ЖУРНАЛ ДЛЯ ГОТОВЫХ БОРОТЬСЯ И ЖИТЬ

№ 25, МАЙ 2023

БудоГлобал

В НОМЕРЕ

НИКОЛАЙ СМИРНОВ
АЛЕКСАНДР ДРАННИК
ГРИГОРИЙ МИШНОВ
НИКОЛАЙ КОРАТАЕВ
МИХАИЛ ЛИПОВЕЦКИЙ
ТУРПАЛ-АЛИ ДЖАБРАИЛОВ
ВЛАДИМИР ЕРАШОВ
ЕВГЕНИЙ ТОПАЕВ
ЮЛИЯ МИШИНА
ЯРОСЛАВ ЛЯШЕНКО
АНДРЕЙ ВЕЛИКАНОВ

ЯВЛЕНИЕ ПО ИМЕНИ ЛАРИН

Периодический иллюстрированный альманах Budo Global.
Журнал для готовых бороться и жить

Альманах выпускают:
© ОФСОО «Федерация современных боевых искусств России»
НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта

Адрес редакции:
188820, Ленинградская область, гп. Рощино, ул. Социалистическая, 19

Сайт:
budoglobal.info

Телефон редакции:
+7 903 333 3681
Телефон по распространению и рекламе:
+7 (3952) 65-85-37

Редакционный совет:

Марис Абилевс, Сергей Бакулев, Евгений Волколупов, Усман Дигаев, Александр Яковлев, Владимир Ерашов, Александр Иншаков, Софья Касьянова, Дмитрий Купка, Алексей Левицкий, Алексей Маслов, Камиль Мусин, Николай Немчинов, Сергей Павлюкевич, Александр Половинкин, Леонид Попов, Максим Поторокин, Александр Соловьёв, Борис Сушинский, Андрей Теляков, Джахангир Шахмурадов

Наблюдательный совет:

Игорь Сидоркевич (председатель, Россия), Елена Букина (Россия), Бахтиёр Розиков (Узбекистан), Яшузак Маметназаров (Туркменистан), Сантиаго Санчис (Испания), Джордж Бирман (США), Гордон Шеэлшер (Австралия), Моххамад Тахмасеби (Иран), Валентайн Морох (Нигерия)

Главный редактор:
Николай Смирнов (e-mail: smirnov@budorussia.com)

Заместитель главного редактора:
Александр Яковлев (e-mail: office@budorussia.com)

Технический директор, выпускающий редактор:
Дмитрий Рогов (e-mail: dr@budorussia.com)

Коммерческий директор:
Юрий Хряпин (e-mail: hryapin@budorussia.com)

Региональные шеф-редакторы:
Анна Балабаева (Тамбов), Олег Бекетов (Белгород), Алексей Борисов (Самарская область), Николай Бучин (Екатеринбург), Виктория Вовк (Петрозаводск), Мария Давыдова (Москва), Владимир Ерашов (Ростов и Ростовская область), Алексей Ефремов (Кемерово), Римма Иванова (Курган), Ярослав Ляшенко (Ростов–на–Дону), Анатолий Митрофанов младший (Великий Новгород), Григорий Морозов (Тула), Алексей Оводов (Вологда), Антон Потебня (Псков), Максим Поторокин (Московская область), Анна Стригова (Свердловская область), Олег Строгонов (Челябинск), Турпал-Али Джабраилов (Чеченская Республика), Александр Чуфистов (Республика Марий Эл)

Направляемые материалы не рецензируются.
Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных материалов.
Мнение авторов статей может не совпадать с точкой зрения редакции.

Все материалы данного издания (в том числе оформление) являются объектами авторского права. Категорически запрещается копирование, распространение или иное использование информации как в электронном, так и в печатном виде, без документально оформленного согласования с правообладателем (редакцией).

СОДЕРЖАНИЕ

2 РЕДАКЦИОННАЯ

Познай самого себя, и ты познаешь Вселенную...

4 ЯВЛЕНИЕ ПО ИМЕНИ ЛАРИН

Памяти Владимира Илларионова...

22 МЕТОД ЛАРИНА

Удачный пример синтеза методик различных направлений восточных боевых искусств.

30 ВРЕМЯ НОВЫХ ЗАДАЧ

О перспективах и планах Национального Совета Айкидо России.

32 МОНИТОРИНГ ЗДОРОВЬЯ СПОРТСМЕНОВ

Врачебный контроль за спортсменами осуществляется разными специалистами, но среди них пальму первенства держат спортивные врачи.

36 НОВЫЙ ПОДХОД К КОРОТКОМУ БОЮ

Аспекты психической подготовки бойца, направленной на его изменение.

40 МУСУЛЬМАНСКОЕ УШУ: УНИВЕРСАЛЬНОЕ БОЕВОЕ ИСКУССТВО «АССАЛАМ»

Современное боевое искусство, в основе которого лежит многовековой опыт мусульманских китайских духовных и воинских традиций.

44 КОНЕЧНО, МОЖНО И РУБАНУТЬ, НО ВСЁ ЖЕ ЛИШЬ ОДНО НАЖАТИЕ... ЧАСТЬ 5

Если же взглянуть на ту войну в целом, то, конечно же, на ней стреляло всё то, что только могло стрелять...

52 ПРИКЛАДНОЕ АЙКИДО

Молодое направление – «прикладное айкидо», созданное сербским мастером Радойцей Спасовичем.

56 РОЛЬ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ В ФОРМИРОВАНИИ И МОТИВАЦИИ

Мотивация к физической активности – особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности.

60 СИНТЕЗ В БОЕВЫХ ИСКУССТВАХ: ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ

Многие тренеры предполагают развитие только в узком направлении, в конкретном стиле...

64 ОБ ОДНОЙ ТЕОРИИ, КОТОРАЯ ПРЕТЕНДУЕТ НА ТО, ЧТОБЫ ОБЪЯСНИТЬ ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА И ОБЩЕСТВА

Учёные это люди, которые накопив знания и проанализировав их, могут рассказать, что там, вдали...

70 БЕСШУМНЫЙ ВЫСТРЕЛ НА ГОЛОДНЫЙ ЖЕЛУДОК

Одно из обязательных условий успешной охоты – бесшумное ружьё.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

Николай Смирнов
главный редактор
журнала Budo Global

Здравствуйте, дорогие читатели!
На входе в храм Аполлона в Дельфах есть надпись — «Познай самого себя». Там есть ещё интересные надписи. Например — «Мера важнее всего», или как вам — «Ручайся только за себя»? Или такая, знаменитая всевозможными версиями, — «Всему своё время».
А ещё — «Дай обещание и неприятности будут рядом»?

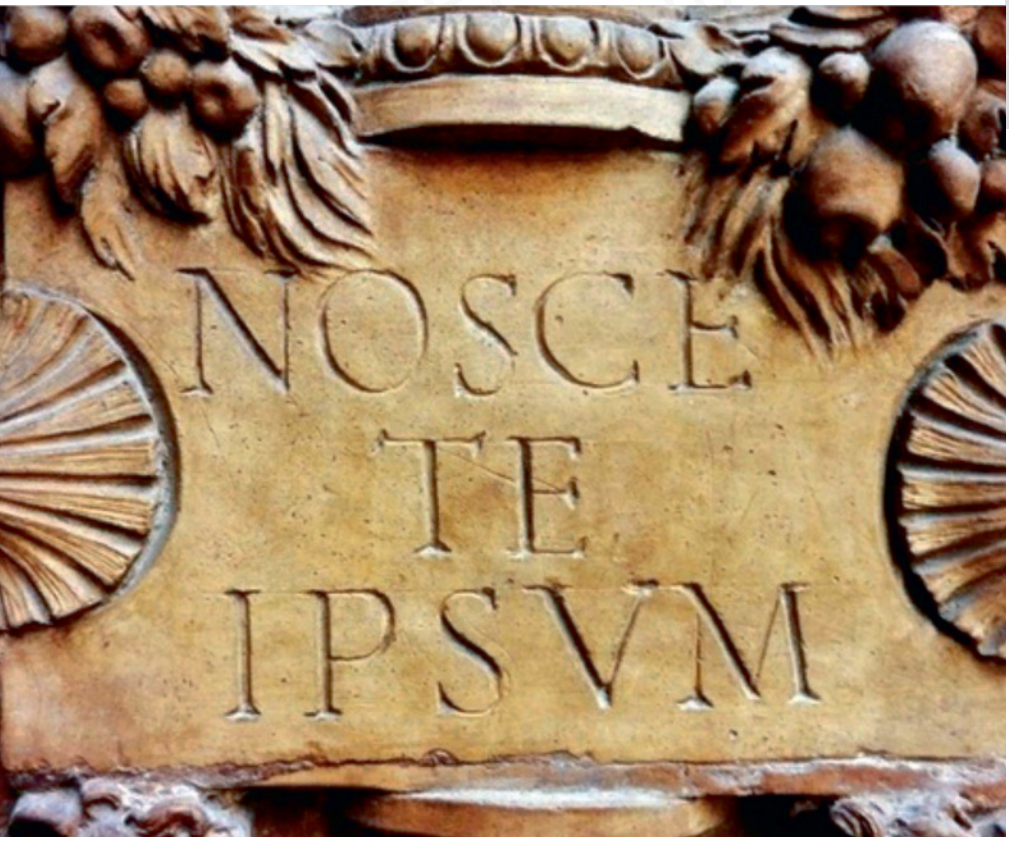
Конечно, насчёт «есть надписи», это я сильно погорячился. Фото справа, на котором этот храм, а вернее то, что от него осталось, подсказывает — до нас дошли лишь рассказы об этих изречениях, некоторые осколки или фрагменты, части из них.

Но, согласитесь, сказано было неплохо.

Размещалась эта надпись над входом в храм, а по преданию, и даже по утверждению таких серьёзных авторитетов как Сократ, была преподнесена в дар Аполлону семью великими мудрецами (Хилоном, Фалесом и другими).

Фраза стала знаменитой. Если помните, даже Золушке недобрая мачеха, давая мешки с разными зёрнами, кои требовалось пересчитать, в конце поставила самую сложную задачу (так, между делом) — «… и познай саму себя». В версии Сократа она уже зазвучала иначе — «Познай самого себя, и ты познаешь богов и Вселенную».

Наверное, стоит попробовать рассмотреть это «задание» для отдельного человека и для сообщества, объединённого … чем? Если ты не понял себя, свои стремления, то к чему идёшь? Как говорится — судно, не знающее порт назначения, никогда в него не попадёт.



Человек, не понимающий своих стремлений, не имеющий критериев в их достижении, не будет успешен. Он просто не может быть успешен, не познав себя, свои сильные и слабые стороны, не осознав своих целей. Недаром серьёзные йоги утверждают — «Человек, подавляющий себя без познания, есть такое же зло, как если бы он предавался злу». Как припечатали!

Эта максима тем более верна, если речь идёт о множестве людей. Хотя там же, в храме, была такая максима — «В многолюдстве без согласия нет добра». Верность этого мы сейчас отчётливо наблюдаем. Нам очень не хватает познания себя, чтобы определиться «куда», «зачем» и «чего конкретно хотим». И, конечно, у нас должно быть «согласие», а для этого… Воспитание, воспитание, и ещё раз воспитание! Им можно много чего наделать и плохого (смотрите на некоторые близлежащие страны), и хорошего.

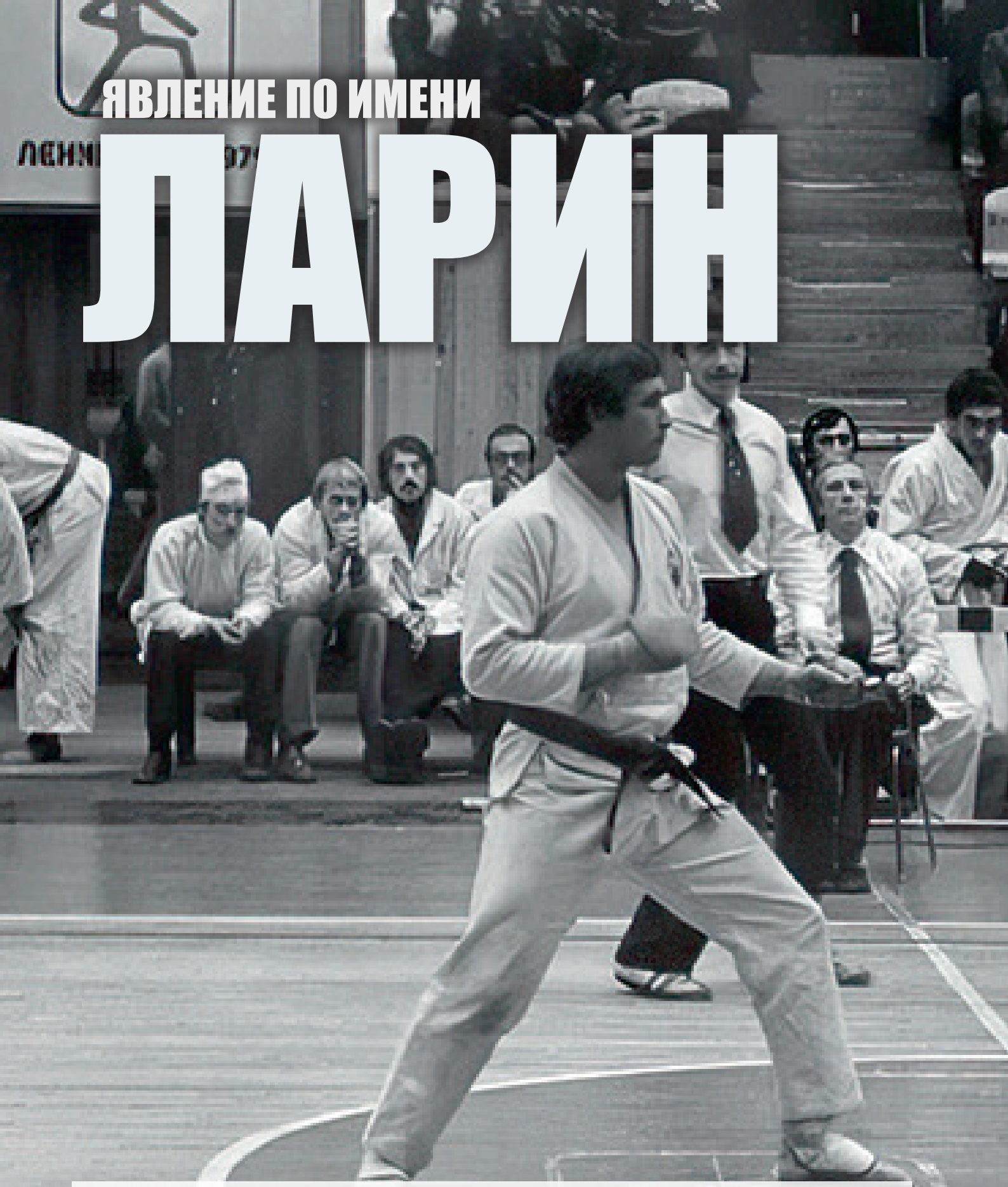
«Феномен Маугли», неоднократно проверенный учёными, никто не отменял — если не воспитывать в нормальном человеческом общество «человеческого детёныша», то он никогда не будет в «нашей стае», не станет нормальным человеком. Никогда! Киплинг нас обманул, хотя скажем честно, его звери многим людям дадут фору и по благородству, и по восприятию жизни. Только воспитывать в нашей, реальной жизни маленького человека должны не «мероприятия», а искренние действия и инициативы; не разговоры «делай, как мы говорим», а «делай, как мы делаем». С примером собственным, своих собственных детей и близких. Вот тогда будет и согласие, и себя поймём, и любых целей достигнем.

Но это как–бы присказка, перейдём к «сказке». Мы в очередной раз недавно отметили большой праздник — День Победы. Надо сказать, что 9 мая стал праздничным, нерабочим днём только с 1965 года. До этого его праздновали в 1945, 1946 и 1947 годах. День Победы над Японией — 3 сентября, тоже праздновали недолго, и в 1947 так же отменили. Почему? Есть разные предположения. Одно говорит о том, что нужно

было много работать, восстанавливая страну, а «лишние» праздники только мешали. Другое, что Сталин боялся «усилить» популярность Жукова и разбередить боль утрат. На мой взгляд, если первое предположение ещё имеет какой-то смысл, то второе, чистой воды, простите, отрыжка Хрущёвской пропаганды, пытавшегося всеми силами умалить роль Сталина в победе и в реальных экономических успехах страны. Понятно — без сильной экономики войны не выигрываются, а её подъём был обеспечен именно Иосифом Виссарионовичем. Точнее, его руководством.

Есть ещё одна версия, которая в свете происходящего нынче выглядит всё более и более правдоподобной. Согласно ей, Сталин считал, что невзирая на громадные потери, на потрясающие победы в боях со всей Европой (чего сейчас0то кривиться и отмахиваться от правды) наша страна не добилась желаемого результата.
К времени отмены Дня Победы как государственного праздника соответствующего уровня ожидаемые «левые» правительства во Франции и Италии не состоялись. Как следствие, у нас имена их коммунистических лидеров остались только на картах — Морис Торез и Пальмиро Тольятти. А ведь после такой победы мы могли рассчитывать на значительно большее влияние. Однако уже вскоре фултонская речь Черчилля только оформила «тенденцию» — мы получили враждебно настроенные государства, за свободу которых было пролито немало нашей крови.

