

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

МИРЗО УЛУҒБЕК НОМИДАГИ
ЎЗБЕКИСТОН МИЛЛИЙ УНИВЕРСИТЕТИ

ФАЛСАФА ФАКУЛЬТЕТИ
“ФАЛСАФА” ТАЪЛИМ ЙЎНАЛИШИ 4-КУРС ТАЛАБАСИ

РАҲМОНОВ АЗИЗБЕК АБДУЛЛАЖОНОВИЧ

**ШАРҚ ЯККА КУРАШИНИНГ ФАЛСАФИЙ МОҲИАТИ
(«КАРАТЭ-ДО МИСОЛИДА»)**

мавзуидаги

МАЛАКАВИЙ БИТИРУВ ИШИ

Илмий раҳбар:
ф.ф.н. доцент Б.Э. Хусанов

Тошкент - 2009

МУНДАРИЖА

КИРИШ.....

I БОБ. ШАРҚ ЯККА КУРАШИ ТАРИХИЙ МЕРОСИНИНГ ФАЛСАФИЙ-АХЛОҚИЙ ИЛДИЗЛАРИ

1.1. Якка кураш усулларининг келиб чиқиши ва тарихий асослари

1.2. Шарқ якка кураш асосчилари ва уларнинг таълимотлари.....

II БОБ. ШАРҚ ЯККА КУРАШИ ФАЛСАФАСИНИНГ УМУМБАШАРИЙ АҲАМИЯТИ

2.1. «Каратэ-до»нинг шаклланиш тарихи ва унинг фалсафий моҳияти.

2.2. «Каратэ-до» ахлоқ фалсафасида белбоғ, ғоя ва устозга ҳурмат масалалари.

2.3. Шарқ якка курашининг баркамол инсонни шакллантиришдаги аҳамияти

ХУЛОСА.....

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати.....

КИРИШ

Тадқиқот мавзусининг долзарблиги. Шарқ якка кураши – бу шундай йўлки, унда инсон бутун умри мобайнида ўз танасини чиниқтириб, руҳини мустаҳкамлаб, ўзидаги янги қобилият ва имконият қирраларини очишга интилади. Жумладан, Шарқ якка кураш турларидан бири бўлган “Каратэ-до” инсонларга нафақат зарба бериш маҳоратини, балки ўзини ҳимоя қилиш санъатини ўргатади. Қолаверса, жанговар услуб ва стратегияни мустаҳкамлаш, олам ва одам ўртасидаги уйғунлик – гармонияни идрок этган ҳолда инсонда онгли тарзда ўз ҳаёт тарзини ўзгартириш имкониятини яратади. Бу каби интилишларнинг асосида қисман инсоннинг ўз табиатидан, қисман эса “Каратэ-до” усталари асос солган усул ва мактаб анъаналари томонидан вужудга келади.

Мамлакатимизда Шарқ якка курашининг мазкур тури мустақилликдан сўнг мисли кўрилмаган даражада ривож топди. Бугунги кунда спортнинг бу тури билан шуғулланувчилар сони тобора ортиб бормоқда. Зеро президентимиз “Мамлакатимизда ривож топаётган каратэ ва таэквандони оласизми, мураббийлар бу спорт турларига қабул қилишдан аввал ёшларни текшириб кўради. Яъни биринчи галда шу болада одамийлик, инсонпарварлик, ўз рақибини ҳурмат қилиш каби ҳислатлар борми, деган саволга маълум бир тестлар орқали жавоб топишга ҳаракат қилади. Фақат шундай синовдан ўтгандан кейингина бола машғулотга қабул қилинади. Ўйиборли томони шундаки, бундай болалар ҳеч қачон кўчада одобсизликка бориб, кучини намоёиш қилмайди, нега деганда, унинг ички дунёсига спорт орқали янгича қараш, янгича инсоний ҳиссиётлар киради.¹” дея таъкидлаган эдилар.

Ана шулардан келиб чиққан ҳолда ишнинг долзарблигини қуйидагилар билан белгилаш мумкин:

Биринчидан, Замонавий каратэнинг муҳим муаммоларидан бири “Каратэ-до” билан шуғулланувчиларнинг оптимал маҳоратини ошириш усуллари излаш ва уни амалда тадбиқ этиш муҳим аҳамиятга эга.

Иккинчидан, Замонавий каратэ дунёсида икки турдаги “Каратэ” яккол ажралиб чиққан, бу икки турдаги усул бир-биридан мазмуни ва моҳиятига кўра фарқ қилади. Уларни фалсафий жиҳатдан ўрганиш долзарб масалалар сирасига киради.

Учинчидан, “Каратэ спорти” ва “классик (мумтоз) Каратэ”нинг эстетик хусусиятлари илмий асослаш мақсадга мувофиқ.

Тўртинчидан, Спорт каратэси билан дунёда бир миллиондан зиёд одамлар шуғулланишади ва ўзларининг жисмоний ривожланиш, саломатликларини мустаҳкамлашлари ва маданий ҳордиқ чиқаришлари қолверса, ўз-ўзини ҳимоя қилиш мақсадида шуғулланадилар. Унинг ахлоқий жиҳатлари ҳам шахс камолотида муҳим ўрин тутади.

¹ Каримов И.А. Тинчлик ва ҳавфсизлигимиз ўз куч-қудратимизга, ҳамжиҳатлигимиз ва қатъий иродаимизга боғлиқ. –Тошкент: Ўзбекистон. 2004. –Б. 149-150.

Бешинчидан, мумтоз каратэ вакиллари фақат етук спортчи ва спорт усталарини тайёрламайди, балки – бу руҳий тарбия, ҳаёт қийинчиликларни енгиб ўтишга даъват этади. Бу эса каратэ стратегик санъат воситаси сифатида уларнинг келажакдаги камолотини таъминлайди. Зеро, бирон бир сабабга кўра ушбу каратэ тури билан шуғулланмай қўйган бўлса ҳам, бу каратэда сингдирилган руҳий ва жисмоний таълим инсонларга бутун умр мобайнида - ишда, дам олишда, кундалик ҳаётдаги турли қийинчилик ва сўқмоқ йўллардан мағрур тарзда чиқиб кетишга ёрдам беради¹.

Муаммонинг ўрганилганлик даражаси. Г.Фунакоси, Накаяма, В.Ю.Микрюков, М.Оямалар (улар каратэнинг қайси тармоғини ўрганганликларини, бу борада қандай асарлар ва талдқиқотлар олиб борганлигини кўрсатинг)

Тадқиқотнинг мақсади ва вазифалари. Шарқ якка курашлари масаласини йўлга қўйишда инсон ҳаётини ҳам жисмоний, ҳам руҳий чиниқтириш усули орқали инсонларга “каратэ-до”нинг асл фалсафий-эстетик моҳиятини очиб беришдан иборат.

Ушбу мақсаддан келиб чиққан ҳолда қуйидагилар ишнинг асосий вазифалари сирасига киради:

- Шарқ якка курашларида руҳий ва жисмоний чиниқишнинг шахс камолотидаги аҳамиятини кўрсатиб бериш;

- якка кураш ҳақида инсонлар онгида, айниқса ёшларда жисмоний соғломлик, соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш;

- каратэ-донинг бир неча асрлардан буён авлоддан – авлодга ўтиб келадиган анъаналари, устоз-шогирд муносабатлари, унинг ривож ва бошқа ҳеч қайси спорт турида учрамайдиган ўзига ҳос хусусиятларини очиб бериш ва унинг инсонпарвар моҳиятини илмий таҳлил қилиш.

Тадқиқотнинг объекти ва предмети. “Каратэ-до”нинг фалсафий – эстетик жиҳатлари тадқиқотнинг объекти бўлиб, унинг предмети - “каратэ-до”да жисмоний ва руҳий ҳолатни уйғунлаштирган ҳолда баркамолликка эришиш масалаларини таҳлил қилиш билан белгиланади.

Тадқиқотнинг назарий ва методологик асослари. Малакавий битирув ишининг илмий назарий коцепциясини белгилаб олишда Ўзбекистон Республикаси Президентининг мамлакатда спортни ривожлантириш билан боғлиқ нутқларида кўрсатиб ўтилган вазифалар, амалга оширилиши лозим бўлган ишларга ўртага ташланган ғоялари, ҳукуматимизнинг бу борадаги қарорлари, фармонлари ҳамда қонунлари назарий асос бўлиб хизмат қилди.

Ишда кўриб чиқилаётган муаммоларнинг методологик асоси эса тарихийлик, мантикийлик, тизимлилик методи асосида ўрганилди.

Тадқиқотнинг назарий ва амалий аҳамияти. Ишнинг назарий асоси “Спорт – тинчлик элчисидир”, “Соғлом танда – соғ ақл”, “Спорт – спорт учун эмас, энг аввало, одамлар учун, уларни ҳам жисмоний, ҳам маънавий

¹ Микрюков В.Ю. Карате-до боевые искусства. -Москва. АСТ. Астрель. 2008. С.5-6.

жихатдан комил инсонлар этиб тарбиялаш учун” тамойилларга таянган ҳолда ўрганилди.

Ишда берилган хулосалар амалий аҳамиятига кўра Ўзбекистон Республикаси “Каратэ” федерациясининг илмий-амалий ишларида, Шарк яккакураши билан шуғуллантиручи клубларнинг фаолиятини тартибга солишда ҳамда мазкур спорт тури билан шуғулланадиганлар учун маълумот сифатида тақдим этилиши мумкин.

Тадқиқотнинг тузилиши. Малакавий битирув иши “Кириш”, 5 та параграфни ўз ичига олган 2 та боб, “Хулоса” ҳамда “Фойдаланилган адабиётлар рўйхати”дан иборат бўлиб, унинг умумий ҳажми бетни ташкил этади.

1-БОБ. ШАРҚ ЯККА КУРАШИ МЕРОСИНИНГ ФАЛСАФИЙ-АХЛОҚИЙ ИЛДИЗЛАРИ

1.1. Якка кураш усулларининг келиб чиқиши ва тарихий асослари

Шарқ якка кураши қачон тузилганлигини ҳеч ким билмайди ва балки бу ҳеч қачон маълум бўлмаса ҳам керак.

Гитин Фунакоши

Шарқ якка кураши - бу шундай йўлки, инсон бутун умри мобайнида ўз танасини жисмоний чиниқтириб, руҳини мустаҳкамлаб, ўзидаги янги қобилият ва имконият қирраларини очишга интилиш. Буни билиш учун Шарқ якка кураши илдизларини чуқур ўзлаштириш зарур. Хитой, Япония, Корея каби дунёнинг шарқий минтақасида жойлашган йирик давлатлар Шарқ якка курашининг вужудга келишида асосий тамал тошини қўйганлар. Фикримизнинг исботи сифатида Хитойда - “Кунг-фу”, “У-шу”, Японияда - “Айкидо”, “Каратэ-до”, Кореяда – “Таэкван-до” ва бошқа каби бир қатор якка кураш турлари бугунги кунда ривожланган давлатлар тарихида муҳим ўрин тутишини таъкидлаш жоиз.

Шарқ якка кураши санъатининг тарихи эрамиздан аввалги XXXVII асрларга бориб тақалади. Қўл ва оёқ кураши аввалдан давом этиб келаётганлигини тарихий ҳужжатлар ҳам тасдиқлайди. Жумладан, таникли корейлик намоёндаларнинг қабрларидан топилган расмларда ёритилган курулсиз жанглари тасвирлари ҳам фикримизнинг яққол исботидир.

Шарқ якка кураши сирасига кирувчи Корея кураш санъати тарихига назар ташласак, унда корейсча якка кураш санъатининг Бошланғич даври эрамиздан аввалги I-аср ўрталари ва X-аср охирларига тўғри келиб, у Когурё, Силла ва Тэкче каби уч давлат ҳудудларида кенг тарқалган. 668 йилда Силла давлати 978 йилдан кейин Силла давлати бирлиги Корё давлатига ўтганлигининг (976-1392 й.) гувоҳи бўламиз. 1392 йилдан бошлаб у ерда Ли сулоласи ҳукмронлик қилди (1392-1910).

Эрамизнинг VII асрида Корея ярим оролида Когурё, Силла, Тэкче каби учта давлат мавжуд эди. Тинмай урушлар авж олиб турганлиги боис корейликлар кучли қўшинга эҳтиёж сездилар. Бундай қўшинни 24-чи қирол Сиян Чин Хеунг тузишга муваффақ бўлди. Қўшин жангчилари (хваранглар) жисмоний ва руҳий тайёргарликдан ўтказилар эди. Кейинчалик бу қўшин жангчилари жангларида ўз мардликлари билан кўплаб қаҳрамонлик ва жасоратлар кўрсатдилар ҳамда халқ орасида “хваранглар” номи билан машҳур бўлиб, афсонага айландилар. Жангларида қозонилган ғалабалар корейс давлатини бирлашишида асосий омил бўлиб хизмат қилди. Шу вақтдан бошлаб (337-935 йй.) корейс кураш санъати муттасил равишда ривожланиб борди.

Когурёда Корея ярим оролининг бир қисми ва Манчжуриядаги иккинчи қисмида “сохта” деб аталган қўл жанги услуби яратилди. Мамлакатнинг

шарқида жойлашган Тэкчеда эса “субак” усули яратилди. Силла давлатида эса “хварангдо” усули ишлаб чиқилди. Кейинчалик Корё даврида (976-1392 й.) уларга “теккён” ва “тангсудо” усуллари ҳам қўшилди¹

Корея қўл жанги ўзининг бош, тирсак, тизза, елка ва сакраб уриш каби жиҳатлари билан билан характерланади. Аввалига қўлдан мушт сифатида умуман фойдаланилмай, кафтларни очиб уриш, кафт билан когурғани уриш ёки бармоқлар билан урилар эди. XVI асрда Кореянинг Шарқий Ғарбида “пакхчиги” усули машҳур эди. Унда елка, тизза, тирноқ, товон, ўрилган соч зарбанинг бир қисмини ташкил этарди. Эркакларнинг узун сочлари ўрилган бўлиб, улар жангда сочи билан каттиқ зарба берардилар.

668 йилдан бошлаб Силла давлати Хитой билан узвий боғланган эди, Хитой жанг санъати сезиларли даражада таъсир қилди. Шунга қарамай, “мье” (“мье” – корейсча “жанг санъати”) ўзини корейс негизига эга эди. Кореяда “Коре” даврида учга бўлинган бир неча қўл жанги мактаблари мавжуд эди: кенг кўламдаги халқ будда черковлари, саройдаги давлат хизмати жангчилар учун таълим берарди. Беш асрдан кейин Корё сулоласи емирилди. 1909 йилда Япония Кореяни босиб олиб, Корея жанг санъатини таъқиқлаб қўйди. Япония сиёсати Корея халқи маданиятига тазйиқ ўтказди, фақат “мье” ўз кучини сақлаб қолди ва мамлакат озод бўлгандан кейин яна ривожланди.

Кўпгина корейс жанг санъати усталари мамлакатни тарк этиб, бошқа мамлакатларга мухожир сифатида жўнаб кетдилар. Шунда улар бошқа хилдаги кураш санъатлари билан танишишга муваффақ бўлдилар. 1945 йилда Корея озод этилгач, мамлакатни тарк этган кўплаб кураш санъати усталари қайтиб кела бошладилар. Корейс жанг санъатини қайта тиклаш ишлари жадал суръатларда бошланиб кетди. Натижада Корея жанг санъати усталари Корея яккакурашининг бирқанча турларини қайта ишлаб чиқишга муваффақ бўлдилар.

Корея якка кураш турлари сирасига кирувчи таэквандо, тангсудо ва хапкидо усуллари ва уларнинг яратилиш тарихига бир назар ташласак. Таэквандо Шарқ яккакурашида ёшларга мос усул деб ҳисобланиб, у 1955 йилда Кореяда яратилган. Корея ҳукумати кўпгина корейс таэквандо усталарига халқнинг қадимги корейс кураш санъатини қайта ривожлантиришлари учун рухсат берди.

Бундай усталардан бири генерал Чой Хон Хи эди. У 1955 йилда корейс яккакураш спортига таэквандо деб ном берди. Корейсча “таэ” – “оёқ”, “квон” – “қўл”, “до” – “йўл”. Яъни сўзма-сўз таржима қилганда “Оёқ ва қўлга йўл” демакдир.² 1963 йилда давлат тури ҳисобланиб, таэквандо оммавий спорт ҳаракатига айланди. Санъатнинг кураш тури бўйича мунтазам равишда турли хил мусобақалар ўтказилди. 1971 йил Корея соғлиқни сақлаш ташкилотлари таэквандо соғлиқни мустаҳкамлайди,

¹ Карамов С.К. Корейские боевые искусство. -Москва: Астрель. -2003. С.5.

² Там же: С. 13.

