

Ашихара-каратэ

Хидеюки Ашихара (1944-1995 г.г.) - великий мастер боевых искусств Японии - не успел сам написать автобиографическую книгу. В последние месяцы жизни, когда болезнь не позволяла ему писать, он поручил сделать это своему ученику, диктуя основные мысли и вспоминая прожитые годы. Хидеюки Ашихара оставил огромное наследие в виде книг и учебных фильмов по боевому искусству, которому он посвятил всю свою короткую жизнь. Кантё Ашихара посвятил всю свою жизнь пропаганде каратэ как части Японского наследия и ему удалось многого добиться в том, чтобы каратэ по популярности приблизилось к кэндо и дзюдо. Он был в постоянном творческом поиске оптимальной и эффективной техники каратэ, дающей шанс человеку средних способностей противостоять физически более сильному противнику. Понимая, что ему определен судьбой короткий срок, ценя каждую минуту своей жизни, кантё Ашихара избегал встреч с журналистами, заслужив уважительное прозвище "Мастер-призрак". Но и без газетных статей и телевизионных передач великий мастер снискал себе подлинную славу в Японии и во всем мире, создав новейший стиль каратэ и огромную международную организацию, объединившую его последователей во многих странах всех континентов.

Хидеюки Ашихара родился 5 декабря 1944 года в деревне Номитё японской префектуры Хиросима. Независимость и чувство собственного достоинства с детства проявились у будущего кантё. Воспитывался Хидеюки дедушкой и бабушкой, был большой смутьян и любил подраться, что доставляло им большие проблемы. Необходимо отметить, что драться Ашихара любил всегда, даже в зрелом возрасте. Другой чертой характера Хидеюки было великое трудолюбие, за счет которого он, не отличавшийся от своих сверстников ни большим ростом, ни природной силой, сумел добиться немалых успехов и заслужить внимание известных мастеров Японии. Как многие японские мальчики в школе с четвертого до девятого класса изучал кэндо. Весной 1960 года в 15-ти летнем возрасте покинул дом и отправился в Токио, где начал работать на бензозаправочной станции. Хидеюки вспоминает, что в свободное время ему необходимо было заняться чем-либо полезным. Несмотря на молодость, он понимал, что может скатиться на скользкую дорожку, проводя досуг в драках и других развлечениях улицы. Подсознательно он чувствовал, что ему необходимо додзё, где можно тренироваться и развивать свои бойцовские способности. Поиски увенчались успехом, и простое объявление на телеграфном столбе привело его в додзё Ояма. Додзё Ояма располагалось в старом заброшенном деревянном здании, где, казалось, в любой момент может обрушиться потолок. Ашихара был удивлен такими условиями, но то, что он увидел на занятиях, просто покорило его. Тренировки были чрезвычайно интенсивны и больше походили на реальный бой. С этого момента Хидеюки Ашихара не мог думать ни о чем-либо кроме каратэ. Он тренировался как сумасшедший, и через восемь месяцев единственный из 55 аттестуемых получил зеленый пояс. Свой первый чёрный пояс Ашихара получил 26 марта 1964 года в 19 лет. К тому времени Масутацу Ояма уже дал название своему стилю – Кекусинкай. За счет своего великого трудолюбия Хидеюки Ашихара добился в стиле Кекусинкай-каратэ очень высоких результатов, и уже через несколько лет тренировок, достигнув 20-летнего возраста, он становится инструктором Кекусинкай каратэ. Этот факт, несомненно, говорит о том, что уже в то время, несмотря на свою молодость, Хидеюки Ашихара глубоко осознал сущность одного из наиболее жестких и прогрессивных единоборств Японии 60-х годов - Кекусинкай-каратэ - путем упорного самосовершенствования в технике стиля и физических упражнениях.

