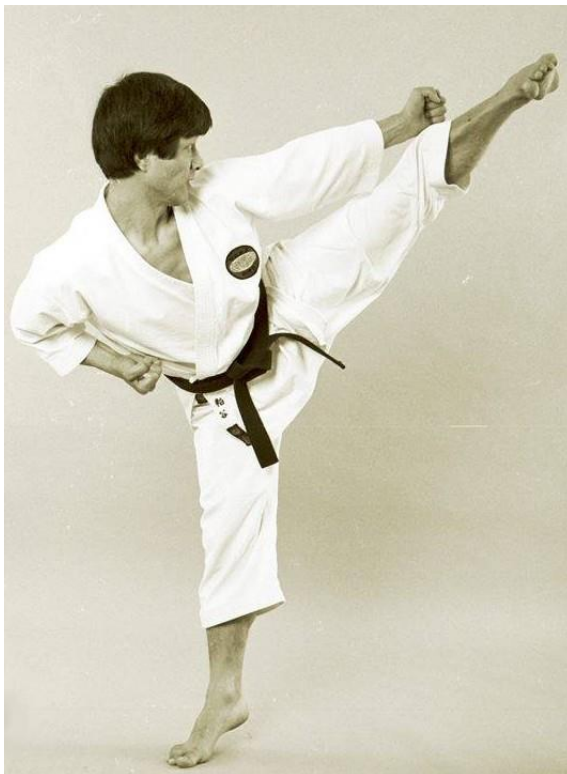


СУТЬ БУДО (Бойових мистецтв)

Хітоші КАСУЯ



ЙАІКІ

В японській стрільбі з лука існує слово "ЙАІКІ". Це означає момент стріли.

Навіть коли стріла влучає в ціль, ми бачимо шлях потрапляння – поганий чи ні.

Ви можете подумати, що якщо стріла потрапила в ціль, то спосіб потрапляння не так важливий.

Однак, якщо стріла має поганий "ЙАІКІ", стріла може потрапити в ціль, але не може пройти через броню або дошку.

Це може бути застосовано до техніки КАРАТЕ. Техніки каратек першокласного рівня, змушують людей здригатися від її швидкості, потужності і контролю. Незрілі каратеки можуть виконувати швидко, але їм чогось не вистачає. Хоча вони могли б отримати очки, не поліпшуючи свої техніки в ретельній практиці. Це ж так само як поганий ЙАІКІ, якому не вистачає щось істотного в бойових мистецтвах.

У спорті, отримання очок, як правило, вважається важливим. Насправді, багато інструкторів Карате вчать учнів, як "виграти" матч. Однак, хоча Карате має аспект спорту, воно засноване на концепції БУДО, бойовому мистецтві.

Найважливіше в Карате це не перемога, а шлях до перемоги, і процес протиборства. У цьому процесі, каратеки багато чому навчаються, не тільки технічно, а й психічно загартовуються.

Питання допінгу та незаконних дій суддів та спортсменів в Олімпійських іграх збочений аспект доктрини на перемогу.

МЕНТАЛІТЕТ

Тепер, дозвольте мені розповісти про менталітет. Що робить ЙАІКІ поганим чи хорошим – це уми людей.

Якщо людина перебуває в стані духовної темряви, ЙАІКІ буде поганим. У карате, є "тест на розбивання", в якому рукою розбивають дошку або камінь на дві частини. Якщо у вас занепокоєння або сумнів у вашому розумі, ви не зможете розбити дошку, бо це діє як гальма.

Це ж саме також в КУМІТЕ та КАТА. Нерішучість зміни динаміки ВАЗА (техніки). Я сам, коли був молодий, завжди боровся з тривогою і ваганням своєї свідомості. Сильне бажання виграти робило моє тіло негнучким, я не міг проявити свої здібності і багато втрачав. Навіть коли я вигравав поєдинок, я не міг перемогти в ідеальний спосіб.

Я виступав на змаганнях до 40 років. У 33 роки, я був звільнений з духовної темряви.

Перед фінальним матчем чемпіонату світу, коли я планував стратегії, раптом відчув, що я хотів би лишити всі передбачення, які я робив завжди, до сьогоднішнього дня (насправді я тренувався близько 10 год. на добу протягом 2-х місяців до початку змагань). Потім я відчув полегшення, і виграв ідеальним способом, де моє тіло працювало мимоволі з незацікавленістю в перемогу.

