



# СЁРИНДЗИ КЭМПО

**«Человек, Человек, Человек. Все зависит от сущности человека» — этот принцип реализовал Со Досин (Кайсо, что в приблизительном переводе означает «основатель»), создав в 1947 году школу Сёриндзи Кэмпо.**

**В**ернувшись из Китая, где под наставничеством Мастера Хуанга и Мастера Вэня изучал Стиль Дракона, Со Досин застал горячо любимую им родину в большой депрессии. В стране царил послевоенная разруха, голод и беззаконие. Среди воцарившегося хаоса он увидел людей, забывших о всякой морали и сострадании. Торжествовали несправедливость и насилие, как будто никогда не существовало морали, закона и порядка. Большая часть молодых людей забыли или отказались от своих надежд, связанных с будущим, и старались найти забвение в мире острых ощущений и сиюминутных наслаждений. Это был мир, в котором люди перестали считаться друг с другом и помогать друг другу, мир, который таил для молодых угрозу, а не надежду.

Кайсо поставил перед собой задачу сделать всё возможное, чтобы восстановить основы страны, вернуть молодежи веру в будущее и вновь завоевать доверие к японской нации в мире. Он говорил: «Для возрождения моей страны я готов всю оставшуюся жизнь посвятить делу воспитания юного поколения на принципах мужества, силы, милосердия и чувства справедливости».

И вот 25 октября 1947 года в городе Тадоцу на острове Сикоку он основал Додзё — зал для тренировок, где начал проводить занятия, во время которых объяснял людям, как реализовать свой потенциал, основываясь на философском учении Будды.

Но одни лишь лекции и абстрактная теория не могли изменить сознание людей. Кайсо дополнил теорию овладением техникой Арахан-но Кэн, которую он практиковал и освоил в Китае в годы своей юности.



Эта техника и явилась отправной точкой Сёриндзи Кэмпо и требовала дисциплины и умения работать с другими людьми. С этих основ начиналось физическое и духовное развитие, через которые лежал путь к совершенствованию всего общества.

В основу школы Со Досин положил систему духовного совершенствования, разработанную в монастыре Шаолинь. Изначально Кэмпо не создавалось монахами Шаолиня как средство самозащиты и в полном смысле боевым искусством не считалось. Это суждение — ошибочно, и рождено, скорее всего, в угоду тем, кто использовал

(или использует) популярность данной системы в своих узких (меркантильных или эгоистических) целях. Послушники Шаолиня воспринимали Кэмпо (так же как и дзадзэн — сидячая медитация) как аскетическую практику и метод очистительных предписаний, имеющий своей целью создание гармоничного единства духа и тела. Физическая крепость, достигающаяся в ходе практики Кэмпо и ослабленное длительной сидячей медитацией тело, представляли собой две абсолютные противоположности. Но совместная их практика принесла поистине феноменальный результат в развитии человека, как гармоничной во всех отношениях личности.

Конечно, с позиции сегодняшнего дня об этом рассуждать достаточно просто. Ведь каждый, сколько-нибудь образованный человек, знает об одном из основных законов философии — законе единства и борьбы противоположностей. Но, в то время, о котором идет речь, соединение воедино совершенно противоположных религиозно-философских практик и взглядов, поиск оптимальных техник и разработка целостной системы психо-физического тренинга, производились методом многочисленных проб и ошибок и, несомненно, требовали гибкого ума, высокой проницательности и совершенной интуиции.

Практически все основные принципы, привнесённые Бодхидхармой, которые были бережно сохранены и доработаны в Китае монахами храма Шаолинь, имеют продолжение в японском храме Сёриндзи. Именно поэтому, традиционно, историческим основателем Сёриндзи Кэмпо считается Бодхидхарма. Ну а фактически, как уже упоминалось выше, — Со Досин. Подчеркивая линию преемственности Шаолиньской традиции, японская система названа Сёриндзи Кэмпо (что, собственно, и является японской транскрипцией иероглифов «Шаолиньсы Цюаньфа»).

Кайсо не только преподавал Кэмпо, но и пользовался возможностью тренировок и своим правом учителя для раскрытия возможностей самосовершенствования личности через самопознание на основе Учения Будды. Таким образом, он давал людям возможность устанавливать отношения взаимного доверия и сотрудничества с целью создания мирного и процветающего общества.

В декабре 1951 года он основал Конго Дзэн Сохондзан с Сёриндзи Кэмпо в качестве основного учения. В 1953 году он создал Японскую Федерацию Сёриндзи Кэмпо, а в 1974 году основал Всемирную Организацию Сёриндзи Кэмпо (WSKO).

На начало 2007 года Организация насчитывает более 2 млн. последователей. Филиалы действуют в 32-х странах мира.

Сёриндзи Кэмпо — это образ жизни, который базируется на осознании взаимодействия происходящих явлений, а также признании способностей человека в качестве уникального инструмента, используя который он обретет возможность успешно моделировать свою собственную жизнь. Основной целью Сёриндзи Кэмпо является облегчение человеческих страданий и защита Добра, но никак не развитие силы для демонстрации ее на соревнованиях, либо насилии в любом его проявлении. Сёриндзи Кэмпо, в соответствии с философскими принципами, использует два традиционных метода для достижения гармонии в жизни.