Сейчас становится очевидным, что Сталин имел все основания считать победу украденной. Праздник вернули только в 1965 году, к двадцатилетию, после ухода с поста главы государства недоразумения в виде подлого аппаратчика Хрущева и появления жизнелюбивого фронтовика Брежнева. Поэтому — с праздником великой украденной Победы! Но для того, чтобы опять победить, нужно «познать самого себя», своё государство, его устройство и справедливость функционирования. Тогда и никаких сомнений в Победе не будет! ■



ЯВЛЕНИЕ ПО ИМЕНИ ЛАРИН

Более года назад мы уже публиковали статью о Владимире Ивановиче Илларионове в русскоязычной версии журнала «Budo International». Приятно, что она вызвала большой интерес, как говорится, «зашла».

Как знают наши читатели, у нас сейчас самостоятельный проект, к необходимости которого мы пришли ещё до начала событий на Западе. Кроме того, нам удалось организовать печать выпусков журнала по заказам. Видимо, поэтому поступают многочисленные (и очень приятные) просьбы повторить некоторые публикации. Мы немного изменили и дополнили прежнюю версию статьи и вновь представляем её вашему вниманию. 26 мая Владимиру Ивановичу исполнилось бы 73 года…

НИКОЛАЙ СМИРНОВ

Профессор;
Кандидат технических наук;
Заслуженный тренер России;
10 дан каратэ;
Заслуженный мастер боевых искусств;
Член президиума Зала славы боевых искусств (США, Испания);
Обладатель нескольких «Оскаров» в боевых искусствах;
Действительный член Российской академии каратэ и Российской инженерной академии;
Главный редактор журнала «Будо Глобал».

Говорят — большое видится на расстоянии... Увы, никто не сказал, насколько большое и на каком расстоянии.

Необходимость в этой статье возникла давно. Владимир Иванович Илларионов, Ларин, Лаврентий — явление в нашей культуре. И говоря слово «культура», я бы не подгонял к нему абсолютно неуместное здесь прилагательное «физическая». Тогда это была другая культура, всеобъемлющая.

Будем честны. Практически нет людей, которые бы сказали про Илларионова «какой замечательный был человек», но мало и тех, кто бы спросил «а кто это?» или «вообще, зачем про него?» Увы, время безжалостно, поколения сменяются, и потихоньку начали появляться те, кому его имя ничего не говорит. А это совсем неправильно! Ларин — явление! В каком-то смысле — дитя своего времени, но такое, непокорное, и потому не очень любимое. Далее вы прочтёте отзывы самых разных людей — скорее, даже не отзывы, а впечатления. Сознаемся — порой вынужденные, мы сильно к ним приставали. «Додавили» не всех. Тем эти впечатления и ценнее.

Начав заниматься у лучшего тренера всех времён и народов (для меня, по крайней мере) — у Вячеслава Барковского, я вдруг узнал, что заслужил аудиенции у его тренера. У самого Ларина. Мы увиделись на улице, по-моему, на Ковенском переулке. Ларин (я лишь только потом узнал, что он на самом деле Илларионов) был шикарен — длинное, почти до земли, чёрное кожаное пальто (серьёзный атрибут серьёзных людей в 70-е годы), рысья шапка, взгляд, устремлённый в неведомые для тебя дали… Слава, всегда уверенный в себе, почти робко меня представил. Для меня это был шок! Не фокусирующиеся глаза увидели что-то прямо за мной. Внимательно посмотрев на это что-то, великий человек промолвил: «Пусть приходит».

Не буду писать про его тренировки, многие их вспоминают. Отмечу только то, что меня удивило.

Он жил в своём, параллельном мире, работал не меньше (если не больше) тех, кто пришёл на тренировку, толком ничего не объяснял, только показывал. Если ты понял и нашёл — молодец, значит, дорос. Не понял — это не твоё. По крайней мере, пока. Обратной связи не было. Понимание смысла предлагаемых им упражнений приходило внезапно и, порой, много позже.

Повторюсь, он жил в своём мире и по своим правилам. Помню, как Слава (Барковский) в своём фильме «Русский транзит» переделал сценарий и ввёл туда Илларионова и его дочь — это было уже после окончания печальных событий в его жизни, после возвращения. Барковский сделал это специально, чтобы вернуть Володю в строй, можно сказать — вывести опять наверх. Ларин не сказал ни слова благодарности в ответ — а как же могло быть иначе?!

Я приглашал его в разные поездки и каждый раз у меня было ощущение, что мне и всем моим ребятам сделали большое одолжение, а у него есть своё понимание смысла поездки и всего происходящего. Например, в США наша команда поехала на международный турнир, который мы сами и организовали, назвав его «Открытым первенством АЙМАКа в Северной Америке». Было это в городе Йорк, штат Пенсильвания (между прочим, первая, хоть и сорокаминутная, но столица Штатов). Участвовало, помимо нас и американцев, ещё пять стран.

Соревнования были пафосными — губернатор, сенаторы, мэр, оркестр, пресса, телевидение, но судили плохо — засуживали от всей американской души. Пришлось носиться и скандалить. Володя был спокоен и величав, причём его спокойствие было даже раздражающим. Когда нам с ним предложили выйти и побиться с местными ветеранами-чемпионами, я позвал его в зал, чтобы немного размяться. В ответе был весь Илларионов: «Зачем? Фуфло нам не подсунут, а серьёзные у себя дома не рискнут нам проиграть и авторитет потерять. Расслабься, никто не выйдет! Мы уже победили. Чего волноваться. Пусть они волнуются». Он оказался прав — никто не вышел.

Это ЛАРИН!

АЛЕКСЕЙ ЛЕВИЦКИЙ

Профессор;
Доктор педагогических наук;
Мастер спорта СССР по дзюдо, 6 дан;
Почётный работник высшего профессионального образования;
Действительный член Петровской академии наук и искусств;
Два «Оскара» в боевых искусствах – 2010 и 2013 г.г.

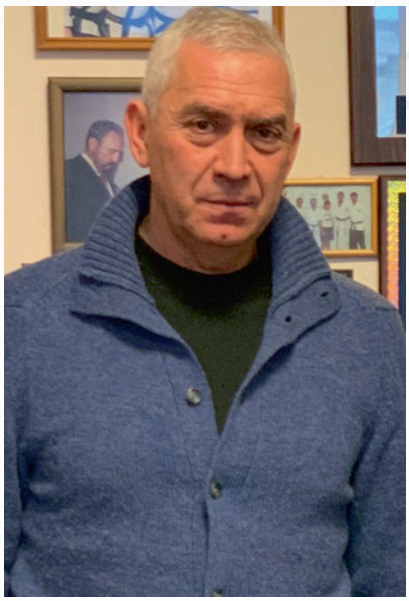
Среди мастеров с большой буквы, мастеров отечественного каратэ, коих я в силу возраста и специфики свих давних интересов к боевым искусствам, видел немало, а со многими знаком лично, однозначно выделялся Владимир Илларионов. И связано это было даже не с высочайшим уровнем техники, который, повторюсь, имелся у многих, но с умением подать себя, выделиться в хорошем смысле, может быть даже покрасоваться, подчёркивая свои, не надуманные достоинства.

Медленный, без суеты выход на поединок, махровый халат (по тем временам экзотика для наших спортсменов), неспешные поклоны, яркое артистическое поведение во время боя — всё это производило впечатление.

Между прочим, число желающих приобщиться к экзотическому и труднодоступному в те времена каратэ, после увиденного, резко увеличивалось.

Люди, опередившее свое время, всегда наделены тяжёлой судьбой. К сожалению, не стал исключением и Володя. Но в истории отечественных боевых искусств он занял значимое почётное место. ■

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ



АРНОЛЬД РИШ

Мастер спорта СССР по карате;
Многократный чемпион Ленинграда;
Многократный чемпион всесоюзных соревнований, СССР, международного турнира «Таллинский бульдог».

Первый раз я увидел Владимира Илларионова в ноябре 1979 года на чемпионате Ленинграда по каратэ. Уже в это время он считался, и я бы сказал, являлся, признанным мастером боевых искусств, обладал хорошей техникой и тактикой ведения боя. Свои бои проводил уверенно, без лишних эмоций, результативно.

Как тренер Володя воспитал целую плеяду хороших спортсменов, чемпионов и призёров Ленинграда, СССР и международных турниров. У него было чему поучиться!

Непосредственно с ним общался я мало. В основном, на различных учебно–тренировочных сборах и соревнованиях. Дело в том, что мы находились по разные стороны «баррикад»: я в спортивном обществе «Труд», потом в СКА, а Володя в «Спартаке». Так что наша спортивная жизнь протекала в здоровой спортивной конкуренции. ■

ВИКТОР СМЕКАЛИН

Начало занятий карате – 1974 год;
Чемпион Москвы в 1979, 1980 и 1981 годах;
Победитель всесоюзных соревнований;
5 дан KOI;
Судья EKU (WKF)

Впервые с Володей Илларионовым я встретился в Москве, на аттестации тренеров, в 1978 году. Среди всех нас он отличался, я бы сказал, изяществом и лёгкостью ударов и ведения поединков. Это обращало на себя внимание многих присутствующих в зале, однако я не смог тогда оценить его технику, пока не испытал её на собственном теле.

Это было в Таллинне — на первых всесоюзных соревнованиях 1979 года. Я стал победителем в своей весовой категории до 75 кг и был заявлен в «абсолютку». Самый главный поединок, я считал, будет с Илларионовым, и неплохо к нему подготовился. Единственное, смущала кровавая мозоль на ноге, заработанная на крашенных полах спортзала (работали без татами). За полгода до этого мы выступали в финале кубка Таллинна, и я хорошо, как мне казалось, изучил манеру Володи. Я думаю, что он тоже следил за мной. Перед выходом на площадку Володя бросил в мою сторону фразу «Витя, сделай хотя бы вид, что ты меня не боишься».

Как он меня купил! Надеясь на свои длинные руки я бросился сразу в атаку (я же его не боюсь) и дважды нарвался на встречный удар. Потом я сообразил, что Ларин ждал именно такого моего поведения и воспользовался им.

Изменив тактику, я отыграл очко и надеялся на победу или ничью. Но Володя сделал прямой гамбит, опустил руки, открылся и я провёл атаку в голову, а через секунду сидел скрючившись на площадке, без возможности вздохнуть. Чистый иппон. Я проиграл по очкам, до меня Ларин выносил всех вчистую.

Одна из любимых фотографий, которая висит у меня в зале, это мы на пьедестале за «абсолютку»: я, Олев Кивиранд (второе место) и победитель Владимир Илларионов.

Другой яркий эпизод, где Ларин проявил себя как неординарный тренер, был на вторых всесоюзных в Ленинграде. Я впервые видел как грамотно, без лишних слов можно руководить действиями бойцов. Стоя напротив своего спортсмена на краю площадки, Володя почти незаметно жестом показывал уровень и удар, кивок головой и боец, в точности повторив подсказку, зарабатывает очки. На этих соревнованиях сборная Ленинграда выступила с блеском. Хочу отметить, что в поединке с ленинградцем меня дисквалифицировали — убрали конкурента. Думаю, не без участия Илларионова. Без обвинения в допинге, правда, но спорт он разный, бывает всякое.

Много лет спустя в Москве проводился турнир ветеранов и меня попросили встретить и разместить великих мастеров, в частности Карпова и Илларионова. В конце соревнований, уже на фуршете, я обратил внимание на одиноко стоящего Володю. Спросил у Карпова, что произошло. Он ответил «Илларионов со всеми переругался, никого видеть не хочет». Я подошёл: «Володя, выпьем?» — «С тобой выпью». Мы редко созванивались, но тёплые, дружеские отношения остались до конца. ■

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

ХОАН ВИНЬ ЗАНГ (ВЬЕТНАМ)

Президент Вьетнамской Федерации традиционных боевых искусств (Вокочуиен);
Президент Мировой Федерации по вьетнамским традиционным боевым искусствам (World Federation of Vietnam Vocotruyen).
На сегодняшний день, в состав WFVV входит около 70 стран–участниц с пяти континентов.

В конце 1979 года ко мне пришёл мой ученик — главный тренер по каратэ в Сочи Владимир Емельянов (не знаю, как точно пишется его фамилия). В то время я был аспирантом в Национальном университете физического воспитания и спорта Украины, жил на Кустанайской улице, недалеко от автовокзала.

Владимир пригласил меня на дружественный бой между «великими людьми» в каратэ. Один из бойцов — абсолютный чемпион каратэ Республики Конго Клеман Яндом, а второй — абсолютный чемпион каратэ СССР. Меня пригласили как человека, который знал Вин Чун. В те времена мало кто знал этот вид китайского боевого искусства.

Тренировочный зал не очень большой, но достаточно светлый и просторный. Стулья расставлены вдоль стен. Я просидел минут пять, как ко мне подошёл поздороваться Клеман. Очень энергично и вежливо. Кажется, это был тренировочный зал, который Клеман снимал для тренировок по каратэ своих учеников.

Через несколько минут в зале поднялась суматоха при появлении одного «красавца». Это был Владимир Илларионов, знакомые называли его Ларин. Внешне Ларин ничуть не уступал Клеману (рост у Ларина выше 1 метра 80 сантиметров). Мне представили Владимира как абсолютного чемпиона каратэ СССР из Ленинграда. Все мы свободно разговаривали на русском, поэтому разговор шёл легко и весело, как о спорте, так и об обыденных делах.

Владимир из Сочи также был близок с Лариным, он учился каратэ у Ларина. Мы обсуждали технические моменты каратэ, и я сказал Ларину с Клеманом: «Ваш каратэ очень силён, есть различные техники нападения, используя все части тела. А мой вид боевого искусства Вин Чун был создан великим Мастером — женщиной, за сотни лет до того, как его признали. Название этого боевого искусства было названо в честь этой Великой Учительницы Вин Чун и означает «вечная весна». Поэтому все приёмы очень плавные и мало передвижений. Особенностью является предназначение для боя на лодке, а вы сами знаете, что лодки имеют не очень-то большое пространство, всего пару квадратных метров.

Ларин мне ответил: «Не будьте столь скромными. Помимо каратэ мы тут также хотели бы узнать больше о школе Вин Чун. Все мы считаем Брюса Ли легендой».

Я встал, а за мной поднялся и Ларин. Я пригласил Ларина сделать удар цуки и объяснил, что в Вин Чун сперва от таких ударов уклоняются, а после применяется техника Змеи для защиты и техника Журавля для нападения (удар Нукитэ), одновременно левая рука всегда в защите расположена в центре тела, колени немного согнуты и сомкнуты для защиты от ударов ногами.

Ларин и Клеман наблюдали очень внимательно и похвально кивали головами (наверное, из вежливости).

Так как бой был лишь дружественным в плане техники, то бойцам было запрещено наносить сильные удары, причинять ушибы сопернику. Ларин и Клеман вели бой лишь в 70-80% своих сил, показывая свои техники и стили боя, реакцию на удары, их нейтрализацию. Каждый раз, когда Ларин или Клеман делали ряд быстрых и точных движений, весь зал взрывался аплодисментами.

Я никогда не забуду эти моменты. После у нас с Клеманом тоже была возможность для дружественного боя в лесу.

Спустя короткое время Ларин пригласил меня с Владимиром из Сочи на соревнование по каратэ в Москве. Наши места на трибуне были почти в ВИП–зоне. После соревнований мы много обсуждали боевые искусства, различные техники, стили, и Ларину очень хотелось узнать больше о Вин Чун. Ему было любопытно, как наносить или защищаться от ударов.

Ларин оставил во мне очень яркие впечатления. Это был немного полный, высокий, красивый мужчина. Особенно впечатляли его выступления. Неземная харизма и сила проявлялись через его удары вместе с Кимэ. По праву, настоящий абсолютный чемпион каратэ «Берёзовой Родины».

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

Владимир был очень вежливым и заботливым человеком. Он обращал внимание на малейшие движения Вин Чун, которые я ему показывал. У меня был тогда довольно–таки низкий уровень в Вин Чун, но благодаря хорошему знанию русского языка я мог детально объяснить все методики. Поэтому многие считали, что у меня «довольно высокий» уровень.

Ларин «потащил» нас с Владимиром из Сочи в Москву на встречи с некоторыми людьми. Одним из них был Штурмин, кажется, первый человек, который принес каратэ в Россию. Штурмин вместе с учениками встретил нас очень торжественно и тепло. Я помню об этом по сей день. Нам оказали очень дружественный приём, и я почувствовал, что встретили нас так потому, что все очень любили и уважали Владимира Илларионова. Это было уважение не только как к чемпиону, к тренеру с большим опытом, но прежде всего как к самому человеку. К человеку, одновременно сильному, искреннему и преданному своим друзьям и близким. И, конечно же, Ларин внёс огромный вклад в развитие каратэ в своём городе Ленинград.

Очень жаль, но в то время у нас не было в планах заснять нашу дружбу. Единственная совместная фотография была сделана, когда мы смотрели соревнования по каратэ в Москве.

Наши пути редко пересекались, но этого было достаточно, чтобы этот человек, полный истинного духа боевого искусства, оставил яркий отпечаток во мне.

В последние встречи с Лариным в Ленинграде я был приглашён на ужин. Мы ели, пили чай и обсуждали общие воспоминания. И радостные, и грустные.

