Философия дзюдо

Человек всегда боролся: сначала это была необходимость выживать в суровых условиях жизни, борясь за кусок пищи, за право продолжить род. Борьба была возможностью продемонстрировать своё превосходство в боевых и соревновательных поединках. Сейчас борьба, кроме военно-прикладного значения, стала средством реализации избыточной энергии и прекрасным способом самореализации и воспитания.  
Своим происхождением дзюдо обязано многовековой традиции боевого единоборства, сформировавшегося и развившегося в различных школах дзю-дзюцу (искажённое название «джиу-джитсу») средневековой Японии. Дзю-дзюцу («Искусство мягкости») зародилось в Японии как система ведения борьбы без оружия, являлось привилегией самураев и  с 1650 года изучалось в японских самурайских школах.

Древняя легенда гласит, что врач и один из известнейших приверженцев борьбы «дзю-дзюцу» Акияма Cиробэй наблюдал за сильным снегопадом. Снег падал большими хлопьями и вот под его тяжестью хрустнула и сломалась ветка сосны, а веточка сакуры всё ниже и ниже склонялась к земле. В какой-то момент снег соскользнул с неё и ветка выпрямилсь. «Поддаться, чтобы потом победить!» — воскликнул Акияма и этот принцип стал основополагающим во многих японских единоборствах и в дзюдо в частности.

Спустя много лет, 28 октября 1860 года, в местечке Микаге, неподалеку от города Кобе, в семье торговца Еросаку Кано родился мальчик, которому судьба приготовила великое будущее. Именно он — Дзигоро Кано — станет основателем самой популярной, самой массовой спортивной борьбы дзюдо.

[](http://judort.org/wp-content/uploads/2013/07/asd.jpg)

С рождения Дзигоро не отличался крепким телосложением и здоровьем. Обладая огромной силой воли Д. Кано с усердством овладевал приёмами «дзю-дзютсу», он с молодых лет пытался найти приёмы, позволяющие маленькому, хрупкому человеку одолеть более сильного и тяжёлого соперника. Рвение, с которым Дзигоро осваивал тайны единоборств, вызывали удивление у учителей борьбы. Многие из них говорили Кано: «Больше мне нечему вас учить…» и Дзигоро продолжал совершенствоваться самостоятельно.

[](http://judort.org/wp-content/uploads/2013/07/adsdsd.jpg)

По современным меркам, Дзигоро начал приобщаться к единоборствам достаточно поздно — ему исполнилось уже 17 лет. Вставал он очень рано. Часто с восходом солнца шел на тренировку, а затем на занятия в университет. Оттуда он опять возвращался в зал, чтобы уже самому тренировать группы начинающих.

Датой рождения дзюдо считается май 1882[](http://judort.org/wp-content/uploads/2013/07/dff.jpg)года.  В это время в токийском буддийском храме Эйсёдзи 21-летний японец Дзигоро Кано основал школу под названием «Кодокан» (иероглиф «Кодо» означает «проповедовать истину», а «Кан» — «встреча»).

Обобщив опыт различных школ, систематизировав лучшие их приемы и исключив опасные для жизни, он создал свою новую систему единоборства. Дзюдо – два иероглафа, означающие «мягкий путь».

Дзигоро Кано выделял **5 принципов поведения дзюдоиста в повседневной жизни:**

**1.Владей инициативой в любом начинании;**

**2.Внимательно наблюдай за собой и обстоятельствами повседневной жизни, внимательно наблюдай за другими людьми, внимательно наблюдай за всем окружающим;**

**3.Осмысливай полностью, действуй решительно;**

**4.Знай меру;**

**5.Держись середины между радостью и подавленностью, самоистязанием и ленью, безрассудной бравадой и жалкой трусостью.**

Также Дзигоро Кано разработал **клятву** **учеников Кодокана**, которые подписывали его, обмакивая кисточку в собственную кровь:

1. Раз я решил посвятить себя борьбе дзюдо, то не откажусь от занятий без серьезных на то оснований.

2. Своим поведением я обещаю не уронить достоинство «Дожо» (зала дзюдо).

3. Я никогда не выдам секретов школы непосвященным и только в крайнем случае буду брать уроки где-либо в другом месте.

4. Обещаю не давать уроки без разрешения на то моего учителя.

5. Клянусь в течение всей моей жизни уважать правила «Кодокана», сейчас как ученик, а позже как преподаватель, если я им стану.

**Кодекс чести дзюдоиста** включает в себя такие качества, как:

вежливость  
смелость  
искренность  
честность

скромность  
самоконтроль  
верность в дружбе

уважение к окружающим.

В тот же день двое лучших учеников школы, Сиро Сайго и Цунедзиро Томита, получили черные пояса как символ достижения первой мастерской степени.

Существует заблуждение, что вожделенный черный пояс является наиболее престижным. На самом деле высшее мастерство (по большому счету — знание) отмечается поясом красного цвета. Хотя сам Дзигоро Кано под конец жизни снова надел белый пояс, подчеркнув тем самым глубину и безграничность секретов созданного им же боевого искусства.

Дзюдо до настоящего времени хранит вековые традиции и остается наследником самурайского кодекса чести, воспитывает не только физическую силу, но и ум, благородство. Дзюдо является искусством самосовершенствования. Борец, и опытный, и начинающий, должен быть мужественным, настойчивым, скромным и уважительным к другим людям.**Дзигоро Кано,** рассматривал свое искусство как средство формирования гармонично развитой личности. Он считал, что дзюдо – не столько защита без оружия, сколько философия повседневной жизни.

***Клятва дзюдоистов***.

Встав на путь ДЗЮДО и принимая Присягу Чести, Достоинства и Мужества

Торжественно клянемся:  
*1. Заниматься Дзюдо бескорыстно, закаляя тело и воспитывая дух, стремясь к самосовершенствованию личности.*

*Клянемся!*

2. уважать и почитать своих родителей, учителей и старших, проявлять заботу о младших, быть вежливым.  
*Клянемся!*

3. следовать высшим идеалам и никогда не забывать истинную добродетель скромности и искренности

*Клянемся!*

4. быть внимательным, инициативным и честным, стремиться к мудрости и силе  
*Клянемся!*

*5. Беречь, уважать и защищать своё имя, традиции своего общества и знамя своей страны.*

*Клянемся!*