✔ Гитин Фунакоси: ШЕСТЬ ПРАВИЛ ПОСТИЖЕНИЯ СУТИ КАРАТЭ ✔

Сегодня мы рассмотрим правила одного из учеников Итосу-сэнсэя.

В своей книге "Каратэ-до: мой жизненный путь" Гитин Фунакоси постарался в лаконичной форме изложить шесть правил постижения сути каратэ.

Эти правила, несомненно, сохраняют свою актуальность и по сей день.

Предлагаем рассмотреть их в данной статье.

🔺 ШЕСТЬ ПРАВИЛ ПОСТИЖЕНИЯ СУТИ КАРАТЭ 🔺

Мастер Фунакоси был уверен, что путь постижения самой сути каратэ-до заключается не столько в изучении техники ката, сколько в постижении истинного смысла, скрытого в каждом отдельном упражнении. В своей книге "Каратэ-до: мой жизненный путь" мастер указал шесть правил, соблюдение которых, по его мнению, необходимо каждому, кто желает постичь истинную суть искусства каратэ-до.

**Правило № 1⃣.**

**Каждый каратэка должен быть предельно целеустремлённым во время тренировок, достаточно усердным и старательным.**

Воображаемый противник всегда должен присутствовать в подсознании тренирующегося.

Удар, наносимый в бою, должен быть единственным, он – последний шанс, именно этот удар решает всё в жизни. Любая ошибка подобна смерти. Необходимо быть готовым к подобной возможности.

**Правило № 2⃣.**

**Тренировка должна занимать все существо тренирующегося, следует забыть о пустых разговорах. Разговоры о каратэ свойственны слабым каратистам.**

Фунакоси вспоминал, как один каратэка, трудящийся над освоением очень сложного ката, причитал: «Невозможно тренироваться упорнее. Я тренируюсь целых два месяца и никак не могу понять это ката!»

Удивлению мастера не было предела: "Разве можно освоить ката всего лишь за два месяца?! К примеру, стойка «киба дати» кажется довольно простой, но никто не освоит её, даже если тренировки проходят ежедневно в течение года, до тех пор, пока ступни не будут тяжёлыми, как свинец.

Настоящее мастерство приобретается не разговорами и чтением, а систематическими тренировками тела".

**Правило № 3⃣.**

**Будьте настойчивы, не сворачивайте с избранного пути.**

Сэнсэй Фунакоси в своей книге рассказывает одну старую историю, которая хорошо отображала третье правило. Эта история о человеке, который в юности постигал своё искусство у строгого учителя: день за днём, неделю за неделей, месяц за месяцем, год за годом. Юноша изучал одно и то же, а учитель не разрешал ему перейти к чему-то новому.

Наконец, совершенно отчаявшийся ученик убедил себя в том, что он совершенно не годится для обучения и ночью сбежал из дома учителя. Денег у юноши не было, он был вынужден искать способы для пропитания. Он принял участие в состязании, где продемонстрировал то, что отрабатывал под строгим взором учителя так долго.

После того, как он закончил, все присутствующие не могли сдержать восхищения, принимая юношу за очень знаменитого мастера. Юноша рассказал всем, что сбежал от требовательности своего учителя. Осознание того, что учитель сделал из него настоящего мастера в чем-то определенном, заставило беглеца вернуться и дальше продолжать свои занятия.

**Правило № 4⃣.**

**Избегайте догматизма и чванства.**

Человек, бахвалящийся перед окружающими, не может добиться подлинного уважения. В каратэ именно начинающие и неопытные каратэки обычно поддаются искушению похвалиться и "пустить пыль" в глаза.

Подобными действиями ученик позорит не только себя, но и само искусство каратэ-до.

**Правило № 5⃣.**

**Следует стремиться увидеть себя в истинном свете и использовать всё положительное из опыта других.**

На тренировках все каратэки часто работают с партнёрами. Когда заметны сильные стороны партнёра, нужно постараться их перенять. Если на тренировке показалось, что у вас получается хуже, чем у партнёра, следует спросить себя: "чего именно мне не хватает?"

**Правило № 6⃣.**

**В своей повседневной жизни необходимо придерживаться твёрдых этических принципов.**

Это правило требует строжайшего соблюдения в боевых искусствах, а особенно - в каратэ-до. Многие начинают свой путь новичками, а потом, постепенно прогрессируя, добиваются больших успехов и становятся лучшими каратэка, чем их учителя.

Когда человек берётся за дело, он горячо молится об успехе своего начинания. Тем не менее, он знает, что нуждается в помощи других людей: успеха не добиться в одиночку.

В каратэ-до, оказывая помощь другим и принимая помощь от других, человек приобретает способность возвышать искусство до Веры, которая помогает совершенствовать и тело, и душу, и приводит, наконец, к пониманию подлинной сути каратэ-до.

Целью каратэ-до является достижение гармоничного совершенства духа и тела, поэтому стремление к физическому превосходству никогда не должно быть связано с этим искусством. Как прекрасно сказал буддистский монах Нитирэн, «каждый, кто изучает сутры, должен читать их не только теми глазами, что на лице, но и теми, которые находятся в его душе».