Реализуя политику распространения своего стиля по Японии и всему миру, Масутацу Ояма посылал своих лучших учеников в разные точки мира для организации новых додзё. Так в 1966 году Ашихара должен был направиться в Бразилию как инструктор для развития стиля в такой далекой от Японии стране, но этому не суждено было сбыться. Ашихара из-за уличной драки попал в полицию. Об этом известили самого Ояма Масутацу, который уладил инцидент, но строго наказал провинившегося. Ашихара временно был отстранен от занятий и инструкторской деятельности на два месяца, а затем «сослан» для пропаганды стиля в южную часть Японии. Ашихара так рассказывает об этом переломном эпизоде своей жизни: *"Меня вызвали к кантё Ояма и после моего приветствия "Осс!" он сказал:*

- Ты должен ехать на Сикоку - и добавил:

- Ashihara, если бы я сказал, умри, ты бы умер? - этот внезапный вопрос заставил меня полностью потерять самообладание, и хотя я не понял, что он имел в виду, сразу ответил "Осс!".

- Ты должен ухать на Сикоку и развивать каратэ там.

Тогда ещё я не понимал, что это был первый шаг кантё Ояма по распространению Кекусин внутри страны. Хотя ехать на Сикоку мне вовсе не хотелось, я был благодарен за возможность остаться в организации и продолжать занятия каратэ. Кроме того я доставил столько неприятностей клубу."

27 марта 1967 года сэнсэй Ашихара в качестве инструктора прибыл на остров Сикоку в небольшой город Номура префектуры Эхиме для развития стиля Кекусинкай-каратэ. Правда, через три месяца «ссылки» Хидеюки Ашихара был вызван в Токио для получения нового назначения в Бразилию. Ко всеобщему удивлению он отказался от выгодного предложения. Сам Ашихара объясняет это решение тем, что за три месяца работы у него появились ученики, ожидавшие возвращения сэнсэя, оставить которых он не имел права. Разгневанный Ояма мгновенно выгнал Хидеюки из клуба, но через несколько минут вернул и разрешил вернуться на остров Сикоку.

Самостоятельная работа начиналась буквально "с ноля", кроме того, молодой Мастер вынужден вступить в соперничество с учителями других стилей, уже прочно обосновавшихся в этой префектуре. Однако трудности только стимулируют такие черты характера Хидеюки Ашихара как упорство и трудолюбие, и вскоре все были вынуждены признать, что новый Додзё на острове Сикоку состоялся в полной мере. Вначале город Номура, а с 1969 года Яватахама открывают длительный этап работы инструктора Хидеюки Ашихара на острове Сикоку. В этот период началось формирование собственных взглядов на каратэ и методики его преподавания. Вот как вспоминает Хидеюки Ашихара эпизод своего становления как инструктора, стремящегося увеличить количество учеников:

"Когда появляется большее количество людей, претензии возрастают. Как только они усвоили основные принципы движений в каратэ, мы начали пробовать более сложную технику. Поскольку у некоторых имелся опыт других школ каратэ и дзюдо, им не терпелось перейти к кумитэ. Я понимал, что ещё слишком рано начинать кумитэ, но желание учеников было велико. И я решился. Это было ошибкой.

Я наносил удары в голову ученикам, которые бросили мне вызов. Я, конечно, делал это более мягко, чем на тренировках в Токио, но они не могли стоять на ногах. Мы укладывали в угол всех, кто был в нокдауне, подобно рядам рыбы тунца. Когда через несколько дней мы повторили это упражнение, число учеников сократилось с 55 членов до пяти.

Впервые, я понял, что произошло. Мне стало ясно, что это всё из-за кумитэ. Любопытство переросло в страх и опасения. Я понял, что среди и так самого ограниченного источника новых членов, имеется только горстка фанатов каратэ. Моя ошибка состояла в том, что я ожидал, что все они будут следовать за мной, получая травмы как составляющую часть изучения каратэ.

Я должен был изучить трудный путь профессионала, зарабатывающего на жизнь от каратэ. С этого дня я начал думать относительно методики тренировок, которая предложит ученикам навыки базовой техники и боевой техники, но максимально уменьшит травматизм. Мои средства к существованию были под угрозой".

Первый собственный деревянный додзё площадью 145 квадратных метров был открыт в городе Яватахама 15 июня 1969 года. Здание все еще сохраняется в его первоначальном виде, и теперь стало "священным местом" для поклонников Ашихара-каратэ. Здание было построено на средства, собранные учениками и собственные сбережения Хидеюки Ашихара. Кроме того, кантё часто вспоминает господина Сохэй Мори как своего наставника в житейских делах. Сохэй Мори был избран в нижнюю палату Японского парламента, и был министром в течение определенного периода. Он имел такую философию: никогда не приносите извинений, никогда не обвиняйте других и никогда не критикуйте. Эти три принципа оказали влияние на взгляды Ашихара.