шуғулланаётганларни жисмоний кучини оширади, деб эълон қилди. Армия ва полицияда таэквандо билан мунтазам равишда шуғуллана бошладилар. Чой Хон Хи яратган таэквандо оммавий Олимпиада спорт тури ва кураш санъати, ўзини ҳимоя қилиш санъати сифатида вужудга келди. 1988 йилда Кореяда таэквандо билан шуғулланувчилар сони мураббий ва шогирдлар билан биргаликда 2 миллиондан ошиб кетди. Кейинчалик жаҳоннинг 120дан ортиқ мамлакатларида 2 мингдан ортиқ корейлик таэквандо усталари 30 миллион шогирдга таълим бердилар.

Чой Хон Хи яратган яккакураш тури эълон қилингандан кейин, 1966 й. Халқаро таэквандо Федерацияси тузилди. Кейинчалик Шимолий Корея коммунистик ҳукуматининг турли хил овоз берганлиги сабабли генерал Чой Хон Хи Канадага жўнаб кетади.

1973 йилда Сеулда Бутунжаҳон Таэквандо Федерацияси тузилди (ВТФ). Унинг раиси этиб Ким Ун Енг тайинланди.

Корейс яккакурашининг “таэквандо ва таэквандо” деб турлича номланишини ўқиган киши орфографик хато деб ўйламаслиги керак.

1963 йилда таэквандо Кореянинг 43- конгрессида янги спорт тури сифатида талқин қилинди. 1965 йилда Жанубий Корея спорт ассоциацияси Жанубий Корея таэквандо Ассоциацияси деб қайта номланди. 1971 йилда Корея ҳукумати таэквандони расмий равишда спорт тури деб буйруқ қабул қилинди. 1973 йилда ташкил этилган Бутунжаҳон таэквандо Федерацияси (БТФ)га 1988 йилда 109 давлат вакил қилинди. 1975 йилда БТФ Халқаро Ўйинлар Иттифоқига аъзо бўлди. 1976 йилда БТФ таэквандо нинг Халқаро кўшин конгресси дастурига киритилди. 1980 йилда БТФни Халқаро Олимпиада Қўмитаси тан олди. 1982 йилда Халқаро Олимпиада Комитети таэквандони Олимпиада-88 дастурига киритди. 1984 йилда БТФ томонидан таэквандо Сеулда ўтказилган X жаҳон чемпионатининг АСЕАН дастурига киритилди. 1994 йила БТФ таэквандо Олимпиада спорт турига айланди.

Таэквандо Россияда ҳам кенг ривожланди: 20 дан ортиқ шаҳарларда, шунингдек Москвада болалар ва катталар шуғулланишлари учун кўплаб таэквандо клублари очилди.

Тангсудо яккакураш санъати ҳам Кореянинг қадим ўтмишига бориб тақалади. Курашнинг бу санъат усули Когурё (37-668 йй.) сулоласи даврида пайдо бўлди ва Кори даврида (976-1392 йй.), Силлада (668-935 йй.) ҳам кенг тарқалади.

Япония Кореяга ҳукмронлик даврида (1905-1945 йиллар) японлар Корея кураш санъатининг турли хил усуллари ва шу жумладан тангсудони ҳам таъқиқлаб қўйишига қарамай, корейс усталари тангсудо билан яширинча шуғулланар эдилар. 1945 йил августида тангсудо устаси Хван Ки тангсудонинг замонавий вариантыни яратди. 1945 йилнинг куз ойларида у Сеулда тангсудодан сабоқ берди. Маълум бўлишича, Хван Ки аввал қадимги кураш санъатидан субак ва тэккёк усуллариини ўрганган.

Хван Ки янги бу услубни тангсудо деб атади (“тан” – Хитой сулоласи Тан ёки хитой кўли). Хван Ки тангсудо ҳақида шундай дейди: “Тангсудо тарихи туганмасдир, чексиздир. Бу санъат тури билан ким қачон илк бор

шуғулланганлигини айтиш мушкул. Тангсудода Хван Ки субак жанг техникасини 60% ни, қолган 40 % ни – ушу услубини киритади. Хван Ки бу услубни тўлиқ қилиб Мудуккван тангсудо деб атаиди.

Бу “ички ва ташки зиддиятни бирлаштирувчи мактаб ва лойиқ қўл йўлидаги лойиқлиги ривожланиши” деган маънони билдиради.

Ҳозирда таэквандо, хапкидо, куксуль каби тангсудо услуби ҳам жаҳонда таниқлидир. Айни пайтда Хван Ки Сеулда яшайди ва Тангсудо Мудуккван Федерацияси Президенти сифатида фаолият юритмоқда.

Тангсудо усулида оёқ билан баланд айланма зарба берилади. Баъзан “тангсудо” сўзи “оёқ қўл санъати” деб таржима қилинади. “Су” “қўл” “до” – “йўл”, “му” ёки “мус” – “жанг санъати”, “дук” – лойиқлик, “кван” – мактаб. Тангсудода оёқни баланд кўтариб ва сакраб туриб оёқ билан кучли зарба берилади. Тангсудода зарба қўл билан, асосан мушт билан амалга оширилади, камдан-кам ҳолларда тирсак ва кафт билан зарба берилади.

Биз таҳлил қилаётган корейсча якка кураш усуллардан яна бири хапкидо бўлиб, унга Чой Ёнсол асос солган. У 1910 йилдан Японияда таниқли айки-дзюцу, дайта-рю бўйича кураш устаси ҳисобланади. Сокаку Такедадан таълим олган. 1945 йилгача Японияда яшаб Ёнсол Такедадан якка кураш усуллари чуқур ўзлаштирди. У айки-дзюцуни мукамал ўрганиб, унинг техникасини корейсча таниқли тэккен, тангсудо, хварангдо яккакураш каби услублари билан уйғунлаштирди. Шу тахлит ягона хапкидо яккакураш усули вужудга келди. “Хап” боғламоқ, бирлаштирмоқ”, “ки” – қувват (куч), “до” – йўл, яъни “”белгиланган ҳаёт қувватининг боғлиқлигига йўл”¹.

Шарқ кураш санъатларидан ҳисобланган Хитой ва Япония кураш усуллари, жусладан айкидо ва кунг-фуджит кун до каби машҳур усуллар хусусида тўхталсак.

Шарқ якка курашининг “Айкидо” тури тарихи. Дастлаб айкидо(“ҳаётий энергияга асосланган санъат”сифатида) кенг оммага 1948-йилда босқинчи ҳокимият расман жанг санъати ургатишга қарши қуйган тақиқини бекор қилгандан сўнг таништирилди. Бу замонанавий жанг санъати асосчиси Морихей Уйшиба (1883-1969) эди. Кўп йиллар давомида Уйшиба Япония бўйлаб саёҳат қилиб, ҳар хил жанг санъати мактабларида қурол билан ва қуролсиз курашиш усуллари ўрганади. Дарвоқе, айкидодаги аксарият ҳаракатлар қиличбозлик усуллари эслатади. Унинг ҳаракатчанлигининг асосини бир неча минг усуллардан иборат бўлган комплекс ташкил этган бўлиб, уларнинг кўпи оғриқли ушлаш, кўчирганда кулларни ушлаб туриш ва организм биоэнергетик имкониятларидан фойдаланиб иргитишдан иборатдир. Айкидонинг психофизик асосини куп меҳнат талаб етувчи ва узок давом етувчи автотренинг ташкил этади. Уйшибанинг 20-йилларда тузилган мактаб тайерлов дастури хатто дзю-до шиерларидан ҳам тинчликсевар еди. Дзю-до шиори эса қуйидагича: «Хакикий жанг санъати рақибни кулатиш учунгина ишдатиладиган купол

¹ Карамов С.К. Корейские боевые искусство. –Москва: Астрел. -2003. –С. 53.

жисмоний куч ва айникса дунени вайрон килувчи халокатли курол билан ҳеч канака умумийликка эга булмаслиги керак. Ҳақиқий жанг санъати урушни четлаб утиб, умумборлик энергияси “Ки”ни бошқариши керак деб талқин етилади. Шу йўл билан барча жанг санъатлари билан шугулланиш рақибини йок қилиш мақсади булмасдан, балки аксинча инсонда уни ураб турган оламга хурмат ва муҳаббат ҳиссиетлари тарбияланиши керак.

Дзю-до асосчиси Кано Дзигоронинг бу сузлари ва қадимги жанг санъати усталарининг рақибда “иккинчи мен”ни қуришга даъват етувчи фикрлари, инсоннинг ўзини-узи англаш камолотга еришиш жараенида жуда муҳим ҳисобланади. Айкидога ҳақиқий машхурликни 1954- йда утқазилган бутун япония жанг санъати турнири олиб келди. Нафис ва шубҳасиз эффектив бўлган техника намоиши ката муваффақитга еришди ва айкидо тугараклари бутун япония буйлаб очила бошланди. Иккинчи жаҳон уришидан сунг Морихей Уйшиба япония айкидо иттифоқини тузди. М. Уйшиба ва унинг угли Кишомару Уйшибалар сай-харакатлари натижасида айкидо нафакат японияда балки бутун жаҳонга ёйилди. Бошқа усуллар ҳам ана шундай тарихга эга.

1.2. Шарк якка қураши асосчилари ва уларнинг таълимоти

Чой Хон Хи-таэквандо жанг санъати асосчиси. Унинг таълимоти Таэквон-до руҳи, Таэквон-дочи қасамёди ва Таэквондочининг бурчлари каби уч муҳим асосга таянади. Жумладан, *Таэквандо руҳида* -Таэквандо билан шугулланадиган спортчилар учун таэквандо руҳи энг муҳимдир. Бу руҳ тартибни сақлаш, низомга риоя қилиш, таэквандочи қабул қилган махсус қасамёдидан иборатдир. Иккинчи асос - *Таэквондочи қасамёдида эса* “Мен албатта жамият учун керакли одамман! (инсонман). Мен ўз ота-онамни қадрлайдиган одамман. Мен ўз Ота Ватанимга хизмат қиладиган одамман”- деган тамойил устуворлик қилади. Учинчи асос - *Таэквондочининг бурчларида* таэквандочи кўчада ёки бошқа жойларда нима бўлишидан қатъий назар албатта ўзини вазмин ҳолатда тутишга мажбурдир. Нотаниш кишилар билан мулоқотда бўлганда уларга қўполлик қилмаслиги, уларни ҳақорат қилмаслиги керак.

Мазкур фалсафага кўра, таэквандочи ҳақгўй, ўз олдига ҳақиқий мақсадни қўйиши керак, ҳаттоки ўлимдан ҳам қўрқмаслиги лозим! Таэквандочи ҳаётга бўйсунди. У бошқаларнинг фикрига қўшилмай, ўз сўзларини айтишдан аввал чуқур ўйлаб кейин сўзлайди. Шунингдек, таэквандочи бошқаларга доим ёрдам бериши зарур. Таэквандочи, кучсиз, заиф одамларга ёрдам кўрсатиши билан ўзига ёрдам кўрсатган бўлади. У ўз ота-онаси, ёру биродарлари, яқинларига ёрдам бериши шарт. Таэквандочи жиддий, камтарин, вазмин, тежамкор, пулни ва нарсаларни тежаб ишлатади. Таэквандочи ҳаққоний ва виждонлидир, шунингдек у доимо инсонпарвардир! У дунёда тинчлик барқарор бўлишини истади. У тинч ҳаётни таъминлаш мақсадида ҳар қандай жанжалли ҳолатларни бартараф этишга доимо тайёр туради.

Шарқ якка курашининг мазкур ўзида бир қатор ахлоқий қоидалар ва қадриятларни мужассам қилган. Жумладан, таэквандо *удумларига* кўра, таэквандочи кундалик ҳаётда ва додженгда (спортзалда) ҳар доим барча қоидага риоя қилади. Таэквандочи таэквандо бўйича маросим машғулотдан аввал бошланиб, машғулотдан сўнг тугашини билиши шарт. У спорт машғулотлари ўтказиладиган залга кира туриб мураббийга таъзим қилади. У машғулот пайтида ҳамма нарсага тайёр туриши, гарчи унга қийин бўлса ҳам хафагарчилик ва мағлубият аламларига чидаши, ва таэквандони янада яхшироқ бажаришга ҳаракат қилиши керак!¹ Додженгда катта ўқувчи буйруқ берганда: “Чариот! Сабум кюнне!” (Дикқат, Устозга таъзим!) таъзим қилишга мажбурдир. Таэквандо мураббийи одатда машғулотдан олдин ўқувчилари билан яккакураш тамойиллари хусусида суҳбат ўтказди.

Таэквандода *тарбия* масаласига жуда жиддий эътибор қаратилади. Таэквандо ҳар доим спортчиларни тарбиялайди, уларни йўлида учрайдиган ҳар қандай қийинчиликларга чидашни ўргатади. Унинг тарбиявий аҳамиятининг муҳимлиги шундаки, у ўқувчини ҳамиша ҳақгўйлик, эрксеварлик каби юксак инсоний фазилатга эга бўлган, руҳан ва жисмонан кучли шахс сифатида тарбиялайди.

Хотин-қизлар ҳам таэквандо билан шуғулланиб, жуда кўп ҳолларда катта муваффақиятларни кўлга киритган. Бирор-бир ютуққа эришишдан олдин таэквандочи аввало ўз устидан ғалаба қозониши зарур ва унинг ахлоқий маданиятида шерик ва рақибга нисбатан ҳурмат билан қараш устувор аҳамиятга эга.

Таэквандо санъатида бадиий-эстетик рамзлар унинг *белбоғларида* ўз аксини топган. Таэквандода қуйидаги 10 та махсус белбоғ – гиплар ҳамда 10 та уста қора белбоғ - дан мавжуд:

Ўқувчининг оқ хошияли рангли белбоғи, қора хошияли қизил белбоғ. Булар қуйидагича тавсифланади: 10 гип – оқ белбоғ. 9 гип – сариқ хошияли оқ белбоғ. 8 гип – сариқ белбоғ. 7 гип – яшил хошияли сариқ белбоғ. 6 гип – яшил белбоғ. 5 гип – кўк хошияли яшил белбоғ. 4 гип – кўк белбоғ. 3 гип – қизил хошияли кўк белбоғ. 2 гип – қизил белбоғ. 1 гип – қора хошияли қизил белбоғ.

Янги келган ўқувчи албатта 10-гипни олади, бу таэквандо ўрганишга келганларнинг энг биринчи босқичидир. Имтиҳон топшириш 9-гипдан 1-гипгача боради. 1-гипдан кейин ўқувчи таэквандонинг 1-қора белбоғи учун курашади. Ўқувчи (шогирд) белбоғининг четига 5 см ли хошия (масалан, сариқ белбоққа яшил хошия) тикиб қўйилади. Қора белбоғ дан рақамлари, қора белбоққа рим рақамлари билан белгиланади.

Таэквандочиди “дан” рақамлари қанчалик катта бўлса, унинг шунчалик юксак маҳорат соҳиби эканлиги маълум бўлади. Таэквандо I - III дан соҳиблари таэквандо қора белбоғи бошланғич босқичи - IV-VI дан эгалари таэквандо бўйича халқаро даражадаги уста экспертлари ҳисобланади. VII-IX дан таэквандо эгалари, таэквандонинг элита –моҳир усталаридир.

¹ Карамов С.К.. Корейские боевые искусство. –Москва: Астрел. -2003. С.18 .

Бугунги кунда Таэквандода ёш болалар махсус қора белбоғи ҳам таъсис этилган. Уларни 16 ёшга етмаган болалар, қора белбоғ техникасини ишончли намоёиш қила оладилар. Болалар қора белбоғи пума деб аталади. Пумалар 3 та, яъни, 1-пума, 2-пума, 3-пума. 16 ёшга етган спортчилар яна имтиҳон топшириб, таэквандо 1-дан даражасини оладилар.

Шарқ якка курашининг Айкидо турига Морихей Уйшиба томонидан асос солинган. Унинг айкидосига ҳозирда кўплаб давлатларда айкидони ва унинг техникасини ўрганиш, уни тўғридан тўғри асосчиларидан сабоқ олган айкидо усталари томонидан тарғиб қилинмоқда. Кўплаб айкидочиларнинг авлодлари уни ўзларининг катта ўқитувчиси деб ҳисоблайдилар¹¹. (ОСЭНСЭ)

ОСЭНСЭ Марихей Ужиба 1883 йил 14 декабрда Япония шаҳарларидан бири танабэда туғилган. У эски самурайлар авлодидан ҳисобланади.

Айкидо нима?

