**Что такое айкидо?**

 С практической точки зрения, айкидо представляет собой синтез многих традиционных японских боевых искусств бу-до (путь воина), и является законченной действенной системой приёмов самозащиты, как против безоружных, так и против вооружённых нападающих. Но это, как говорится, лишь только одна сторона медали: оно также может служить прекрасно составленным (на «языке тела») учебником, проповедующим моральные, философские и другие воспитательные основы. В него заложены и динамичные формы медитации, которые айкидисты используют с целью развития и восстановления физических и духовных сил.

 Благородные традиции честного боя ученик начинает осваивать с первых же тренировок. Так, например, на занятиях защищающийся должен всегда соразмерно реагировать на все наступательные действия партнёра, пользуясь только техническими приёмами, которые отличаются естественными принципами взаимодействия.

 Во время многолетних и интенсивных тренировок, а также связанного с этим духовного становления, ученик познаёт значение жизни, многие закономерности и формы её проявления. Накопленный опыт постепенно проникает в его подсознание, формирует гармонично развитую личность и используется в дальнейшем интуитивно во всех областях деятельности. При этом поверхностное, сориентированное только на собственное Я и потому сдерживающее сознание миропонимание автоматически отключается. В результате айкидист находит, как бы, свою собственную точку опоры и может определить своё место в мире. Такое постоянное, истинное состояние позволяет ему эффективно и максимально полно использовать все свои духовные и физические силы для решения жизненно важных задач и сложных проблем. Оно даёт ему также свободу регулировать свои взаимоотношения с другими людьми и с природой в духе гармоничного плодотворного для обеих сторон сотрудничества. С помощью айкидо можно найти верный путь к высвобождению потенциально заложенной во всех предметах и живых существах духовной энергии, которую также содержит в себе любая целостная и гармонично развитая личность, способная к целеустремлённой деятельности. Именно поэтому обладание такой внутренней энергией ценится в айкидо гораздо выше, чем заученное использование множества сочетаний наступательных и оборонительных приёмов. Айкидо позволяет распознать и разрядить любую конфликтную ситуацию в самом её зародыше и даёт возможность управлять действиями нападающего либо не владеющего собой партнёра даже ещё до физического или духовного столкновения с ним. Это действительно важный результат успешного продвижения по Пути айки. Почти во всех боевых видах единоборств среди спортсменов искусственно поддерживается атмосфера некой бравады своими возможностями, которая в большинстве случаев противоречит принципам честного боя. При этом исходят из того, что упреждающие действия - верный путь к победе. Такая похвальба нацелена иногда чисто символически на то, чтобы ещё до начала поединка физически и морально сломить соперника. Такие действия порой приводят к взаимной агрессивности, которую часто подогревают и посторонние лица, а это, в конце концов, приводит к экскалации насилия.

 Это негативное свойство единоборств, явно улавливаемая даже неискушёнными зрителями их внешняя сторона многих отталкивает или вызывает к ним даже неприязнь. При критическом рассмотрении всей истории человечества возникает впечатление, что «гомо сапиенс» особо стремился мобилизовать все свои духовные и физические возможности именно тогда, когда речь шла об уничтожении представителей собственного вида. Поэтому он уже тысячелетия придумывает и создаёт оружие, с помощью которого, при постоянно увеличивающейся дистанции достигается всё более разрушительное воздействие.

 Такое развитие средств войны привело к некоему паритету сил, т. е. к равновесию страха. Сильные мира сего больше не могут победить своих противников, не уничтожив самих себя. Такая метода не может больше считаться ни гуманной ни разумной.

 Айкидо же может послужить моделью для иного подхода к взаимодействию с противником. Оно, по своей сути, является методом, сочетающим контроль и дополнение любого вектора приложения силы соперника с целью погасить любой удар. Все его технические приёмы - чисто оборонительные, проникнуты человечностью и основаны на законах природной гармонии. Именно эти качества соответствуют двойному значению японского иероглифа «ай», графически напоминающего дом. Не зря его включили в написание слова «айкидо». Поэтому логично, что в айкидо каждый технический приём ни в коей мере нельзя рассматривать как средство для проверки или оценки своих собственных достижений. Силы, неизбежно противостоящие друг другу во время оборонительной схватки, изменяют направление и соеденяются. Активные (ирими) и пассивные (тэнкан) действия всегда нацелены на духовную силу партнёра и ведутся таким образом, чтобы сохранилась его физическая и духовная целостность. Это в полной мере содействует созданию полезной общности с противником, в противоположность тому, о чём упоминалось выше.

 Такое поведение является выражением гуманного отношения, проникнутого ответственностью за судьбу ближнего. Этим аспектам в айкидо всегда предопределялось особое значение. Итак, айкидо даёт возможность решить многие проблемы путём соблюдения извечных законов природы. Каждый, кто решается сделать первые шаги в овладении этим боевым искусством, должен пересмотреть свои прежние жизненные установки и осознать всю меру ответственности, которую он возлагает на себя.

