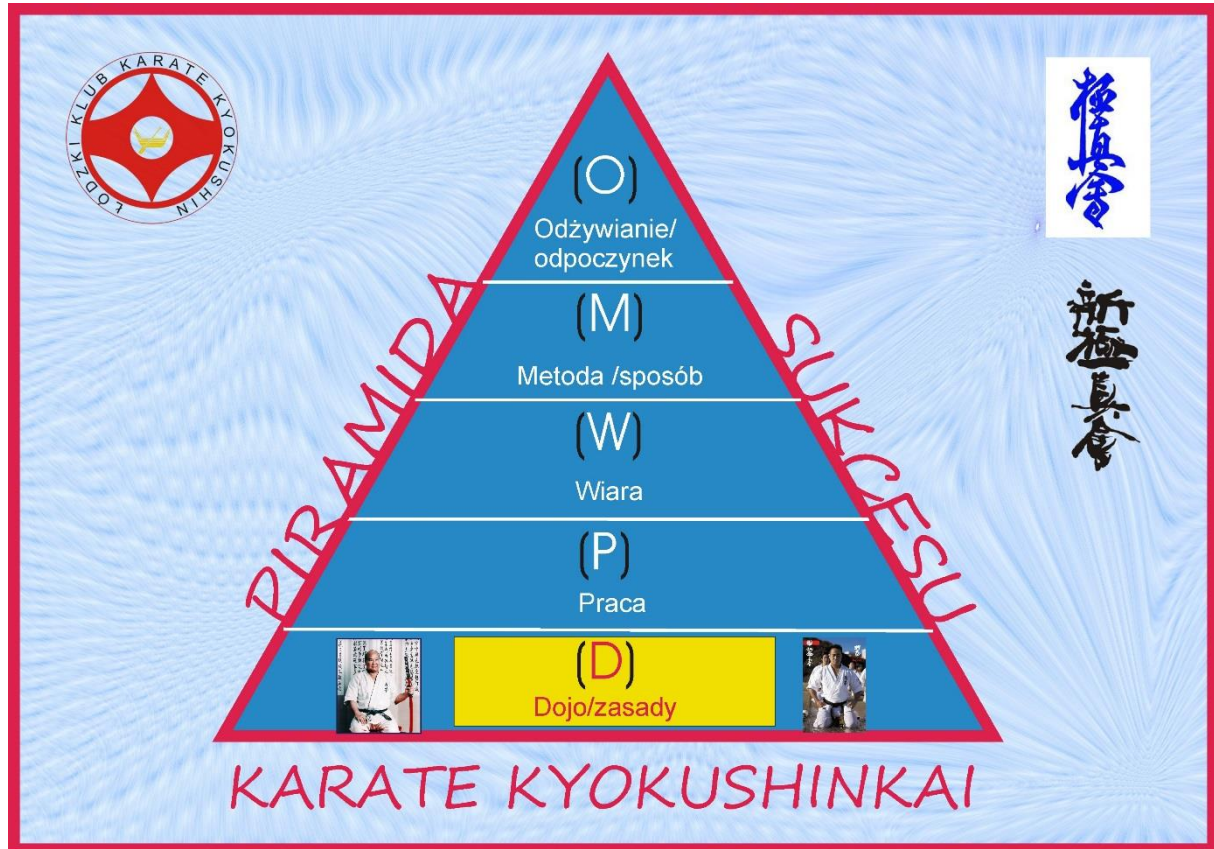


Piramida Sukcesu w Karate Kyokushinkai i w codziennym życiu.

Zachęcamy do zapoznania się z nią i do stosowania na własnej drodze karate i w innych obszarach życia.



Odnoszenie powodzenia i sukcesów w karate kyokushinkai związane jest z wypełnianiem kilku podstawowych zasad. Można też powiedzieć, realizowaniem kilku fundamentalnych podstaw. Oczywiście jest, że na temat każdego z tych bloków można napisać bardzo obszerne opracowania lub znaleźć dostępną literaturę, co pozostaje zawsze w gestii osób zainteresowanych.

Każdy z tych bloków można jednak scharakteryzować w kilku podstawowych definicjach/opisach. Jednak przedstawione opisy nie wyczerpują w pełni zakresu określonego bloku. Można powiedzieć że katalog definicji i pojęć jest stale otwarty, ponieważ samo codzienne życie dostarcza nam nowych pomysłów i nowych rozwiązań. Wymienione bloki bazują na następujących fundamentach:

(D) Dojo zasady: blok zasadniczy i podstawowy na którym wspiera się cała piramida

- przysięga Dojo (Dojo-Kun),
- etykieta Dojo,
- zasady życiowe, którymi kieruje się karateka, jego tak zwany „kręgosłup moralny”.

(P) Praca:

- zaangażowanie w jednostki treningowe,

- regularne uczestnictwo w zajęciach treningowych,
- praca własna,
- szanowanie i wypełnianie poleceń Sensei i osób prowadzących jednostki treningowe,
- poszukiwanie metod i sposobów treningowych, które przynioszą nam najlepsze efekty,
- rozwijanie sprawności na wszystkich możliwych płaszczyznach (fizycznych, psychicznych, duchowych.....).

(W) Wiara:

- wiara we własne umiejętności, oparta o sumiennie realizowanie planu treningowego i (P),
- wiara w sukces i powodzenie założonych celów,
- dla niektórych osób, silne poczucie wiary duchowej, która stanowić może silny motywator do sprostania wielu przeszkodom.

(M) Metoda/sposób:

- generalnie jest to blok odpowiedzialny za zrealizowanie zaplanowanych celów poprzez wybór najlepszych i najskuteczniejszych metody i sposobów, np. taktyka w walce pozwalająca skutecznie rywalizować z dużym i silnym przeciwnikiem.

(O) Odpoczynek/odżywianie:

- dbałość o właściwy sposób wypoczynku po wykonanych zadaniach treningowych,
- dbałość o właściwy i zdrowy sposób odżywiania,
- poszukiwanie i otaczanie się wartościowymi ludźmi.

Zdecydowanie „Piramida sukcesu” znajduje zastosowanie także w życiu codziennym. Wtedy poszczególne bloki piramidy muszą zostać zdefiniowane w odmienny sposób, zależny od obszaru w którym zamierzamy zrealizować nasz pomysł na sukces.

Łódzki Klub Karate Kyokushinkai