Після цього я продовжував змагатись до 40 років, бо я переслідував цей ідеальний духовний момент. Мій головний інтерес змагань в Карате, щоб змагатись цим ідеальним способом, а не щоб вигравати матчі.

КАТА

У карате, є КАТА (форми). Більшість з них створені в Китаї, потім були завезені на Окінаву (південні острови в Японії). З давніх часів, каратеки поліпшували свої техніки, практикуючи ці форми. Техніка Карате може бути придбана, практикуючи КАТА. Останнім часом в людей спостерігається тенденція до практики КУМІТЕ (бої), щоб вигравати змагання, а не до практики КАТА. КАТА є сутністю Карате. Виконувати КУМІТЕ, ви можете маючи тільки бойовий інстинкт і швидко відставатимете без вивчення форм і технік. Якщо хтось практикує тільки КУМІТЕ, він / вона не зможе виконувати Карате після 40-а років.

Практикуючи КАТА, ви можете навчитися ідеальному балансу, швидкості і дихання. Сьогодні, в епоху спортивних змагань, каратеки зацікавлені у видовищі і красоті виконання КАТА, в яких реально потужного удару рукою чи ногою не видно. З іншого боку, це не означає, що можна отримати гарні КАТА, використовуючи тільки швидкість і міць.

Моя мета, щодо практики КАТА, це надання великого значення психічному аспекту. Я можу заспокоїти себе перед початком ката, я намагаюся не напружуватись і розслабитись (Зеншін), коли я роблю КАТА далі, підтримую динамічний стан під час виконання статичного руху, та підтримую статичний стан при проведенні стрімкого нападу, щоб робити КАТА з почуттями виконання і боротьби (Тсушін) і в кінці, без зайвих думок, що дуже важко досягти. (Заншін)

Я пережив це відчуття тільки два рази, коли в минулому був учасником змагань.

Я не помічав нікого, навіть глядачів і суддів, і моє дихання було чудовим, незважаючи на потужні рухи. Я досяг духовного стану досконалої самовідданості, і це було величезне почуття. Я займаюся Карате більше 40 років майже кожен день і кожен раз для досягнення цього почуття.

З мого досвіду, я виявив, що контролювати себе набагато складніше, ніж контролювати противників в бою. Те, що я хочу сказати, ваш розум контролює рухи вашого тіла.

РЕЙ

Нарешті, я хотів би поговорити про РЕЙ (повага).

У бойових мистецтвах, РЕЙ вважається дуже важливим. РЕЙ означає повагу людей. Це має важливе значення в Карате, особливо для молоді та дітей.

Звичайно ж, Карате є ідеальним видом спорту, яке робить тіла дітей та молоді добре збалансованими. Проте найголовніше в тому, що Карате дає дітям почуття поваги та самовпевненості крім володіння техніками.

СКРОМНІСТЬ

Іншим важливим моментом є скромність. Для японців скромність дуже важлива.

Хоча це може бути важко зрозумілим, для інших несхожих культур, але це найважливіший момент у процесі навчання бойовим мистецтвам.

Якщо ви занадто впевнені, ви не зможете бачити важливі речі. Якщо ви вважаєте, що ви недосконалі, ви зможете попросити у інших поради.

Ось чому каратеки кланяються перед входом в ДОДЗЬО (тренувальний зал). Іншими словами, вони повинні залишити свою гордість і кар'єрні досягнення за межами ДОДЗЬО, щоб вивчати все зі скромністю.

У Японії людина, яка демонструє свою здатність, розглядається як неосвічена і некультурна персона. Тим не менш, в деяких країнах, демонструвати свою здатність вважається важливим.

Це питання культурних відмінностей. Я не знаю, що краще.

КРАСА

Нарешті, квінтесенція бойового спорту, це коли ви сходитеся з противником, ви належним чином кланяєтесь з повагою, показуєте бойовий інстинкт, як звір після команди судді «ХАДЖІМЕ», б'єтесь з всевіданням і всемогутністю, повертайтеся до людини з командою судді, який оголошує кінець «ЯМЕ», а потім кланяєтесь зі скромністю та повагою, незалежно від поразки чи перемоги.

Ця дія – краса бойових мистецтв.

