

КИОКУСИНКАЙ

Киокусинкай — один из мощнейших стилей каратэ, созданный Масутацу Оямой в 50-е годы XX века, система, позволяющая достичь высокого уровня мастерства людям с совершенно разными физическими и психологическими показателями.

Киокусин отличается силовой манерой ведения боя и, соответственно, повышенным требованиям к атлетической подготовке, закалке тела, воли и духу бойцов, к умению терпеть боль и с предельной самоотдачей выдерживать серьезные кондиционные нагрузки. При этом, киокусин является очень доступным видом спорта для людей разного возраста, пола и физических данных. Для занятий требуется лишь зал или открытая площадка, доги (кимоно), усердие и единомышленники. Путь от ученика с белым поясом до мастера с чёрным поясом лежит через многолетние и упорные тренировки. Но главная цель киокусина — здоровая социально ответственная личность, сильная духом! И не случайно киокусину, как и любому боевому искусству присуще понятие «путь». И это прежде всего путь духовного развития, путь познания мира и самого себя посредством киокусина, который является одной из ярких граней богатого разнообразием мира боевых искусств.

Основной ценностью киокусина является уважение. Это выражается в строгом соблюдении этикета и каждодневной практике взаимоуважения не только между учениками, но и между учеником и его родителями, учителем, старшим товарищем, соперниками. Это и уважение к традициям школы киокусин, и к обычным людям, к людям с ограниченными возможностями, уважение к правилам соревнований. На принципе уважения формируются и другие ценности школы, где сила духа превосходит грубую физическую силу. Это борьба со своими слабостями и страхами, преодоление гордыни и совершенствование своих духовных и физических навыков.