По сей день, каждый раз, когда кто-то упоминает о Владимире Илларионове, во мне загорается гордость. Гордость и благодарность жизни за то, что мне посчастливилось стать другом с такой легендой. Эта дружба останется во мне навеки. ■

ЕВГЕНИЙ ГАЛИЦЫН

Первый чёрный пояс по карате в Ленинграде;
Старший тренер сборных команд ЛенВО и Ленинграда в 70–80-х годах;
Заслуженный мастер боевых искусств;
Заслуженный тренер боевых искусств;
8 дана карате;
Наследник и официальный правопреемник школы «ЛаоКаратэДо Нэко-рю» в России;
Председатель Элитарного клуба хранителей воинских традиций (Санкт-Петербург).

С Илларионовым мы впервые встретились в 1973 году. Володя сам нашёл меня, приехал ко мне в общежитие ЛГУ после того, как летом 1973 года для завязывания контактов слетал в Донецк к Игорю Лазареву и Александру Гончарову. Они дали ему мой адрес и порекомендовали найти меня, чтобы нам заниматься вместе. Он в первый же день знакомства предложил перебраться из общежития к нему на квартиру, на Гончарную улицу, чтобы вместе тренироваться. Я согласился. Так начались наши, практически ежедневные, совместные тренировки, которые продолжались до начала 1976 года. Из-за них меня чуть не отчислили из университета…

Я могу детально и в нюансах говорить, прежде всего, о первых годах его становления как мастера, потому что мы с ним в каратэ росли и учились всему вместе. Сначала мы наполняли внешнюю форму шотокановской техники внутренней динамикой Нэко-рю на основе рекомендаций и конспектов тренировок Ванга. Чуть позже добавили современные тренировочные методики работы над таймингом, точностью, силой, почерпнутые из работ Альбрехта Флюгера, из Тао-Джит-Кундо Брюса Ли…. Мы их не просто прочитали — буквально «пропотели» в зале.

ОФИЦИАЛЬНАЯ ВЕРСИЯ ПЕЧАТИ

За два года до официального открытия каратэ в СССР мы с братом познакомили его с Клеманом и Зангом, у которых он получил окончательную «мастерскую огранку». И в 80-м году на всесоюзный семинар тренеров он приехал уже в кимоно с эмблемой Ларин-рю…

Нас в 70-х — начале 80-х многое связывало. В самом начале 70-х мы стали друзьями, и он почти три года в каратэ был моим учеником и спарринг–партнёром (1973-1975). Параллельно с нашими тренировками он набрал несколько учебных групп. Когда количество групп выросло и времени в зале нам стало не хватать, я получил предложение тренировать офицеров ЛенВО и перешел в СКА, а он организовал и с ребятами фактически построил клуб «Олимп». Таким образом, накануне появления официального каратэ, мы на городской арене стали конкурентами: я — СКА, он — Олимп и «Спартак».

Однако на всесоюзной арене мы были вместе единой командой — он был старшим тренером сборной, я — вторым тренером, и мы вместе готовили сборную Ленинграда к первенствам и чемпионатам Союза…

Как спортсмен он был чрезвычайно работоспособный, целеустремлённый, умный, думающий, умеющий соединить разные стили и манеры ведения схваток, и отбросить всё, что не подходило для достижения его целей, при этом очень самолюбивый и честолюбивый.

Как тренер — стратегически мыслящий, очень харизматичный, умеющий найти подход и грамотно использовать особенности характера спортсмена. Он был прекрасным организатором и мог отстаивать и продвигать свои интересы практически на любом уровне.

Больше всего запомнилась его фанатичная преданность каратэ, его умение преподносить себя, умение входить в контакт, умение консолидировать команду, находить самые разные способы и пути для достижения своих целей, а в девяностые и двухтысячные годы — умение методически целостно оформить свою школу, и умение донести до многочисленных учеников своё понимание каратэ, сделать свою школу международной. При этом остаться в памяти учеников несомненным лидером советского каратэ. Это ему, безусловно, удалось. ■

НИКОЛАЙ КАРПОВ

Мастер спорта СССР по карате;
Многократный чемпион Ленинграда;
Многократный чемпион всесоюзных соревнований, СССР, международного турнира «Таллинский бульдог».

ОСНАЯ ВЕРСИЯ
Е ДЛЯ ПЕЧАТИ

С Лариным, то есть, с Владимиром Илларионовым, я впервые встретился на первом официальном показательном турнире в Ленинграде, году в 1978. Турнир был небольшой, и мы с ним бились в финале в «тяжах», а потом в «абсолютке». Судейство было несколько странным — нам присудили два первых места. Бывает, видимо, но редко.

Что могу о нём сказать как о бойце? Мне с ним было легче, чем, например, с Ришами. Те бились очень жёстко и агрессивно. Володя же работал в другой манере — мягкой, несколько тягучей, но от этого не менее эффективной.

Отличительной его манерой являлась способность думать, видимо, сказывалось университетское образование. Он искал серьёзных учителей, но при этом никогда никого не копировал. Многое брал у других — у того же Ванга, Клемана, Занга, а взятое перерабатывал под себя.

Не могу сказать, что Ларин был не от мира сего, но иногда вёл себя просто странно. Например, история с его дисквалификацией из сборной. На него написали кляузу, что он нарушает спортивный режим. Вместо того, чтобы повиниться, как это было принято, он вдруг потребовал наказать кляузника, ну и получил серьёзное наказание — не надо идти против системы.

Вообще, скажу, что Лаврентий, не имея никаких особых данных, сделал себя сам. И как сделал! Пахота, и ещё раз пахота! Но пахота продуманная, когда пахарь точно знает, что и как ему надо делать! ■

АЛЕКСАНДР ДРАННИК

Шеф-инструктор JSKA (Россия);
8 дан;
Работал вместе с В. И. Илларионовым несколько лет как второй тренер.

Мой путь в каратэ и к Илларионову был относительно длинным. В 1974 году Борис Шапиро начал заниматься каратэ у Александра Грумкина. Будучи в дружеских отношениях с Барковским, он и его приобщил к изучению этого искусства, а Слава, будучи дружен со мной, привёл меня на занятия в эту секцию каратэ.

Позднее Шапиро ушёл заниматься к Ларину (в 1976 году), следом за ним Слава Барковский, потом и я. После первого же занятия появилась уверенность, что это то, что искал.

Говоря про Владимира Ивановича, следует сказать, что все поиски основ каратэ, его базовой техники, в начале 70-х годов ориентировались, в основном, на систему Сетокан, самого массового стиля каратэ. Именно по этому стилю на тот момент была издана большая часть литературы и видеопособий. Сам Илларионов, правда, называл свой стиль «Нэко–рю», по наименованию школы мастера каратэ из Лаоса — Ванга, основы которой он и Галицын осваивали в начале 70-х годов в Донецке.

По рекомендации Е. Галицина и его брата А. Гончарова установились тесные контакты с донецкой школой «Нэко–рю», и дружеские отношения с основателями донецкой школы каратэ И. Лазаревым и В. Медведевым. Тем не менее, Илларионов и его ученики, начиная с 1976 года, занимались в русле Сетокан Каратэ, а название «Нэко–рю» осталось фирменным названием клуба.

Становление собственного стиля для Илларионова в большой мере связано с его контактами (опять же с подачи Галицына) с Клеманом Яндома (Республика Конго, 3-й Дан Сетокан Каратэ) и Хоан Винь Зангом (Вьетнам, стиль Винь-Чунь). В конце 70-х годов, будучи студентами Киевского университета, Клеман и Занг проводили совместные тренировки в общежитии университета. Нередко на эти тренировки приезжал и Илларионов. Несколько раз оба мастера проводили тренировки в Ленинграде. Совместные тренировки (особенно с участием Клемана) способствовали становлению у Илларионова правильной базовой техники Сетокан Каратэ.

Часто перед началом тренировки Владимир Иванович проводил опрос: какой теме посвятить данное занятие? Выслушав пожелания, он иногда выбирал предложенную тему, но, как правило, говорил: «А давайте поработаем медленно». Под этим подразумевалась система упражнений, выработанная им в результате тренировок с учителем Зангом. Эта система решала общую для всех «чаньских» боевых искусств (к которым, несомненно, относится Вин Чун) задачу регуляции поведения субъекта и объекта и перехода от последовательного, поэтапного характера, к одновременному. Движение субъекта и объекта обуславливаются не их последовательным взаимодействием, а целостным «схватыванием» ситуации в соответствии с закономерностями её развития, что, в свою очередь, даёт возможность предвидеть действия противника и принимать опережающие решения.

Случалось, что демонстрируя свою методику В. И. Илларионов создавал весьма курьёзные ситуации. Достаточно вспомнить его полуфинальный бой на 2-ом всесоюзном первенстве по каратэ в октябре 1980 года в Ленинграде. Постепенно заставив противника снизить темп до минимального, Илларионов раскрывал его до такой степени, после которой должен был следовать завершающий удар. Но он «отпускал» партнёра и снова, передвижениями, заставлять его попадать в положения, в которых тот был беззащитен. В конце концов судьи сочли действия Илларионова некорректными и дисквалифицировали его.

Владимир Иванович очень сильно проявил себя не только как «клубный тренер», но и как тренер сборной Ленинграда. Вспоминаются слова Илларионова: «Сначала надо вырастить грибницу, и для этого надо потрудиться, а потом можно собирать урожай. Грибы будут сами расти». Для создания этой «грибницы», работоспособного коллектива, «чемпионской» среды обитания, где на тренировках спортсмены учатся друг у друга, Владимир Иванович прилагал максимальные усилия. Очень часто на тренировки сборной команды ЛГС ДСО «Спартак» приглашались спортсмены других клубов, организаций, регионов России, союзных республик. ■

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

ОЛЕГ КИРИЕНКО (БЕЛАРУСЬ)

Многократный чемпион Беларуси;
Чемпион СССР;
Мастер спорта СССР;
7 дана карате.

В 1978 году мы с моим коллегой и другом Александром Кожемякиным, благодаря Евгению Галицыну и Александру Гончарову, были приглашены в Горловку на показательные выступления по каратэ. Там впервые и увидели В.И. Илларионова в исполнении Камаэ но Ката. А познакомились в Донецке, после этих выступлений, где бой Ларина с Александром Бумбу (Балекс) произвёл неизгладимое впечатление, ибо такого уровня мастерства мы не предоставляли. Думаю, даже сегодня этот бой никого бы не оставил равнодушным, не только искромётной техникой, но и психосоставляющей двух мастеров, опередивших время.

Достижения В.И. Илларионова и его команды в спорте хорошо известны, хотя, признавая важность и необходимость спорта, он его считал лишь частью системы под названием «Школа». Поэтому, думаю, данные определения или категории к нему не совсем подходят. Для меня это был Учитель, знающий куда глубже спортивной составляющей, соединивший борьбу и жизнь в единое целое.

Первая встреча с потрясающим впечатлением, перевернувшая моё представление и понимание борьбы. Также, конечно, многие фрагменты соревнований, их анализ, общение. Но главное — ощущение от спаррингов с ним, его супермастерство с философским подходом. Передача знаний, в том числе через метод медленной борьбы, что и питает до сих пор... ■

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

СЕРГЕЙ КИСЕЛЁВ

Мастер спорта СССР;
6 дан Айкидо Айкикай;
Лауреат Национальной премии «Золотой пояс»;
Президент Международной Евро-Азиатской федерации Айкидо;
Вице-президент Национального совета Айкидо России;
Президент Всестилевой федерации Айкидо России.

С Володей Илларионовым мы только здоровались. Поэтому могу писать, как говорится, взгляд со стороны, правда, что помогает быть объективным.

Занимаясь вначале боксом, а затем борьбой, я общался с ребятами из мира каратэ. Некоторые борцы (Демит Момот, Алексей Овчинников, Слава Цой, Сергей Клеверов и другие) увлеклись этим боевым искусством и стали хорошими специалистами.

В семидесятых годах ко мне в зал, где я работал тренером по самбо и дзюдо, стали приходить тренироваться ребята из каратэ. Честно говоря, я тогда снисходительно относился к каратэ, поэтому было интересно попробовать что это такое. Эта проба состоялась с Колей Карповым, который залепил мне в голову парочку «маваси гери», что сразу заставило меня изменить своё отношение к каратэ.

А общение со многими, действительно выдающимися каратистами (братья Риш, А. Туник, Н. Карпов, Н. Нефёдов, С. Селиверстов — всех не перечислишь) привело меня, чисто для себя, и к занятиям каратэ. Со многими мы подружились и дружим до настоящего времени.

Володю Илларионова (в городе его все звали Ларин) я впервые увидел на соревнованиях по дзюдо. Больших результатов он не показывал, чего нельзя было сказать о каратэ. Обратил я на него внимание на чемпионате в Таллинне, куда из любопыства поехал с Альфатом Макашевым.

Володя выделялся не только техникой каратэ, но и умением использовать приёмы дзюдо в схватках. Так, в одной из схваток, поймав ногу противника при выполнении маваси он сделал отхват опорной ноги с добиванием цки. В другой схватке он поймал противника подсечкой. Для меня, как борца, это было привлекательно.

В то время в Ленинградском каратэ были две яркие группы, которые конкурировали между собой. Одна, где лидером был В.Илларионов, другая, где лидером был Олег Риш.

Я как-то быстро подружился с братьями Риш. Мне очень импонировало, что эти интеллигентные и эрудированные ребята могли, если понадобится, физически вразумить хулигана. Поэтому на соревнованиях, я, что естественно, «болел» за учеников Олега Риша. Но что было привлекательно в Ленинградском каратэ? Несмотря на конкуренцию, я не видел и не слышал никакой «грязи» по отношению к противникам.

Для меня показателем состоявшегося спортсмена является узнаваемость его не только в своём виде, но и в других единоборствах. Володя был известен. Разное было к нему отношение как к человеку, но все были едины, признавая его большим мастером.

Он был один из первых, кто создал славу Ленинградскому каратэ. Он выиграл самые престижные для того времени соревнования, вырастил целую плеяду ярких и сильных учеников, многие из которых продолжили его дело, работая тренерами. И конечно, он входил в число самых заметных спортсменов не только Ленинграда-Петербурга, но и всего Советского Союза и России.

Думается, что запрет каратэ в начале восьмидесятых, закрыл Ларину–Илларионову дорогу к мировой известности. Он был её достоин. ■

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

КАМИЛЬ МУСИН

Чемпион Москвы;
Двукратный чемпион СССР;
Двукратный чемпион Вооружённых сил;
Чемпион мира среди ветеранов;
Президент KOI (Коба Осака);
Мастер спорта СССР;
8 дан;
Обладатель «Оскара» в боевых искусствах.

С Володей мы познакомились (хотя лучше сказать увиделись) когда питерские приехали к нам на Цветной бульвар в Центральную школу. Не помню, что это было — то ли аттестация, или обсуждали планы по созданию федерации и правила. До этого я про него только слышал — правда, говорить можно разное. Тогда было не мало тех, о ком говорили, но потом они себя никак не проявили — ни как спортсмены, ни как тренеры, ни как организаторы.

Потом, примерно через полгода, по-моему, был Таллинн. Турнир был международным, но он тогда ещё не назывался «Таллинский бульдог», но всё равно там были иностранцы и возникла отличная возможность реально оценить свой уровень. Вот в Таллинне мы с ним и задружились.

Конкуренция между сборными республик и Москвы, и Ленинграда, как самостоятельных субъектов в спортивном движении, была сильной. Мы с Питером тоже конкурировали, но и ухитрялись дружить — даже раздевалки у нас на соревнованиях, как правило, были рядом. Вот такая «конкурирующая» дружба, наверное, и была залогом прогресса двух наших сборных.

Володя любил думать — это, если разобраться, не всем дано. Умел под всё подвести базу. Интеллигентно и доказательно. Выходило по-разному, но иногда смешно.

Помню, как в Ташкенте Талгат Нигматуллин привёл телевидение в раздевалку и берёт интервью у Ларина, а тот пьёт пиво. Талгат, наверное, решил отомстить за проигрыш узбекского спортсмена и спрашивает:

– Как же так? Вы спортсмен, чемпион, на вас равняются, а вы, вот пиво…

Ларин на него с недоумением посмотрел и начал атаку:

– Как же так?! Вы же тоже спортсмен! Разве вы не знаете, что японские борцы обязательно пьют пиво после соревнований, чтобы восстановить водно-солевой баланс!

И пошёл–пошёл... Короче, этот поединок Нигматуллин проиграл вчистую.

Если говорить про него как про бойца, то мне очень нравилась его манера ведения боя — мягкая, кошачья. Я сам стремился к такой. Мы шли несколько разными путями, но пришли к одному результату. Плетёшь, плетёшь паутинку, человек в неё влетает и сразу получает. Вытащить человека на себя и на первое движение — контратака. Это наше!

Могу сказать о приятном лично для меня. Он говорил, что среди советских каратистов есть только два мастера, которые в бою заняты не только тактикой, но и стратегией — это я и Мусин. Для меня это как ещё одна медаль высокой пробы.

Как тренер он был своеобразен — не столько объяснял, сколько показывал. Человек смысл поймает, если интеллект есть. Пусть не сразу, но поймает. Копировщиков он не любил. Его подход был однозначен: каратэ — это не руки–ноги, это голова. Мозг! И он всё решает.

Приезжая в Питер я всегда звонил ему, Барковскому, Нечаеву и Смирнову. Теперь осталось двое.

Не могу простить себе, что не смог приехать с ним проститься. Но может из-за этого он для меня остаётся живым. ■

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

АНДРЕЙ СЕРЕДНЯКОВ

5 дуань Всекитайской ассоциации ушу;
Лауреат и призёр фестивалей и соревнований по внутренним стилям ушу в России, Европе и КНР в период с 1996 по 2004 года;
Занимался у Николая Смирнова, далее у В.И. Илларионова, с 1979 по 1983 года.