**Масутацу Ояма**

Наиболее выдающийся преподаватель реально значимого каратэ не только в Японии, но и во всём мире Масутацу Ояма родился в Корее в 1923 году и закончил среднюю школу в Сеуле. На родине Ояма совершенствовался в восемнадцати приёмах китайского кэмпо. В 1938 г., когда ему было 12 лет, он уехал в Японию, где в 1941г. поступил в токийский университет Такусёку. Кроме того, в Японии он стал учеником Гитина Фунакоси - человека создавшего каратэ в Японии, и скоро достиг второй мастерской степени. В 1943г. Ояма прервал своё образование и вступил в армию. Занятия каратэ он продолжил с Содэидзю, тогдашним инструктором каратэ в школе Годзю-рю. Ко времени окончания войны Ояма стал обладателем четвёртого дана.

Когда вторая мировая война была окончена, Ояма одно время помогал своей родной земле в её восстановлении, но из-за конфликта, который вскоре возник между Северной и Южной Кореей, он оставил эти усилия и сконцентрировался на занятиях каратэ. В 1947 году, после победы на Всеяпонском турнире, он полностью посвятил себя жизни в каратэ и определился в следовании по пути его доктрин.

В 1948 году Ояма на целых три года удалился от людей, полностью посвятив себя жизни согласно предписаниям Дзэн. Он жил в монастырях и в горах и постоянно подчинял себя дисциплине боевых искусств. Путём таких суровых методов обучения, как медитация под струями горных водопадов, борьба с дикими животными, разбивание деревьев и камней голыми руками, Ояма очистил не только своё понимание каратэ, но и свои разум и тело.

 В 1951г. он возвратился к цивилизации из своего горного отшельничества, чтобы преподать миру истинный смысл каратэ. Его удивительные методы боя произвели сенсацию в мире каратэ. Слава каратэ Оямы расцвела за границей так стремительно, что вскоре стало необходимым открыть додзё для множества учеников, жаждавших обучаться у Оямы.

В 1952г. тур Каратэ Оямы с большим успехом прошёл по тридцати двум штатам в США. В 1956г. он совершил поездку по Юго-Восточной Азии, а в 1962г., начав с Европы, объехал весь мир, открывая залы для преподавания каратэ по методу Оямы. В 1964 году уже было 17 залов каратэ в США и 76 в 16 других странах мира. Число учеников превысило 100000. В 1958г. Ояма издал свою первую книгу - руководство по каратэ - "Что такое каратэ?"

 В Японии первый тренировочный зал Оямы, Кёкусин Кайкан, открылся в 1955г., а в 1964г. новый пятиэтажный зал, с премьер-министром Еисаку Сато в качестве почётного председателя, начал подготовку по программе мастеров.

**Масутацу Ояма о каратэ**

Каратэ - наука и философия борьбы, которая столетиями развивалась на Востоке и которая теперь стала особенно популярной в Японии. В течение последних нескольких лет Каратэ распространилось от японии до Соеденённых Штатов и Европы, где оно быстро получает признание как одноиз наиболее эффективных средств самообороны. Как долго практикующий мастер Каратэ, я особенно удовлетворён, наблюдая за ростом его популярности среди народов Запада. Я должен признать, что также несколько удивлён, поскольку всего десятилетие назад я, подобно многим другим жителям Востока, полагал, что Каратэ слишком тесно связано с Востоком, чтобы быть полностью понятым в других частях мира. Приятно обнаружить, что я ошибался.

 Сказав, однако, что Каратэ может быть понято на Западе, я должен добавить, что не думаю, будто оно действительно понимается так, как это должно быть. В частности, я встревожен, обнаружив, что Каратэ по-прежнему часто расценивается лишь как метод борьбы, тогда как фактически оно намного больше, чем только это. Каратэ - путь жизни, цель которого состоит в том, чтобы дать людям полностью осознать их потенциальные возможности - как физические, так и духовные. Если же духовная сторона Каратэ игнорируется, её физический аспект теряет смысл.

 Поскольку практика Каратэ даёт возможность человеку концентрировать огромную физическую силу в ударе руки или ноги, то Каратэ может быть опасно или даже смертельно. Много людей склонны воспринимать Каратэ исключительно как воинственный спорт или даже как метод боя, который не имеет никакой иной цели, кроме смертоубийственного поединка. Я хотел бы раз и навсегда опровергнуть представление о том, что Каратэ способствует росту воинственности. В конце концов, поединок в Каратэ - безоружная схватка, а мы довольно далеко продвинулись от той стадии, когда народы вели войны без оружия. В сражениях Каратэ - слабая замена даже посоху или стреле, не говоря уже о ядерном оружии. Окончательная цель Каратэ - скорее развитие лучших качеств человеческого характера, чем простое развитие сил людей для противостояния физическим врагам. Но Каратэ, конечно, вырабатывает преданность, храбрость и другие качества, свойственные воинам.

