



Shorinji Kempo – nauka rozwijająca osobowość

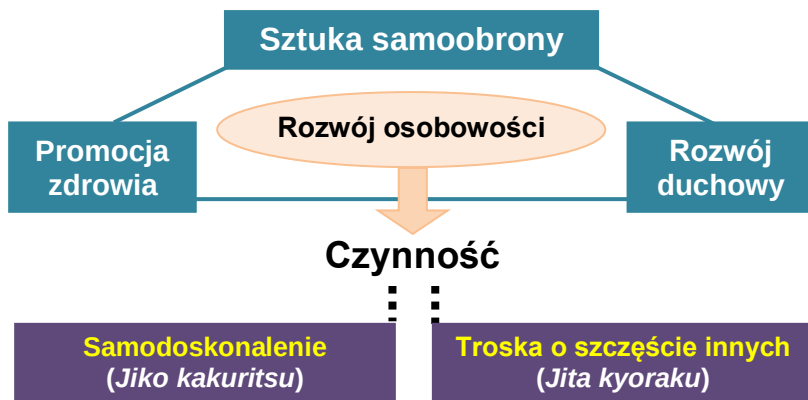
Czym jest Shorinji Kempo?

- ① Praktykując techniki Shorinji Kempo, ludzie odnajdują pewność siebie, siłę i odwagę. Mają również możliwość rozwinięcia w sobie dobroci, życzliwości i poczucia sprawiedliwości.
- ② Shorinji Kempo to 行 (Gyo) – nauka o rozwoju osobowości, niosąca trzy dobrodziejstwa: **sztukę samoobrony, rozwój duchowy oraz dobre zdrowie.**
- ③ Postrzegamy świat i postępujemy w sposób uwzględniający nasze interesy w równym stopniu co interesy innych osób. Przez to **przyczyniamy się do pokoju oraz dobrobytu społeczeństwa.**



Kaiso zinterpretował poniższy znak jako wizerunek silnych ludzi, którzy stojąc naprzeciw siebie, niosą na plecach starszych.

(znak „Gyo” – kształcenie/urzeczywistnienie drogi)



❖ Nauka, która rozwija osobowość oraz niesie trzy Dobrodziejstwa

Shorinji Kempo nie przewiduje współzawodnictwa, którego celem jest bezwzględne zwycięstwo. W chwili, kiedy ludzie stają się opętani chęcią wygrania, ogarnia ich błędna idea konieczności uzyskania własnej przewagi za wszelką cenę. Dochodzi nawet do tego, że zaczynają czuć przyjemność z cierpienia innej osoby. Shorinji Kempo, prezentuje sobą unikalny rodzaj kompleksowego treningu mentalnego, za pomocą którego kształtuje się charakter oraz osiąga trzy dobrodziejstwa:

- sztuka samoobrony (Goshin rentan)
- rozwój duchowy (Seishin shuyo)
- promocja zdrowia (Kenko zoshin)

Poprzez doskonalenie technik osiąga się pewność siebie, odwagę, siłę oraz odnajduje w sobie dobroć, życzliwość i poczucie sprawiedliwości. Właśnie w celu kształtowania tak mocnej osobowości została utworzona Nauka Shorinji Kempo – *Gyo*.

❖ Shorinji Kempo jako *Bu* (sztuka walki)

- Znaczenie znaku „Bu”

Chiński znak 「武」, odpowiadający „bu” w słowie „budo” (droga wojownika) jest to schemat składający się z dwóch symboli oznaczających „zatrzymać” 「止」 i „włócznia lub wojna” 「戈」, a wszystkie razem – „zatrzymać dwie włócznie” lub „zatrzymać wojnę”. Korzeń słowa *Bu* to nie „walka”, „porażka” lub „zabijać”, a „przetrwąć walkę” tym samym torując drogę do wzajemnej pomocy i harmonii, które tworzą spokojną atmosferę. Sztuki walki powinny stać na straży moralności w społeczeństwie.

Kaiso wyjaśniał znak „bu” w słowie „budo” następująco:

„To jest to, co zatrzymuje konflikty między ludźmi. To, co przyczynia się do wspierania pokoju i kultury oraz to, co reprezentuje moralność odpowiadającą za harmonijną współpracę. To jest to, co nigdy nie rani przeciwnika, nie szuka konfliktów, nie szuka zwycięstwa nad przeciwnikiem, jako celu”.