Первая встреча ошеломила. Неожиданно врезалась в память на всю жизнь. Вот как сейчас вижу…

Переодевшись в тесной раздевалке я пришёл в зал, где на борцовском ковре ожидало человек шестьдесят в белых кимоно. Знакомых не было, я осматривался и думал — в какой ряд встать, в первый или нет. Решил быть скромнее — в третий. В таких раздумьях прошло минут 5-10, как вдруг в пространстве что-то мгновенно изменилось, как лёгкий ветерок, все как бы замерли (мне так показалось) и от входной двери по центру не пошёл, скорее поплыл, мягко и мощно, как большой кот, кто-то в чёрном кимоно — вероятно это и был великий Ларин. Я решил представиться — пошёл наперерез, протягивая руку — на меня отреагировал лишь уголок рта, слегка опустившись (я успел заметить чуть оторванную картинку котёнка на кимоно); в целом меня проигнорировали. Все встали в ряды, я в третий. Он — перед нами. Пауза…

И вдруг он сделал шаг вперёд, все повторили. Казалось, движение не может быть более совершенным. Начало было незаметным — Ларин как жидкая капля невидимо перелился из начального положения в конечное…. В этом действии присутствовала вся Вселенная. Тренировка пролетела как мгновение — учитель не выходил из состояния, и держал в нём всё пространство группы. После завершения группа не спеша расходилась, а Владимир Иванович остался для учебного спарринга с мальчишкой лет одиннадцати — был в группе взрослых тогда и такой ученик. Я не мог оторваться и от этого зрелища — два человека, мощный мастер, весом 86 кг, и маленький худенький ученик — чувствовалось, что это не первая их встреча, двигались легко и спонтанно, напоминая двух играющих или дерущихся котов…. Совершенно согласовано, и как бы на равных.

Я стоял у выхода из зала, возможно, моя челюсть отвисла от удивления в самом начале тренировки и так оставалась в этом положении — они одновременно почувствовали в некий момент восхищённый взгляд — замерли, повернув на секунду головы в мою сторону, и так же мгновенно продолжили своё дело, не выходя из состояния.

Совершенно поражённый пережитым я ехал домой, вероятно, догадываясь, что встретил самую большую драгоценность человека на пути — Мастера и Учителя.

Пролетели 5 лет. Мы переместились из зала с борцовским ковром напротив Большого Дома в свой клуб «Олимп» на Моховой, 8. С настоящим додзё, с эмблемой клуба (как-то заглянули к нам на тренировку два японца–кэмпоиста в своих халатах и с гигантской видеокамерой — выступили, потом Владимир Иванович руководил, всё было заснято, а эмблема на стене удостоилась отдельного крупного плана).

Помнится первая тренировка в новом месте — на пол додзё раскрошили воск и мы, наверное, с неделю, босыми ногами естественным образом втирали его в струганные доски.

Этот зал помнил великих Галицина и Полякова, Цоя, почти на каждой тренировке в первом ряду сэмпаев стояли Барковский и Осипов, чуть позже вернулся к тренировкам Дьячков. Во времена формирования сборной СССР в зале появились или появлялись Карпов, Туник, Момот, Остроброд, Ройтман и многие другие, чьи имена прозвучали на всех крупнейших соревнованиях по каратэ в СССР до запрета этого вида. Приезжал Медведев из Донецка, Кириенко из Минска — все авторитетные мастера того времени. Времени становления каратэ в СССР…

И над всем этим уникальным собранием мастеров, искателей и старателей боевого искусства парил дух Ларина, его образ и талант, весёлый и мощный образ воина. Именно он притянул в свой зал всех этих замечательных бойцов и удерживал там всё время до запрета.

Почему он? Наверное, личная сила, мастерство и обаяние этой чётко выстроенной силы. Вера в свой путь и заинтересованность в развитии школы, доказательное мастерство. Способность зажечь и вызвать дух творчества у всех участников тренировок.

Владимир Иванович говорил и, что важнее, показывал, что бой можно воспринимать не как обмен

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

ударами, а как высокоосмысленное и организованное движение. А движение, в свою очередь, можно понимать как принцип. В итоге всё обучение выстраивалось как познание принципов движения тела и сознания. А это переводило всю ситуацию, по сути, на уровень Тайцзи-цюань (моё мнение), хотя это слово в те годы было почти неизвестным и формы делались, естественно, каратистские.

Школа опиралась, как уже всем известно, на Нэко-рю от лаосца Ванга, на Шотокан от Клеман Яндома, который жил и учился в то время аспирантуре киевского университета, и испытала значительное влияние вьетнамского мастера Вин Чунь Хуан Ван Занга, в то время аспиранта киевского института физкультуры.

Владимир Иванович смог впитать науку своих наставников и сформировать свой собственный стиль, о котором уже тогда негромко говорили как о Ларин-рю. Сам же он настаивал на Нэко-рю («школа кошки»).

Как не называй — факт, который невозможно оспаривать — он создал уникальную ленинградскую школу каратэ, уверенно доказывавшую тогда свои преимущества на соревнованиях всесоюзного уровня.

Но вернёмся к моим впечатлениях. Во-первых, как спортсмен я не сформировался. Характер и интерес был не тот. Соответственно, мне трудно всерьёз комментировать выступления Ларина на соревнованиях. Победы, медали его и его учеников свидетельствуют достаточно. Меня интересовала другая сторона процесса. Я скорее созерцатель, йог, искатель внутреннего изменения, чем чемпион и победитель других. Ударить другого человека трудно мне…

И много раз я пытался добиться от Ларина ответа на один вопрос. Можно ли как-то достичь состояния, когда побеждают не мышцы, не внешняя сила, а другое качество, когда ты внешне расслаблен, но действуешь эффективно?

Словесный ответ всегда был таков: «…если на тебя будут нападать — ты что, будешь расслабляться»? А настоящий, безмолвный, истинный ответ был на каждой тренировке — когда Ларин демонстрировал технику или вёл учебный свободный спарринг — это была абсолютная мягкость и текучесть, спонтанность реагирования на момент, созерцательная концентрация на внутреннем при полном контроле внешнего пространства и состояния партнёра.

Никакой текст, никакой рассказ не может передать живое впечатление от чуда техники Владимира Ивановича, его уникальной манеры двигаться, которую посчастливилось в те годы видеть всем участникам его работы на Моховой. К счастью, сохранились хотя бы мгновения видеозаписей того времени, к сожалению, не так много, как хотелось бы.

Что больше всего запомнилось из общения? Как всегда — мгновения. Конечно, их было много, но буду краток.

Первое, я уже описал выше, самое сильное. И всякие личные мелочи…

После первого года занятий, собираясь на каникулы в Киев, прошу разрешения потренироваться там у Клемана. Мы сидим в додзё на скамейке у входа. Спортивная сумка Ларина раскрыта, там английский журнал по боевым искусствам…

Листаю, запомнилась фото — худой китайский дед держит раскрытую ладонь над стопкой кирпичей ему по пояс. От ладони до земли идёт неровная трещина… Типа, разбил внутренней силой?! Тоже знаковый символ… (спустя прошедшие 40 лет в интернете обнаружил это же фото в теме жёсткий цигун).

В ответ — после мгновенной паузы на слушание себя — «держай… адрес напишу позже». Так я оказался на тренировках Клемана и наше знакомство с этим замечательным человеком продлилось на долгое время.

Спустя несколько лет, после запрета, мы — в боксёрском зале на улице Некрасова. Иногда заходят звёзды, чемпионы — Глушанин и Пищенко (в прошлом, ученики Остроброда, явно выделявшиеся и техникой, и характером боя).

Занимаемся… «ОФП» конечно. Каратэ — нельзя. Перед тренировкой вся группа бежит кросс по окружающим зал дождливым ленинградским улочкам. Ларин впереди, задаёт неспешный темп, выделяется гордой прямой осанкой индейского вождя…. В зале небольшая группа верных энтузиастов… Как-то надо научиться вот этому «уза!… ооза!» Уникальный ларинский киай… Способствуют и тренажёры — жим от груди с надутым животом и с внутренним давлением… 200 кг — можно! Чем не внутренняя сила? Пытаемся перенять у Ларина текучий стиль спарринга, мгновенное изменение решений... Принцип малька в шаге. Принципы быстро–медленно, жёстко–мягко, принцип мягкой и жёсткой силы… Разница в тактике Клемана и Занга…. Много упражнений.

Периодически показываю Ларину свой дневник — записываю тренировки, пытаюсь уточнять методики…. Сохранились его правки. И как-то теплеет на сердце…

Владимир Иванович для меня, со всеми внешними обстоятельствами его жизни и спортивной карьеры — человек внутренний, интуитивный. Человек Сердца. Ясно помнится — это, пожалуй, самое важное для меня открытие. Я вдруг на тренировке почувствовал свое сердце — как реальность живую, заполняющую собой всю Вселенную. Это случилось именно в тот период занятий «ОФП» на Некрасова. С этого мгновения каждую свою самостоятельную тренировку я начинал со стойки камаэ, но держал ладони у сердца и ждал момента потепления, когда, мне казалось, я начинаю слышать всю Вселенную в целом. Позже, в китайских школах, практика столбового стояния, конечно, уточнилась и углубилась. Но это — самый большой дар Владимира Ивановича именно мне, и я несу его по жизни.

Потом был переезд в другой зал, и к тому времени мой интерес сместился во внутренние практики окончательно. Синхронно с этим Ларин был удалён от нас на десять лет.

Спустя этот срок он вернулся и начал налаживать свою жизнь, но я уже укоренился на своем «китайском» пути и встречи были редкими.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

В 1996, уже далеко в не детском возрасте, я неожиданно выступил у Н.В. Смирнова на «Свободной России», предтече его Олимпиады «Восток–Запад», в номинации «формы ушу». Судил нашу номинацию непосредственно сам главный судья соревнований из США. Участвовали известные молодые спортсмены из Лесгафта, поглядывавшие на меня с некоторым удивлением, я тоже не рассчитывал на успех. Форму сделал просто и с удовольствием, и, к своему удивлению оказался на третьем месте. В момент вручения медалей перед нами оказался Ларин — помню его многозначительную усмешку.

В 2000 или 2001 году я проводил 1-й чемпионат России по традиционному ушу — он зашёл глянуть на событие, скромно постоял у стеночки недолго, ушёл по своим делам. Позже, по телефону очень одобрил всё это моё дело….

В 2006 я написал книжку и вручил ему экземпляр. Мне показалось, Ларин не очень был доволен, что книга про китайцев, не про каратэ. Больше мы не виделись.

Внезапная весть о его смерти не помещалась в мозгу — как это? Эта глыба, гигант, несгибаемый воин? Так рано?! Но он ушёл.

В крематории собралось много людей. Пришли и те, кто любил, и те, кто завидовал и предавал его, и те, кто писал на него доносы по всем адресам…. Едва передвигаясь, пришёл проститься один из отцов-основателей каратэ в СССР — Альфат Макашев, вскоре и он ушёл из жизни…

Если решиться на сравнение — Ларин был похож на великого воина-викинга, которого отправляли в последнее плавание. Он был красив и в своих спаррингах, в том каратэ-до, которым жил свою жизнь, и в смерти.

В «Даодэцзин» написано: «…кто умер, но не забыт, тот бессмертен». Те, кто знали Владимира Ивановича, не забудут его никогда. Уверен, что многие чувствуют его присутствие рядом всегда.
Он сформировал свой внутренний стержень у себя и у многих своих учеников. Я — один из многих, обязанных ему за это.

И всегда отдаю свой долг Учителю тем, что передаю то самое чувство сердца дальше, тем, кто готов его слышать. ■

МИХАИЛ КУЗЬМИН

7 дан каратэ;
Руководитель РСБИ по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

Про Владимира Ивановича Илларионова, как и абсолютное большинство спортсменов моего поколения и близких к нам по годам, я слышал задолго до того, как с ним познакомился и увидел его «в деле». Он умел впечатлить!

Потом, уже после знакомства, довольно часто пересекался с ним на соревнованиях и других мероприятиях, хотя сам я жил, тренировался и выступал в Москве. Хочу отметить, что само присутствие — даже не участие, а просто присутствие Ларина, как все его называли, на соревнованиях или в любой встрече, автоматически переводило статус мероприятия на более высокий уровень.

Так получилось, что последние годы его жизни мы с ним часто общались. Не могу сказать, что он был одинок, но общения ему явно не хватало. Может быть поэтому я бывал желанным гостем у него на даче. Там мы просматривали скопившиеся у него уникальные архивы. Он собирался передать их нам, в клуб хранителей традиций боевых искусств, пожизненным членом которого он являлся. Но, к сожалению, не успел. Наверное, я был одним из последних, кто общался с Великим Мастером.

Уверен, что без такого явления как Ларин не было бы ни современного российского каратэ, ни многих из советских мастеров, достигших определённых высот в этом боевом искусстве. ■

МАРК ТАЛЬЯНСКИЙ (УКРАИНА)

2 дан по Шотокан;
Мастер спорта СССР по самбо;
Чемпион Киева и Украины (Донецк, 1979 год, первые официальные соревнования в УССР);
Судья международной категории по карате;
Президент Федерации контактного карате Украины.

Эти события относятся к периоду с 1972 по 1980 года. Говорю только о том, что видел сам и в чём принимал участие, никаких «информационных прокладок» и «достоверных источников».

Я не мог не написать о Владимире Илларионове. Уверен, что его друзья, ученики, соратники объединят свои усилия в том, чтобы наследие Мастера не кануло в Лету и какие-либо недоговоренности, недоразумения отступят на второй план.

Верю, что Володины земляки, ленинградцы, во главе с его другом и соратником Евгением Галицыным, в качестве первого шага утвердят проведение ежегодного турнира, посвящённого памяти Владимира Илларионова.

Уверен, что не только у меня Володя ассоциируется с Владимиром Высоцким — в каратэ он спел свою песню, яркую и неповторимую!

Даже если бы он покинул нас в 100 лет, всё равно сказали бы, что он ушел преждевременно!

Самый сильный боец из СССР, которого я видел и знал — это Ларин, к которому испытываю чувства глубочайшего уважения и благодарности, и у которого я многому научился.

Ларин — это необычайно талантливый, физически одарённый, хладнокровный, уверенный в себе, бесстрашный, интеллектуально развитый боец, взрыв, скорость, техника, тактика — всё на высшем уровне. По моему мнению, это был сильнейший спортсмен того времени (во всяком случае, я не видел ни одного, его превосходящего), что подтвердили не только его спарринги в разных частях СССР, но и звание абсолютного чемпиона СССР, выигранное в Таллине в 1979 году.

Несколько слов о его учителе — Клемане Яндома, рассказать о котором в рамках интервью или одной статьи просто нереально. О нём могут очень многое поведать не только я и не только киевляне, но и сотни энтузиастов восточных единоборств, приверженцы разных стилей, которые приезжали к нему из многих городов СССР: одни для того, чтобы испытать себя в единоборстве с его учениками и с ним самим, а другие, чтобы стать его учениками.

Это, в первую очередь, ленинградец Владимир Илларионов. Ниже я расскажу более подробно при каких обстоятельствах мы с ним познакомились. В моей судьбе (в области каратэ) он сыграл определяющую роль, так как привёл меня к Клеману.

Наше знакомство с Илларионовым произошло при интересных обстоятельствах. За год до этого я был на тренировке у Клемана, и благодаря той базовой подготовке, которую имел, победил практически всех его учеников, а может (и скорее всего),дело не в моём уровне, а в том, что не было самых сильных учеников. А в спарринге с самим Клеманом я потерпел фиаско — не заметил, как попался в «стойку–ловушку» и оказался в горизонтальном положении. Тогда я ещё не знал, что это закономерная участь практически всех пришельцев. После тренировки Клеман хорошо отозвался о моей защите, сказал, что видна школа, и дал понять, что я мог бы тренироваться у него. Но в тот момент я не принял верного решения, потому что занимался у Мануэля, уделяя только нунчакам по 2–3 часа ежедневно.

Один из моих учеников, его звали Валерий, был дальним родственником Ларина. В один из его приездов в Киев к Клеману Валера сказал, что может пригласить Ларина провести у нас в зале тренировку. Естественно, я согласился, т.к. Валера много рассказывал о своём родственнике (позже мой ученик признался, что инспирировал это знакомство с единственной целью — услышать мнение Ларина о моём уровне и целесообразно ли у меня тренироваться; забегая вперёд, скажу, что вердикт был положительным).

Впервые я увидел специалиста каратэ такого уровня, выросшего в нашей стране. Это был прекрасный, широкой души человек, готовый тренироваться сутками. Один из принципов, который он исповедовал, был «с кем бы ты не спарринговал, в каком бы зале ты не был, какого бы уровня спортсмены не были против тебя, даже самые слабые и неумелые — у них всегда можно чему-нибудь научиться». И он учился всему и везде.

Погонял он меня на тренировке весьма прилично, но очень аккуратно — было чувство, что

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

тебя внимательно и спокойно изучают, просвечивая как рентгеновскими лучами. А после тренировки Володя взял меня в оборот серьёзно и плотно — чем когда, у кого, сколько и как я занимался. Узнав о посещении секции Клемана, он резюмировал «ты потерял год», и я согласился.