Sharqda paydo bo'lgan va ko'p yillar davomida tor doira kishilarga ma'lum bo'lgan Aykido jang san'atilar ichida nisbatan aniq va mukkamalrog' bo'lgan, keyingi rivojlanish bosqichida o'zining rivojlanish uchun kerak bo'lgan samarali tartibga ega bo'lgan, insonning barcha, jismoniy va ruhiy kuchlarini birlashtirgan va foydalli qo'llaydigan jang san'atiga aylandi. Ammo Aykido haqidagi dastlabki tassurot uni har xil turdagi hujumlardan o'zini himoya qilish uchun mukkamal tizimdek tuyuladi, lekin yanada diqqat bilan e'tibor berilsa, uni oddiy o'z-o'zini himoya qilish tizimidan ko'ra kelib chiqishi yapon budjutsuga (jang san'ati) borib taqaluvchi keng ma'noga ega bo'lgan jang san'ati ekanligini ko'rish mumkin. Aykido - bu Garmoniya Tartbi (Koordinatsiya), tana va ruhni mustahkamlovchi yo'ldir. Aikido so'zining to'g'ridan-to'g'ri tarjimasida "aqliy va ruhiy energiyaning garmoniyasi yoki koordinatsiya yo'li yoki uslubi" degan ma'noni beradi. M.Uyshiba tomonidan rivojlantirilgan jang san'atining o'ziga xosligi o'z ichiga yapon qilichbozlik, nayzachilik, aykijitsu va ko'plab boshqa nisbatan qadimiy boshidan o'ziga xos fikrlar va harakatlarni jamlashga va shu o'ziga xos jang san'ati asosini tashkil etuvchi "ki" ruhiy energiyaga asoslangan ezoterik turdagi jang san'ati. Aykido - bu samarali o'z-o'zini himoya qilish uslubi bo'lib, ba'zan hayratli natijalarga erishishga xizmat qiladi, birdek bir yoki undan ko'p bo'lgan raqiblar hujumiga qarshi qo'llanishi mumkin, bu esa u bilan istalgan yoshdagi va jinsdagilar shug'ullanishi degani.

Aykidoning sog'lomlashtirish aspekti

Aykido bilan shug'ullanish davomida har xil darajalarda ish olib boriladi, chunki so'nggi natija shaxsiyatni rivojlantirish, jismoniy va aqliy shu bilan birga funksional kuchlarni birlashtirish. Eng avvalo shuni takidlash kerak, Aykido

¹ Бранд Ролъф. Айкидо. –Москва: 2003. С. 11-12.

qo'llanishi o'ziga xos aylanma harakat va bir tekisda kuchni qo'llash bilan xarakterlanadi. Uning asosiy natijasi - bu yuqori darajadagi koordinatsiya: harakatchan, egiluvchan, har qanday tez jismoniy (muskullarning qisqarishi va ularning juda rivojlanib ketishi) yoki aqlliyl bosimdan ozod funksiyanal harakat. Xatto ayollar, bolalar va yoshi katta insonlar aqlliyl va jismoniy faoliyatning uyg'unlashivi stimulashtiruvchi hususiyatga ega ekanligi va amaliyl shug'illanish jarayonini inson kamchiliklariga moslashtirish mumkinligini takidlashadi. Doimiy Aykido bilan shug'illanishning aniq natijasi sog'liqning yaxshilanishida, ayniqsa nafas olish va qon aylanish tizimida seziladi. Nafas olish tizimining yaxshilanishi qorin bilan nafas olish orqali yaxshilansa, qon aylanish tizimi bo'g'inlar va umuman tananing ishlashi natijasida yaxshilanadi. O'z o'rnida nafas olishning va qon aylanish tizimining yaxshilanishi, qonga tez va doimo yangi materiallarning barcha organlarga yetkazish imkoniyatini beradi va bir vaqtning o'zida vena va arterilarni har xil keraksiz materiallardan va yog'lardan holi bo'lishga yordam beradi. Yana Aykido yig'ilib qolgan aqlliyl moamolarni amaliyl harakatlar yordamida tashqarga chiqarib tashlashga yordam beruvchi san'at hisoblanadi. Odatda bosimsiz va yaxshi muhit Aykidoni har doim bosim ostida o'tadigan va qattiqqo'llik bilan boshqariladigan ko'plab jang san'atilarining qarama-qarshisiga aylantirib qo'yyadi.

Aykidoda himoya etikasi

Aykido uslularini to'g'ri qo'llash orqali noto'g'ri darhazab hujumni tez va chaqqonlik bilan bartaraf etish mumkin, bunda hujum qilgan shaxsga hech qanday jiddiy jarohat yetqazmay, har xil hujum va himoya aspektlari ustidan boshqaruvni ko'rsatish mumkin. Aykido boshqalarga zarar yetkazmaslik javobgarliging aykidochi o'z bo'yniga olishni o'rgatadi. Hujum qilayotgan shaxs o'zining darhazablik kuchi sababli eng past darajadagi ruhiyl holatda bo'ladi. Aykidochi esa yuqori ruhiyl holatga intiladi, u bu holatda o'ziga ishonch va mohir texnika bilan o'zini ko'pincha o'z-o'zini himoya qilish uslubi sifatida o'rgatiladigan qo'pol uslublarga o'tmasdan himoya qiladi. Bunday qiyin va kerakli natijaga erishish uchun amaliyl holatda rivojlantirish kerak bo'lgan ancha nozik himoya konsepsiyasi va juftlik boshqaruvi, Aykido ustasi shaxsiyati va uning yashash asoslarini uchun sinov maydoniga aylanadi. Natijada, Aykido boshqa jang san'at turlaridan "himoya" so'ziga beriladigan ma'no bilan ham farq qiladi.

"Markaz" va "Ki" energiyasi

Sharqdan ko'plab hayratlanarli kuchlar haqida hikoyalar yetib kelgan bo'lib, bu kuchlar o'z yo'lida barcha narsani vayron qilivchi "kuchli shamol yoki suvga" o'xshatilgan. Bunday kuchni turlicha nomlashadi, ammo ko'p hollarda (ayniqsa Yaponiyada) uni - "Ki" deb nomlashadi, uning joylashgan nuqtasi "Xara" yoki "Markaz" deb nomlanadi. Deyarli barcha jang san'atlari o'zlarining ma'lum bir rivojlanish bosqichida bu kuchga, uning rivojlanish yo'llari va vositalariga

e'tibor beradi. Bu kuch "ichki energiya" yoki "maxsus energiya" deb hisoblanadi va barcha jang san'atlari unga ega ammo ulardan kamchiligini bu kuchni ongli ravishda rivojlantirgan. Bu energiyaning joylashish nuqtasi tahminan kidikdan ikki duyum pastda joylashgan. Yani u inson anatomiyasining og'irlik markazi nuqtasiga to'g'ri keladi. **AYKIDODA BU NUQTAGA VA ICHKI ENERGIYAGA (jismoniy va aqlliyl energiyadan umuman farq qiluvchi energiya sifatida) KATTA E'TIBOR BERILADI VA U USLUBNING TO'P MA'NOSINI O'Z ICHIGA OLADI.**

Marosim

Marosim o'z ichiga zalda o'zini tutish, ustoz va sherigiga bo'lgan munosabatlarni oladi. Ha zalda! U joyda sizning va boshqalarning ko'plab mehnat terlari to'kiladi, ko'plab jismoniy va ruhiy kuch sarfalanadi, u yerda yangi do'stlar ortiriladi va yangi ruhiy holatlar paydo bo'ladi, shuning uchun u joyni hurmat qilish kerak.

Bu juda oddiy:

- zalga faqatgina almashtiriladigan oyoqkiyimda kirish kerak;
- tatamiga qadam qo'yishdan oldin oyoqkiyimingizni yechib, eshik oldiga qo'ying va zalga va unda shug'ilanayotganlarga hurmat ma'nosida ta'zim qiling;
- usullarni o'rganishga kirishda kerakli masofani egalab, o'z sherikimgizga ta'zim qilib, kerakli holatga turib, keyin texnik harakatlarni boshlash kerak. Uslubni tugatib, boshlang'ich holatga qaytish kerak.
- aykidochi sabirili, hamma hurmat qiladigan va kamtar bo'lishi kerak;
- texnikada mavjud bo'lgan barcha xatolarni eng avvalo aykidochi o'zidan ko'rishi kerak, sherigidan emas;
- ustozga o'zning katta o'rtog'i sifatida murojat qilish kerak;
- tatami yoki zalni tark etishdan oldin, uning markaziga qarab ta'zim qilish kerak;

Aykido bilan shug'ilanish jarayonida hosil bo'ladigan chuqur bir-birni hurmat qilish muhiti sizning ruhiyatingizni yanada hotirjam holatga olib keladi (agar bunga unchalik ishonmasang'iz Aykido bilan kamida 4 oy shug'ulangan sportchidan buni shaxsan so'rab ko'rishingiz mumkin).

Айкидода устоз ва шогирднинг ўрни салмоқли ҳисобланади. “Агар яхши ўқитувчи топишни хоҳласангиз, самимий кўнгил тарафдори бўлинг!”¹- дейилади айкидода. Айкидо билан шуғулланувчилар ўз имконият ва қобилиятларидан мустақил равишда бир хил йўлда ҳаракат қиладилар (до). Ғарб давлатларида кўпчилик фақатгина ўз кучига ва ўз ақлининг панд бермаслигига ишонади. Шунинг учун **ўқувчи ва ўқитувчи орасида қуйидаги муносабат қарор топган:**

1. Маълумки, ўқитувчи доимо ўқувчини ҳақиқат йўли сари чорлайди. Шунинг учун, у ўқувчини осон чорлайди ва ундаги хатоларни бартараф этади. Унга вақти ва кучини тежашида ёрдам беради.

2. Айкидонинг техник ва руҳий мазмунини фақатгина сўзлар билан ифодалаб бўлмайди. Бу ерда асосийси сезгидир. Машғулотда кўпроқ “тана тили”да муомала қилинади. Ўқитувчи ҳаракатлар ёрдамида машғулотни кўрсатиб беради. Шунинг учун ҳам ҳаракатнинг ҳар бир тури устидан иш олиб борилади. Машғулотда ҳам бунга қаттиқ риоя қилиниши керак.

3. Ҳар бир тарафдор тренистик йўлига (ўзи келади) ўрганган ва ўз (маҳоратини) қобилиятини тўплаган. Шунингдек, унинг ривожланишига ва техникасига таъсир кўрсатган.

4. Ҳақиқатан, ўқитувчи ва ўқувчи орасидаги муносабатлар бир томондан ўз-ўзини инкор қиладиган ҳаракатларга, иккинчи томондан эса эргашувчининг фикрига бўлган тўла ишончига асосланади. Бу эса унга ўқувчи ўрганган техникаларини мустаҳкамлаб, текшириб туриш ваколатини беради. Айрим пайтлари ўқитувчининг ўзи ҳам доимий машғулотлар олиб туришига тўғри келади.

5. Ҳақиқий ўқитувчи бу – ўз ўқувчисининг қалбини тўла тушунадиган, ўз қарамоғидагиларни эркин индивидуал сифатда ривожланишига йўналтира оладиган инсондир. У ўзини бошқаларга ўртак сифатида кўрсатади. Ўқувчига руҳий ва техник режада ҳар жиҳатдан ёрдам бера олади. Уларнинг ўзаро муносабатлари “юракдан юракка” принципига асосланган ҳолда курилади. Бунда иқтисодий, ижтмоий ва миллий жиҳатлар унутилади.

6. Қонунга кўра қабул қилинган ва онгли равишда бажариладиган вазифа талабга жавоб берадиган ўқувчини тайёрлаш ўқитувчининг профессионал ва ахлоқий жиҳатларини очиб беради.

7. Ўқитувчининг ёрдами билан ўқувчи ўзида ишонч, жасорат ва қатъиятни шакллантиради. У ўз ўқитувчисидан ўрганган нарсаларни мустаҳкамлашни ва келгусида уни ўзининг ўқувчиларига етказиб бериш масъулиятини ҳис қиладди. Бунинг оқибатида айкидо маълум шахслар ҳаётида муҳим ўрин тутган, ҳақиқий ва доимий янгиланиб турувчи куч ҳисобланади.

8. Мураббийлик маҳорати ўсиши билан ўқитувчи ва ўқувчи орасидаги муносабатлар характери ўзгариб туриши мумкин. Лекин, у ҳеч қачон бузилмаслиги керак.¹ Ўқитувчи ҳар доим, ҳатто ўзининг ҳаётидан кейин ҳам ўқувчининг юрагида яшаши керак. Шундагина у яшайди ва ижодини давом эттиради. Айкидо йўли ва таълимотига кўра “Қийин йўлда тўхта ва атрофга қара. Кимки фақат ерга қараб юраверса у осмондаги юлдузларни кўрмайди. Айкидо тинимсиз ҳамкорликни талаб қиладди”.

Шарк якка курашлари орасида “Джит кун до” алоҳида мавқега эга. Унинг асосчи барчага машҳур Брюс Ли ҳисобланади. “Джит кун до” таълимоти куйдагилардан иборат:

¹ Бранд Рольф. Айкидо. –Москва: 2003. –Б. 13-14.

А. Ҳақиқатан ҳам, ҳолатни кўриш мушкул, зеро инсон онги ўта мураккаб шаклланган бўлиб, кимдандир маҳоратни ўзлаштириш осон, лёкин яна кимгадир шахсий муносабатни ўргатиш қийин.

Б. Джит кун до усули шаклсизликни ифодалайди. Шу боис джит кун дода турли хил шаклларни қабул қилиш услуби йўқ, унга барча услублар тўғри келади. Натижада джит кун до турли хил усулларни қўллайди, лёкин ҳеч нарса билан боғланмайди, шунингдек у барча оммалашган техникани қўллайди ва хоҳлаган мақсадга эришишга ёрдам беради.

В. Джит кун до йўлини танлаб орқага қарамасликка, ҳаётга ҳам, ўлимга ҳам бефарқликка ўргатади¹¹.

Джит кун до барча мавҳумликлардан қочиб, қийинчиликка киришга ҳаракат қилади, муаммонинг тагига етиб, ҳамма калитларга йўл топади.

Джит кун до - эгри-бугри йўлларни изламайди. У мақсадга тўғри йўл билан олиб боради. Ундаги оддийлик - икки нукта орасидаги қисқа йўл.

Джит кун до санъати қисқача тузилган. Бу ўз-ўзи билан бўлишни англатиб, у кундалик ҳақиқатдир.

Джит кун до - бу билим бериш (маърифий). Ҳаётни маъноси, кучли ифода ва бошқарувга йўл олиш, лёкин билим бериш сезги орқали берилади¹. Ўқувчи билим олиш жараёнида ҳар томонлама фаол бўлиши керак. Ҳақиқий жангда унинг онги жуда эркин бўлиши керак ва ҳеч нарса уни ҳаяжонлантормаслиги керак. Ҳолат шунақа бўлиши керакки, гўё ҳеч нарса бўлмаётгандек. Қадам ташлаганда қадам енгил ва эҳтиёткор бўлиши лозим, тинмай ҳаракатланаётган рақибга ва кўзлар бир нуктага қараб қолмаслиги керак. Хулқи ҳар кунги ҳолатдагидек бўлиши, юзида ҳатто ҳеч қандай ўзгариши бўлмаслиги, гарчи ўлим ҳолатидаги жангни кўриб турган бўлса ҳам, эътиборсиз бўлиши керак.

Шарк якка курашларининг фалсафаси ўзида қалб санъати ва ҳақиқат йўлини мужассам этади.

Қалб санъатининг мақсади инсоннинг ички ва ташқи дунёсининг шахсий кечинмаларини эстетик ижодда жамлашдан иборат. Санъат ички кечинмаларни психологик тушуниш ва одам билан мавҳумликнинг ўзаро муносабатида намоён бўлади. Санъат ҳаёт ифодаси, бўшлиқ ва вақтни чегарасига қадам қўяди. Санъат орқали, унга янги шакл ва табиатга ёки оламга маъно бериш учун биз ўз қалбимизни ишлашга мажбур қиламиз. Санъат – ҳеч қачон декорация ёки безак бўлмайди, аксинча, у маърифий ишдир. Бошқача айтганда, санъат – бу эркинлик техникасидир².

Санъат қалбни акс эттирувчи техникани тўлиқ билишни талаб қилади. “Санъатсиз санъат” – бадий ҳолат, рассомнинг ички дунёсида бўладиган, унинг маъноси - “қалб санъати”дир. Санъатда ижод – бу илдизи номаълум, шахсни кашф этувчи психикадир. Унинг ҳаракатланиши шахс параметри тимсолида ифодаланади. Ўқувчи ўзини уста деб билиши учун аввало барча

¹ Брюс Ли. Дао Джит кун до. –Москва: Астрел. 2008. –С. 12.

² Брюс Ли. Дао Джит кун до. –Москва: Астрел. 2008. –С. 10.

гина-кудуратли тушунчалардан холи бўлмоғи керак. Санъатсиз санъат – бу чуқур кўлдаги, кўзгудаги ойдек чалажон қалбдир. Албатта, мусаввирнинг мақсади –ҳаётни ва қалб кечинмаларини тушунарли тарзда тўла очиб беришдир.

Шундай қилиб бадиий маҳоратлар бадиий малакани ифодалайди. Улар орқали ички ва ташқи дунёни қалбдан ҳис қилиш мумкин.

Шундай қилиб айнан бадиий ҳолатда борлик, борликда эса ҳақиқат мавжуд. Ҳақиқатга йўл эса:

- ҳақиқатни излаш орқали;
- ҳақиқатни ва унинг мавжудлигини тан олиш орқали;
- ҳақиқатни ҳис қилиш (унинг йўналиши ва худди ҳаракатни ҳис қилиш каби) орқали;
- ҳақиқатни тушуниш (Бошланғич) учун файласуф унинг даосини идрок этиши орқали;
- ҳақиқатни ўзида синаб кўриш орқали;
- ҳақиқатни билиш орқали;
- ҳақиқатни унутиш орқали;
- ҳақиқат эгасини унутиш орқали;
- ҳақиқат илдиз отган жойга қайтиш орқали;
- унга сокинлик ва осудаликни уйғунлаштириш орқали эришилади.

