

Василь КОМАРНИЦЬКИЙ

**Тільки спорт гартує і кріпить зболілий організм нації** (Львівський літопис «Червоної калини», 1926 р.).

Особистість кожної людини починає формуватися з раннього дитинства у сім'ї і продовжується в школі, де вона розвивається, здобуває знання, виявляє перші мистецькі зацікавлення. Вони бувають дуже різноманітними і змінюються з віком. Їх можемо назвати талантами людини, які вона власною працею та співдією з Богом покликана розвинути. Сюди належать: танці, спорт, спів, музика, а також бойові мистецтва. Часто критеріями зацікавлення тим, чи іншим видом заняття є його популярність або непопулярність серед однолітків. Тому молодь частіше обирає спорт, музику чи бойові мистецтва. Проте у цьому випадку критерій популярності не є домінуючим. Тут людина, насамперед, обирає те, що цікаве і захоплює, що розвиває тіло, дає радість душі. Одним із таких видів мистецтв є український танець – бойовий гопак.

У цій статті хочемо звернути увагу читача на одне із зацікавлень сучасної молоді, а саме: бойові мистецтва. Найчастіше це ушу, карате, кікбокс, бокс, айкідо, теквандо та інші. Здебільшого заняття цими єдиноборствами, зумовлене критеріями популярності та бажанням самоствердження. Однак слід наголосити, що вивчення східних бойових мистецтв несе чужу, не притаманну для нас ментальність, спосіб мислення та практики медитації, які часто завдають більше шкоди, аніж користі. Кожне мистецтво, в тому числі й бойове, репрезентує культуру, у якій воно народилося. Заняття бойовими мистецтвами означає входження у їх культуру, незважаючи на те, що, здебільшого, це відбувається на дуже поверховому рівні. Детальна їх оцінка потребує окремої уваги, але нас мав би насторожувати уже сам той факт, що культура, з якої вони походять, є нехристиянською.

Захоплення чужим бойовим мистецтвом часто залишає у тіні своє, близьке, національне, яке є набагато кращим, складнішим та гідним уваги. Маємо на увазі український військовий танець – бойовий гопак, який передавався з покоління в покоління. Своїми коренями він сягає сивої давнини, коли український етнос набував та століттями збагачував свою бойову і фізичну культуру.

Фізичне виховання у нашому народі було невід'ємним елементом його культури. На кожному історичному етапі воно зміцнювалося, набувало своїх самобутніх рис і пішло шляхом творчого розвитку, а не запозичення чужого. Особливу увагу у фізичному вихованні приділяли дітям. Це виховання відбувалося через різного роду ігри, які загартовували тіло і дух. На українських землях користувалися популярністю ігри на рівновагу, перетягування, забивання сокири в колоду та інші. Вони проходили під спів пісень. Також були музика і танці, як важливий етап морального та фізичного виховання дітей. Поряд з духовними та моральними у нашому народі цінувалися і фізичні якості людини. Саме тому були поширені ігрища, де показували власну спритність та силу

загартованого тіла. Сюди належать різного роду змагання, танки та пісні.

Упродовж історії у нас існувало чимало військових танців: козачок, метелиця, гопак. Вони виконувалися як із зброєю, так і без неї. Рухи у танці виражали світосприйняття людини. На Січі головне місце відводилось гопаку, він був «вінцем» серед військових танців. Його виконували чоловіки. За характером танець був героїчним за духом, проходив у формі поединку чи змагання. Основу гопака складають важкі для виконання стрибки: щупак, яструб, розтяжки у повітрі, тощо. На думку І. Лебедева, гопак є наслідком розвитку своєрідної системи фізичної і психологічної підготовки наших воїнів. Також слід зазначити, що в історії український військовий танець, як і всі інші види українського мистецтва, зазнав утисків з боку московського царизму, а згодом радянської влади. Однак остаточно його не вдалося знищити.

Щодо сучасного розвитку українського бойового гопака, слід згадати визначну особу Володимира Пилата, котрого навчали цьому українському національному танцю батько і дідусь. Навчаючись, Володимир побачив, що гопак – це велика техніка, завдяки якій у єдиноборстві можна з легкістю перемогти будь-якого суперника і яка може стати гідною альтернативою східним бойовим мистецтвам. У 1985 р. він розпочав працю по відновленню бойового гопака, який сьогодні набирає щораз більшої популярності серед молоді. У бойовому гопаку є сім рівнів майстерності: жовтяк, сокіл, яструб, джура, козак, характерник і найважливіший ступінь – волхв, де відбувається перехід від ідеальної фізичної підготовки на інтелектуальну та духовну. Організуються табори, вишколи, де вивчають бойовий гопак, акробатику, народну медицину, вміння виживати в екстремальних умовах тощо.

На IV Всесвітній фестивалі з бойових мистецтв, який відбувся у Південній Кореї, була запрошена українська команда з бойового гопака. Жюрі фестивалю із тридцяти різних стилів бойових мистецтв, визнали бойовий гопак одним із найкращих бойових стилів у світі. Він настільки сподобався гостям і учасникам фестивалю, що навіть монахи із славнозвісного монастиря Шаолінь виявили бажання поділитися деякими секретами свого бойового мистецтва, вивчити кілька елементів техніки бойового гопака. На думку І. Лебедева, якщо порівняти китайську систему вдосконалення людини - «Ушу» з гопаком, то для того, аби виконати гопак, потрібно набагато більше зусиль, які виходять за рамки китайської гімнастики.

Бойовий гопак – це система гармонійного розвитку особи. Щоб ним займатись, недостатньо вміти ідеально виконувати прийоми, удари, стрибки тощо. Потрібно ще опанувати мистецтво співу, гри на музичних інструментах, написання віршів, ораторське мистецтво та володіти декількома іноземними мовами.

Отож, перш ніж обирати той чи інший вид мистецтва, слід пригадати якого народу ми діти, пригадати мужність, силу й витривалість своїх предків в обороні рідної землі, мови, культури. Слід також пам'ятати, що їх цінностями були, насамперед, мир, любов, справедливість, які вони донесли до сьогодення через фольклор: ігри, танці, а також – через мистецтво древнього військового танцю – бойового гопака. Його ціллю далеко не є виховання протистояння чи ворожості, а навпаки – розвиток у молодого українця духу, розуму і тіла, виховання його патріотом та захисником своєї держави України, захисником правди і добра.

Використана література та Інтернет-джерела

• Е. Приступа, В. Пилат. Традиції української національної фізичної культури. Львів

«Троян» 1991.

• В. Пилат. Історія розвитку школи бойового гопака. // [Електронний ресурс]: Міжнародна Федерація Бойового Гопака. – Режим доступу до статті: <http://hopalo.org/gopak-/49-i> (15.03.2012).

Василь КОМАРНИЦЬКИЙ. Традиції українського фізичного виховання: бойовий гопак //СЛОВО № 2 (50) 2012, с.16-17