашего исследования интересен символ — лотос. Как и цветок, имеющий пять лепестков, обучение в (дзёдан-хо) состоит из пяти основных частей. Они равновелики. Считается, что развивая одну из них больше других, нарушается гармония, сведя, таким образом, дзю-дзюцу к рукопашному бою или к медитативной системе. Первая часть — это знание (годэн-хо) . Оно подразумевает постижение человеком тех философских концепций, которые, по мнению жителей востока, лежат в основе мироздания. Вторая — это искусство развития тела (рэнтай-хо) . В том, числе знакомство с основами восточной медицины, умение оказать помощь себе и другому человеку. Третья — это техника (сёбу-хо) . Это непосредственные действия и приемы, которые дают возможность уверенно чувствовать человеку в реальной жизни, быть способным защитить себя и близких. Четвертая — это магия (киай-хо) . Для жителей востока это способы овладения своей энергией «ки» и трансформацией ее в нужных целях. Пятая — это нравственность (сюсин-хо) , то есть система ценностей, правил и устоев, которые диктуют человеку необходимость, применять все перечисленное только в добрых целях.

По нашему мнению данная концепция целиком ложится на «Принцип трёх культур», так как в ней присутствует аналогичное представление о соблюдении баланса в умственном, духовном и физическом развитии.

Итак, подведём итоги:

Кано унаследовал от своих «предшественников» по большей мере знания о «совершенствовании сознания», или же выражаясь другим языком, методы воспитания психических свойств человека. В свою очередь способы «совершенствования тела», были разработаны им самостоятельно, через унификацию техники и внедрения западной науки. Так Дзигаро Кано создал комплексную систему воспитания, сведя воедино развитие психофизических явлений в человеке.



Наследие Кано живёт в его учениках и в самом Кодокане, где оно сохранено и развивается не только в спортивном русле, но и традиционно классическом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

*«Следуй простому пути:
не становись самодовольным при победе
и не ломайся при поражении;
сохраняй внимание, когда все спокойно
и не пугайся при опасности»*

Дзигаро Канно

Мы рассмотрели философскую базу дзюдо. И выяснили, что она зиждется на трёх, последовательно вытекающих друг из друга принципах. А именно: *«Принципа трёх культур»*, где главной идеей является сбалансированный подход к обучению на основе интеллектуального, нравственно-этического и физического развития; *«Принципа максимально эффективного использования энергии тела и сознания»*, который можно охарактеризовать как метод способствующий улучшению всех сфер жизнедеятельности человека; и *«Принципа взаимного благоденствия и воздаяния»*, являющегося социальным проявлением высшего идеала дзюдо.

Идеалы «пути гибкости» Дзигаро Кано, несмотря на то, что они пришли к нам из далёкого прошлого, из мира совершенно другой культуры, понятны и применимы в настоящее время в любой точке земного шара. Истинные идеалы дзюдо — это высокие общечеловеческие идеалы по совершенствованию мира.