Innymi słowy, *Bu* nie należy interpretować jako pragnienia walki czy wyrządzania szkody przeciwnikowi, lecz raczej jako dążenie do zatrzymania konfliktu pomiędzy ludźmi. A co za tym idzie wnoszeniem wkładu w budowanie pokoju oraz rozwój kultury. *Budo* to wielka droga samodyscypliny i kształcenia w sobie, niezniszczalnej siły ciała oraz ducha. Istotą tego procesu jest wychowanie osoby, posiadającej odwagę do przeciwstawienia się niesprawiedliwości i przemocy na świecie. „Trenując siebie, przezwyciężając siebie, inspirując innych – prawdziwie żyję”. *Budo* jest ścieżką, którą kroczyliśmy zarówno w imieniu swoim, jak i innych, w imieniu całego społeczeństwa. Właśnie do tego dąży Shorinji Kempo.



- „Bu” jako sposób budowania charakteru

Shorinji Kempo, które praktykujemy na co dzień, może być podzielone na kilka części. *Gi* obejmuje elementy obrony i ataku, *Jutsu* to ich zastosowanie w formie konkretnych technik natomiast *Ryaku* to kreatywna metoda wykorzystywania tych technik w praktyce*. Jako całość jest to znane pod nazwą „Bu-no Tai” (ciało *Bu*). Praktykując tę sztukę, nie tylko trenujemy techniki, ale również nabywamy umiejętność rozwiązywania sporów w najbliższym otoczeniu, a także poznajemy podstawowe zasady rozwiązywania konfliktów o większej skali, nawet międzynarodowych. Jest to znane jako „Bu-no Yo”, czyli ucieleśnienie lub zastosowanie *Bu*.

Budo – to sposób połączenia *Bu-no Tai* i *Bu-no Yo*. Budo daje możliwość znalezienia odwagi i siły, niezbędnych do samoobrony. Jednocześnie, kształtuje ludzi, którzy są w stanie używać męstwa, siły i determinacji do doskonalenia społeczeństwa, jako całości.

Istotą Budo nie jest zwycięstwo samo w sobie lub zaspokojenie własnego pragnienia wyższości. To przede wszystkim umiejętność radzenia sobie z własnymi słabościami, osiągnięcie pewności siebie i nauczanie się jak żyć oraz rozwijać razem z innymi. W ten sposób możemy wspierać innych i sami korzystać z ich pomocy. Wszystko to ukierunkowane jest na budowę harmonijnego społeczeństwa, w którym zarówno my, jak i inni osiągniemy szczęście.

- Błędne interpretacje *Budo*

Niestety istnieje wiele przykładów na to jak dalekie od prawdy może być pojmowanie sensu Budo. Niektóre rodzaje sztuk walki, które utożsamiają się z Budo, to jednak ich sposób

* Bardziej szczegółowy opis *Gi*, *Jutsu* i *Ryaku* znajdziemy w części 4, rozdział 1 „Trzy elementy *Ken*”.

trenowania znacznie bardziej przypomina dyscyplinę sportową. Ukierunkowane są głównie na zwycięstwa w zawodach, kładąc nacisk na wyczerpujące treningi fizyczne oraz cyrkowe efekty.

Osoby trenujące inne sztuki walki w swoich rozmowach podkreślają konieczność osiągania zwycięstw przede wszystkim w oparciu o siłę, dając pierwszeństwo tym technikom, które skierowane są na upokorzenie przeciwnika oraz zwycięstwo.

Wszystkie te błędy pojawiające się w procesie szkolenia adepta Budo ukierunkowują go na jednostronne dążenie do zwycięstwa i w konsekwencji okazywanie szacunku tylko silniejszemu, a to z kolei bezpośrednio przekłada się na życiowe ideały.

Z całą pewnością można powiedzieć, że taki błędny sposób pojmowania i metody szkolenia, ludzi uważających, że podążają Budo, ale w rzeczywistości dążących tylko do osiągnięcia doskonałości w sporcie, przynoszą wielką szkodę zarówno dla nich, jak i dla społeczeństwa. Osoby ćwiczące w oparciu o takie błędne metody treningowe często stają się ludźmi egoistycznymi, grubiańskimi i zarozumiałymi.

Nauczyciele takich pechowych uczniów, nie pojmując w pełni sensu Budo, wprawdzie używają tej nazwy, lecz jedynie po to, aby ukryć fałszywą istotę swoich metod treningowych.