2-БОБ. ШАРҚ ЯККА КУРАШИ ФАЛСАФАСИНИНГ УМУМБАШАРИЙ АҲАМИЯТИ

Каратэда ҳар ким ўз излаганини топади....

Гитин Фунакоши

2.1. Каратэ-донинг шаклланиш тарихи ва унинг фалсафий моҳияти

Каратэ – бу шундай йўлки, у орқали инсон бутун умр ўз танасини чиниктириб, руҳини мустаҳкамлаб, ўзининг янгидан-янги қобиляят ва имконият қирраларини очишга муваффақ бўлади. Каратэ билан шуғулланувчи инсонлар фақатгина зарба бериш техникасини, блокларни жойлаш, буюмларни парчалашни ўрганиш, жанг қилиш тактикаси ва стратегиясини ўзлаштирибгина қолмай, балки Оламдаги мавжуд бўлган барча ўзаро мутаносибликларнинг ўзаро боғлиқлиги ва табиат билан уйғунлигини идрок этган ҳолда ҳаёт тарзини ҳам ўзгартириш имкониятига ҳам муваффақ бўлади. Бундай интилишлар қисман инсоннинг ўз табиатидан, қисман эса етук каратэ усталари асос солган усуллар ва мактаб анъаналари томонидан вужудга келади.

Каратэ тарихи бўйича адабиётлар жуда оз. Каратэнинг келиб чиқиши фақатгина афсоналардангина маълум. Шундай афсоналардан бирига кўра, буддизмнинг 28-патриархи Бодхидхарма эрамизнинг 520 йилида ўзининг Ҳиндистондаги қароргоҳини Хитойдаги Чженчжоу шаҳридан бир неча ўн километр узоқликдаги Шаоши (Хэнань) ўрмонли тоғларининг бағрида жойлашган Шаолин ибодатхонасига кўчирган. Бу ибодатхона унинг будда таълимотини ўрганувчи давомчиларни ўқитиш ҳамда бир йўла ақлий ва жисмоний тарбиялаш марказига айланди.

Ўз мавқеи ва насаби тақозосига кўра тўкин-сочинлик ва маъмурчиликда улғайиб вояга етган, шахзодалар оладиган таълим ва тарбиядан тўла баҳраманд бўлган валиаҳд шахзода Гаутам буддаси йигирма тўққиз ёшида барча дунёвий неъматлару шоду хуррамликдаги ҳаётдан воз кечиб, сариқ ридо кийиб Ҳақиқат ва осойишталик излаб узлатга рихлат қилиш мақсадида, жаҳонгашталикини танлаб, зоҳидона ҳаётга йўл олди. У олти йил мобайнида зоҳидона ҳаёт кечириб, тақводорлик қилиб, кўп маротаба рўза тутиб, жисмоний машқларни бажариб, ҳақиқий мураккаб инсоний синовларни сабр-бардош билан енгиб ўтди. Кунларнинг бирида тонгда рўзадор Гаутам медитация ҳолатида барча предметларнинг ички моҳиятини ва мавжудлиги ҳис қила билди ва нурланиш (Будда) ҳолатига эришди. У Будда бўлиб туғилмаган эди, бироқ, ўзининг кучли иродаси ва интилиши туфайли ўзининг бутун жисмоний, руҳий ва маънавий кучини сарфлаб Будда даражасига эришган эди. Оддий инсоннинг мустаҳкам ва кучли иродаси унинг ана шу уч хил ҳолати йиғиндисидан идрокининг тўла нурланиш ҳолатигача олиб борди. Будда 45 йил мобайнида, сўнгги нафасигача ўзи яратган таълимотни тарғиб қилди. Кейинчалик Будданинг ўқувчилари, шогирдлари ва давомчилари устозлари ғояларини кенг оламга тарғиб

килдилар. Шулардан бири, юқорида эътироф этилган ҳинд миссионери Бодхидхарма бўлиб, у устози таълимотини кенг ёйиш учун Хитойдаги Шаоши (Хэнань) ўрмонли тоғларининг бағрида жойлашган Шаолиндаги “Ёш ўрмон” ибодатхонасига кўчиб келиб, ўз тарғиботини йўлга қўйди.

Бодхидхарма Шаолин ибодатхонасида ўз диний таълимотининг асосий қисми сифатида ўқувчиларини сабр-бардошлилик (чидамлилиқ), кучини чиниктириш, тезлик, эпчиллик, эгилувчанлик каби жиҳатларни жисмоний машқлар орқали ўзлаштириш услубини ўргатди. У ўтказаетган машғулотлар ҳайвонларнинг ўзини муҳофазалаш ҳаракати тамойилига асосланган бўлиб, тахминан “архат қўлининг 18 ҳаракати” деб номланган. Бундай машқлар орқали инсон руҳи, иродаси ва гавдаси чиниктирилиб мустаҳкамланган ва узок медитация сеансларидаги синовларига тайёргарлик кўрилган. Ундан ташқари, бундай машқлар йўлда ва ибодатхонадан ташқарида ҳам ҳимоя воситаси сифатида хизмат қилган. Кейинчалик Бодхидхарманинг жисмоний машқлари ривожлантирилиб, мукаммаллаштирилди ва Шаолин ибодатхонасининг жанг санъати сифатида танилди. Натижада мазкур жанг санъатини Японияга олиб борилди ва бу жойда у орол аҳолисининг маҳаллий жанг усуллари билан уйғунлаштирилди.

Каратэнинг Японияда вужудга келганлиги тўғрисидаги рсман тасдиқланган маълумотлар унчалик кўп эмас. Маълумки, XII асрда Тайрнинг самурайчилар гуруҳи Данноур (ҳозирда Симоносэки) остонасидаги жангда Минамото қўшинлари томонидан мағлуб этилиб, тартибсиз равишда жанубга томон, кўпчилиги эса Окинавага йўл олдилар ва у ердаги маҳаллий аҳолини ўзларининг жанговар санъатлари билан таништирдилар¹.

1392 йилда оролнинг пойтахти саналган Наху шаҳрига Хитойнинг 36 мустамлакасидан маҳаллий аҳоли орасида денгизчилик, китоб чоп этиш ва турли ҳунармандчилик тўғрисидаги билимларни ёйиш мақсадида махсус миссия билан вакиллар ташриф буюрди. 1392 йилдн Нахидаги Кумэмуре шаҳарчасида Хитой мустамлакасига асос солинди, сўнгра эса шунга ўхшаш ҳолат Сюри ва Томари каби шаҳарларда ҳам юз берди. Айнан хитойлик кэмпочилар маҳаллий аҳоли ўртасида кэмпо (хитой жанг санъати)ни тарғиб қилганлар. Бу хусусда бошқа хил нуқтаи назарлар ҳам мавжуд бўлиб, унга кўра каратэ Окинавага хитойча муштлашув санъатидан кириб келмаган, балки Окинавада туғилиб ривожланган. Бу хусусда кўплаб фикрлар мавжуд, “Каратэ-дога кириш” китобининг муаллифи Найто Такэнобунинг ёзишича: “Кимлардир каратэни озроқ хитойча кэмпо билан уйғунлаштирилган окинавача жанг санъати деб ҳисоблайди.

1. Микрюков В.Ю. Каратэ-до боевые искусства. –Москва: Астель. 2008. С. 23-24.

Албатта, Окинавага одамлар жойлашгач, у ерда кўл жангининг айрим турлари мавжуд бўлган ва уларнинг фикрича, замонавий каратэнинг келиб чиқиши шу билан боғлиқ, деган унча ишонарли бўлмаган тахминларни айтганлар.”¹

Дзесинмон Шеринрю услубининг асосчиси бўлган Хошу Икеданинг фикрича, окинавача каратэ ҳам хитойча муштлашув жангидан ўзлаштирилган. У ўзининг “Каратэнинг қадимги даврдан ҳозирги даврга қадар мавжудлиги” номли китобида қуйидаги фикрларни баён қилган: “Биринчидан, ҳар бир халқнинг у ёки бу хилдаги ўзига хос жанговар техникаси мавжуд бўлади. Бироқ, қадимги Окинавадагига ўхшаш ҳолатни каратэнинг вужудга келишида ўрни борлигини асослаб бўлмайди, зеро жанговар техниканинг ижтимоий зарурат туфайли ўрганиб чиқирилиши бир қадар кечроқ рўй берган.

Иккинчидан, каратэдаги ката (ҳаракатнинг давомийлик модели)да Хитойга хослик сезилиб туради, айти пайтда окинавача деб эътироф этилаётган кобудо (қадимий жанг санъати) тизимидаги қуролдан фойдаланиш усули деб номлаш билангина чекланган. Учинчидан, айти пайтда устоздан шогирдга ўтиб келаётган каталар орасида “Каншу катаси” ҳам бор. Вансю (Ван Цзи) 1383 йилда Рюкюга элчи сифатида инъом қилинди. Яна шунингдек, 1756 йилда оролда Куусянку (Гун Сянцзюнь) ва “Кушанку катаси” мавжуд бўлган. Айрим манбаларда ёзилишича, Куусянку Хитойдан Рюкюга ўзи билан бирга барчани қойил қолдирувчи жанговар техника маҳоратига эга бўлган шогирдлари ва давомчиларини ҳам олиб олиб келди. Ўйлайманки, агар бу пайтда рюкюча “тэ” мавжуд бўлганида эди, у ҳолда оммани бундай ҳайратга солувчи алоҳида жанговар техникани намоиш қилишнинг ҳам зарурати бўлмасди. (Икеда Хошу, 1978)”.

Ўтказилган айрим сиёсий курслар ва қуролни таъқиқлаш окинавача каратэ ривожланишининг омилларидан биридир. Қуролга биринчи чеклов 1429 йилда, қирол Сё Хаси ўз салтанатига Окинаванинг уч вилоятини қўшиб олиб, уни Хокусан (Шимолий тоғ), Нан-дзан (Жанубий тоғ) ва Тю-дзан (Оралик тоғ) деб номлаган вақтдан бошланган ва турли хил исён ва кўзғолонларга йўл қўймаслик мақсадида қирол соқчилари ҳамда зодагон амалдорлардан бошқалар қурол сақлашини таъқиқлаб қўйган. Оддий халқ амалдорлар ва аскарлар ҳамда оролнинг ўрмонли тоғларида яшириниб ҳамла қилувчи қароқчилар тўдасининг зарбаларидан ҳимоясиз бўлиб қолганлиги боис, айрим деҳқонлар жанг қилиш санъатини ўзлаштириб, ўзларини муҳофаза қилганлар.

Қирол Се Син (1477-1536) ҳукмронлиги даврида марказлашган ҳокимиятни мустаҳкамлаш учун маҳаллий ҳукмдорларнинг шамширлари тортиб олинган. Годзю-рю услубининг асосчиси бўлган уста Хигаонна Морио ўзининг каратэ тарихи тўғрисидаги ишларида шундай ёзади: “Қирол Се Син оролдаги барча аҳолидан қурол олиб юриш ҳуқуқини тортиб олгач, кўл жангининг икки хил усули вужудга келди. Биринчиси зодагонлар

¹ Микрюков В.Ю. Каратэ-до боевые искусства. –Москва: Астель. 2008. С. 25-26

ўртасидаги кўл жанги бўлиб, у “тэ” деб аталган, иккинчиси эса оддий халқ ўртасидаги кўл жанги бўлиб, у “рюкю кобудзюцу” деб аталган. У билан балиқчилар, дехқонлар, хунармандлар шуғулланганлар ва бу усул оддий курол сифатида дехқонлар меҳнатига хос бўлган ҳужжатдир. Жанг санъатининг бундай усулини ўрганган кўнгиллилар машғулотларини одатда тунда, махфий равишда ўтказганлар.

1609 йилда Окинава Сацум жанубий-япон князлиги салтанати томонидан забт этилгач, Симадзу Идхис япон империясининг бир қисмига айлантирилди, босқинчилар таъқиқланган куроллардан Окинава аҳолиси янги ҳокимиятнинг солиқлар солиб, талон-тарож қилаётганидан норози бўлиб исён кўтармаслиги учун уларни назорат қилиш мақсадида фойдаланди. Гарчи оммавий равишда кўзғолонлар кўтарилмаса-да, бироқ самурайлар билан алоҳида тез-тез тўқнашувлар бўлиб турди.

Шу муносабат билан Окинава аҳолисининг махфий жамиятларга бирлашиб ўзларини муҳофаза қилиш учун иттифоқлар тузиб, “ҳақиқий” курол ўрнига хўжаликда ишлатиладиган анжомлар ва қўлларида куролсиз жанг қилиш услубини ўзлаштирдилар, деган тахминлар ҳам мавжуд. XVII аср бошларидан маълумки, Тятан қишлоғидан чиққан жангчи Ярнинг японлар билан курашиб, ўзига хос халқ қахрамонига айланган. У қишлоқ оксоқолининг ўғли эди, 12 ёшидан Хитойнинг Фучжоу (Фучзянь провинцияси) порт шаҳрига савдо-сотик ишларини ўқиб-ўрганиш учун жўнатиш эди. 20 йил мобайнидаги таҳсил олиш даврида у савдо-сртиқ ишларидан ташқари, яна хитойча цюань-шу муштлашув жангини мукамал ўзлаштирди ва она юрти Окинавага қайтгач, у ерда кўл билан урушадиган жанг санъатини ҳам ўз қавмидагиларга ўргатиш мақсадида жангни санъати мактабини очди.

Босқинчиларга қарши курашда ўз эркидан маҳрум қилинган окиनावалик дехқонлар ва хунармандлар ўз оёқлари ва қўлларида курол сифатида фойдаланиш учун шерикларининг ёрдамисиз кўл жанги техникасини ўзлаштириш мақсадида махсус “макивар” курилмасида кўп маротаба махсус “ката” машқини бажардилар. Бундай меҳнатларининг самараси сифатида улар ҳайратланарли зарба кучига ва юксак техник даражага эришдилар. Окиनावаликлар самурайлар билан тўқнашувда тажрибали жангчилар билан рўпара бўлганликлари боис, ғалабага бўлган ишонч унчалик катта эмасди, бироқ қандай бўлса-да, уни қўлга киритишлари зарур эди.

Тирик қолишлари учун эса бир зарба билан рақибларидан олдин уни ўлдиришар эди. Айнан ўшанда “Иккэн Хиссацу” – “Бир зарб билан яксон қил” деган шиор вужудга келди. Окиनावалик ўзларининг тинимсиз машқ қилганликлари сабабли куролсиз қўлларида самурайларнинг шамшир ва дубулғаларини уриб туширганлар ва гарчи найза билан қалқонлари бўлмаса-да, ўз рақибларининг гавдасига ўз бармоқларининг учини суқиб забт этганлар. Шу билан бирга турли хилдаги куролдан фойдаланиш техникасига асосланган жанг санъати вужудга келди. Курол сифатида дехқонлар анжоми ёки балиқчилик меҳнатида фойдаланилди: косов

(бо)дан қайикқа қайишдан аркон эшишда фойдаланилган: хаскаш (сай)дан гуруч экишдан олдин тупрокни кўпчитишда фойдаланилади; кичик занжир (нунчаку)дан гуручни янчишда фойдаланилади: эшкак (эку)дан эшкак эшиш ва рух сифатида фойдаланилади; тегирмон чархпалаги (тонфа)дан унни туйишда фойдаланилади; ўроқ (кама)дан узунлигига қараб гуруч ёки папайя теришда фойдаланилади; қамчин (текко)дан аравага қўшилган отни бошқаришда фойдаланилган; қалқон (тинбе)дан сабзавотларни ташиш ва куёшдан сақланувчи майдон сифатида фойдаланилган ва бошқалар. Ана шундай далиллардан келиб чиқиб, муаллифлар каратэ оддий авом халқ томонидан вужудга келган, деб ҳисоблайдилар.

Бошқа муаллифларнинг фикрича, каратэ ҳукмдор Рюкюнинг юқори табақага мансуб ҳарбийларининг саъй-ҳаракатлари туфайли ривожланган. “Каратэнинг мутлақо махфий тарзда ўргатилишини ҳисобга олган ҳолда, биз унинг биринчи навбатда авом халққа тегишли деган фикрни инкор этамиз. Қирол қароргоҳидаги марказлашган бошқарув хавфсизлигини таъминлаш мақсадида ҳарбий қатламга мансуб кишилар ва ҳарбий амалдорлар хизмат қилганлар. Ундан ташқари, бу даврда синфий маънодан ҳам, менталитет даражаси жиҳатидан ҳам каратэ билан ҳар куни шуғулланадиган давр эмасди, шу боисдан авом халққа каратэ ўргатилмаган”, деб ёзади ўзининг “Каратэнинг қадимги даврдан бизнинг даврга қадар мавжудлиги” китобида Дзёсинмон Шоринрю услуоби асосчиси Хошу Икеда (Икеда Хошу, 1978).