Как только строительство додзё в городе Яватахама было завершено, именно Сохэй Мори поставил новую цель – обосноваться в городе Мацуяма, другими словами выйти на оперативный простор. Оставив додзё на попечение старших учеников, Ашихара перебрался в Мацуяма. От Яватахама до Мацуяма было полчаса езды на поезде. К тому времени Хидеюки был уже женат и снимал квартиру в 250 метрах от того места, где находится современное здание Хонбу. Проведя рекламную кампанию, он начал собирать новых учеников для занятий каратэ.

А примерно через месяц к нему обратилось руководство полицейской академии префектуры Эхиме с предложением преподавать каратэ для слушателей. Хотя у Ашихара в молодости были проблемы во взаимоотношениях с полицией, он с удовольствием принял предложение. Все

слушатели не были новичками в боевых искусствах, для них изучение методов борьбы было не хобби, а профессиональной необходимостью. Они все были хорошо обучены и имели подготовку в дзюдо, кэндо, каратэ и других направлениях единоборств. Они были быстры и неукротимы в кумитэ и признавали только реальную борьбу. Однако в обычной жизни это были скромные люди. Позже некоторые из них достигли высоких положений в полицейском ведомстве. Обучая слушателей, Ашихара сам многому научился, особенно дисциплине и самодисциплине, царившей в стенах академии. Вникая в работу полицейских, он начал акцентировать внимание не на поражении противника с ущербом для его здоровья, а больше на обеспечении контроля над ним. Позднее это легло в основу разработки концепции “САБАКИ”.

Расширяя свой клуб в городе Мацуяма, Ашихара ездил по другим сильным школам каратэ, пропагандируя свой стиль разными способами. Оглядываясь назад, Ашихара вспоминает, что часто технические преимущества стиля приходилось доказывать, побеждая в поединках.

В этот период мастерство и авторитет Ашихара как преподавателя Кекусинкай достигают наивысшей ступени. Сфера его деятельности распространяется за пределы острова Сикоку. Филиалы его додзё начали появляться в городах Осака, Хиросима, Киото, Кобе, Нара, Сингу и других местах, которые он регулярно посещает для консультаций. Это был первый шаг к реализации мечты, и Ашихара был готов кричать от радости. Бум каратэ был невероятный. Однако Ашихара хорошо помнил тяжелые времена, когда он начинал свою деятельность и понимал, что для многих занятия каратэ были просто модным увлечением и, чтобы удержать их, необходима модернизация стиля в направлении методов обучения и психологической подготовки.

В этот период между Хидеюки Ашихара и высшим руководством Кекусинкай начинаются разногласия. Многие видели в нем не только серьезного конкурента для иерархов Кекусинкай, но и возможного преемника самого Масутацу Ояма. Данные сведения выглядят достаточно достоверно, так как нередко в конце 70-х годов японская пресса упоминала в одной связи имена великого основателя и молодого, но уже знаменитого ученика. Если добавить к этому неуживчивый характер самого Хидеюки Ашихара, то можно представить насколько могли осложниться его отношения с другими лидерами организации Кекусинкай. Другая немаловажная причина кроется в реакции руководителей Кекусинкай на неоднократные высказывания Хидеюки Ашихара относительно необходимости реформирования технических основ Кекусинкай каратэ. Как ведущий инструктор, он в совершенстве освоил технику Кихон и Ката, что позволило ему сделать вывод о том, что необходимо внести изменения для еще большего прогресса в развитии стиля. Однако, подобная инициатива не нашла поддержки у основателя. И конечно, финансовая сторона вопроса также имела огромное значение, так как в Хонбу регулярно перечислялись взносы из всех новых додзё и условия их распределения наверняка не устраивали Хидеюки Ашихара.