Был и такой эпизод, уже во время наших тренировок у Клемана. Однажды Владимир Илларионов поймал кураж и решил по серьёзному поспарринговать с учителем, но Клеман провёл неотразимую комбинацию, которую завершила чёткая подсечка, и лёжа на спине Володя почувствовал железные пальцы Клемана у себя на кадыке. Но этот бой не нёс подоплеку наказания, как спарринг с соперником. Это был потрясающе красивый диалог учителя со своим лучшим учеником.

В один из приездов, когда его пребывание в Киеве подошло к концу, Володя предложил мне съездить в Донецк к его друзьям. Там отчётливо проявился очень интересный штрих, характеризующий Ларина, и иллюстрирующий его способность брать полезную информацию. После аттестации мы сели с донецкими ребятами и решили немного расслабиться. Как правило, в компаниях расслабляющихся друзей идёт шумное обсуждение, говорится всё и обо всём.

Был там и брат Евгения Галицына — Саша Гончаров, занимавшийся вьет–во–дао. Он что-то рассказывал о принципах единоборств, но внимательно слушал его только Владимир, умудряясь при этом поддерживать общую беседу. А на следующий день он сказал мне: «Саша говорил очень полезные и интересные вещи, тебе нужно развивать такое качество, как избирательность внимания и всегда помнить, что полезной информации вокруг нас море».

Кроме успехов в условиях спортивного единоборства, Ларин умел побеждать и в реальных ситуациях, когда промедление и нерешительность могли закончиться большой бедой.

Отдыхая на одном из горнолыжных курортов Кавказа, он и его ученик подверглись нападению со стороны местных джигитов.

Один из нападавших попытался ударить Владимира в лицо острием лыжной палки, ответная реакция была молниеносной и очень жёсткой — у копьеносца была сломана рука. А второй нападавший, бросившийся на Владимира, покатился вниз по крутому заснеженному склону. Прецедент не из приятных, тем более, как говорится, на территории противника. Но окончание было неожиданным: вечером, после стука в дверь вошли друзья пострадавших и принесли извинения за поведение своих горячих соплеменников, а также попросили принять дары Кавказа.

О Володе можно писать очень и очень много, тем не менее, к нашему сожалению, многое неизбежно остаётся «за кадром».

Это человек яркий, неординарный, прирождённый лидер, необычайно целеустремленный, с высоким интеллектом, способный усваивать и перерабатывать огромное количество информации. А сочетание яркого таланта и огромного трудолюбия дало потрясающий эффект.

Когда я узнал об его уходе (никак не могу произнести слово «смерть» по отношению к Володе), то испытал ощущение утраты чего-то очень большого, могучего, спокойного и дружелюбного. Не знаю почему, но такая у меня возникла ассоциация...

После ухода Володи я поместил на своей ленте в «фейсбуке» обязательство провести турнир его памяти. Я сказал, что сделаю это во что бы то ни стало, невзирая на отсутствие спонсоров (правда, я никогда не мог похвастаться их наличием), и призвал последовать моему примеру.

И вот 25 ноября 2018 года в Киеве был проведен первый открытый турнир по контактному каратэ, посвящённый памяти первого абсолютного чемпиона СССР Владимира Илларионова, блестящего мастера, выдающегося спортсмена и талантливого тренера. Человека, много сделавшего для развития каратэ на пространстве бывшего Советского Союза. В турнире приняли участие более 160 спортсменов из разных клубов.

Я очень рад, что сумел воплотить эту задумку в жизнь и очень хочу, чтобы такие соревнования стали традицией! ■

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

АЛЕКСАНДР ДРАННИК
Санкт–Петербург, Россия

МЕТОД ЛАРИНА

В статье Александра Дранника – одного из ветеранов-тренеров каратэ в СССР и России, описывается весьма удачный пример синтеза методик различных направлений восточных боевых искусств, созданный Владимиром Илларионовым, при котором получен положительный практический результат подготовки спортсменов высокой квалификации. Автор, работавший под руководством Илларионова в качестве одного из тренеров сборной команды Ленинграда в период 1978 – 1982 годов, пробует проанализировать методические принципы, на которых базировалась школа, основанная Владимиром Ивановичем.

Автор подчёркивает, что изложенное в статье – не более, чем субъективный взгляд на методику, который, несомненно, может быть оспорен или дополнен.

Редакция

Ларин — псевдоним Владимира Ивановича Илларионова, выдающегося спортсмена (чемпион в абсолютной весовой категории на первом чемпионате СССР по каратэ в 1981 году в Ташкенте) и тренера (старший тренер сборной команды Ленинграда 1978 — 1980 годов), одного из создателей ленинградской школы каратэ — ведущей школы Советского Союза 80-х годов прошлого столетия. С его именем связаны успехи команды Ленинграда на I и II Всесоюзных первенствах, победа в командном зачёте на первом чемпионате СССР в Ташкенте.

Роль личности Владимира Ивановича для каратэ в нашей стране отражена в посвящённых ему статьях и в воспоминаниях, появляющиеся в последнее время. Безвременный его уход из жизни — невосполнимая утрата для российского каратэ.

1. ОБЩЕНИЕ

70-е годы двадцатого века — время становления каратэ в Советском Союзе. Источниками постижения каратэ в то, уже далёкое от настоящего время была, конечно, западноевропейская и американская литература, видеофильмы, общение с редкими в ту пору зарубежными мастерами боевых искусств. Также большое значение имело общение тренеров Ленинграда между собой, постоянный обмен опытом, из которого Илларионов также сумел извлечь многое для разработки и построения своего метода.

Обширное поле теории и практики боевых искусств открывает возможности для выдвижения бесконечного количества различных методических практик, в принципе, недоступных экспериментальной проверке и часто уводящих практикующих (а ещё хуже — преподающих) в туманные дали, не имеющие никакой практической ценности.

Перед тренером всегда стоит очень сложная задача в условиях ограниченного времени тренировочного процесса выбрать из огромного количества способов развития технических, психических и физических качеств наиболее подходящие, скомпоновать их в методическую схему, реализация которой и приведёт к решению поставленной задачи.

Владимир Иванович обладал чутьём и талантом находить именно те методические приёмы, которые наиболее эффективно работают на достижение поставленной цели.

2. КОЛЛЕКТИВ

Слова Илларионова: «Сначала надо вырастить грибницу, и для этого надо потрудиться, а потом можно собирать урожай. Грибы будут сами расти». Для создания этой «грибницы» — работоспособного коллектива, «чемпионской» среды обитания, где на тренировках спортсмены учатся друг у друга, Владимир Иванович прилагал максимальные усилия. Очень часто на тренировки сборной команды ЛГС ДСО «Спартак» приглашались спортсмены других клубов, организаций, разных регионов России и союзных республик.

С 1978 года собирать ведущих спортсменов города на совместные тренировки стало легче. Приказом спорткомитета была сформирована сборная команда Ленинграда, старшим тренером которой был назначен Илларионов. Членам сборной вменялось в обязанность посещать совместные тренировки, которые проходили, как правило, в спортзале клуба «Олимп» на улице Моховой. Результаты работы коллектива не заставили себя долго ждать — удачные выступления наших спортсменов на международном турнире «Таллиннский бульдог», на всесоюзных первенствах в Таллинне и Ленинграде, блестящее выступление на первом чемпионате СССР в феврале 1981 года в Ташкенте.

Начало 80-х — время наивысших достижений ленинградского каратэ, но последовавший затем запрет на занятия им и все сопутствующие последствия (прежде всего, отсутствие финансирования) мгновенно привели к резкому снижению уровня спортивного каратэ в Ленинграде. Положение начало улучшаться после легализации каратэ, когда стали создаваться коллективы, способные вывести ленинградское, а затем и питерское каратэ на всесоюзный уровень.

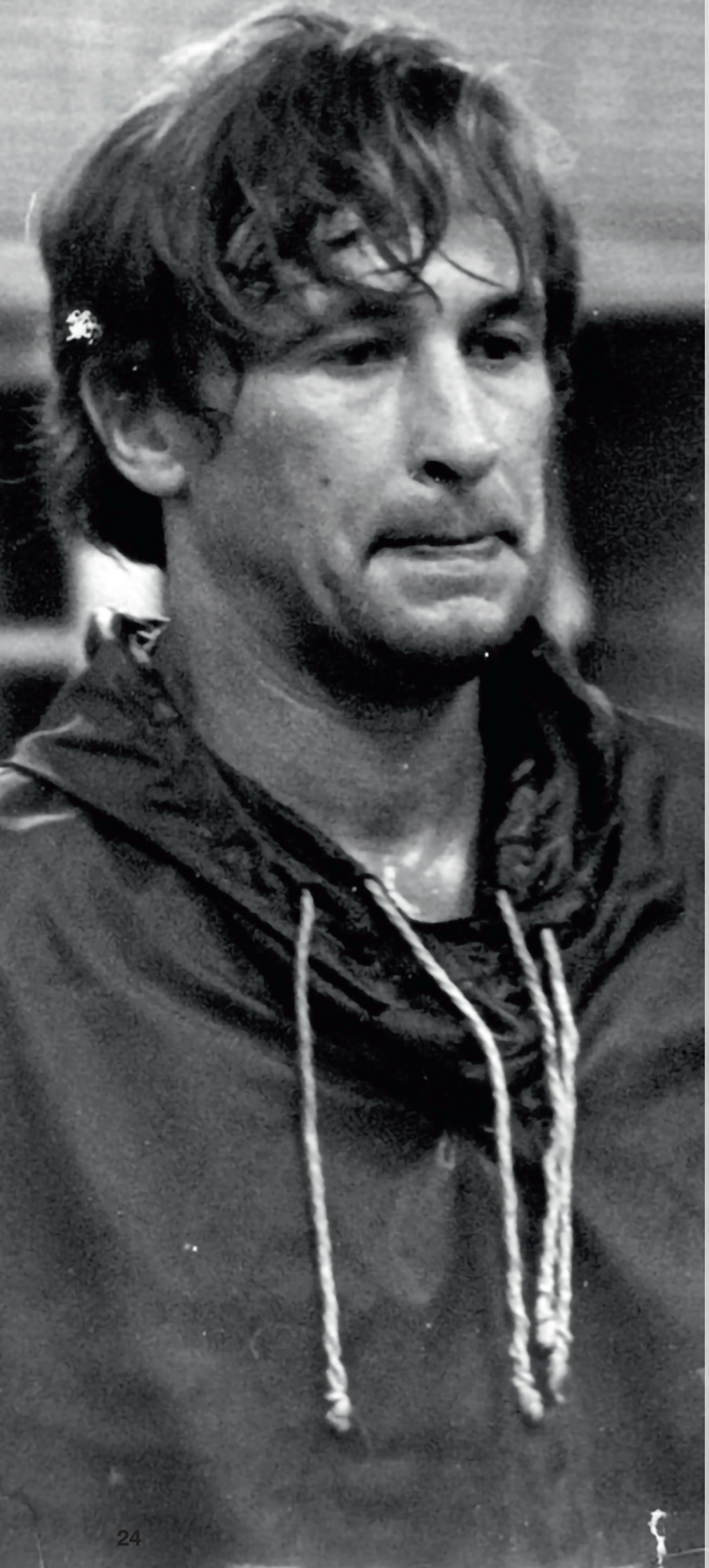
Создание коллектива спортсменов, способного достигать высших спортивных результатов, предполагает наличие соответствующей методики учебно-тренировочного процесса. Эту методику трудно разделить на отдельные компоненты и представить в виде поэлементного описания. В качестве же единого целого она может быть воспринята только интуитивно. Тренер, сообразуясь с практикой соревнований или современными методическими разработками, должен своевременно вносить коррективы в тренировочный процесс. Методическая схема в целостной взаимосвязи отдельных её частей находится только в голове тренера и с трудом поддаётся словесному описанию, поэтому управление тренировочным процессом «старший тренер — тренерский коллектив — спортсмены» должно носить автократический характер. В то же время, внутри тренерского коллектива и коллектива спортсменов обсуждение задач и способов их решения, естественно, необходимо. Это и создаёт работоспособный тренерский коллектив.

Всё это необходимо сочетать с определёнными внешними условиями: наличием зала, позволяющего организовать ежедневные (а во время сборов — двухразовые) тренировки, не менее одного–двух стартов в месяц на соревнованиях уровня не ниже всероссийских, а значит, и должного финансирования. Только в этом случае речь может идти о спорте высших достижений.

3. БАЗОВАЯ ТЕХНИКА

Все поиски основ каратэ, его базовой техники в начале 70-х годов ориентировались в основном на систему «сётокан» — самого массового стиля каратэ. Именно по этому стилю на тот момент была издана большая часть литературы и видеопособий. Правда, сам Илларионов называл свой стиль «Нэко–рю», по наименованию школы мастера каратэ Ванга из Лаоса, основы которой он и Евгений Галицын осваивали ещё в начале 70-х годов в Донецке.

По рекомендации Галицына и его брата А. Гончарова установились весьма тесные контакты ▸



с донецкой школой «Нэко–рю» и дружеские отношения с И. Лазаревым и В. Медведевым, основателями донецкой школы каратэ. Тем не менее, Владимир Иванович и его ученики, начиная с 1976 года, занимались в русле сётокан каратэ, а название «Нэко–рю» осталось фирменным названием клуба.

Становление собственного стиля для Илларионова в большой мере было связано с его контактами с Клеманом Яндома (Республика Конго, 3-й дан сётокан каратэ) и Хоан Винь Зангом (Вьетнам, стиль Вин Чунь). В конце 70-х годов, будучи студентами киевского университета, Клеман и Занг проводили совместные тренировки в общежитии учебного заведения. Нередко на эти тренировки приезжал и Илларионов. Несколько раз оба мастера проводили тренировки в Ленинграде. Совместные тренировки (особенно с участием Клемана) способствовали становлению у Илларионова правильной базовой техники сётокан каратэ

С точки зрения биомеханики техника сётокан каратэ подробно описана в книге Мусатоси Накаямы «Динамика каратэ», которая может считаться идеальным пособием для овладения базовой техникой. При этом изучение техник других стилей, основанных на иных способах подключения суставных движений в работу (китайских, окинавских, корейских и т.д.), будет только мешать освоению правильной техники сётокан.

Задача базовой техники — освоение правильного стереотипа подключения суставных движений в работу и доведение его до автоматизма (умение высшего порядка), а изучение технических движений, основанных на других принципах, может навредить правильному усвоению этого стереотипа. Базовая техника и ката, в которых заложены основные принципы, являются начальным этапом изучения каратэ. Они не могут быть самоцелью и должны переноситься в искусство свободного боя. Доведённый до автоматизма стереотип подключения суставных движений в работу используется в свободном спарринге, где в зависимости от условий в каждый данный момент боя техника выполнения ударов и защитных действий

может выполняться с малой амплитудой. Однако продуманный и выработанный стереотип подключения в работу всей цепочки суставных движений поможет выполнить удар с максимальной силой.

4. «МЕДЛЕННАЯ» РАБОТА

Часто перед началом тренировки Владимир Иванович проводил опрос: «Какой теме посвятить данное занятие?» Выслушав пожелания, он иногда выбирал предложенную тему, но, как правило, говорил: «А давайте поработаем медленно». Под этим подразумевалась система упражнений, выработанная им в результате тренировок с учителем Зангом. Эта система решала общую для всех «чаньских» боевых искусств (к которым, несомненно, относится Вин Чунь) задачу регуляции поведения субъекта и объект и перехода от последовательного, поэтапного характера к одновременному. Движение субъекта и объекта обуславливаются не их последовательным взаимодействием, а целостным «схватыванием» ситуации в соответствии с закономерностями её развития, что, в свою очередь, даёт возможность предвидеть действия противника и принимать опережающие решения.

При прочих равных условиях в бою побеждает тот, кто вернее отражает действительность «условия момента» и учитывает эти условия. По принципу доминанты Ухтомского (см. Е. П. Ильин, «Психофизиология спорта»), в условиях, когда к человеку поступает масса раздражителей и сигналов, но при этом возникает задача отбора из них только тех, которые имеют значение для данного момента. Избежать хаоса в регуляции позволяет возникновение доминанты временно господствующего очага возбуждения. В нашем случае — это реакция на атакующие действия противника. Выбор доминанты, поиск эффективного способа защиты и правильного ответного действия легче выполнить на низких скоростях. Это похоже на систему диалогов чаньских наставников с учениками (коан), когда наставник в любой момент может приказать ученику отвечать на заданный вопрос. В своём ответе, без задержки на раздумья, ученик раскрывает точную меру развития своей интуиции. При этом коан выражает не частное мнение, а принцип, одинаково воспринимаемый всеми учениками школы. Настойчивость при выборе решения коанами сравнивают с добыванием огня трением (Е. В. Завадская, «Культура Востока в современном западном мире»). Также и в приложении к методике («медленная работа») правильный ответ защитными и контратакующими действиями должен отражать общие закономерности развития боя. Как правило, поиск верного ответа требует значительных временных затрат под контролем наставника.