Қандай бўлса-да, бир неча ўн йиллар давомида Окинавада жанг санъати усталарини тайёрлаш ўта оғир шароитда амалга оширилди. Окинавача каратэ ҳақидаги нисбатан мукаммалроқ маълумотлар фақатгина XVIII асрнинг ўрталаридагина пайдо бўлди.

XVII асрнинг ўрталарида бир неча йил Хитойда яшаб у ерда шаолинча цюань-шу ҳамда бо-дзюцу билан шуғулланган Сокугава ўз ватанига қайтгач, Сюри шахрида каратэ-до Сокугава номли хусусий мактабнинг очилишига асос солди. Айнан шунда мактабнинг номланишида каратэ сўзи қўлланди.

Каратэ услубининг илк бора яратилиши Мухениде лақабли Мацумура Сокон (1792-1896) номи билан боғлиқ. Ҳукумат амалдори сифатида уни 1830 йилда жанг санъати маҳорати бўйича ҳарбий билимини мукаммаллаштириш мақсадида Хитойга махсус топшириқ билан сафарбар қилдилар. Узоқ муддат жанг санъати бўйича Шаолин усталаридан таҳсил олган Мацумура Сокон Шоринрю (японча талқини Шаолинъ) мактабини яратиб, ўз билимларини тизимлаштирди. Мацумуранинг ўзи Окинава оролида ҳарбий санъатни ўргатиш бўйича Олий даражадаги мураббий унвонига сазовор бўлди. У кўпол, дағаллик билан куч ишлатилувчи каратэ-дога қадимий мумтоз шаолинча тезкор, шиддатли, кучли ва аниқ жанг техникасига эга бўлган усулни уйғунлаштириб қўллаш бўйича билимларни тарғиб қилди.

XIX асрнинг охирлари ва XX асрнинг бошларида окинавача каратэ усталаридан Хигаонна Канре (1853-1916), Адзато Анко (1827-1906), Итошу Ясуцунэ (1830-1915) ва Мотобу Тёки (1871-1944)ларнинг номлари анчагина

шуҳрат қозонган эди. Мазкур каратэ усталарининг шоғирдлари ҳам машҳур японча каратэ мактабларига асос солиб, Японияда окинавача жанг санъатини ўргатдилар.

Умуман, XX асрга қадар каратэ сўзи Окинавада икки иероглифда “кара” сўзи билан ёзилиб, “Хитойдаги Тан сулоласи бошқаруви даврида” деган маънони англатган, бироқ, баъзан кенгайтирилган маънода – “Буюк Хитой” ва “тэ” – “қўл” деган маънони англатиш учун қўлланган.

Энди “Каратэ-до” ибораси ва унинг этимологик моҳиятини англатувчи мазмунга назар ташлайлик. Чунончи, “Кара” белгиси қачонлардир бошқача ёзилар ва турлича маъноларни касб этар эди, ҳаттоки Хитой ҳукмдори бўлган “Тянь” сулоласи номининг маъносини ҳам англатар эди. Бугунги кунга келиб мазкур белги “бўшлиқ”, “бўм-бўш” деган маъноларни ифодаламакда. Шундай қилиб, “кара-тэ” “бўш қўл” деб таржима қилинди.

“Каратэ-дзюцу” тушунчаси, яъни “бўш қўл техникаси”ни “каратэ-до”, яъни “Бўш қўлга йўл” деган тушунча билан ўзгартиришда Г.Фунакошининг хизмати катта бўлди. Энг муҳими шундаки, Г.Фунакоши-нинг хизматлари самараси ўлароқ Японияда каратэ чинакам татбикий тизимдан “до” асосий, фалсафий рол ўйновчи қизиқарли феноменга айланди.

“До” тор маънода “йўл”ни англатганидек (масалан, инсоннинг йўли, унинг таржимаи ҳоли), кенг маънода ҳам “Ҳаёт Йўли”, “Табиат Йўли”, “Олам Йўли” маъносини англатади. Биз ҳали яна “до” тушунчасига қайтамыз, ҳозир эса японлар томонидан “кара” иборасига фалсафий маънода қандай мазмун касб этилганлигини кўриб чиқсак. Бешта шундай мазмун мавжуд бўлиб, уларнинг:

Биринчиси – (“кара” иероглифининг аввалги ифодаланишига мувофиқ) – “хитойники”, чунки каратэ Японияга Хитойдан кириб келган. Иккинчиси – “қуролланмаган” маъносида; анчайин яхши машҳур бўлган талқини мавжуд бўлиб, “бўш”, “бўш қўл”, “қуролсиз қўл” деган маъноларни англатади. Учинчиси – “чексизлик” маъносидаги “бўшлиқ”; каратэ-донинг чексиз ривожлантирилиши ва уни такомиллаштиришнинг чексиз имкониятлари мавжудлигини намоён этади. Тўртинчиси – каратэ-донинг психологик тамойилларига мувофиқ “бир-бирини инкор этувчи фикрлардан озод” деган мазмундаги “бўш” маъносини ифодалайди, қуйида шу хусусда сўз юритилади. Бешинчиси – “мукамал” маъносидаги “бўш” ҳолида келиб, каратэ-до билан шуғулланувчи инсоннинг тугал мақсадини ифодалайди.

Шундай қилиб, “кара” белгисининг мазкур беш аҳамиятидан келиб чиқиб, каратэ-дони қуйидаги кўринишда белгилашга уриниб кўриш мумкин: “Инсонларнинг бир-бирини инкор этувчи фикрларидан озод” бўлган Ҳаёт Йўли ўзини қуролсиз ҳолдаги яққакурашни ўрганишга бағишлаганларни баркамоллик ва Чексизликни забт этиш сари етаклайди”.

Энди эса каратэ-до иборасидаги “до” тушунчасига қайтайлик. Хитойликлар ва японларнинг талқинига мувофиқ “до” – бу барча мавжудотлар ва рўй бераётган воқеа-ҳодисаларнинг бошланиши ва тугалланишидир. Бу – оламни маҳв этиш қонуни. “До” барча жисмларни дунёга келтиради ва барча жисмлар яна ўзининг Бошланғич ҳолатига

қайтади. До – бу субстанция, субстрат. Шарқда “до” танага эга эмас, бироқ унинг замирида майда заррачалар яширинган, деб ҳисоблайдилар. У “хира ва ноаниқ, бироқ унинг хиралиги ва ноаниқлигида жисмлар ва сиймолар яшпиринган”. “До” чексиз, бўш, битмас-туганмас. “До” ҳамиша ҳаракатсизликни оширса-да, бироқ “бирор нарса йўқки, у уддалай олмаса”. “До” чексиз ва “аталиши мумкин эмас”, у “йўқликка қайтади”. “До” – бу “шаклсиз шаклдир”, “мавжуд бўлмаган сиймодир”¹.

Шундай қилиб, Шарқ файласуфларининг тасаввурига кўра “до” (хитойча “дао”, “тао”) - бу дунёда мавжуд бўлган, ўзининг ва жисмларнинг ибтидоси ва асоси ҳисобланган Бутун Борлиқ Йўли ва Ҳаёт Йўлидир. “До”да буюк табиийлик ғояси билан уйғунлашиб кетган “ҳаракатсизлик” тамойили мужассамлангандир. “До” қарама-қаршилик (“инь-ян”)ларнинг бирлиги уларнинг ўзаро шартлашуви ва ўзаро табиий алмашинуви тамойилини қамраб олган.

Йўлни босиб ўтиш, табиий ҳаёт оқимини босиб ўтиш демакдир, деб ҳисоблайди японлар. Ҳаётнинг табиийлиги – бу Ҳаётнинг илк бор пайдо бўлган Йўли бўлиб, агар инсон “бир-бирини инкор этувчи фикрлар” уммонига ғарқ бўлиб кетмаганида ва эркинлиги табиий шароитлар туфайли чекланмаганида эди, у ҳолда инсон доимо бўларнинг барчасини эгаллаши мумкин эди. Улар табиийликка интилишда “барча ўткинчи нарсаларни ортга ташлаш зарур” лигини эътироф этадилар.

“До”ни босиб ўтиш учун самимият зарур. Айтишларича, самимий инсон ҳатто ёлғон йўлни босиб ўтаётганида ҳам уни чин йўлга айлантиради. Қачонки агар носамимий инсонни тўғри Йўлга олиб чиқсалар, тез орада унинг йўли ёлғон йўлга айланади. Каратэ-дони ўзлаштириш йўлида инсонни кўплаб қийин синовлар кутмоқда ва у ўзи танлаган бу йўлидан воз кечиши ҳам мумкин. Инсон доимо ўзининг тўғри Йўлига қайтиши ва уни севиши зарур. Инсон ўз мақсадига эришиш сари олға интилар экан, у ҳар қадамида адолатли ва самимий бўлиши ва ўз тасаввуридаги мақсадга эришиш қобилиятини авайлаши зарур.

Ҳозирги замон каратэ жанги санъати устаси Фунакоши Гитин (1868-1957) иероглифларни шундай ўзгартирдики, улар эндиликда “куруқ кўл” деган маънони ифодаламақда. Устанинг ўзи эса бу хусусда “Каратэ сабоқлари” (“Каратэ-до кёхан”) номли китобида шундай фикрларни баён қилади: “Анъанага кўра мен ҳам илгари “кара” (“Хитой”) иероглифидан фойдаланганман. Бироқ, одамларнинг каратэни хитойча кэмпо билан адаштириши ҳамда эндиликда окинавача жанг санъатининг умумяпон жанг санъати деб саналишини эътиборга олинса, каратэнинг номланишида “Хитой” иероглифини қўллашни ҳатто айрим маънода камситиш дейиш мумкин. Шу сабабли биз кўплаб норозилик ва эътирозларга қарамай, эски иероглифни “бўшлиқ” деган янгиси билан алмаштирдик. Шу йўл билан бир йўла кўплаб Окинава жанг санъати усталарининг номлари билан боғлиқ

¹ Ояма М. Философия Каратэ. Москва. Гардарики. 2000. С. 20-22.

бўлган расмий “ката” машқлар мажмуасининг номланиши ҳам тўғриланди (Gichin F., 1975).

Фунакоши Гитин сафдошлари Адзато Анко ва Итошу Ясуцунэллар ўз навбатида ҳам унчалик машҳур бўлмаган Мацумура Сокондан сабоқ олганлар. Адзато ва Итошу ўша даврда Окинавада яшаган барча машҳур кишиларнинг деярли барчаси билан яккама-якка жанг қилиш мактабини яратишда Фунакоши ёрдам бердилар.

Жанг олиб боришнинг турли усуллариини таҳлил қилиб кўриб, ундаги ўзига маъқул бўлмаганини олиб ташлаб, самаралисини сақлаб қолган Фунакоши Гитин ўзининг хусусий услубини яратди. Ўқитувчилар тайёрлаш коллежи профессори Фунакоши Гитинни 1922 йилда Таълим вазирлигининг таклифига кўра, Токиога ташриф буюрди ва у ердаги ўз маърузалари ҳамда каратэ усуллариини намойиш этиб, кўрикда иштирок этиб, улкан муваффақият қозонди. Фунакоши ўзининг қолган умрини Япония бўйлаб каратэ санъатини ўргатишга бағишлади.

Замонавий каратэ асосчиси бўлган Фунакоши Гитин ўздан сўнг минглаб давомчиларини қолдириб, 1957 йилда вафот этди, шогирдлари эса бутун дунё бўйлаб ўз хусусий мактабларини очиб, каратэга қизиқувчиларга сабоқ бермоқдалар.

Каратэнинг ривожланиш тарихи хусусида сўз юритар эканмиз, эътироф этиш жоизки, XX-асрнинг ўрталарида бўлиб ўтган Иккинчи жаҳон урушига қадар Японияда каратэ бўйича қуйидаги тўртта йирик усул мавжуд эди. Булар: Годзю-рю, Сито-рю, Шотокэн ва Вадо-рю. Натижада бу усуллар бошқа кўплаб йўналишлар бўйича мактаблар яратишга асос бўлган. Масалан, Т.Мияги (усул яратувчи) нинг шогирдлари Годзю-рю усули асосида Годзю-кай, Тамшу-кай ва Учи-кай усулини, К.Мабуна (Сито-рю усули асосчиси) шогирдлари Сито-кай, Ото-кай, Санкю-кай, Иташу-кай, Кенко-кай, Сейсин-кай ва бошқа усулларни яратдилар. Шотокандаги йўналишлар: Шото-кай, Тидо-кай, Ниппон каратэ кёкай ва б. Вадо-рю йўналишида эса Вадо-кай ва бошқалар.

Иккинчи жаҳон урушидан сўнг ва кейинчалик америкаликлар Японияни босиб олганида мамлакатда ўнлаб каратэ-до до бўйича ассоциациялар мавжуд бўлиб, доимий равишда ўзаро рақобатда эдилар. 1964 йилда Токиода Олимпиада ўтказилиши арафасида қатор ассоциациялар намоёндалари жанг санъати Маркази – Будоканда ўтказилаётган пайтда кўргазмали чиқишлар ўтказишни таклиф қилдилар.

Бу эса бир неча ассоциацияларнинг ўзаро бирлашишига ёрдам берди. Шундай қилиб, 1964 йилда кўплаб усул ва мактабларни бирлаштирган умумяпон каратэ-до Федерацияси – Дзэн Нихон Каратэ Рэммэй ташкил этилди. Мазкур Федерация таркибида турли усулларда шуғулланувчи гуруҳлар ҳам мавжуд бўлиб, улар ҳар йили алоҳида усуллар намойиши бўйича чемпионатларни ўтказар эдилар. 1950 йилларнинг охирларида каратэ-до бўйича хабарлар Америка, Европа ва бошқа қитъаларгача етгач, дунёнинг деярли барча мамлакатларидан миллионлаб унинг мухлислари пайдо бўлди. Кўплаб бундай мамлакатларда миллий федерациялар тузилди.

1968 йилда Умумевропа каратэ-до федерацияси тузилди, 1969 йилда эса – каратэ-до ташкилотларининг Халқаро уюшмаси (WUKO) ташкил этилиб, каратэ-до бўйича жаҳон чемпионати ўтказилди.

Айни пайтда Америкада тўртдан ортиқ Халқаро каратэ ташкилоти, Японияда эса олти шундай ташкилот мавжуд бўлиб, улар ўз сафларига каратэ намоёндаларини ҳамда Иккинчи жаҳон урушидан сўнг нафақат Японияда, балки АҚШ, Гавай ороллари ва дунёнинг бошқа катор давлатларида вужудга келган каратэ усулларини бирлаштиради.

Каратэ фалсафасига кўра “Самоват, Ер ва Мен – битта илдизданмиз. Барча жисмлар ва Мен – битта манбаданмиз. Каратэ фалсафаси хусусида сўз юритганда шуни эътироф этиш жоизки, унинг асосида зулм ва зўравонликка қарши ғоя ётади. Бу борада каратэ-донинг Дзёсинмон-Шоринрю услуби асосчиси бўлган Хошу Икеда шундай дейди: “Сиз каратэни бирон кишига шикаст етказиш учун ўрганишингиз мумкин, бу Табиатнинг муштараклигини бузади. Лекин сиз каратэни ўзингизни ёки бирор кишини муҳофаза қилиш воситаси сифатида ўргансангиз, у ҳолда сиз Табиатнинг муштараклигини тиклайсиз”¹¹.

Кўплаб клубларда каратэ билан шуғулланаётганлар ўзлаштирган билим ва кўникмаларидан ёвуз мақсадларда фойдаланиш ва ўзгаларга зиён етказмаслик мажбуриятини олиб: “Мен каратэнинг ҳақиқий руҳиятини сақлаб қолган ҳолда, менга тўсатдан хужум қилинган вазиятда ўзимни муҳофаза қилишдан ташқари ҳеч қачон ўзга инсонларга зиён етказиш мақсадида ўзлаштирган усулларимдан фойдаланмайман, яна алоҳида хавфли ҳолат юзага келиб қолган вазиятда оилам ва дўстларимни ҳимоялаш ёки ёхуд қонун ва тартиб бузилган ҳолатлардагина фойдаланишим мумкин”, деб қасамёд қиладилар, инглиз каратэ ассоциациясининг шиори шундай.

Эътироф этиш жоизки, айрим каратэ мактабларида, айниқса шарқдагиларида каратэни техник ва тактик усулларини ўрганиш диний таълимотлар билан боғланиб кетган. Бу хусусда сўз кетганида машҳур япон каратэ устасининг Миямото Мусашининг қуйидаги фикрларини таъкидлаш ўринли: “Ҳар ким Худони ва Буддани ҳурмат қилиши керак, бироқ уларга мутеъ ва қарам бўлиши керак эмас”. Ҳар ҳолда катталарга, аёлларга ва умуман, атрофидагиларга нисбатан ҳурмат билан муносабатда бўлиш ҳамда ўз имкониятига ишонч ва диний-ахлоқий фазилатларни каратэ ватанидан бўлган Узтозлардан ўрганиш лозим.

