

В съвременната психология съществуват много школи, които обясняват човешката личност чрез анализиране на нейната структура. Основните теории за структурата на личността според западноевропейската и американската (научна) психология са следните: хуманистична; за двата фактора; за факторната структура; фрейдистка теория; „разбираща психология“; за „пространственото разположение“ на личността; бихейвиористка; екзистенциална теория.

Както подчертава проф. Н. Попов: „Многообразието от теории е полезно, а съществуването на различни школи е показател и за сложността на проблема за личността.“

Като поддържам тази теза и практикувайки бойното



Всичко живо във Вселената. Чрез неуловимата работа на Ки се хармонизират Дух-разумът и тялото, а също – връзката между личността и Вселената.“

Практиката за усъвършенстване на човешката личност, според него, минава през три етапа:

1. Тренировка с цел да хармонизираш Дух-разума си с действията на всичко във Вселената.

2. Тренировка с цел да хармонизираш тялото си с действията на всичко във Вселената.

3. Тренировка с цел да накараш Ки, свързваща Духа и тялото, да се хармонизира с действията на всичко във Вселената.

Естествено у нас възниква въпросът: могат ли бойните изкуства да се наричат спорт?

СПОРТИСТЪТ ПРЕСЛЕДВА МИМОЛЕТНАТА ПОБЕДА, АЙКИДО-БОЕЦЪТ – ЕДИНЕНИЕТО С ВЕЧНОТО

ДОБРОМИР ДРУМЕВ*

изкуство Aikido**, накратко ще изложа една от източните теории за структурата на човешката личност, залегнала в основите на тази система за психофизическо усъвършенстване.

Според нея структурата на човешката личност е изградена от три елемента: физическо тяло, енергия (Ки***) и Дух. Източните майстори сравняват тази структура с реец, се в океана на живота ветроход: „Разбираемо е, че за да плава ветроходът в определено направление и с определена скорост, е необходима особена връзка между тези три елемента: физическото тяло – корпуса на ветрохода, виталната енергия на

човека – вятъра в платната на ветрохода, и Духа-разум – това е капитанът на ветрохода.“

Физическото тяло трябва да бъде здраво – да няма пробойни по корпуса на ветрохода. Необходимо е да има вятър и да се хваща неговата посока; и не на последно място капитанът трябва да познава морската навигация и да проявява здрав разум.

Съзателят на Aikido М. Уешиба излага тази философска концепция за структурата на човешката личност по следния начин: „Когато осъзнах сърцевината на Вселенската реалност, видях ясно, че човешките същества трябва да обединят Духа, тялото и Ки-енергията, която свързва и двете, и да хармонизират дейността на

„По-бързо, по-високо, по-силно“ – такъв е девизът на първите олимпийски игри. Този известен в целия свят лозунг много силно характеризира задачата на спорта: усъвършенстване, за да станеш по-добър от другите. Това лошо ли е или е добро?

Според източните майстори по бойни изкуства този стремеж е нито лош, нито добър. Но спортистът по пътя на своето личностно развитие се ориентира не към своите слаби, а към своите силни страни и към слабите страни на съперника си. Венецът на занимаването със спорт е победата (в някои случаи и на всяка цена!).

В бойните изкуства казват, че може да победиш всички, но е

почти невъзможно да победиш себе си със своите слабости: разпуснатостта, леността и самотнението. В истинските школи по бойни изкуства никога не се бият заради победа. Дори целта на смъртоносните единоборства в древни времена е била съхранение на живота, а не победа. В останалите случаи боевете са се провеждали, за да вкарат практикуващите чрез тази екстремна ситуация – боя, в определени психофизически състояния.

„Айкидо не е техника, с която да се бориш и да побеждаваш врага. Това е начин да се помириш със света и да изградиш с другите човешки същества едно семейство.

Тайната на Айкидо е в хармонизирането на самия себе си с движението на Вселената и в това да добедеш себе си до съгласие със самия свят. Този, който е постигнал тайната на Айкидо, има Вселената в самия себе си и може да каже: Аз съм Вселената.“

Бойните изкуства не трябва да се смятат за спорт, защото те са път без край, определен начин на живот, в който всичко като че ли е обърнато навътре. Обикновеният човек иска да се покаже, да се изяви; майсторът по бойни изкуства се крие и не обича да демонстрира своите способности.

„По-бързо, по-силно, по-смъртоносно, по-ефективно... по-откачено!“ – това е девизът на съвременното. Дори спортът участва в този бяс. При ритъма, в който се поставят рекорди, сме в правото си да се питаме, кога ли спринтьорът или плувецът ще са финиширали преди да са стартирали? За съжаление, средният гражданин се задъхва след спринта си да хване автобуса.

Според известния Зен-учител Т. Дешимару „шампионството“ е психическо заболяване.

„Що за ограничено виждане на живота! Не искам да кажа, че човек не трябва никога да става шампион. Защо не? Това е преживяване като всяко друго. Но той не бива да го превръща във фикс-идея. Също така при бойните изкуства човек не трябва да има каквато и да била цел или желание за печалба“, казва той.

В спорта боксьорът се смее на шахматиста. Шахматистът се подиграва с боксьора. А над тях двамата се смее фокусникът. Майсторът по бойни изкуства не се смее над никого, той самият е боксьор, шахматист и фокусник. Но той е също така лекар, философ, психолог и педагог.

Спортът, трениран просто като едно забавление или бизнес, и поради духа на надпреварата, износва по-бързо физиката и психиката на активно занимаващите се с него. Източните майстори не отричат, че и чрез спорта може да се достигне висока степен на духовност, личностно развитие и жизненост, но много зависи каква задача поставя пред себе си отделният спортист и на какъв треньор-педагог ще попадне.

Спортът, и още повече бойните изкуства, добре разбирани и правилно преподавани, следователно и правилно практикувани, не трябва да остават привилегия само на тези, които са в добра физическа форма, а да служат и за подобряване на разклатеното здраве на подрастващото поколение.

Налага се изводът, че бойните изкуства трябва да завоюват ново своето първоначално измерение като психофизически системи за личностно развитие. Необходимо е те да навлязат по-пълноценно в образователната ни система, особено в началните класове, с цел възпитаване на подрастващите в дух на осъзнаване на единството на Човека с Природата и Вселената.

* Авторът е старши треньор III дан по Айкидо в ЗЕНДОКАН ДОДЖО – София, клуб към Българската Айкидо Асоциация. Адрес: бул. „Искърско шосе“ 2 (бивша зала „Дескрим“)

** Айкидо – японско бойно изкуство, създадено от М. Уешиба. В превод означава: „Ай“ – хармония или любов, „Ки“ – енергия и „До“ – път; в цялостен превод – „Път за хармонизиране с Вселенската енергия Ки“.

*** Ки – жизнена енергия, духовна енергия. Според източната философска традиция: тялото следва „Ки“, а „Ки“ следва „Шен“ (Духа), т.е. „Ки“ е психофизически, а „Шен“ – психологически фактор.