А между тем, семья Ашихара 27 декабря 1978 года окончательно переехала в город Мацуяма. Еще в 1975 году был куплен участок для строительства додзё, но строительство началось в марте 1978 года и долгожданное его открытие состоялось в 1979 году. Новое додзё представляло собой современное здание со всеми необходимыми средствами для тренировок, работы и связи с внешним миром. В 35 лет Хидеюки Ашихара осуществил свою мечту и заложил мощный фундамент для создания в будущем собственной организации. Однако, по мнению Ашихара, руководство Кекусинкай хонбу не оценило по достоинству его успехи и лишь повысило ежемесячную членскую плату в организацию. Кроме того, если раньше Хидеюки Ашихара отвечал за всю префектуру Эхиме, то в это время её разделили на две части, и Ашихара получил северную часть. А вскоре ему было рекомендовано и вовсе приостановить деятельность в этой префектуре. Поводом стали жалобы руководителей других додзё на Ашихара за вторжение на их территорию. Это был период бума на каратэ, и многие инструкторы стремились заработать преподаванием, что было причиной конфликтов между ними. Однако методика преподавания мастера Хидеюки Ашихара к этому времени была вне конкуренции как в префектуре Эхиме, так и за её пределами. Перед ним встала проблема выбора: подчиниться Организации, бросить всё, что создано упорным трудом или игнорировать указания и продолжать свою деятельность, тем самым, внося раскол и бросая пятно на Кекусинкай хонбу. Мастер Ашихара всегда твердо верил в то, что каратэ это, прежде всего, упорные тренировки, тренировки и ещё раз тренировки до седьмого пота. После построения додзё у него появились проблемы совершенно другого порядка. Похожие проблемы неминуемо возникают в любой организации по мере её увеличения и усиления. Взаимоотношения людей, стоящих на вершине организации, и рядовых членов становятся отчуждёнными. Когда Ашихара пришёл в додзё

Ояма, организация общими усилиями только лишь формировалась. Невзирая на трудности в обучении, существовали теплые отношения и глубокое взаимопонимание между сэмпаем (старшим) и кохаем (младшим), подкреплённые ежедневными тренировками, товарищеской поддержкой и энтузиазмом. Когда организация выросла до Кекусинкай-кан, старая атмосфера Ояма додзё стала исчезать, появилось много новых людей, часто случайных, алчущих славы и денег. Ашихара считал, что он стоял у истоков организации, когда она не была такой популярной, и сам создал своё додзё, шаг за шагом преодолевая трудности, делая ошибки и исправляя их. В то время это был не очень прибыльный способ заработать на хлеб насущный.

Таким образом, как пишет Ашихара, расстояние между ним и Кайкан хонбу со временем всё больше увеличивалось. В марте 1978 года в Токио он почувствовал себя чужим, когда посетил конференцию глав всех отделений. В течение конференции, его одолевали различные мысли. Как поступить, чтобы не причинять неприятности организации? Пришло одно единственное решение – уйти в отставку и продолжать передавать истинный путь Каратэ в небольшом масштабе острова Сикоку. На конференции Ашихара объявил о своём решении, а через пол года он получил официальное извещение из Хонбу об исключении из организации. Кекусинкай-кан преподнесло это в средствах массовой информации как изгнание. Однако Хидеюки Ашихара считал, что выполнил последний урок великого Масутацу Ояма, который и сам был не слишком предан своим наставникам: **"Превзойди своего учителя и нацеливайся выше"**. В сентябре 1961 года он пришел в додзё Ояма, а в сентябре 1980 года прекратил свою работу в организации Кекусинкай каратэ, в создание и развитие которой он внёс свой немалый вклад.

Итак, после почти двадцатилетнего этапа работы в Хонбу Кекусинкай, Хидеюки Ашихара и несколько его преданных учеников начали самостоятельное продвижение по новому пути. Уже в сентябре 1980 года кантё Ашихара основывает свою организацию - New International Karate Organization (NIKO) Ashihara-Karate Kaikan. Название это можно перевести как "Новая Международная организация каратэ - общество Ашихара-каратэ".