Диний амалиёт орқали каратэда икки муҳим жиҳат – диққат эътиборни жамлаш ва медитация каби бир-бирини тўлдирувчи икки ҳолатни ўзлаштириш орқали онгни қайта қуриш муҳим¹. Диний амалиёт (масалан, дзэн буддизм)даги сингари каратэда ҳам идрок этиш билан боғлиқ бўлган барча ишлар дунёни англаш ва унга жавоб беришда руҳиятни табиий ва тасодифий даражага эришиш ҳамда шунингдек, инсон табиатида яширин равишда мужассамлашган имконият қирраларини очиш мақсадида ўтказилади. Ўзини-ўзи бошқариш амалиёти инсонни эркин арвишда

¹ Накаяма М. Лучшее Каратэ. В 4 –х т. –Москва: Аспект-пресс. 1997. Т.2. С.200-232.

Ўзининг жисмоний, рухий ва қувват кучини зарур ҳолатларда олий даражада ошқор эта олишни ўрганишига йўналтирилган. Бунда диққатни жамлаш орқали инсон ўзидаги турли хил кучларни яхлит бир бутунликка йиғиб, зарур ҳолатда керакли жойда энг самарали равишда белгиланган нуқтага йўллашга кенг имкон яратади.

Табиийки, аниқ белгиланган траектория бўйлаб мўлжалланган йўналиш бўйича ички мазмун билан ташқи ҳаракат кучларини таъминлаш учун қувватни жамловчи, билим ва қобилиятни талаб қилувчи қаратэ учун бу техникани ўзлаштириш ўта муҳимдир. Диққатни жамлаш каби бутун вужуди билан интилишдан фарқли равишда, медитация эркинлик ҳолатига асосланган. Инсон медитация ҳолатида ташқи дунёни идрок этиш ҳолатидан ўз танасини, унинг ички кучлари ва ички дунёсини идрок этишга ўтади. Бу эса организм фаолиятини автоматик тарзда тикловчи ва рухий зўриқишни профилактика қилиш усули сифатида медитациянинг соғломлаштирувчи аспекти белгилади.

Қаратэда медитация ҳар қандай экстремал вазиятда ҳам, ўша заҳотиёқ кутилмаган ҳолатларда тўғри қарор қабул қилиб, рақибининг ҳаракатига зудлик билан, табиий, эркин ҳаракатда жавоб қайтаришни ўрганиш учун зарур бўлади.

Даослик мутафаккирларнинг юнонча-лотинча қарама-қаршилик, кейинчалик дунёнинг христианча мавжудлик модели орқали Бўшлиқ ғояси ёки Мавжуд эмаслик каби фалсафий қарашлари қаратэнинг негизи сифатида хизмат қилади. Бу ғоянинг математик белгиси сифатида – нол, масофавий белгиси сифатида – доира, кузатувчилик белгиси сифатида эса – бўшлиқ хизмат қилган.

Бунда агар дунёдаги барча жисмларнинг қиймати ва яратилишини нолга тенг деб ҳисобланса, унда барча жисмлар алоҳида ҳолда ҳам нолга тенг, яъни фарздир. Бироқ, агар бу шундай бўлса, у ҳолда бутун Борлик инсонга тенг, инсон эса Борликқа тенг ва ўзида унинг бутун қудратига эга, агар эплай билса тўғри Йўл (японча “дао”)ни топиш усулига эга бўлади. Шунинг учун барча тўғри Йўлни излашга сафарбар қилинган. Бунинг учун эса танага қуйилган қувват (японча “ки”)га эришиш зарур, уни коинот уммонидан симириб, яна уни бошқара билиши ҳам керак. Ундан ташқари, “хиралашиб кетган руҳи” (японча “син”)ни поклаб, нурланиш даражасигача эришиш зарур. Бироқ, нур билан йўғрилган руҳ ва покланган қувват муносиб жойдан ўрин олиши зарур. Шунинг учун жисмонан, ахлоқан ва руҳан уйғунлашган яхлит бир бутунликка эришиши учун инсон ўз вужудини ҳар томонлама чиниқтириши зарур.

Даослик донишмандларнинг фикрича, Ҳақиқат йўлига эришиш усулларида бири – борликдаги барча мавжудотларнинг ўзаро бир-бири билан мутаносиблиги, уйғунлиги, уларнинг табиатга, жамиятга ва унсурларга мослашуви каби бутун олам Қонунининг инсон томонидан идрок этилишига эришиш эди.

Бешта унсур (дарахт, олов, тупроқ, темир ва сув)нинг абадий ҳаракати, уларнинг айланма ҳаракати (дарахт оловни, олов тупроқни, тупроқ темирни,

темир сувни, сув эса дарахтни)ни вужудга келтиради. Дунёнинг яратилиши тўғрисидаги даос таълимотига кўра Борлиқнинг синоатларини тўла англаб етишни истаган инсон табиий йўл билан, табиат қонунларига амал қилган ҳолда ўзини ахлоқан мукаммаллаштириши зарур. Бунда инсон албатта зоҳидона тарзда ҳаёт кечириб, хавфу хатар ва жанжалларга тўла бу оламни таркидунё қилиши мажбурий эмас.

Даосликлар фалсафасида Юмшоқ ва Заиф Каттиқ ва Кучлини енгади: сув тошни емиради ва чўққиларни парчалайди, мажнунтол эса оғир қор қатламларини силкитиб, тўкиб юборади ва ҳ.к. деган нуқтаи назарлар мавжуд. Ҳаракатни юмшоқ қилиб, ишни каттиқ ва пухта қилувчилар ҳамда заифлар кўмагида кучлига айланган инсонлар даосликлар тушунчасига кўра мутлақо доно кишилардир. Уларнинг фикрича, Биттанинг санъатини эгаллаб ва озчилик ёрдамида кўпчиликни бошқариш керак. “Ишлари кучли” саналувчи кишилар ўзгаришларга дуч келиб қолсалар, вазиятга жиддий эътибор қаратиб, бахтсизликларни бартараф этиб, қийинчиликларни осон енгиб ўтадилар. Забт этиб бўлмайдиган ҳеч қандай иш, енгилмайдиган ҳеч қандай рақиб бўлмайди, - деб ёзилган “Хуайнань-цзи” китобида¹.

Жанг майдонида эпчиллик ва чапдастлик кўпол жисмоний кучни енгиб чиқади. Юмшоқлик ва ҳалимлик ўзига нисбатан рақибда шиддат ва шижоат уйғотиб, ўзини-ўзи яқсон қилишига мезон яратади.

Будда таълимотига кўра, ҳаёт азоб-уқубатлардан иборат бўлиб, инсон эса бутун борлиқ (карма)нинг ўзаро боғлиқлиги қонунига бўйсуниб, инсоннинг Ер юзида мавжудлиги даврида ўз тақдирига тан бериб, бор-йўғи борлиқдаги кичик бир бўғингина эканлигига кўникиб яшашга маҳкум. Бироқ, инсон гуноҳга ботган ҳаёт силсиласини (сансарлар)дан чиқиб, лаззатли осойишталикка (нирвана)га йўл олиши мумкин.

Айрим буддавийлик секталарининг фикрича, бунинг учун тақводорликдаги зоҳидона ҳаёт кечириши зарур, бошқалари эса азиз авлиёларга сидқидилдан сажда қилиш ва ибодатда бўлиш лозим, яна айрим шундай секталар ҳам бор эдики (масалан Дзэн сектаси), улар олий мақсад йўлида тана ва руҳни мустаҳкамлаш даркор эди.

Дзэн – бу буддавийликнинг шундай йўли эдики, у бевосита ҳақиқатни англашни қандай бўлса, шундайлигича қабул қиларди. Дзэн ҳақиқатни бўрттириб кўрсатиб, унинг мазмунини ифодалаб фалсафий шаклга солишни инкор этади, инсон хоҳишини эса тафаккур орқали маҳв этишни оининг доимо бир жойда турса-да, доимий ҳаракатда бўлган дарёга тушаётган аксига ўхшатади¹.

Дзэн фалсафий маънода ҳаёт ва ўлим, мавжудлик ва мавжуд эмасликни инкор этади, дзэннинг зоҳидона йўналиши эса ҳарбий йўналиш билан яхши мослашади. Дзэн итоаткорликни талаб қилувчи ва ўлганларнинг руҳини жаннат ва дўзахга ажратувчи Худони инкор қилади. Дзэн мақсадга эришувчи комил шахсни шакллантириб, уларни фақат ўз кучигагина ишониб, табиат билан уйғунлашиб кетган кучларни парчалашга чақиради.

¹ Қаранг: Долин А.А., Попов Г.В. Хуайнань-цзи. –Москва: Наука. 1995. С. 32.

Дзэннинг энг олий донишмандлиги шундаки, у ўз хоҳишларини табиатга зўрлаб боғламайди, бироқ, унинг чақириғига ўша заҳотиёқ лаббай дейди. “Оламдаги ҳамма ишлар ўз тасодифийликни талаб қилади ва у олдиндан ўйлаб оширилмаслиги керак. Олдиндан ўйлаб амалга оширилган иш аниқликка мувофиқ эмас. Дунёда ҳеч қандай нарса йўқки, (узунми, қисқами, тўрт бурчакми ё юмалоқми, фарқи йўқ) Бўшлиққа мослашмаган бўлса. Фақат Бўшлиқдан кирган рухгина ҳар қандай тўсиқларни енгиб ўтиши мумкин”, - деб ёзади¹ дзэнлик патриарх Такуан (1573-1645).¹ Дзэн доктринаси эҳтирослар, хомхаёл орзулар, истаклар, кўрқув ва ғазаб каби туйғуларни енгишга қаратилган йўналишдир. Инсон чексиз ҳаётий силсилалар иштирокчиси сифатида ўз тақдирини ўзи кура билиши, ўзида мужассамланган кучни чиниқтириш, донишмандликни чуқурлаштириш, мардлик ва яқинларига бўлган муҳаббатини қўллай билиш каби фазилатларини ҳар томонлама такомиллаштириши лозим.

Дзэннинг ҳаёт тарзида Етукликка эришиш (саторлар) марказий ғоя бўлиб, бутун олам ва табиат билан ёлғиз ҳолатда бўлиш орқали барча ижобий хислатларга эга бўлиш деган маънони англатади. Инсонда мавжуд бўлган, ҳали очилмаган қирралари унинг салбий иллатларини енгиб ўтади. Бундай вазиятни бошидан ўтказган инсон учун ҳаёт ғаройиб мўъжизага айланади. Дзэнлик усталарнинг таъкидлашича, бундай ҳолатда инсонда барча беш ҳиссиётнинг қабул қилиши ҳисобига “учинчи кўз”и очилиб, гўё ҳақиқий оламни ташқаридан кўргандек кўра билган.

Саторларга эришишнинг дзэнча услуби тўрт йўналиш бўйича: дзадзэн (ўтирган ҳолатда бажариладиган медитация), коанлар (мантиксиз сўзлашув ва айтишувлар), сандзэн (мураббий билан хуфёна суҳбатлар) ва турли жанговар санъатларни ўзлаштиришдан иборат жисмоний тайёргарлик.

Бизнинг назаримизда, дзэн нима, деган саволга Кёкусинкай усулининг асосчиси бўлган Масутацу Ояма ўзининг “Каратэ фалсафаси” номли китобида қуйидагиларни эътироф этган: “Дзэн – бу каратэ, каратэ эса – бу Дзэн. Гоҳида дзэнни тушуниш мушкул ва дзэн фақатгина Шарқ кишиларига хос, деган фикрни маъқулламайман. Менга бу масалада “Қандай қилиб?”, деган саволларига жавобан: “Каратэнинг бир неча усуллари яхши ниятда, умумий ички маънавиятни жамлаш мақсадида, софдиллик билан ўзлаштиринг. Агар Сиз буни амалга оширсангиз, рақибингиз Сизга рақиблик қилишни тўхтатади, бошқа душман ва иттифоқчиларга барҳам берилади ва Сиз учун ғалаба ёки мағлубият ўз аҳамиятини буткул йўқотади. Сиз Дзэн ҳолатига ўтсангиз ғалабага эришасиз. Кейинчалик, эса Сиз ҳатто Дзэн ҳолатидан чиқиб – овқатланаётган, дўстларингиз билан суҳбатлашаётган, ёзаётган, ишлаётган ёки бошқа нарса билан шуғулланаётган пайтингизда ҳам гидрокингиз тиниқлашиб, руҳий хотиржамликка эришасиз. Дзэн дунёқараши ва каратэ руҳияти деганда мен мана шуларни назарда тутаман. Файласуфлар ва руҳонийлар Дзэнни нимаси биландир ноаниқ ва унга ўзини бағишлаган

¹ Қаранг: Брюс Ли. Дао Джит кун до. –Москва: Астрел. 2008. С. 8-9.

кишилардан бошқаларга уни ўзлаштириш мушкул, деган фикрни илгари суриб катта хатога йўл қўймоқдалар. Дзэн бизнинг атрофимизда ва ичимизда мавжуд. Унинг чинакам буюклиги шундаки, уни осон ўзлаштириш мумкин. Дзэн – бу вужуднинг, ниятнинг ва қалбнинг тўла яхлитлигидир. Бу хилдаги яхлитлик инсонни комилликка етакловчи ягона йўл бўлиб, уни бутун башарият билан уйғунлаштиради. Мана шу Дзэндир”¹¹. Шундай қилиб, юқорида зикр этилганлардан келиб чиқиб, эътироф этиш жоизки, каратэ фалсафаси – бу мавжуд динлардан барча қимматли ва фойдали жиҳатларни олиб, ўзини назорат қила оладиган, маънавий етук, соғлом ва баркамол ижодий шахсни шакллантиришга йўналтирилган зўравонликка қарши фалсафадир.

2.2. Каратэ-до ахлоқ фалсафасида белбоғ, ғоя ва устозга ҳурмат масалалари

Каратэ-до ахлоқ фалсафасида белбоғ масаласига тўхталадиган бўлсак, унда 8та кю ва 9та дан мавжуд. Бошланғич белбоғ юқоридан пастга, яни 8-кюдан 1-кюга, қора белбоғ эса пастдан юқорига қараб, яъни 1-дандан 9-данга қараб ҳаракатланиб боради. Каратэдаги белбоғ классификациясини инсонни камолотга эришиш йўли сифатида қаралиши мумкин. Бу йўлда инсон ўзида сабр-тоқатни, ўз -ўзини назорат қилишни, самимиятни, мардликни, жасурликни, сахийликни, мулоймлиқни, бурчга садоқатлилиқни, ҳурматни ва камтарлиқни ўзида мужассам этиш ва ўзидан ёд ғояларни фориғ этишни шакллантиради.

Картэ-до усталари такидлаганидек: «Қора ранг ҳеч қачон кир булмайди, бу-(Куро-оби) Қора белбоғга ҳам талукли». Бундан шуни хулоса қилиш мумкинки, каратэда қора белбоғ сохиби бўлган инсон ҳеч қачон емон йолга юрмайди, қора ниятдан ҳолис бўлади. Белбоғи қора бўлса ҳам ички дунеси соф ва бой бўлади. “Каратэ-қора белбоғ сари йол”, - деб такидлайди Тэрео Коно.

Шуни такидлаш лозимки, каратэда ўқитувчи (синсэй) нинг белбоғига ҳар тарафлама юксакликка эришган, эстетик жиҳатларга бой шогиртгина лойик булиши мумкин. Қора белбоғ япон тилида Куро-оби дейилади. Куро-оби ранги –бу эркинлик рангидир дейди япон мутафаккирлари. Каратэда энг асосий ғоя бу- “Каратэ ни сэнтэ наси”,-яъни “Каратэда ҳужум мавжуд эмас”²¹. Каратэ-берилаётган зарбадан эмас, уни олдини олишдан иборат. Агар сиз ҳужум қиладиган бўлсангиз, сиз ҳеч қачон мукаммал бўла олмайсиз ва якка курашда юқорига кўтарила олмайсиз.

¹ Ояма М. Философия Каратэ. –Москва. Гардарики. 2000. С. 75.

² Пфлюгер Альбрехт . Шотокан Каратэ-до. – Москва. 2002. С. 22.

“Сиздан озгинча кучсиз бўлган рақиб устидан қозонилган ғалабадан нима фойда. Бундай ғалаба сизни манман қилади ва сизни кучсизлантиради ”- деб такидлайди япон каратэ усталари.

Каратэ техникаси, тактикаси ва стратегияси хусусида сўз юритганда каратэнинг асосини беллашув, ката ёки тамэшивари эмас, балки энг асосийси, руҳни мустаҳкамлаш, ўз эҳтиросларини бошқара билиш, ўз олдига қўйган мақсадига эришиш, инсонларни ва атроф Оламни севиш ташкил қилади. Омадсизлик ва қийинчиликлар олдида эсанкираб қолмай, балки шахдам қадамлар билан маънавий ва жисмоний баркамолликка эришиш йўлидан бориш – каратэнинг чинакам мазмуни ҳам айнан шунда. Бу йўлнинг негизини эса мураккаб техника ва тактикани босқичма-босқич ўзлаштириш, ҳаракатчанлик сифатларини ва вазифавий имкониятларини ривожлантириш ҳамда ўзини-ўзи идрок этиш ва мукаммаллаштириш ташкил қилади. Амалиёт шуни кўрсатадики, каратэда муваффақият қозониш учун йиллар давомида инсон ўз устида мукаммал ишлаши зарур. Фақат юрувчигина йўлни забт этади.