Итак, выбран низкий темп (количество элементарных движений в единицу времени) при правильно подобранном ритме (отношение длительности всего движения к его акцентируемой части) — в таком же соотношении, как и при выполнении действия с максимальной скоростью. Если при выбранном темпе верно решается задача отработки правильных защитных и ответных действий, появляется психическая устойчивость, которая выражается в однозначности двигательных реакций, управляемых подсознанием. При увеличении темпа выполнения упражнений может появиться сбой ритма, неоднозначность ответных реакций (мельтешение). Это сигнал о том, что на данной скорости ученик не справляется с правильной оценкой ситуации и темп должен быть снижен. Следует особо подчеркнуть, что при этой методике ЕДИНСТВЕННЫМ объективным критерием устойчивости психики, который проявляется внешне, является отсутствие сбоев в умении поддерживать правильный ритм. Данную методику можно назвать «темпо-ритмовой». При этом система упражнений может быть весьма разнообразной. Например:

1. Нападающий с подготовкой атаки атакует защищающегося и остается в конечном положении атаки. Защищающийся выполняет защиту, контратаку и разрывает дистанцию. Нападающий снова готовит атаку (не более 3-х секунд), снова атакует, и т.д.
2. «Работа поочередно, непрерывно»: атака — защита — контратака — защита — контратака, и т.д.
3. «Работа у стенки» Один защищающийся в окружении трёх — четырех атакующих. Атаки поочередно, при продвинутом уровне последовательность может быть любой. При этом атакующий остаётся в конечном положении атаки. Стоящий у стенки проводит защиту и контратаку. Следующая атака — защита — контратака, и т.д.

Можно привести множество других примеров и во всех необходимо выделить несколько важных методических моментов. К ним следует отнести:

- отсутствие лишних движений;
- выработка реакции «ожидания», когда движение начинается строго как ответ на действие партнёра;
- выполняя упражнения, при сбое ритма необходимо снизить темп движений до уровня, при котором реакция и ответные действия партнёра будут однозначными.

Сложность упражнений и темп их выполнения возрастают по мере роста устойчивости психики, и так вплоть до скоростей свободного спарринга. Плавным переходом от медленной работы до боевого темпа снимается противоречие между двигательным стереотипом подключения мышц в работу при выполнении движений медленно и быстро.

5. «АНТИЦИПАЦИЯ» (ПРЕДВИДЕНИЕ)

Наш мозг устроен таким образом, что постоянно проецирует развитие настоящей ситуации в будущем. Восприятие ситуации в её развитии, в соответствии с присущей ей внутренней закономерностью даёт возможность предвидеть действие противника и принимать опережающие решения. Согласно Е. Н. Суркову («Антиципация в спорте»), в этой способности организма действовать с пространственно-временным опережением можно условно выделить пять уровней:

1. субсенсорный;
2. сенсомоторный;
3. перцептивный;
4. уровень представлений;
5. речемыслительный.

На каждом этапе темпо-ритмовой тренировки специальными упражнениями решаются задачи совершенствования антиципации на всех уровнях её проявления. Не вдаваясь в подробности, обозначим наиболее важные детали методики.

На субсенсорном уровне (подчувственном) осуществляются неосознанные нервно-мышечные преднастройки, с которыми связано выполнение предстоящих действий, решаются задачи выявления видимых проявлений этих преднастроек, выполняется работа по их возможной маскировке.

На субсенсорном уровне это касается прежде всего мышц лица, шеи, плечевого пояса. Согласно учению Сунь-цзы (см. «Трактат о военном искусстве»), высшее проявление формы — бесформенность, что можно понимать как иметь форму в себе, но не демонстрировать её (то есть, своё состояние) противнику.

Можно привести много примеров упражнений, тренирующих это умение. Одно из самых простых — «пятнашки» из естественных стоек. Защищающийся находится в естественной стойке, нападающий выбирает дистанцию для атаки на пределе своих возможностей и тоже останавливается в положении естественной стойки, не выражающей агрессии. Мышцы рук, плечевого пояса, шеи, лица расслаблены. Пауза — пять секунд. Атака проводится с целью «запятнать» партнёра в живот. При этом нападающий сразу поймёт, что любое преждевременное напряжение любой части тела, начало движения с наклона плечевого пояса ведёт к неудаче и противник сможет легко защититься.

Одно из самых сложных упражнений этого плана состоит в том, что противники медленно сближаются, и задача каждого — до момента начала атаки не выдать агрессивных намерений и не показать противнику, что и от него ожидается атака. Если же не выбрать правильную дистанцию при начале атаки, а тем более, просигналив противнику о начале таковой (так называемые «звонки»), атакующего, как правило, ждёт неудача — хуже того, встречное опережающее действие противника.

Сенсомоторный уровень (сенсомоторика — умение управлять движением и эмоциями, согласование зрения и движения, слуха и движения). На этом уровне решаются задачи своевременности простых реакций в ответ на действия противника, правильности технических действий, контроля над тонусом мышц, и что важно для рассматриваемой методики — управления движением в заданном темпе и ритме (Д. Д. Донской, «Биомеханика с основами спортивной техники»).

Перцептивный уровень (от лат. perceptio — восприятие). В психологии этот термин употребляется для обозначения смутного и бессознательного восприятия, прогнозирования поведения партнёра по общению. На этом уровне тренируется распознавание раздражителей, имеющих значение для данной деятельности, позволяющих выделить цели. Определяются расстояния, скорости, ускорения, решаются задачи своевременности выполнения действий. Отрабатываются реакции «ожидания», сопряжённые с «упреждением», для выполнения своевременного движения. Для более ясного понимания вышесказанного можно привести в пример стендовую стрельбу, при проведении которой за доли секунды необходимо просчитать необходимое упреждение выстрела, чтобы попасть по летящей цели. Набор правильных реакций в ответ на действия противника позволяет выбрать и заложить в подсознание наиболее рациональное поведение в условиях боя.

Уровень представлений (представление в психологии — наглядный образ явления, возникающий на основе прошлого опыта). На этом уровне решаются задачи антиципации на несколько действий вперёд.

Для представления механизма работы антиципации на этом уровне можно провести аналогию с устным творчеством сказителей эпических поэм (например, Альберт Лорд, «Сказитель»). Сказитель не заучивает текст поэмы, для него важна схема развития событий. Смысловые схемы неизменны и заполняются с помощью «формул», которые определяются Лордом как группы слов, регулярно используемых в одних и тех же метрических условиях для выражения данного основного смысла. При этом один и тот же смысл можно выразить различными группами слов. Например, говоря на родном языке, для выражения определённой мысли мы не повторяем сознательно заученные слова и предложения — они приходят из повседневного употребления.

В нашем случае «формулами» могут быть стандартные атакующие действия и стандартные ответы на эти атаки, тренируемые в базовых формах кумитэ. При работе по методике темпо — ритмовой тренировки самые ходовые формулы, первыми вошедшими в употребление, задают основную схему, образец, и как только ученик твёрдо овладевает этой исходной схемой, ему остаётся только подставлять на место ключевой комбинации (защита — контратака) другие комбинации. При этом главное в обучении — выработка разнообразных моделей, которые позволяют приспособить отработанные комбинации к условиям развития боя и образовывать новые комбинации, вырабатывая способность предвидеть и реагировать на действие противника на несколько ходов вперёд.

С позиций предлагаемой теории изучение ката ни что иное, как выработка «формул» боевого раздела каратэ. При правильной тренировке, представлении действий воображаемого противника и доведения исполнения до уровня умения высшего порядка (Е. П. Ильин, «Психофизиология физического воспитания»), означенные «формулы» сами будут выплывать из подсознания в условиях реального боя.

Речемыслительный уровень (сознательный выбор своих целей и действий, предвосхищение возможных последствий этого выбора.) На этом уровне решаются задачи планирования боя, определяются тактические схемы. Если исходить из формулы Сунь Цзы: ▸

«Побеждают искусством учитывать условия момента…», тактика оказывается ничем иным, как умением создавать благоприятный для победы момент, искусственным образом воздействуя на противника.

Воздействовать на противника можно двумя способами: создавая угрозу и заставляя его защищаться (это позволяет выявить слабые места в обороне), или же показывая слабые стороны в обороне заставить противника атаковать в заданном направлении. И зная, каким способом атакует противник, можно предпринять эффективные контрмеры.

Эти два положения лежат в основе всех тактических приёмов. В «Трактате о военном искусстве» Сунь Цзы (Конрад Н.И., «Сунь Цзы. Трактат военном искусстве») рекомендуется тринадцать тактических приемов, которые Конрад разделяет на пять групп: приёмы тактической маскировки; приёмы предосторожности; использование недостатков и ошибок противника; воздействие на противника изнутри; воздействие на психику противника.

Обширный комментарий Конрада к каждой группе приёмов оставляет только пожелать всем ознакомиться с ними и использовать в практической деятельности.

6. МЕТОДИКА В РАЗВИТИИ

Разработанная В. И. Илларионовым методика постоянно корректировалась и развивалась. Атмосфера тренировок и отношения, создающиеся в коллективе, способствовали интуитивному усвоению подтвержденных практикой методических принципов и отдельных аспектов системы. Отдельные элементы этой методики могли по-разному восприниматься и, соответственно, интерпретироваться.

Так возникли региональные школы — донецкая (В. Медведев), минская (О. Кириенко), новополоцкая (А. Кожемякин), и другие. Различаясь в деталях все они опирались на единую систему методических принципов, сформулированных В. И. Илларионовым. Ещё в начале восьмидесятых годов была предпринята попытка объединить все эти школы в рамках всесоюзной организации — «Ларин клуба», но этому помешал известный запрет на занятия каратэ в Советском Союзе.

Повторюсь, именно методика, разработанная Илларионовым, во многом определила лидирующее положение ленинградской школы каратэ в Советском Союзе в конце 70-х — начале 80-х годов.

Справедливости ради уточним: большинство призёров действительно представляли ЛГС ДСО «Спартак» и постоянно занимались под руководством В. И. Илларионова. Но Николай Карпов и Арнольд Риш относились к другим коллективам, и под руководством Илларионова тренировались только на сборах по подготовке к всесоюзным соревнованиям.

Тогда можно привести другой пример соревнований, результаты которых ещё раз подтверждают эффективность школы. На всесоюзном первенстве Центрального Совета ДСО «Спартак» сборной команде «Спартака», руководимой В. И. Илларионовым, противостояли сильные команды Белоруссии, Узбекистана, а также команда Москвы. Необходимо отметить, что все эти команды в целом превосходили сборную ЛГС ДСО «Спартак» по уровню физической подготовки. Тем ни менее, результаты ленинградцев можно считать более чем успешными.

Случалось и так, что при демонстрации своей методики Илларионов создавал весьма курьёзные ситуации. Достаточно вспомнить его полуфинальный бой на 2-ом всесоюзном первенстве по каратэ в октябре 1980 года в Ленинграде. Постепенно заставляя противника снизить темп до минимального Илларионов раскрывал его до такой степени, после которой должен был следовать завершающий удар. Но он «отпускал» партнёра, и снова передвижениями заставлять его попадать в положения, в которых тот был беззащитен. В конце концов судьи сочли действия Илларионова некорректными и дисквалифицировали его.

Важно отметить, что предложенная методика увеличивает длительность спортивной жизни каратиста. С возрастом уровень физических качеств снижается, и особенно это касается скорости. Но предвидение действий противника (антиципация) сохраняется, и даже может развиваться до вполне солидного возраста. Яркий примёр тому — Николай Карпов, замечательный спортсмен, победитель международного турнира «Таллинский бульдог», 1-е место на втором всесоюзном первенстве (категория свыше 85 кг.), первое место на I чемпионате СССР и т.д. В настоящее время Николай Яковлевич (уже отметивший свое 60-летие) является одним из тренеров сборной команды Санкт-Петербурга по каратэ WKF, и в этом качестве он часто проводит спарринги со спортсменами самой высокой квалификации. Не имея возможности работать на скорости он предвидит действия партнёра — иногда на несколько ходов вперёд — и как правило, опережающими действиями выигрывает в конкретном эпизоде.

Нельзя утверждать, что темпо-ритмовая тренировка это единственный способ работы над стабильностью психики и развития антиципации. У всех, кто занимается единоборствами, так или иначе эти качества развиваются. Вопрос лишь во времени, которое на это затрачивается.

Тренер должен постоянно находить оптимальные соотношения этих разделов на каждой тренировке и постоянно корректировать их в соответствии с результатами соревновательной практики. Такая работа возможна только при высокой степени развития интуиции, способности тренера охватывать весь процесс подготовки спортсменов во всех взаимосвязях.

В этом и заключается мастерство и искусство тренера — учителя, каким был для всех нас Владимир Иванович Илларионов. ■

АЙКИДО

ВРЕМЯ НОВЫХ ЗАДАЧ

ГРИГОРИЙ МИШНОВ
Москва, Россия

Весна для Национального Совета Айкидо России традиционно является насыщенным периодом с большим количеством мероприятий и проектов, проводимых по всей стране. Это время, которое вдохновляет, даёт энергию и мотивирует на реализацию больших планов.

В заключительный день марта по итогам комиссии по государственной аккредитации видов спорта Минспорта России, Национальный Совет Айкидо России впервые в своей истории получил государственную аккредитацию в полном объёме на весь период (олимпийский цикл).

Столь высокая оценка, безусловно, подводит черту кропотливой работе всей организации за последние годы, а также очерчивает новые широкие горизонты.

«Важно то, что члены комиссии отметили высокий уровень проводимой работы по развитию айкидо в нашей стране. Кроме того, заместитель министра спорта РФ Одес Хасаевич Байсултанов и члены аккредитационной комиссии в процессе аккредитации выразили следующие пожелания: деятельность НСАР вести в соответствии со стратегией развития ФКиС до 2030 года, систематизировать региональную политику и взаимодействие с региональными органами исполнительной власти в области физической культуры и спорта, упорядочить работу по государственным полномочиям, полученным с аккредитацией по виду спорта «Айкидо», усилить взаимодействие с подведомственными Минспорту РФ учреждениями и т.д. Все эти пожелания мы воспринимаем как руководство к действию, особенно на этапе подготовки Конференции НСАР, которая пройдёт в декабре этого года», — заявил исполнительный директор НСАР Игорь Пасько.

17 апреля исполнительный директор НСАР Игорь Пасько и директор ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва» Кадрия Ахмерова подписали соглашение о сотрудничестве в целях системного взаимодействия с общероссийскими физкультурно-спортивными организациями, принятой стратегии развития ФКиС — 2030 и федерального проекта "Спорт — норма жизни".

Цель соглашения с ФЦПСР — в открытии отделений айкидо в ДЮСШ (включая методическое сопровождение), а также в создании института инструкторов и тренеров-преподавателей по айкидо.

Также, соглашение предполагает как совместную работу по проведению официальных детско-юношеских физкультурно-спортивных мероприятий, так и реализацию концепции детско-юношеского спорта в целом.

Особо следует отметить, что НСАР является первой всероссийской физкультурно-спортивной организацией, с которой ФЦПСР подписал подобное соглашение о сотрудничестве.

22-23 апреля в Курске прошёл Кубок России по айкидо, а уже в мае сотни москвичей и гостей столицы станут гостями и реальными участниками Московского Фестиваля боевых искусств. Фестиваль пройдёт в Центральном парке культуры и отдыха им. М. Горького на центральной аллее с участием представителей айкидо айкикай, томики айкидо, айкидо есинкан, киокусинкай, капоэйра, тхэквондо (ИТФ), современного мечевого боя, каратэ-до сито-рю и многих других. Кроме того, в это время выйдет весь цикл передач с мастерами боевых искусств и представителями культуры в рамках Всероссийского медийного онлайн-проекта «Диалог об искусстве». Участниками проекта стали заслуженный тренер России, основатель Центральной школы карате Алексей Штурмин, Заслуженный артист России Игорь Петрухин, мастер бонсай Валерий Пител, мастер каратэ Богдан Курилко, известный телеведущий и мастер боевых искусств Николай Коровин и многие другие.

Уже сейчас полным ходом идёт подготовка к второй в истории школе боевых искусств в рамках арт-кластера «Таврида». В основе программы — особый подход к боевым искусствам как к философии, в которой в равной степени сочетаются владение телом, постоянное оттачивание навыков и бесконечный поиск гармонии мыслей и тела. Вместе с выдающимися инструкторами боевых искусств и экспертами восточной культуры участники школы посмотрят на боевое искусство под разными углами: как на спорт, как на искусство, и как на науку.

Следует отметить, что вышеупомянутые проекты только сотая часть всего того, что пройдет под эгидой Национального Совета Айкидо России в этом году, а это значит, что в развитии айкидо будет сделан очередной уверенный шаг вперёд! ■

МОНИТОРИНГ ЗДОРОВЬЯ СПОРТСМЕНОВ

НИКОЛАЙ КОРОТАЕВ
Москва, Россия

Из трёх слов, образующих заголовок этой статьи, каждое (даже при начальном размышлении) требует разъяснений.

Мониторинг — слово родом из оживающего латинского языка («monitor» — наблюдение) с добавлением английского окончания «-ing», означающего «процесс в данное время». Наблюдение может быть самым разным — от подглядываний до сложнейшего аппаратного исследования. Оно может быть не только внешним, но и внутренним.

«Здоровье» — это скользкое и многополюсное понятие, вбирающее в себя не только состояние физического тела и его психических функций, но и внешних эколого-социальных факторов, оказывающих на человека постоянное влияние. Здесь определениям нет конца, также, как, к примеру, понятию «культура».

И, совсем, казалось бы, простое слово «спортсмен», имеющее кельтское происхождение («disport» — игра, «men» — человек), тоже желательно уточнить. Не правильнее ли считать посетителя спортивной секции физкультурником, если он не участвует многократно в соревнованиях и не был в числе победителей хотя бы одного из них? Можно ли приравнять мастера боевых искусств к мастеру спорта или между ними есть существенная разница? Является ли спортсменом человек, покинувший арену пять, десять, двадцать лет назад и прекративший тренировки?