В течение всех последующих лет Хидеюки Ашихара упорно работает над созданием нового направления контактных единоборств, в основу которого положены принципы реального поединка. Хидеюки Ашихара всегда стремился к изучению наиболее эффективных направлений борьбы, ставящих важнейшей своей задачей практику поединка в полном контакте. В процессе работы над основами стиля. Мастер приходит к выводу, что "фундамент" школы - Кихон (базовая техника) и ее "вершина" - Кумитэ (поединок) должны быть достаточно эффективно связаны между собой именно на уровне тренировочной программы. Базовыми целями тренировочных программ Ашихара-каратэ являются: тренировка точности и устойчивости, увеличение силы и мощи, увеличение скорости и постоянное оттачивание техники. **Особое внимание уделяется боевой стойке, перемещениям по 4-м позициям, контролю над противником и ката.**

Хидеюки Ашихара удалось ввести в тактику контактного боя, когда любое сближение соперников чревато травмой или нокаутом, наиболее эффективную технику выведения противника из равновесия. Большинство стилей каратэ используют эту технику в отрыве от основного рисунка боя. В Ашихара-каратэ для входа в захват с последующим броском успешно используются предварительные удары коленями и локтями, что обеспечивает реальное выполнение бросков, даже если поединок проходит в жесткой манере обмена ударами. Подобный успех обусловлен тем, что Мастер Ашихара сумел перенести оригинальный арсенал бросков айкидо и дзюдо на жесткий стиль спарринга Кекусинкай.

Проанализировав сотни поединков великих мастеров, кантё определил, что успешные действия бойцов в большей мере определялись умением правильно располагаться в боевой стойке, перемещаться и использовать свое позиционное преимущество, чем упрямством в атаке и физической силой. Хидеюки Ашихара утверждает в качестве главного принципа своего стиля метод **"Сабаки"**, что в переводе с японского одновременно может означать "контроль" и "решение". Этот принцип позволил успешно выполнять задачи по обучению действительно реальным аспектам каратэ.

Кантё вторгается в "святая святых" каратэ - **Ката**, изменяя не только их внутреннюю структуру, но и присваивая этой части базовой техники совершенно иную роль. Известно, что практически все школы каратэ используют Ката как отвлеченный метод шлифовки технического мастерства, абсолютно не имеющего практического применения в поединке. Это в свою очередь, приводит к тому, что Ката из некогда грозных боевых комплексов перерождаются в ритуальные и

малопонятные даже самим мастерам формальные упражнения. В Ашихара-каратэ, напротив, Ката становятся наиболее эффективным средством для тренировки реального поединка за счет выполнения всех элементов в паре или против нескольких соперников в полный контакт, используя свободный темп, высокую скорость и рациональные перемещения. Кантэ разработал пять видов ката:

1. Три ката для начинающих (Сёсин но ката соно ити, ни, сан).
2. Четыре ката для тренировки бросковой техники (Нагэ но ката соно ити, ни, сан, ён).
3. Пять ката для тренировки техники атаки на разных дистанциях (Кумитэ но ката соно ити, ни, сан, ён, го).
4. Три ката для тренировки базовой техники (Кихон но ката соно ити, ни, сан).
5. Два ката для реального боя (Дзиссэн но ката соно ити, ни).
6. Ката для самообороны.

Изначально планировалось разработать в каждом виде по Пять ката, но болезнь не позволила завершить задуманное. Поэтому все ката для самообороны и Нагэ но ката соно го, Кихон но ката соно ён и го, Дзиссэн но ката соно сан, ён и го остались только в черновиках.

Ашихара-каратэ можно смело отнести к действительно новейшим системам японских видов борьбы и боевых искусств в целом, так как оно создано в конце XX столетия и, следовательно, впитало в себя все лучшее, что накопила цивилизация в этой области, а также благодаря своим принципиальным отличиям от других направлений каратэ, касающихся оценки технических основ каратэ и методов их изучения.