Спорт эстетикасида тезлик, аниқлик, куч ва ғалаба тушунчалари муҳим эстетик вазифани ўтайди. Каратэда тезлик, аниқлик ва ғалаба тушунчалари бир қатор кўринишларда эстетик талқинга эга. Жумладан, тезлик ва ўзини назорат қилишнинг ўзаро алоқадорлиги каратэ гўзаллигини тушинишдаги муҳим жиҳат сифатида қаралиши мумкин. Аниқлик эса каратэ турига хос бўлган эстетик хусусият. Каратэ спорт турида аниқлик ҳал қилувчи натижани муҳим мезони бўлиб ҳисобланади. Хусусан, жанг ва мусобақа пайтида лахзали вазиятлар кишида эстетик завқни пайдо қилади. Ғалаба - юксак эстетик кадрият сифатида баҳолаш мумкин. Зеро, жанг ва мусобақадаги ғалаба ёки мағлубият унинг эстетик кадриятига таъсир қилмайди, бироқ ғалабага интилиш ҳеч қачон эстетик бетараф бўлмаган (Келин). Ғалабага эришиш барча техник усуллардан фойдалана билишни ва юксак маҳоратни талаб қилади.

Каратэнинг ахлоқий ва эстетик тарбия воситаси сифатидаги ўрнини алоҳида эътироф этиш мукин. Ҳозирги кунда каратэ оламшумул аҳамият касб этиб, этикавий ва эстетик кадриятларни бутун олам бўйлаб тарғиб этишда муҳим аҳамият касб этмоқда. Бироқ, каратэнинг Шарқдаги жанг санъати сифатидаги мавжуд ва яширин кадриятларини ажратиш зарур.

Каратэ – энг аввало жанговар санъат тури ҳисобланиб, рақибни яқсон қилишда қурол воситаси сифатида душман билан курашда қўлланилган. Шунинг учун каратэни жанг санъатидаги каби спорт яккакурашига хос бўлган: йиқилганни тепмаслик, орқадан ҳужум қилмаслик, елкага урмаслик ва ҳ.к. каби алоҳида “олижаноб” элементлар йўқ. Бироқ, каратэда мавжуд бўлган: ҳеч қачон агар ўзига ёки яқинларига ўлим хавф солаётган бўлмаса, ёмон ният билан жангга киришилмайди, деган биринчи ақидани хали қўпчилик билмайди.

Каратэдаги ахлоқий тарбия – бу мустаҳкам ахлоқий ҳиссиётлар ва одоб кўникмаларини шакллантиришга йўналтирилган босқич бўлиб, унда ахлоқий

кадриятларни қарор топтириш ва мустаҳкамлаш учун қуйидаги шаклдаги тарбиявий ишлардан фойдаланиш мақсадга мувофиқдир:

Биринчидан, каратэ тарихи, каратэ мактаблари, анъаналари тарихи ҳақида ҳикоялар, одамлар билан жисмоний тарбия, етук каратэ усталари билан учрашувла, соғлом ҳаёт тарзини яратиш, ёмон илларларга қарши кураш, иродани мустаҳкамлаш, ҳиссиётларни бошқариш тўғрисидаги суҳбатлар инсон камолотида муҳим рол ўйнайди.

Иккинчидан, бошланган кунни самарали ташкиллаштириш ва вазиятни бошқара билиш билан боғлиқ қарашлар, каратэ билан шуғулланувчиларнинг ахлоқ нормалари тўғрисидаги суҳбатлар, уй, оила, ота-она, мураббий-устоз ҳамда жамоа олдидаги масъулият масалалар билан ахлоқий ўғитларнинг тарғиб қилиниши каратэ ахлоқ фалсафсининг муҳим жиҳатларидан саналади.

Ёшларни ахлоқий жиҳатдан тарбиялашда қуйидагилар шарт қилиб белгиланган: мактаб ва жамоанинг мустаҳкам анъаналари, Ўқитувчининг педагогик маҳорати.

Этикавий тарбия жараёнида ўқувчилар қуйидаги таълим сифатлари, билим ва кўникмаларга эга бўладилар:

- каратэ тарихини, мактаб ва клуб анъаналарини билиш;
- жамоага ва ўқитувчига содиқлик;
- Она Ватан учун фахрланиш, мамлакатнинг спортдаги шаънини улуғлаш учун қалқон бўлиб, уни ҳимоялаётган ватандош каратэ усталари билан фахрланиш;
- Фидойиликка, бурч ҳиссига, Ватанни ҳимоялашга, ҳарбий хизматга доимо тайёр туриш;
- жамоа, клуб, мактаб, Ватан шарафини ҳимоялаш учун ўз маҳоратини мукаммаллаштириш ва мақсадга эришиш йўлида олға интилиш;
- соғлом турмуш тарзи, ахлоқий тарбия, иродани мустаҳкам, ўз ҳиссиётларини бошқаришга риоя қилиш.

Ўқувчиларни этикавий жиҳатдан тарбиялашдаги муваффақиятлар кўп жиҳатдан уларни тўғри ташкиллаштириш ва машғулотлар учун зарур шароитларни яратишда Ўқитувчилар ва йўриқчиларнинг талабчанлиги ва ишбилармонлиги каби машғулотларни ўтказиш маданиятига боғлиқ.

Машғулотларни ўтказиш маданияти – бу залдаги муҳитнинг ўқувчиларнинг, Ўқитувчи ва йўриқчининг ташқи кўринишига мувофиқлигидир¹.

Ўқитувчи ва ўқувчи ҳамда ўқувчилар билан клуб ва каратэ Федерацияси ўртасида юзага келган ўзаро ишончга асосланган муносабатлар ва шунингдек ўқувчиларнинг ўз табиатларидаги салбий иллатларни йўқотиб, ижобий хислатларини мукаммаллаштириш устидаги мустақил ижодий ишлари каратэ машғулоти жараёнидаги этикавий тарбияда муваффақиятга эришишнинг муҳим шартидир.

Каратэ машғулотида эстетик жиҳатлар ҳам мавжуд: каратэда гарчи блоклар ва зарбалар бериш техникасини ўзлаштиришда кучли-шиддатли сифатларга эътибор ажратилса-да, энг асосий эътибор ҳаракат маданиятига

қаратилади. Шундай қилиб, масалан, мушакларни мустаҳкамлаш ҳисобига қўл зарбасини кучайтириш мумкин, яна қўшимча мушакларни ҳам ишлатиб, қувват қўл орқали бутун танага ёйилиб, тоvonга қадар тарқалади. Ундан ташқари, вақт ўтиши билан жисмоний куч танани тарк этади, ҳаракат маданияти эса сақланиб қолади.

Мана нима сабабдан кўплаб қаратэ усталари кексалик даврларида ўз ҳаракатларининг гўзаллиги ва аниқлигини сақлаб қоладилар.

Жисмоний тарбия билан бир қаторда қаратэ билан шуғулланувчиларнинг ақлий ривожланиши, уларнинг интеллектуал салоҳиятини ҳам оширишга муҳим эътибор қаратилади. Шунинг учун қаратэни шахснинг жисмоний ва маънавий ривожлантириш тизими сифатида эътироф этиш мумкин.

Ҳеч бир спорт турида қаратэ ўқитувчиси каби шогирдларини шахс сифатида шакллантиришда муҳим рол ўйнай оладиган мураббий топилмайди. Самурайларнинг анъанавий ахлоқ ва шаън кодекси бўлган Буси-до тамойилларидан бирида “Ота-онам фақат менинг вужудимни дунёга келтириб, улғайтирдилар, бироқ мени устозим одам қилди”, - дейилади.

Ўқитувчининг шахсий сифатлари ўқувчилари ҳаётининг: муваффақияти ва муваффақиятсизлиги, ғалабаси ва мағлубияти, қилиқлари ва ахлоқи каби турли жабҳаларида ўз аксини топган.”Кучли устоздан кучли шогирд етишиб чиқади”, - дейди ўзининг ўн битта шиоридан бирида Кёкусинкай усулининг яратувчиси Масутацу Ояма

Шогирдлар турли ҳолатларда устозларининг барча ҳаракатларини диққат билан кузатиб турадилар. Ўқитувчи доимо батартиб, қатъиятли, бирсўзли ва берган ваъдасини амалда бажарадиган бўлиши, мунтазам равишда ўз дунёқарашини кенгайтириб, малакасини ошириб бориши зарур.

Агар ўқитувчининг ўзи бетартиб бўлса, бу ҳолатда у ўз шогирдларидан кийимларини батартиб, ораста ҳолда тутишларини талаб қила олмайди. Агар ўқитувчининг ўзи оғзи шалоқ бўлиб, сўкиниб, фосих сўзлар сўзлаб турса, у ҳолда у ўз шогирдларини бундай сўзламасликка ўргата олмайди. Шунинг учун шогирдлари кундалик ҳаётда унга тақлид қилишлари учун Ўқитувчининг ўзи уларга ибрат бўлиши керак.

Шогирдларининг қаратэда юқори натижаларга эришишига таъсир кўрсатувчи кўплаб омиллар ичидан Ўқитувчининг малакаси, унинг мураббийлик фаолияти бўйича қобиляти, педагогик ва психологик билимларни чуқур ўзлаштирганлиги муҳим рол ўйнайди. Ўқитувчининг ўзи агар шу масалада орқада қолмаётган бўлса, у ўз тарбияланувчиларидан билим ва маданият даражасини оширишни талаб қилиши мумкин. Ўқитувчи аввал ўзлаштирган билим ва кўникмалари билангина кифояланиб қолмай, уни мунтазам равишда мукаммаллаштириб бориши зарур. Кундалик ўқиш, доимий равишда ўз билим ва кўникмаларини ошириб бориш, таълимнинг энг яхши услубларини излаб топиш мақсадида тинимсиз равишда изланишлар олиб бориш – қаратэ Ўқитувчисининг фаолият услуби ана шундай бўлиши керак.

Янгиларни камида магистрлик даражасига эга бўлган Ўқитувчи тайёрлаши зарур, чунки агар янгиларнинг базавий техникаси нотўғри бўлса, кейинчалик уларни бунга ўргатиш қийин бўлади ва ундан кейинги босқичларда базавий техникадаги хатоларни бартараф этиш анча мураккаблашиб, баъзан эса ўзлаштириш мумкин бўлмай қолади.

Каратэ техникасини ўргатиш жараёнида Ўқитувчи у ёки бу ҳаракат (бункай)нинг ҳақиқий мазмунини тушунтириш, намоёиш этиш ва унга таъриф бериш услубларидан фойдаланади. Ўқитувчи тушунтириш билан бирга у ёки бу ҳаракатнинг қандай бажарилиши, бу ҳолатда мушаклар қандай ҳаракатланиши, кўпроқ қай томонга эътибор қаратилиши кераклиги тўғрисида ҳам сўз юритади. Ҳаракатни бажаришни намоёиш этиш уни тасаввурга эга бўлган ҳолда такрорлаш имконини яратади. Бункай у ёки бу ҳаракатнинг қандай шароитда, қандай вазиятда ва нима учун бажарилаётгани тўғрисида унинг ҳақиқий, чуқур моҳиятини тушунишга имкон яратади.

Янгилар ҳали техника асосларидан беҳабар ва у ёки бу ҳаракат тўғрисида аниқ тасаввурга эга бўлмаган ўргатишнинг Бошланғич даврида ҳаракатни намоёиш этиш жуда муҳим. Ўқитувчи бутун диққат-эътиборини намоёиш этилаётган ҳаракатнинг аниқ ва тўғри, айрим элементларни ҳеч қандай “кўзбўямачиликлар”сиз бажарилаётганлигига қаратиши шарт. Айрим ҳолатларда намоёиш этилаётган ҳаракат тушунтирилганига мос келмаслиги мумкин.

Бункай катта тажрибага эга бўлган ўқувчилар билан янги элементларни ўрганиш ва бажаришда муҳим ўрин тутди. Тажрибали ўқувчилар ҳаракатнинг чинакам моҳиятини билишлари зарур, бу уларга мушакларининг зарур гуруҳидан у ёки бу элементни бажараётганларида фойдаланишлари ва уни янада кучайтиришларида ёрдам беради. Ўқитувчи тажрибали ўқувчилар билан ишлаши учун каратэ назарияси ва амалиёти бўйича асосли билимларга эга бўлиши зарур. Агар у ўз билимларига ишонмаса, у ёки бу ҳаракатнинг ҳақиқий моҳиятини тушунтирмаслиги керак. Ўқитувчи баъзи элементлар техникасини бажаришда айрим ўқувчилардан орта қолиши мумкин, бироқ у буни мазкур ҳаракатнинг чуқур мазмунини билиши билан тўлдириши шарт.

Ўқитувчи каратэда нафақат ўз ўқувчиларининг техник-тактикавий тайёргарлиги бўйича ташкилоти, балки уларнинг кундалик ҳаётидаги яхши мураббийи ва маслаҳатчиси ҳамдир. Табиийки, ташкилотчи ва мураббий етук мутахассис ҳам бўлиши шарт. Айрим Ўқитувчилар болалар ва ўсмирлар билан яхши ишлайдилар, бошқалари эса ёшлар ва катталар билан; бирлари янгилар билан яхши натижаларга эришсалар, бошқалари тажрибали ўқувчилар билан ишлашни маъқул кўрадилар. Шунинг учун айтиш пайтда каратэдаги ўқитувчи малакаси тўғрисида гўё сўз юритиш мумкин.

Қайси ёшдаги ва қандай тайёргарлик даражасидаги кишилар бўлишидан қатъий назар, каратэ Ўқитувчисининг иши бир хилда мураккаб, бинобарин каратэ Ўқитувчиси – бу ҳам тарбиячи, ҳам мураббий, ҳам маслаҳатчи. Шунинг учун каратэ Ўқитувчиси ўз ўқувчиларининг руҳий-жисмоний

сифатларини билиш билан бир каторда яна уларнинг ҳаёти ва кизиқишларини ҳам яхши билиши керак. У ўз ўқувчиларининг машғулотлардан бўш пайтидаги вақтини қандай ўтказаятганлиги, уларнинг ўқиши ёки ишида қандай муваффақиятларга эришяётганлиги, қаратёга ва машғулотларга нисбатан қандай муносабатдалиги ҳамда уларнинг қаратёдаги ўз ўринларини келажакда қандай кўришлари тўғрисидаги аниқ тасаввурларга эга бўлиши шарт. Ўқувчиларнинг билимлари Ўқитувчига уларнинг жисмоний, ақлий, ахлоқий ва маънавий ривожланишлари учун тўғри раҳбарлик қилиш имконини беради. Бунда ўқувчиларнинг тайёргарлик даражаси қай даражада юқори бўлса, қаратё Ўқитувчиси ҳам шунчалик кўп билимларни эгаллаган бўлиши шарт.

Вақт ўтиши билан ўқувчилар ўзларининг қаратё тўғрисидаги билимларини чуқурлаштириб, машғулотлар ўтказиш кўникмасини ҳосил қиладилар, жисмоний ва руҳий баркамолликка эришадилар. Ўқитувчи ўз ўқувчиларини машғулотларга шундай фаол олиб кириши шартки, бунда ўқувчилар у ёки бу машғулотнинг ва бажарилиши керак бўлган ҳаракатларнинг мазмун-моҳиятини, мақсадини тушуниб етсин. Бу эса ўз навбатида ўқувчиларнинг бевосита Ўқитувчининг иш услубини ва тажрибасини ўзлаштириб, янги келганларни ўргатишда ёрдамчилик қилиб, Ўқитувчига кўмаклашадилар.

Ўқувчиларни шахс сифатида шакллантиришдаги Ўқитувчининг муҳим сифатларидан бири – талабчанликдир. Агар ўқитувчи энг бошиданок ўта юмшоқ табиатли бўлиб, ўзи берган буйруқ ва топшириқларнинг бажарилишига эришмаса, у ҳолда ҳеч қандай муваффақиятга эришиб бўлмайди. Ўқувчиларга қўйиладиган талаблар уларнинг имкониятларига тўғри келиши ва ҳеч қандай енгиллик берилмаслиги зарур. Ўз ўқувчисининг табиатини алоҳида билиши Ўқитувчининг ҳар бир аниқ ҳолатда ўз ўқувчиси билан анчагина тўғри усулда мулоқот қилишида ёрдам беради.