Дальнейшее погружение в глубины слов может привести нас к оглуплению или сократовской мудрости: «Знаю только то, что ничего не знаю», поэтому определимся с приводимыми словами поточнее, помня об «-ing» и не выискивая других значений. Наша задача — оценить некую формальную сторону здоровья тех, кто считает себя спортсменами, занимающимися одним их видов единоборств. Эти люди практически всю сознательную жизнь, начиная где-то с 8–12 лет и до ветеранского возраста, срок которого колеблется от 35 до 80 лет, должны находиться под наблюдением врачей. Таково социальное требование сегодняшней цивилизации.

Врачебный контроль (мониторинг здоровья) за спортсменами осуществляется разными специалистами, но среди них пальму первенства держат спортивные врачи. В отличие от травматологов, неврологов и терапевтов им необходимо одинаково разбираться как в лечении травм, так и заболеваний, имеющих смешанную природу поражения нервной системы и внутренних органов.

В обязанности спортивных врачей входит также умение оказывать помощь при «страданиях» любого органа чувств (зрения, слуха, обоняния, осязания, вкуса) и нарушениях «центральной регуляции», а именно: сна, аппетита, половой функции, речи и настроения. Всё это вместе взятое, усложнённое требованием «соответствия высокой квалификации» при оказании неотложной медицинской помощи, проведении противоэпидемических и профилактических мероприятий, делает спортивного врача представителем интегративной или холистической медицины. Она рассматривает человека как целостную систему, в которой все функциональные подсистемы тесно взаимосвязаны и не могут рассматриваться в отрыве друг от друга. Такое видение допускает наряду с постановкой узкопрофильных диагнозов оценку общего состояния. Эта оценка основывается на степени слаженности всех функциональных систем организма, способности его к адаптации к поддержанию гомеостаза — относительно стабильного состояния, отвечающего требованиям нормальной возрастной физиологии…

Уфф… Ну, вот мы уже и приблизились к стартовой полосе рассуждений о системе спортивного мониторинга.

Спортивный мониторинг (СМ), как было заявлено в ноябре 2004 года на Всероссийской научно-практической конференции, состоявшейся во ВНИИФКе (Всероссийском научно-исследовательском институте физической культуры), это одна из признанных форм мониторинга физического здоровья (МФЗ). Стандартный вариант МФЗ назывался **медико-педагогическим** и вбирал в себя оценку 54 показателей, входящих в состав 9 медицинских и 9 педагогических тестов. СМ отличался от медико-педагогического (МПМ) наличием некоторых модульных (изменённых) показателей, учитывающих спортивную специализацию.

Предложенная система не была воспринята спортивной общественностью как вариант, замещающий частую диспансеризацию, и позволяющий активизировать совместную работу тренеров и врачей **на доклиническом уровне** оценки здоровья. Перспектива такой деятельности обещала снижение числа «хронически больных» и «инвалидов от спорта», уменьшая «героику спорта» и значение лабораторных исследований. Это устраивало не все социально значимые фигуры.

Приняв всё это во внимание, мы предложили форму **индивидуального мониторинга (ИМ)**, включающего значительно меньшее число показателей, но позволяющую спортсменам самостоятельно проводить периодический самоконтроль. Спортсмен мог ориентироваться не только на «внутреннее представление» о качестве своего здоровья, но и учитывать динамику объективных показателей — от изменений массы тела и осанки до величины прыжка с места и времени бега на 60 метров.

СМ всё же сохранял значение на этапах начальной подготовки и спортивного совершенствования, где роль тренерского контроля оставалась высокой.

Наряду с оценкой физического развития, физической подготовленности и психического состояния спортсмена я предложил дополнить оценочный реестр СМ **тренерским тестом**. Он включал в себя шесть показателей, будучи по своей природе комплексным (как и несколько других тестов МПМ).

В число показателей тренировочного теста вошли:

1. Качество тестовых движений.
2. Психическая работоспособность.
3. Физическая работоспособность.
4. Специальная функциональная готовность.
5. Индекс дисциплины.
6. Индекс результативности.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

Предполагалось, что тренер был непосредственным участником спортивного мониторинга, проводя отдельные двигательные тесты, которые он оценивал не только в числовых измерениях (секунды, метры), но и в баллах (1 — «неудовлетворительно», 2 — «удовлетворительно», 3 — «хорошо»).

Первый показатель тренерского теста — **качество тестовых движений** — вбирал в себя общую оценку точности, чёткости, красоты и эргономичности всех выполненных двигательных заданий и сводился к 3-балльной оценке:

1. Недостаточное для успешного выступления;
2. Сомнительное для успеха;
3. Достаточное для успешного выступления.

Субъективность этого показателя настолько велика, что неподвластна словесной оценке, но он имеет право на существование, творя чудеса в художественной гимнастике и фигурном катании, где занимает первое место по значимости.

Психическая работоспособность также оценивалась тренером на основе его опыта и интуиции, сводясь к оценке:

1. Недостаточная
2. Сомнительная
3. Достаточная

Конечно, при этом тренер принимал во внимание и результаты психологических тестов, полученных спортивным врачом в ходе проведения проб Ландольта, Мюллера, Бурдона, Шульте или других, принятых в спортивной психологии.

Оценка **физической работоспособности** проводилась на основании результатов, полученных в ходе тренировок, и имела ту же простейшую интерпретацию баллов.

Опорой окончательному тренерскому выводу (который в этом случае нередко звучал как «может быть») служили данные, полученные спортивным врачом в ходе оценки общей выносливости спортсмена. Она определялась на основании специальных медицинских тестов (велоэргометрия, степ–тест, тесты Летунова, Руффье и множества других авторских проб). Полученные данные могли вносить поправки в интуитивные настрои тренера.

О степени **специальной функциональной готовности (СФГ)** своего подопечного тренер мог догадываться и без врачебных доводов, но также вынужден был делать трёхбалльное заключение.

По этим догадкам спортивные функционеры и журналисты говорили о присутствии тренерского таланта, косвенно признавая наличие СФГ.

Субъективные оценки (мнения) тренера дополнялись двумя объективными (измеряемыми числами) показателями.

Индекс дисциплины (D) определялся по формуле:

D = (T x 100)/To

Где: T — число тренировок до соревнования (в данный подготовительный период или мезоцикл);
To — число пропущенных за это время тренировок.

Оценка была следующей:

1. >20%
2. 10-20%
3. <10%

Индекс результативности (R) определяли по формуле:

R = (fx 100)/N

Где: f — число побед за истекший год (макроцикл!);
N — число соревнований.

Оценка:
1. <60%
2. 60-80%
3. >80%

Суммируя общую оценку шести показателей, тренер мог сделать следующий вывод в отношении подготовленности спортсмена к выступлению:

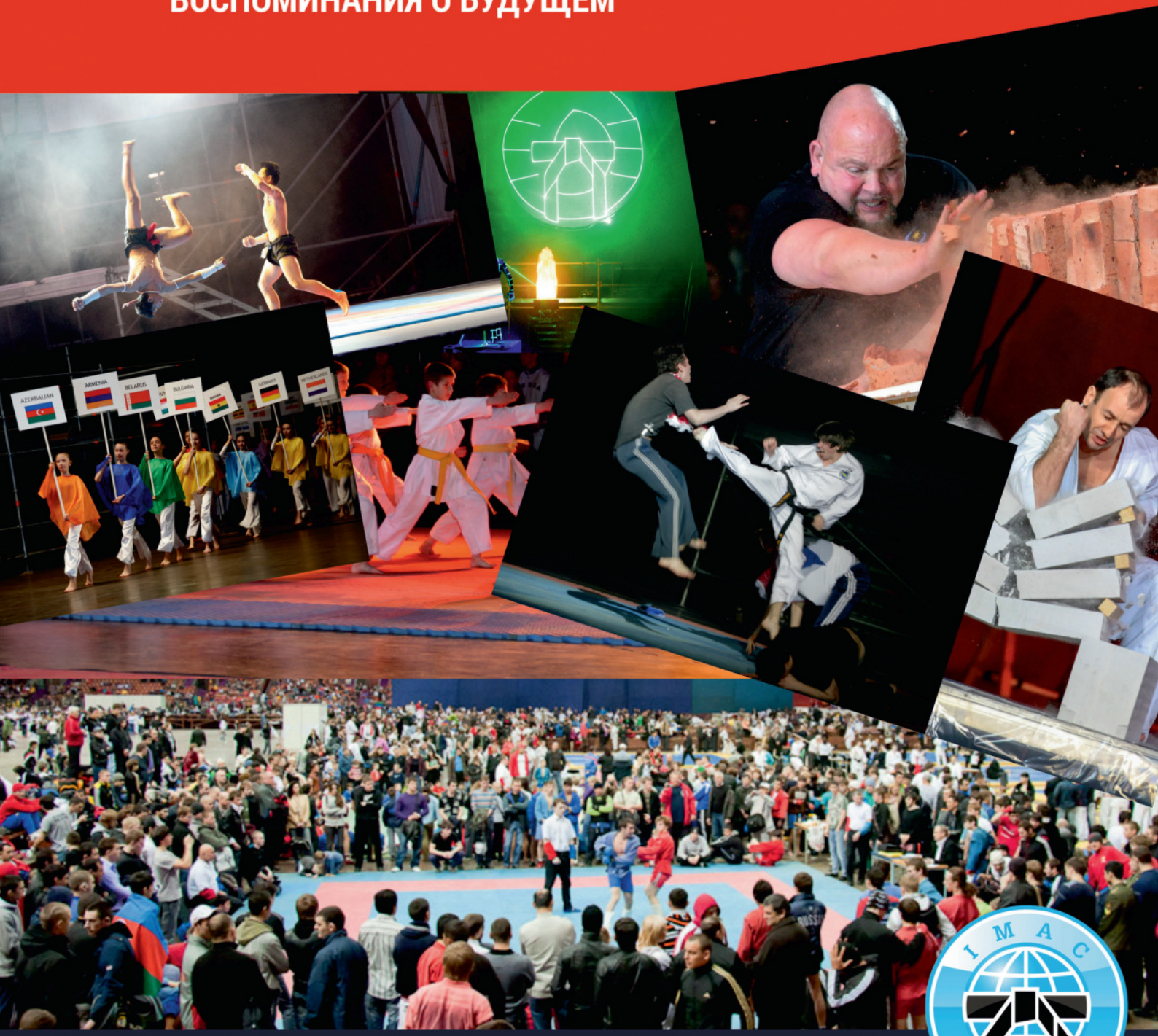
1. Надо рассчитывать на чудо– <12 баллов;
2. Ожидаемый результат выступления сомнительный — 12–14 баллов;
3. Можно рассчитывать на победу — 15–18 баллов.

Присутствие тренерского теста в структуре СМ значительно оживило отношения врачей и тренеров, и способствовало взаимопониманию в треугольнике: тренер — спортсмен — врач.

Мне осталось сделать заключительный вывод:

«Будущая организация СМ на всех основных этапах (пулах) — начальной спортивной подготовки, спортивного совершенствования, удержания спортивной формы и ветеранского благополучия — позволит сохранить здоровье многих единоборцев. В этом не стоит сомневаться, или стоит сомневаться в меньшей степени, чем в значении слов, приводимых в заголовке этой статьи». ■

ОЛИМПИАДА БОЕВЫХ ИСКУССТВ
ВОСТОК-ЗАПАД
ВОСПОМИНАНИЯ О БУДУЩЕМ



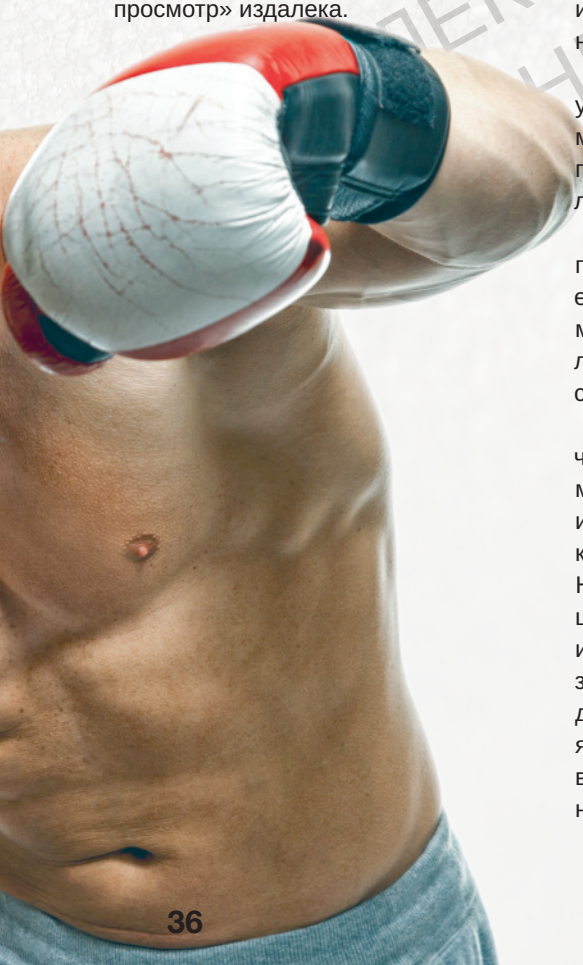
MARTIAL ARTS OLYMPICS
EAST-WEST OPEN
MEMORIES ABOUT THE FUTURE

НОВЫЙ ПОДХОД К КОРОТКОМУ БОЮ

МИХАИЛ ЛИПОВЕЦКИЙ
Москва, Россия

В этом материале нас будет интересовать, в первую очередь, реальный поединок. Это может быть как бой на поражение, с применением огнестрельного или холодного оружия, так и обычная уличная драка голыми руками или с использованием подручных предметов. Как правило, длится такое столкновение всего несколько секунд. Поэтому мы будем называть его коротким боем.

Схватки за жизнь и здоровье изучались воинами во все времена существования человечества. Но лишь относительно недавно появилась возможность взглянуть на них по-иному. В статье мы попытаемся это сделать, и начнём «наш просмотр» издалека.



О СУБЪЕКТИВНОМ (ЛИЧНОМ) И ОБЪЕКТИВНОМ ВРЕМЕНИ

Каждому из нас знакомо ощущение, когда время идёт замедленно, или же наоборот — летит слишком быстро. Например:

– Мы с нетерпением ждём окончания футбольного матча, в котором любимая команда выигрывает, но время "ползёт как черепаха". В противоположном случае ("нашим" необходимо отыграться) черепаха превращается в быстроногого Ахиллеса;

– Ведём нудный, неприятный, долгий разговор, но как стремительно пролетает время при комфортном для нас общении;

– Мы "стоим" в автомобильной пробке, сидим в очереди ко врачу, лежим в постели с высокой температурой, нас одолевает томление и скука — время начинает тянуться невыносимо долго...

То есть, помимо объективного универсального физического времени у каждого из нас возможно проявление и субъективного, биологического времени.

А сможем ли мы найти методы, позволяющие раздвигать и сужать его границы, увеличивая тем самым наши возможности, в том числе и при действиях в критических ситуациях?

Для скептически настроенного человека, уверенного в том, что изменение продолжительности тех или иных событий всегда только кажущееся, это просто нереально. Ну разве что эффекты, возникающие из-за разницы субъективного и объективного времени, могут позволить нам поразмышлять о поведении в чисто житейских ситуациях. Например, какую из книг брать в дорогу, чтобы путь не казался нам слишком утомительным.

Однако, наш мир гораздо сложнее, чем многие его себе представляют.

ОБ ОПЫТЕ ВЫЖИВШИХ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ

Как правило, это происходит в ситуациях, которые мы и рассматриваем в этой статье — в моменты смертельной опасности. Время как бы останавливается, запускается некий механизм выживания, и впечатления становятся настолько интенсивны, что каждое новое мгновение, представляющее для человека угрозу, видится ему сверх отчётливо.

Ход индивидуального времени, по расчётам некоторых исследователей, ускоряется в десятки, а то и сотни раз. Часто это помогает спасти свою жизнь.

Многие воины могут поделиться такими историями. Им можно верить или не верить. А если говорить об учёных, то они просто «не замечают» явления, которые не вписываются в современную научную картину мира. Однако же, если некоторые однотипные события повторяются регулярно, то их просто невозможно игнорировать. Мы говорим о рассказах людей, выживших в ДТП.

Чаще всего речь идёт о ситуации, когда водитель, увидев выскочивший на встречную полосу и мчащийся на него с бешенной скоростью автомобиль, но плетущимся как на замедленной съёмке, успевал уйти от столкновения.

Вероятно, именно эти многочисленные истории стали катализатором серьёзного изучения вопросов времени. А о том, что такие исследования имеют перспективу, свидетельствует тот факт, что многие из них стали засекречены.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

ЛИЧНОЕ ВРЕМЯ ЖИВЫХ СУЩЕСТВ

Теперь уже можно считать научно доказанным, что на нашей планете разные виды её обитателей (животные, млекопитающие, насекомые), воспринимают время более медленным или же более быстрым, чем люди. Этот факт был открыт совсем недавно, в 2013 году, группой ученых из Ирландии и Шотландии.

Исследователи исходили из следующих соображений. Восприятие времени зависит от того, насколько быстро нервная система живых существ обрабатывает сенсорную информацию. В целях проверки такой способности им показывают мелькающий свет. Если вспышки мелькают достаточно быстро, подопытные (люди, животные, насекомые) воспринимают это как постоянный, немерцающий свет.

Если же «участники эксперимента» способны различать мелькание на высоких частотах, это означает, что они ощущают время с высокой разрешающей способностью. Иными словами, движения и события будут разворачиваться для них медленнее.