Кантэ Ашихара понимал, что в преподавании Ашихара-каратэ не следует придерживаться строгих догм, а необходимо уделять внимание лишь принципиальным моментам тренировочного цикла. Эта политика дает Мастеру возможность распространять свой стиль не только путем непосредственных занятий с учениками, а в основном, за счет современных носителей информации. За этот период Хидеюки Ашихара выпускает три видеофильма, последовательно обучающих Ашихара-каратэ, а также две книги о технике стиля. Благодаря этим мерам кантэ Ашихара удалось за короткий срок не только развить свой новый стиль по всему миру, но и сразу добиться качественного роста в его изучении. Когда кантэ Ашихара собрал своих последователей из разных стран на первый семинар в Хонбу, то был крайне удивлен тем, насколько высок уровень техники спортсменов Ашихара-каратэ, изучавших стиль по его книгам и видеофильмам. Принципы Ашихара-каратэ легко осваивались представителями самых противоположных направлений именно с учетом особенностей их прежних знаний.

В начале 90-х годов, в то время, когда организация Кантэ Ашихара (НИКО) продолжала свое развитие, здоровье самого Мастера стало ухудшаться. Несмотря на все старания, улучшения его состояния становились все реже и короче. И вот, 24 апреля 1995 года в 2.48 утра почти ровно год спустя после смерти великого Мастера Кекусинкай Масутацу Ояма, смерть настигла и его великого ученика. Японская пресса писала в эти дни, что огромная скорбь поселилась в сердце каждого, кто связал свою судьбу с боевыми искусствами, так как за короткий срок, в течение всего одного года, "погасли два солнца, освещавшие путь для миллионов". Хидеюки Ашихара вошел в историю как один из самых загадочных и молодых Мастеров, сумевший за свою недолгую жизнь достигнуть наивысшей истины боевого искусства.

В настоящее время Международная Организация Ашихара-каратэ имеет свои додзё на всех континентах. В Японии Ашихара-каратэ развивается в 161 городах. Прямой контакт с Хонбу имеют 110 представительств из 38-ми стран мира. Основные центры изучения находятся в Японии, Дании, России, Румынии, Голландии, Швеции и США. Организацией руководит Хиденори Ашихара - сын основателя стиля.

Использованная литература

1. Hideyuki Ashihara. The Word of Life, Tsuba Books, 1997.
2. Joko Ninomiya. My Journey in Karate, Berkeley, California, Frog, Ltd, 1991.
3. Бишоп Марк. Окинавское каратэ. Учителя, стили и секретная техника, Москва, Гранд, 2001.
4. Долин А.А. и Попов Г.В. Кэмпо, традиция воинских искусств, Москва, «Рипол», 1996.
5. Гичин Фунакоши. Каратэ-до, Ньюмон. Ростов-на-Дону, Феникс, 1999.
6. Гичин Фунакоши. Каратэ-до, Мой образ жизни. Ростов-на-Дону, Феникс, 1999.
7. Куршин В.Г. и Ткач М.А. Европейская организация Ашихара-каратэ. Москва, 1993.
8. Маслов А.А. Воины и мудрецы страны восходящего солнца. Москва, «Гала Пресс», 2000.

9. Макашев А.М. и Эдилян С.Э. Ву-Шу(Kung-Fu). Рекомендации для начинающих. Ленинград, 1990.
 10. Рояма Хацуо. Моя жизнь – каратэ. Москва, Издательский дом «Городец», 2003.
 11. Тарас А.Е. Энциклопедический справочник «Боевые искусства планеты», Минск, Харвест, 1996.
 12. Ткач М.А. Ашихара каратэ. Часть 1. Москва, 1996.
 13. Научно-популярный методический журнал «Додзё, боевые искусства Японии», специальный выпуск «Божественный кулак» Ояма Масутацу, Москва, «Будо-спорт», 2002.
 14. Научно-популярный методический журнал «Додзё, боевые искусства Японии», №8, Москва, «Будо-спорт», 2001.
 15. Научно-популярный методический журнал «Додзё, боевые искусства Японии», №1-2002, Москва, «Будо-спорт», 2002.
 16. Научно-популярный методический журнал «Додзё, боевые искусства Японии», №2-2002, Москва, «Будо-спорт», 2002.
 17. Научно-популярный методический журнал «Додзё, боевые искусства Японии», №3-2002, Москва, «Будо-спорт», 2002.
 18. Научно-популярный методический журнал «Додзё, боевые искусства Японии», №5-2002, Москва, «Будо-спорт», 2002.
- Научно-популярный методический журнал «Додзё, боевые искусства Японии», №3-2004, Москва, «Будо-спорт», 2004