Ўқувчилар табиатидаги кўп жиҳатлар Ўқитувчининг машғулотни ташкил қилишни билиши орқали белгиланади. Масалан, меҳнатсеварликни тарбиялаш маълум даражада қаратё машғулотида ҳам акс этади. Масалан, қаратё билан шуғулланиш вақтида сарфланган тинимсиз меҳнат ўқувчиларни меҳнатсевар қилиб тарбиялайди. Агар бу пайт Ўқитувчи беҳуда гаплар билан эмас, балки иш билан банд бўлса, ҳатто у меҳнатсевар бўлмаганида ҳам барча унга бўйсунди. Бу иш ритмига маълум эмоционал бўёқларни бериш мумкин. Масалан, техникани ўзлаштираятган пайтларида Ўқитувчи шогирдлар билан кайфиятни кўтариш мақсадида озроқ ҳазил-мутойиба қилиши мумкин. Бироқ, беллашув пайтида ёки катани бажарилаятган пайтда нафақат иштирокчидан, балки кузатувчидан ҳам ўта жиддийлик ва диққат-эътиборни жамлаш талаб этилади.

Қаратё ўқитувчисининг роли тўғрисидаги юқорида эътироф этилган фикрлар бизга қаратёни ўрганиш мақсадга мувофиқлиги ва зарурлиги ҳусусида сўзлашимизга имкон беради. Бўлардан ташқари қаратёда одоб қоидалари мавжуд бўлиб, қуйдагилардан иборат.

Театр кийим илгичдан, каратэ эса залдаги машғулотдан бошланади (додзё). Додзёга кирган янги одам ўзини гўё жиддий ва тинч бошқа бир оламга тушиб қолгандек ҳис қилиши зарур. Сэнсей кўрсатма бераётганидаги мутлақ осойишталик ўрнини шогирдларининг белгиланган вазифаларни бажаришлари билан алмашинади. Бундай тартиб шуғулланувчилар маданиятидан далолат беради. Додзёнинг мажбурий шарти – ҳақиқий озодаликка риоя қилишдир. Зал машғулот учун зарур бўлган анжомлар билан жиҳозланмаган бўлса-да, бироқ у доимо озода бўлиши шарт!

Залдаги ўқувчилар фақат боғланадиган белбоғли кимоно (каратэги)да бўлишлари шарт. Додзёда оддий кийимда юриш таъқиқланади, сэнсей ва таклиф қилинган меҳмонлар бундан мустасно. Каратэги доимо озода, дазмолланган бўлиши, ўқувчилар эса доимо батартиб, қўл ва оёқлари тоза ҳолда ҳамда тирноқлари олинган бўлиши шарт. Машғулот пайтида ўқувчилар бирон-бир темир жиҳозни тақиши ёки ўзида сақлаши таъқиқланади. Каратэгини белбоғ билан мустаҳкам боғлаб қўйиш зарур. Қандай рангда бўлишидан қатъий назар, ёмон боғланган белбоғ ўқувчининг савияси пастлигидан далолат беради.

Додзё одоби ўзининг ғайритабиийлиги билан кўпчиликнинг эътиборини ўзига тартади. Ҳар бир каратэчи залга кириши билан таъзим қилган ҳолда “Осс!” дея саломлашади. Айнан шу нарсани у яна зални тарк этаётганида ҳам қайтариб, шуғулланиш учун имконият яратиб берилганига миннатдорчилик билдиради.

Каратэ машғулооти мактабнинг рамзий сиймолари (шоменлар)га таъзим, мактаб асосчиси (со-шихан)га таъзим, ўқитувчи (сэнсей)га таъзим ва йўриқчи (сэмпай)га таъзим қилиш каби қабул қилинган анъаналар асосида бошланади. Расмий равишда икки хил усулда таъзим қилиш қабул қилинган: тик туриб таъзим қилиш ва тиззада чўккалаб таъзим қилиш.

Тик туриб таъзим қилиш хейсокча тик туриш асосида амалга оширилиб, унда қўллар пастга туширилган ҳолда, кафтлар эса бўксадан қуйироқда зич тегиб туради. Каратэчи бошни салгина эгган ҳолда белини букиб, сўнг аввалги ҳолатига қайтади.

Тиззада чўккалаб таъзим қилиш сидза ҳолати асосида (унда товонлар чалиштирилиб, тўпиқлар устига ўтиради, эркалар тиззасини икки томонга ёйиб ўтиради, аёллар эса тўғри ўтиради) амалга оширилади. “Сейдза” деб буйруқ берилиши билан тиззада чўккалаш ҳолатига ўтиради. Каратэчи бу буйруққа асосан чап оёғини орқада қолдириб, ўнг товонинг устига чўккалаб ўтиради, чап қўлини туширган ҳолда ўнг қўлини тиззасига тирайди. Сўнгра товонлар чалишиши ва товонларнинг ташқи юза қисми ерга тегиши учун, ўнг оёғини ҳам худди чап оёғидек қўяди. Қўлнинг кафтлари эса бўксага қўйилади.

Таъзим “Рей!” дея буйруқ берилиши билан амалга оширилади. Қўлнинг кафтларини ерга шундай қўйиш жоизки, бош бармоқ билан кўрсаткич бармоқлар учбурчак шаклни ҳосил қилиши керак. Каратэчи орқасини товонидан узмаган ҳолда олдинга эгилади ва бармоқлардан ҳосил бўлган учбурчакка юзи билан тегиб, сўнг аввалги ҳолатига қайтади.

Каратэчи ўз таъзимининг бемаъни ва расмий тарзда бўлиб бўлиб қолмаслигига эътибор қаратиши лозим. Кумитэ бошланишидан аввал, ҳар бир приёмдан сўнг ва у тугагач, рақиблар бир-бировларига ўзаро таъзим қиладилар. Бундай ўзаро таъзимнинг рамзий маъноси бир-бирини тан олишини ва каратэ санъатини ўзлаштиришда ёрдам кўрсатгани учун миннатдорчилик рамзи сифатида ифодалашдир. Додзё машғулотлари ўтказилаётган пайтда залда ишчи муҳит ҳукмронлик қилади. Агарда жанг фаоллик билан ўтмаган бўлса ҳам, каратэчи ўзини муносиб тарзда тутгани ҳолда, деворга суянмайди, ётмайди, овозини кўтармайди ва ҳ.к.

Шогирдлар сэнсей ва сэмпайнинг барча кўрсатмаларини хейроча тик турган ҳолда тинглайдилар, уларга берилган топшириқ тушунарли бўлса, “Осс!” дея таъзим қиладилар ва фақат буйруқ берилиши билангина топшириқни бажаришга киришадилар. Агар шогирдга бирор нарса тушунарсиз бўлса, у ҳолда каратэчи “Осс!” дея сэнсей (сэмпай)га таъзим қилиб, яна қайта “Осс!” дея унга мурожаат қилади.

Каратэнинг стратегик мақсадига эришиш учун ана шундай айрим одоб қоидалари жорий этилган.

Одоб билан бир қаторда, каратэнинг стратегик мақсадига эришиш учун шуғулланувчиларда енгилмас руҳиятни ҳам тарбиялаш муҳим аҳамият касб этади.

2.3. Шарқ якка курашининг баркамол инсонни тарбиялашдаги ўрни

Каратэ жангчиларга хос бўлган садоқатлилиқ, мардлик ва бошқа ижобий сифатларни шакллантиради. Агар у фақат жанг усулларидагина иборат бўлганида эди, шу қадар узок сақланиб қолмасди. Унинг ҳаётбахшлиги техник приёмлар ва Руҳни бошқараётган Йўлнинг мутаносиблигидандир. Шу сабабли каратэ фақатгина рақибни мағлуб этувчи жанг санъати сифатидагина эмас, балки жисмоний ва руҳий мазмунда камолотга етказувчи восита ҳамдир. Умуман олганда каратэни инсонни чинакам баркамоллик қилувчи тарбия воситаси сифатида ўрганиш мақсадга мувофиқ. Зеро, Кёкунусинкай услубининг асосчиси Масутацу Ояманинг эътирофича, “Кўзгунинг силлиқ, ялтироқ юзаси ўз олдида турган барча нарсани акс эттиради, сокин дара эса ҳатто ҳазин шитирлашни ҳам ўз ичида сақлаб қолади, шундай қилиб, каратэ-до билан шуғулланувчи ҳам ўз онгини ўзини севиш ва мағрурликдан фориғ бўлиши зарур, чунки у шу тахлит дуч келган барча нарсани осон енгади.

Эътироф этилганидек, каратэ юз йиллар мобайнида шаклланди ва ривожланди. Турли тарихий босқичлардаги турли маданиятларда каратэнинг одамлар ҳаётида тутган роли ва ўрни ҳақида тасаввурлар шаклланган. Кўпинча ибодатхона мураббийлари каратэ бўйича олий билимларни тарғиб қилганлар. Айнан шу ердан каратэ ўқитувчиларининг Илоҳий қўл деб эътироф этилган Тангрини иродасини бажарувчи олий зотлар тўғрисидаги фалсафий тасаввурлар вужудга келган.

Шарқда ўрта асрлардан то XX асрга қадар эзотерик фалсафа шарофати ва даосизмни, дзэнни идрок этиш орқали каратэ мазмуни тушунчаси оддий онг каратэ мазмуни тушунчаси оддий онг томонидан қабул қилиниб, ҳақиқат излаш йўлида нурли тафаккур кашф йўлидаги маънавий Қуёш воситасига айланди. Айнан Шарқда соф техник ва тактикавий усуллар билан бир қаторда бирмунча тўлиқ тизим яратилган бўлиб, унда гавдани мукамал эгаллаш ҳамда ички ҳолатни ёки ўз идрокини тўла идора қилиш орқали олий ахлоқ ва одобга ҳам эришилган. Айни пайтда каратэ бутун дунё бўйича - бу энг аввало шахсинг жисмоний ва маънавий (шу жумладан ақлий) камолотга эриштирувчи воситасидир. Каратэ ҳимоялашнинг амалий воситаси сифатида кўплаб ташкилотлар фаолият дастуридан кенг ўрин олган.

Дунёнинг кўплаб мамлакатларида каратэ полициячилар ва ҳарбийлар тайёрлаш дастурига киритилган. Кўплаб университетларда ҳозир каратэни ўзининг жисмоний тайёргарлик дастурларига киритганлар; каратэ пирёмларини ўрганаётган аёллар сони ортиб бормоқда. Айрим мамлакатларда каратэни ўрганиш мактаб дастурига киритилган. Каратэ спорт тури сифатида янада машҳурлашиб бормоқда.

Илмий-техника тараққиёти инсоннинг ҳаракат фаоллигини чеклаб, уни табиатдан четлаб бораётган бизнинг давримизда каратэ алоҳида аҳамият касб этади. Каратэ билан шуғулланиш ёшларда ҳаёт учун зарур бўлган қарашларни шакллантириш ҳамда уларнинг интеллектуал, эстетик тарбиясига ижобий таъсир кўрсатиш билан бирга, иродаларини мустаҳкамлаб, жисмонан бақувват, соғлом, етук, баркамол шахс бўлиб ривожланишларида уларни техник-тактик ҳаракатлар ва улкан ҳажмдаги маҳсус билимлар билан қуроллантиради.

Бўларнинг барчаси ижтимоий фаол фуқароларни шакллантиришда сезиларли даражада ишчанлик қобилиятини яратишга мезон яратади.

Каратэнинг жамиятдаги ўрни ва аҳамияти йил сайин ортиб бормоқда.

Саломатликни мустаҳкамлаш учун бўш вақтни ташкил қилиш, инсоннинг жисмоний баркамоллиги, омманинг ижтимоий фаоллигини ошириш ва инсонларнинг ўзаро мулоқотда самимийлиги каби ижтимоий қадриятлар, тамойиллар, идеалларни намоён қилишда каратэнинг ижтимоий мақоми юқоридир.

Жамоатчиликнинг каратэ машғулотларига бўлган қизиқиши инсонларнинг жисмоний баркамоллашуви доирасидан ташқарига ҳам чиқади. У инсонларга мулоқот қувончи, ғалаба нашидаси, ғурур ва ифтихор туйғуларини ҳадя этибгина қолмай, инсон, ҳудуд ва мамлакат ғалабаси учун уларнинг қувончига шерик бўлиб, мағлубият аламини ҳам бирга ҳис қилиш имконини беради. Шунинг учун ҳам каратэ кўплаб мухлисларга эга.

Каратэда эришилган ютуқлар алоҳида аҳамият касб этади. Улар давлат имкониятларини намоиш этгандек кўрилади. Бу тўғрида сўз юритганда кўплаб мамлакатларда каратэ билан шуғулланувчи спортчиларга ҳар томонлама ёрдам кўрсатилиб, уларни давлат унвонлари, йирик пул мукофотлари ва бошқа хилдаги мукофотлар билан тақдирланишини далил

сифатида эътироф этиш жоиз. Каратэ билан шуғулланган кўплаб спортчилар спорт ареналарида ўз спорт усулларини намоён қилиш ёки тарғиб қилиш орқали ўз маблағларига эга бўлиб, миллионер бўлиб кетдилар.

Каратэнинг ижтимоий аҳамияти яна унинг меҳнат фаолиятидаги сифатга, жамоатчилик муносабатларига, истеъмол соҳасига, бўш вақтни ташкил қилиш, таълим мазмунига таъсирида ва ҳ.к.ларда акс этади.

Шуғулланувчилар биологик соҳасининг ижобий таъсирида каратэнинг ижтимоий қадриятлари чекланмайди. Маънавий олам баркамолликка эришиб, дунёқараш, маданий идеаллар шаклланиб, инсоний кадр-қимматни тараннум этувчи ахлоқ нормалари ҳам шаклланади.

Ундан ташқари, “одамлар қандайдир йўл билан кўплаб ташкилотларга қарши туриш учун каратэга мурожаат қиладилар. Бугунги кунда йирик ташкилотлар бутун инсоният тақдирини белгиламоқда: барчасини қудратли салтанатлар амалга оширади. Бундай шароитда одамлар қайсидир даражада бирор инсоннинг шаънини ҳимоялаш учун каратэ билан шуғулланишлари ажабланарли ҳолат эмас”, - деб ёзади Кёкусинкай услуби асосчиси Масутацу Ояма.

Каратэ юксак амалий аҳамиятга эга бўлиб, у билан шуғулланувчилар мураккаб касбларни ҳам осон ва тез ўзлаштириш ҳамда меҳнатда юқори унумдорликка эришишга муваффақ бўладилар.

Жанговар вазиятда юқори жисмоний тайёргарлик даражаси ҳамда каратэ кўникмалари ёрдам беради.

Шундай қилиб, каратэни нафақат алоҳида инсонларни, балки бутун жамиятнинг идеаллари ва талабларини қондирувчи ҳамда жисмоний ва маънавий уйғунлашувни шакллантирувчи восита сифатида ўрганиш мумкин.

ФОЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР:

1. Каримов И.А. “Тинчлик ва ҳавфсизлигимиз ўз куч-қудратимизга, ҳамжиҳатлигимиз ва қатъий иродамизга боғлиқ”. Тошкент, “Ўзбекистон”. 2004
2. Каримов И.А “Ўзбек халқи ҳеч қачон, ҳеч кимга қарам бўлмайди”. Тошкент, “Ўзбекистон”. 2005й.
3. Каримов И.А. “Жамиятимизни эркинлаштириш, ислохотларни чуқурлаштириш, маънавиятимизни юксалтириш ва халқимизнинг ҳаёт даражасини ошириш – барча ишларимизнинг мезони ва мақсадидир”. Тошкент, “Ўзбекистон” нашриёт – Матбаа Ижодий уйи. 2007й.
4. Альбрехт Пфлюгер “Шотокан Каратэ-до”. Москва, 2002.
5. Александрович – А, Масослав. “Пут война: секрети боевых искусств”. Москва. 2004.
6. А.Николаевич Медведов «Кунт-фу». Москва, 1991.
7. Бенжамин Лоу. «Красота Спорта», Москва «Радуга», 1984.
8. Бранд, Рольф “Айкидо”, Москва. 2003.
9. Г.Фунакоси. “Каратэ-до: мой способ жизни”. “София”, 2000.
10. Г.Фунакоси. “Каратэ-до: мой путь”, Москва, 2000.
11. М.Накаяма. “Лучшее Каратэ” 1-4 том. Москва, 1997.
12. Сергей Липшин. “Каратэ-до”, Донецк. 1991.
13. М.Накаяма, Д.Драгер. “Практическое Каратэ для всех”, 2002.
14. Литтл Ли, Брюс Ли. “Путь воина”, 2001.
15. Ли Линда, Нарис Чак “Брюс Ли – человек-легенда”, М.У., 2000.
16. В.Ю.Микрюков. “Каратэ-до: боевые искусство”, Аст. Астрель. Москва, 2008.
17. Ояма М. “Это Каратэ” (Пер.с англ. 2000 – 320с).
18. Ояма М. “Философия Каратэ”, (Пер.с англ. 2000)
19. Накаяма М. Динамика Каратэ (Пер.с англ. 2000 – 304с).
20. Иванов А.В. Методика обучения технике рукописного боя. М. 1994. 129с.
21. Суханов В. Боевое Каратэ и его нераскрытые тайны. «Лист», «Вече», Москва. 2000. 348с.
22. Брюс Ли. Дао Джит кун до.Астрел.2008
23. С.К.Карамов.Корейские боевые искусства.Астрель.2005 й.