- Sens sztuk walki i walki bez broni

W dawnych czasach człowiek musiał walczyć przy użyciu tylko pięści i nóg. W ciągu ostatnich kilku wieków broń przeszła ewolucję od mieczy, włóczni i strzał do karabinów i innej broni pozwalającej zabijać łatwiej i to z dużo większej odległości. We współczesnym świecie człowiek rozwinął technologie zabijania do takiego poziomu, że całe narody zagrożone są ludobójstwem, a wykorzystanie broni nuklearnej może doprowadzić do zagłady całej ludzkości.

W obliczu zagrożenia bronią masowej zagłady, czy jest sens, aby spędzać wiele cennych lat życia na nauce „prymitywnego” rodzaju walki gołymi rękami? Każdy, kto chce zacząć trenować, powinien zastanowić się, czy na pewno jest sens trenować sztukę walki, która ma za cel tylko i wyłącznie pokonanie drugiego człowieka.

- Żyć w harmonii z samym sobą i z innymi

Przekonanie, że Budo to metoda walki ulicznej czy też sposób na zwycięstwo w zawodach jest nie tylko błędne, lecz wręcz niebezpieczne. Tak jak silne ciało czy piękna twarz nie jest jeszcze oznaką szlachetności duszy, tak i zwycięstwo w zawodach lub walce nie jest jednoznaczne z tym, że jest się osobą, która opanowała istotę Budo. Każdy, kto chce podążać prawdziwą drogą sztuk walki powinien rozumieć sens *Bu*, wartości *Budo* i nauczyć się zwyciężać samego siebie, a nie innych. Należy mieć świadomość, że jesteśmy częścią Dharma i rozumieć, po co przyszliśmy na świat. Charakter ludzki przejawia się z dobrej lub złej strony, w zależności od sposobu rozumowania człowieka. Dlatego powinniśmy dążyć do prawdziwego zrozumienia Budo – nie jako zbioru technik do pokonywania i zabijania, ale jako metody samodoskonalenia, na drodze do życia w harmonii z samym sobą i innymi.



Shorinji Kempo to nie tylko technika samoobrony. To metoda kształtowania charakteru człowieka. To sztuka walki, umożliwiająca odnalezienie szczęścia w sobie i ukształtowanie człowieka, który równocześnie wnosi swój wkład w utrzymanie pokoju i dobrobytu ludzkości. Oto właśnie jest Shorinji Kempo.

❖ Shorinji Kempo jako Gyo (rozwój duchowy)

Kaiso twierdził, że znak 「行」 *Gyo* (kształcenie) przedstawiany jest jako wizerunek ludzi (silnych ludzi), skierowanych do siebie i niosących na plecach dzieci lub osoby starsze (słabych ludzi). Rozumiejąc *Gyo* właśnie w taki sposób, Shorinji Kempo dąży do tego, aby stworzyć społeczeństwo, w którym silni pomagają słabszym, społeczeństwo, w którym wszyscy żyją w harmonii. Żaden człowiek nie może żyć sam dla siebie. Każdy z nas pozostaje w relacjach z wieloma osobami i osoby te winniśmy traktować i cenić jak samych siebie.

Mówiąc inaczej, Shorinji Kempo dąży do osiągnięcia następujących celów: kształtowania osoby silnej duchem oraz ciałem, na której można polegać (*Jiko kakuritsu*), osoby, posiadającej jednakowy szacunek do siebie, jak i do innych (*Jita kyoraku*). Tym sposobem trening jest realizacją *Gyo*, rozwijającego osobowość.

W Shorinji Kempo stwierdzenie „Połowa szczęścia sobie, połowa – drugiemu człowiekowi” oznacza uniwersalne rozumienie szczęścia. Dążymy do tego, aby stać się ludźmi, którzy potrafią przyczyniać się do budowania pokoju i dobrobytu w społeczeństwie.



Słowa kluczowe

- ◎ Metoda treningowa jednoczesnego rozwoju ciała i ducha
- ◎ Nauka, która daje trzy dobrodziejstwa: sztukę samoobrony, rozwój duchowy oraz dobre zdrowie
- ◎ Pewność siebie, odwaga oraz energia; Dobroć, życzliwość oraz poczucie sprawiedliwości
- ◎ Znaczenie znaku „bu” i prawdziwa istota *Budo*
- ◎ *Jiko kakuritsu* i *Jita kyoraku*
- ◎ Połowa szczęścia sobie, połowa – drugiemu człowiekowi