 Обитатели архипелага Рюкю в значительной степени способствовали развитию приёмов, используемых в Каратэ сегодня. В 1609 г. клан Симадзу с острова Кюсю завоевал Рюкю и конфисковал у местного населения всё оружие. Оставшись беззащитными, обитатели Рюкю были вынуждены усиленно тренироваться в высококвалифицированном владении приёмами рукопашного боя, и мы должны отдать дань их духу и изобретательности за то, что они развили методы, которые, вероятно и в дальнейшем будут преобладать над любыми другими известными средствами невооружённого боя. Даже сегодня народ Рюкю - наиболее грозные практики Каратэ во всём мире. Причина этого, несомненно, не только физическая, но и духовная, поскольку в определённом смысле Каратэ есть выражение храброй решимости маленькой нации сопротивляться угнетению её более могучими соседями.

 Это легко понять жителям востока, но что же касается народов Европы и Америки с их научно ориентированной культурой, их высокими стандартами жизни и их тягой к материальному… Развив почти все мыслимые виды оружия, включая ядерную бомбу, могут ли они реально оценить значение вида борьбы столь примитивного, как Каратэ? Это кажется таким вероятным и настолько лежащим на поверхности, что мы на Востоке затрудняемся представить себе, как же может Каратэ стать популярным на Западе. Мы должны предположить, что жители Запада, такие какими они обьективно являются, расценили бы единую идею борьбы голыми руками как слишком наивную. В конце концов, умелый стрелок почти всегда определённо способен застрелить противника, полагающегося исключительно на Каратэ.

 Но всё же остаётся фактом, что американцы и европейцы, при всём их высокоразвитом оружии, просто толпами приходят в Каратэ. Хотя причины у всех, несомненно, различны, таинственное качество, лежащее в основе физического аспекта Каратэ, вероятно привлекает западных жителей. Короче говоря, это обаяние в большей степени составляет путь Каратэ, чем его индивидуальные приёмы.

 Я не склонен полагать, что кто-то из моих предшественников уже дал мсиру полное представление о пути Каратэ. И хотя я предлагаю признать, что моё собственное истолкование этого будет совершенным, однако, имея определённый собственный опыт, я уверен, что он пригодится для совершенствования тех, кого я учил и собираюсь обучать в дальнейшем.

 В настоящее время в Японии термин «Каратэ» пишется иероглифами, буквально означающими «пустой» («кара») и «рука» («тэ»). Происхождение этого термина не столь очевидно, как могло бы показаться. До совсем ещё недавнего времени общепринятым символом для «кара» было слово со значением «Китай», и применение такого написания попросту означало, что Каратэ было китайским методом борьбы. Если же кто-либо продолжит свои изыскания в этом направлении, он обнаружит, что в античные времена слово «кара» относилось вовсе не к Китаю, а к королевству Карак, которое располагалось на южной оконечности Корейского полуострова и было известно в Японии как Мимана. Некоторые японские этнографы уверены, что сама японская раса на самом деле ведёт своё происхождение из Карака. Правда это или нет, однако во времена раннего христианства между Караком и Японией были куда более тесные отношения, чем в более современную эпоху существования Японии. По крайней мере, некоторые из предков японского народа пришли из корейского королевства, и именно они сыграли важнейшую роль во внедрении континентальной культуры на Японских островах. В связи с красотой и уникальностью различных предметов и обычаев, привезённых из Кореи в это время, слово «кара» пришло с дополнительным оттенком общего значения «корейский», «каракский». После того как Карак распался и Япония установила непосредственные отношения с Китаем, слово «кара» стало применяться для обозначения уже иной - китайской - нации. А во времена правления в Китае великой династии Тан китайский иероглиф «тан» стал использоваться для написания «кара».

 С течением времени иероглиф «кара» в написании «тан» стал нередко использоваться для обозначения всех иностранных государств. Вследствие этого слово «каратэ», в принципе означавшее что-либо китайское, на деле было соотнесено с методом борьбы, ввезённым с архипелага Рюкю, который, как следует сказать, был весьма отличен от других методов боя, импортированных из Китая.Изменение написания иероглифа с «кара» в написании «Китай» на «кара» в значении «пустой» произошло во время Второй мировой войны, когда общественное мнение в Японии настроилось оппозиционно по отношению ко всему, что хоть как-то связано с Китаем. Хотя причина может показаться и не вполне удачной, тем не менее использование символа «пустой» представляется более подходящим для применения в названии «Каратэ».

 Каратэ, по всей вероятности не могло бы просуществовать столь долго, если не было бы чем-то большим, чем только комплексом приёмов борьбы. Его жизнеспособность и всеобщее уважение к нему возникают из органического слияния формальных приёмов с более глубоко лежащим духовным смыслом приёмов. По этой причине Каратэ должно расцениваться не столько как воинственное искусство, используемое для поражения врага, сколько как средство саморазвития в физическом и духовном смысле. В целом же каратэ следует рассматривать как путь и средство совершенствования характера.

**Список литературы**

Для подготовки данной работы были использованы материалы с сайта <http://tkd.km.ru/>