На Востоке, который в основном находится под влиянием буддийского Учения, традиционно считается, что панацеей от всех страданий является обращение к своему собственному внутреннему миру. Подобный подход сформировался вследствие веры и осознания того, что жизнь является непрерывной цепью страданий. Даже удовольствие рассматривается как форма страдания, поскольку удаление объекта, приносящего удовольствие, также приносит страдание. Высшим благом и спасением является затухание страстей, желаний, ненависти, привязанностей, стремления к жизни и т.д. Подобное состояние сознания — лучшее средство от всех жизненных бед.



На Западе внимание людей всегда было сфокусировано на сложном и изменчивом окружающем мире. Там традиционно полагают, что счастья можно достичь путем перестройки и упорядочения окружающей их природы и улучшения общественного строя.

Однако, кэнси (досл. кулачные бойцы) Сёриндзи Кэмпо считают, что оба этих подхода не являются достаточными и удовлетворительными, так как в человеческой жизни необходимо принимать во внимание как материальные, так и духовные аспекты. Таким образом, Сёриндзи Кэмпо утверждает равную значимость улучшения социального положения, удовлетворения жизненных потребностей человека и развитие духовности и внутренней дисциплины.

Говоря об отношении к социальному порядку, в Сёриндзи Кэмпо придается особое значение развитию каждой личности и гармоничным взаимоотношениям между людьми, базирующихся на доверии, уважении, понимании и гуманности. Задачи улучшения общества и совершенствования людей требуют взаимодействия высокоинтеллектуальных личностей, способных к сотрудничеству.

С другой стороны, являясь внутренней дисциплиной, Сёриндзи Кэмпо придает большое значение сбалансированному развитию тела и духа, выработке в человеке любви, мудрости, храбрости и здоровья. Под любовью

Изначально Кэмпо не создавалось

монахами Шаолиня как средство

самозащиты и в полном смысле

боевым искусством не считалось.

Это суждение — ошибочно,

и рождено, скорее всего, в угоду тем,

кто использовал популярность данной

системы в своих узких целях.



Сёринджи Кэмпо располагает целым комплексом духовных ориентиров и наставлений, необходимых для развития духовных и моральных качеств в человеке. Однако поскольку сознание неотъемлемо от материального мира, а теория от эмпирики, на практике эти наставления воплощены в образе воинского искусства, для того, чтобы быть выраженными в действии.

подразумевается почтение перед жизнью, гуманность, участие, честность и бескорыстие. Под мудростью — скромность, уважение к знаниям, познание себя, понимание, отзывчивость. Под храбростью — инициативность, непобедимый дух, смелость. Под здоровьем — сильное и полное энергии (яп. Ки) тело.

Воспитание этих качеств в человеке очень важно для утверждения в нем духа гуманности. Без любви человек не может поддерживать гармоничные отношения с другими, без мудрости — не сможет направить свои знания на достижение достойных целей. Без храбрости — не сможет реализовать на деле свои идеи или помочь другому человеку. И, наконец, без крепкого здоровья и силы ни одна из его способностей не разовьется в полной мере.

Сёринджи Кэмпо утверждает, что для развития гармоничной личности весьма важно уделять внимание развитию и совершенствованию как тела человека, так и его духа. Всё это напрямую зависит от усилий, которые прикладывает сам человек в процессе самосовершенствования, от взращивания в себе множества необходимых черт и навыков.

Сёринджи Кэмпо располагает целым комплексом духовных ориентиров и наставлений, необходимых для развития духовных и моральных качеств в человеке. Однако поскольку сознание неотъемлемо от материального мира, а теория от эмпирики, на практике эти наставления воплощены в образе воинского искусства, для того, чтобы быть выраженными в действии.

Подобно тому, как усвоение искусства управления автомобилем зависит не только от знания его устройства, приемов вождения и правил уличного движения, но в первую очередь от личного опыта вождения. Аналогично и образ жизни, которому учит Сёринджи Кэмпо, духовно постигается посредством усвоения этих наставлений, а эмпирически — путем изучения боевого искусства.

Техническая база приемов Сёринджи Кэмпо разделена на три, приблизительно равные части: Дзю Хо — мягкая техника, включающая в себе способы удержания, освобождения от захватов, связывания, конвоирования, броски и удушения, Го Хо — жесткая техника, содержащая удары по биологически активным точкам и блоки, Сэй Хо — способы восстановления и реани-



мации. На начальных этапах обучения эти части изучаются отдельно. Но в дальнейшем смешиваются и гармонично сочетаются, дополняя друг друга. Таким образом, любой блок может перейти в захват с последующим броском и удержанием, а захвату можно противопоставить освобождение с контратакой.

Сёринджи Кэмпо, как говорилось выше, система, направленная на развитие личности. Поэтому нет необходимости побеждать кого-либо, или доказывать себе превосходство над другими людьми.

В терминологии отсутствует слово «противник», его заменяет термин «напарник», «партнер». Поэтому все, кто практикует Сёринджи Кэмпо, являются друзьями, одной большой семьей единомышленников, которые с большим уважением относятся друг к другу. ■

*(продолжение следует)*

Статью подготовил **Епанча Алексей**

e-mail: shorinji@ukr.net

Использованы материалы сайта [www.shorinji-kempo.org.ua](http://www.shorinji-kempo.org.ua)