Каждому из нас приходилось «быть организаторами подобных опытов», хотя мы не смотрели на них сквозь призму личного времени. Пытаясь, например, свёрнутой в трубочку газетой убить муху. Часто наши попытки были неудачными. Чего не скажешь о другой «стороне» — ведь муха видела газету медленно приближающейся и успевала улететь...

ОТДЕЛЬНО О ЛИЧНОМ ВРЕМЕНИ ЧЕЛОВЕКА

При изучении мелькающего света выяснилось, что некоторые люди могут обнаруживать мелькания с более высокой частотой, чем другие. Более того, эти индивидуумы не восприимчивы к внушению и не поддаются техникам контроля над разумом. И таких достаточно много. Подобными характеристиками обладает около 18% населения планеты, независимо от расы. Представляется, что подобное качество напрямую соотносится с количеством определённой ДНК у конкретного человека.

И хотя, если, например, говорить о боксе, именно этим людям проще стать великими чемпионами, но и для оставшихся 82% далеко не всё потеряно, ведь ресурс для возможности замедлить течение личного времени (как было отмечено выше), по сути, не ограничен.

ИНТЕРЕСНЫЙ ПРИМЕР

Если же говорить о системах подготовки, позволяющих значительно воздействовать на личное время, то таких, к сожалению (или к счастью), нет. Зато существуют духовные практики, которые настолько могут изменить состояние человека, что такая возможность станет одним из атрибутов этого преобразования. Приведём один известный пример.

В своё время учёные заинтересовались феноменом Майка Халла, шотландского тренера по сквошу (разновидность тенниса). Играл он потрясающе — почти без ошибок, «доставая», казалось бы, безнадёжные мячики.

– Я впадаю в такое состояние, — говорил Майк, — что кажется, будто бы они (мячики) летят медленно-медленно, чуть ли не зависают в воздухе. А время для меня словно бы останавливается.

Объяснить толком, как такое получается, тренер не мог. Но уверял, что дело тут в умении концентрировать внимание — видеть только мячик, отрешаясь от всего окружающего. Мол, такие способности он приобрёл после двенадцати лет занятий йогой, медитациями и тайцзи-цюань.

НЕКОТОРЫЕ ВЫВОДЫ

Если нам удастся каким-либо образом воздействовать на своё личное время, удлиняя его в критической ситуации, или в потенциально опасные моменты нашей жизни, то наши шансы на победу в реальном поединке значительно увеличатся.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

Пример индивидуальной отработки упражнения боксёром. Заслуженный тренер России Марк Мельцер со своим учеником

Так или иначе, эту задачу воины решали во все времена. Давайте же задумаемся, почему у наших далёких предков (во всяком случае, у многих кланов и родов) были свои тотемные животные, которым оказывался специальный культ, им поклонялись, просили поддержки и защиты. И поклонение определённому существу, включающее подчас полную самоидентификацию с ним (не только внешнюю, но, что самое главное, внутреннюю), давало людям те особенности, которые были ему присущи.

Одной из них, важнейшей с точки зрения выживания, в том числе и реальном поединке, была способность более медленно воспринимать время по сравнению с обычным человеком.

О НАШЕЙ РАБОТЕ

В статье «Что нужно знать о боевом самбо» (см. № 18) мы рассказали о работе института развития самбо имени Харлампиева над модернизацией прикладного боевого самбо (ПБС). Важнейшая задача этой системы подготовки — победа в коротком бое. Изучаем мы и вопросы личного времени.

Во второй части этой статьи мы поговорим об аспектах психической подготовки бойца, направленной на его изменение.

Здесь же мы вас познакомим с одним из упражнений, над которыми работают участники контрольных групп.

Для его выполнения нужна компьютерная программа «Именной паспорт — дневник боевого самбиста». Если у вас её нет, а тренировочное задание вам понравится, мы расскажем, как обходиться и без неё.

Программа предназначена для работы с видео и текстовой информацией. В неё «зашито» 4 видеоплеера, позволяющих изучать материал на порядок эффективнее, чем при чтении книги или просмотре учебного фильма.

В нашем конкретном случае мы работаем с боевой связкой ударов. Необходимо, чтобы боец, которого мы снимаем для ролика, во время выполнения технических приёмов возвращался в ту же точку, из которой начинал выполнять связку. Видео мы зацикливаем, и участники группы начинают повторять его, находясь перед экраном монитора. Через некоторое время мы немного увеличиваем скорость вывода информации. То есть, наш исполнитель «начинает делать связку немного быстрее». Участники эксперимента опять выполняют технику.

Так продолжается несколько раз — небольшое увеличение скорости выполнения и коллективная отработка.

При регулярных тренировках с повторами может увеличиться быстродействие бойцов. Есть основания предполагать, что если мы будем использовать свои наработки, то даже таким образом сможем изменять личное время участников[1].

Вы можете поработать над своим быстродействием и без нашей программы. Например, заснять самого себя, выполняющим циклическую связку, сделать рабочий ролик, а затем, используя любую программу редактирования видео, создать несколько вариантов этой техники, исполняемых вашим виртуальным «я» более быстро. Таким образом, участвуя в «гонке за лидером», вы будете работать над одной из своих скоростных характеристик. ■

[1] Имеется в виду устойчивый эффект при использовании лишь этого упражнения при работе с большими контрольными группами. В настоящий момент участники эксперимента выполняют целый комплекс упражнений.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

Скриншот одного из режимов программы. Он позволяет регулировать вывод информации на экран. На экране – директор института развития самбо имени Харлампиева, Валерий Волостных с учеником.

„ЕСЛИ НЕ ЗНАЕШЬ, ЧТО ДЕЛАТЬ - ДЕЛАЙ ШАГ ВПЕРЁД!“

КОДЕКС БУСИДО

ЖУРНАЛ ДЛЯ СИЛЬНЫХ
ЖУРНАЛ ДЛЯ ВОЛЕВЫХ
ЖУРНАЛ ДЛЯ ЛЮБОЗНАТЕЛЬНЫХ

МЫ РОДОМ ИЗ САМБО

„ЕСЛИ НЕ ЗНАЕШЬ, ЧТО СДЕЛАТЬ ПОЛЕЗНОГО - ОТКРОЙ НАШ ЖУРНАЛ“

РЕДКОЛЛЕГИЯ BUDO GLOBAL

МУСУЛЬМАНСКОЕ УШУ: УНИВЕРСАЛЬНОЕ БОЕВОЕ ИСКУССТВО

АС-САЛАМ

ТУРПАЛ-АЛИ ДЖАБРАИЛОВ
Чеченская Республика, Россия

Кратко рассказать о Турпал-Али Джабраилове не получится – чеченский мастер прошёл большой путь и состоялся в нескольких направлениях боевых искусств. В итоге искания привели его к Ас-Саламу, о котором он коротко рассказывает в своей статье. Отметим, что Турпал-Али Джабраилов является региональным шеф-редактором нашего журнала в Чеченской Республике.

Редакция

Прежде всего речь идёт о китайском ушу — вернее, об ушу китайских мусульман (в последнее время используется термин «мусульманское ушу»). Мусульманские боевые искусства являются важной и неотъемлемой частью духовной культуры и традиций Китая, Юго-Восточной Азии. Мусульманское направление боевых искусств насчитывает сотни школ и стилей в Китае, Индии, Малайзии, Индонезии, других государствах. Очень популярны они не только в странах Европы, но и во всём мире.

Так сложилось, что на протяжении многих лет отношение мусульман к ушу приняло высокий духовный характер — они рассматривают его как своеобразную часть ислама, о чём свидетельствуют и некоторые ритуальные обряды. В частности, начинать занятия ушу после омовения, необходимого только перед молитвой, или разучивание методов и форм после желательной коленопреклонённой молитвы. В некоторых стилях в качестве формирования основы принят арабский алфавит. В другом случае само название стиля ассоциируется с сосудом для омовения, или именами пророков и халифов.

Между тем китайские стили мусульманского ушу отличаются высокой практичностью и прикладным характером. Некоторые из них приняты китайской армией для подготовки военнослужащих. Как в прошлом, так и ныне немало мастеров из мусульманской среды развивают ушу в Китае и являются достоянием этой страны. Традиционные мусульманские стили, к сожалению, недостаточно развиты в России, в том числе, и в мусульманских регионах.

В то же время китайское контактное единоборство ушу–саньда является популярным и узнаваемым. Спортсмены из России, особенно кавказского региона, добиваются самых высоких успехов в соревнованиях мирового уровня. То же самое можно сказать о спортсменах–мусульманах в самом Китае, подавляющее большинство которых уверенно побеждают в ушу–саньда.

О мусульманском ушу немало сказано отечественными исследователями и мастерами боевых искусств. Нам хотелось бы немного остановиться на стиле ушу мусульман — синъилюхэцюань, поскольку нам посчастливилось познакомиться и обучаться у Ян Хайминга из провинции Хенань — одного из знаменитых мастеров данного направления, носителя традиций и замечательного человека.

Синъилюхэцюань (кулак мысли, воли и шести соответствий) — очень сложный в изучении и очень практичный стиль, который требует не только физических возможностей — прежде всего, волевых качеств. Соединять силу мысли, осознавать эту мысль сердцем, выполнять физические действия с применением приёмов и соблюдением принципов шести соответствий, использовать понимание трёх сочленений (верха, середины, низа), при этом совершенно по новому употребляя силу и энергию нижнего дыхания — занятие довольно сложное, но при правильном оформлении указанных соответствий приносящее действенный результат.

Как и мусульманское ушу в Китае, а также в Индонезии, Малайзии и других островных государствах, большой популярностью пользуется пенчак–силат. Подобно ушу в Китае, пенчак–силат в Юго-Восточной Азии имеет весьма разветвлённую сеть, отличается многообразием школ и стилей. Однако, несмотря на очевидную жёсткость в проведении приёмов и атак, не говоря уже об использовании самого многообразного оружия и подручных средств, в пенчак-силат есть разделы, определяющие правила и направленность в ограничении используемых методов и техник.

В результате исследований мусульманских боевых искусств и традиций, синтеза достижений мировых воинских практик нами создана универсальная система — «Ас-салам». Проведённый анализ феномена «Ас-салам» утверждает необходимость комплексного подхода к данному явлению.

«Ас-салам» как Путь Мира, Искусство Мира является универсальным объединением, синтезом многогранности жизни человека, общества и природы, которые включают не только физические, спортивные, боевые аспекты. В большей степени они содержат глубокие духовные, нравственные, философские, этические, психо-

логические, социальные стороны и содержание. «Ас-салам» в высшей степени является феноменом мусульманской культуры. В силу указанных причин «Ас-салам» может претендовать на звание универсальной системы.

Ас-салам — современное боевое искусство, в основе которого лежит многовековой опыт мусульманских китайских духовных и воинских традиций.

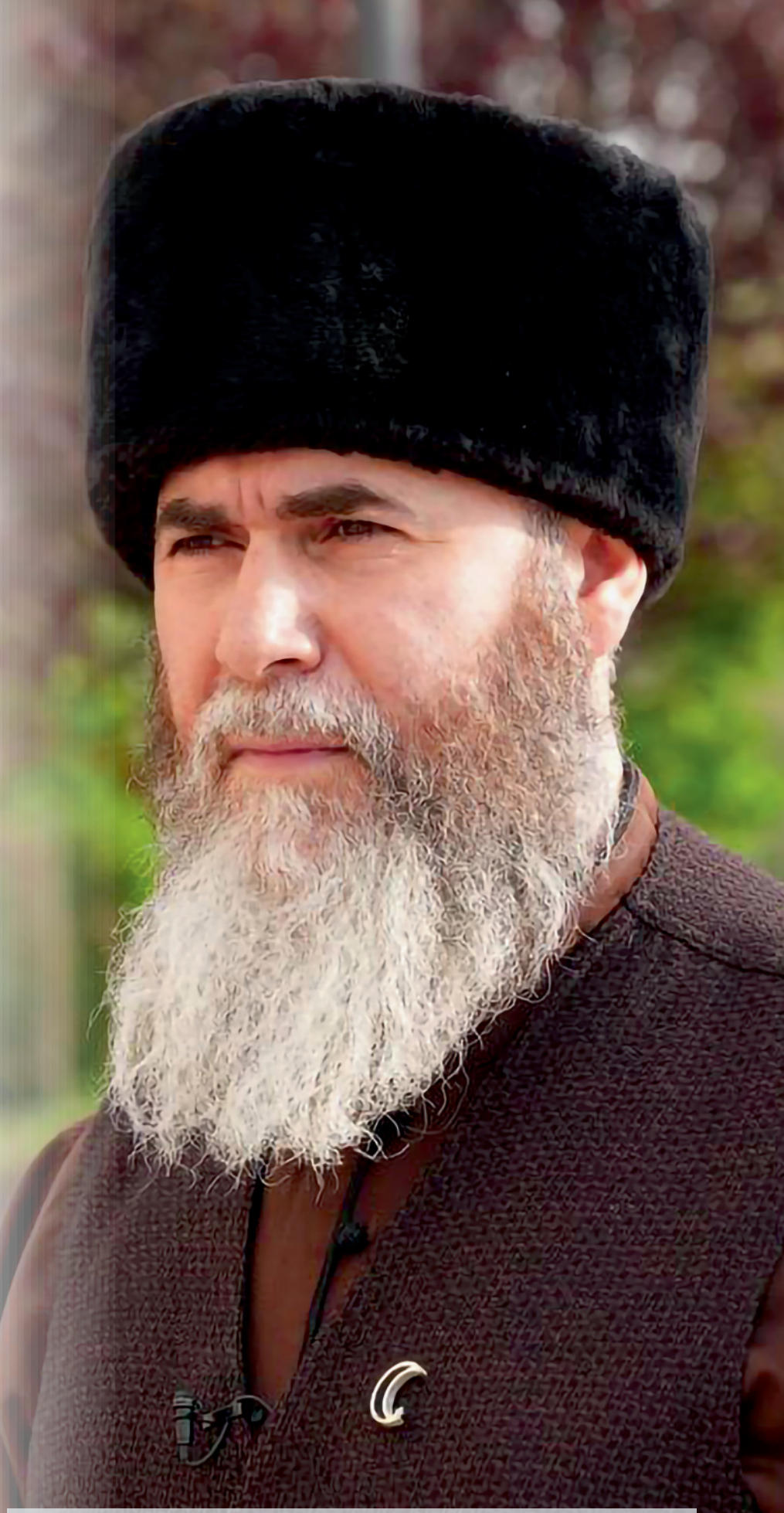
Ас-салам делится на две части: комплексное спортивное единоборство (спортивная система) и специальный прикладной бой Ас-салам.

Спортивная система состоит из трёх разделов: кулачное искусство (КИ) — единоборство; соревнования с оружием; демонстрационные выступления.

Кулачное искусство — поединки двух спортсменов с использованием рук, ног, приёмов борьбы и удержаний, с соблюдением правил и этических норм.

Принципы, которых придерживаются практикующие КИ:

1. Податливость (мягкость) — твёрдость (жёсткость);
2. Использование силы и энергии противника и умение преобразовывать их;
3. Использование взрывной силы и соблюдение пределов и норм в поединке;
4. Опережение мыслей и действий противника и применение собственных методов заблаговременно;
5. Соответствие своего разума — сердца и воли в проведении технических действий;
6. Атака без подготовки;
7. Постоянное и непрерывное сосредоточение всех мыслей и действий на энергетическом центре в области низа живота (море энергии);
8. Соблюдение главного условия победы над противником — абсолютное моральное превосходство над ним.



САЛАХ МИТАЕВИЧ МЕЖИЕВ
муфтий,
председатель Духовного управления мусульман Чеченской Республики,
мастер системы национальных традиций и воинских искусств «Ас-Салам»

Одежда для спортсменов в КИ: тренировочная и праздничная.

Форма для занятий должна быть простой, удобной, практичной, соответствующей правилам этикета, национальным и религиозным традициям. Цвет пояса не имеет значения. Праздничная форма в соответствии с традициями боевых искусств должна быть яркой и эстетичной.

Перед занятиями желательно совершить омовение и молитву о намерении.

Тренировочные занятия должны начинаться с медитации. Необходимо настроиться на эмоциональное и физическое преодоление нагрузок, постараться превратить необходимую работу в важный процесс, приносящий удовлетворение. Первые пять минут медитации играют важную мотивационную роль для дальнейших занятий.

Разминка — самая сложная, но необходимая часть тренировочных занятий. Она требует особой изощрённости и мастерства преподавателя. Разминку необходимо представить своего рода игрой, ставить задачи на развитие физической силы, выносливости, воли в своеобразный успех обучающегося. Учитывая многообразие способов и методов, в разминке необходимо профессионально, грамотно комбинировать упражнения и действия, сохраняя при этом общую линию тренировочного процесса.

Дыхание является той субстанцией, которая существует независимо от нас, но играет ключевую роль в боевых искусствах в зависимости от его выполнения. Мы различаем верхнее, среднее и нижнее дыхание. По степени важности предпочтение отдаётся нижнему дыханию — вся энергия человека находится в области живота. Тренировка дыхания — особое искусство. Связь дыхания со всевозможными действиями требует особого мастерства, пока не станет нормой, естественным сопровождением любых динамических усилий.

ТУРПАЛ–АЛИ ДЖАБРАИЛОВ
автор публикации

СТОЙКИ И ПОЗИЦИИ

Мы рассматриваем стойки как позиции. Они известны многим и могут быть самыми разными. Главное требование — слегка согнутые ноги в коленях и незначительная оторванность пяток от земли, соблюдение центральной линии, руки слегка приподняты, локти опущены вертикально вниз. Положение корпуса и ног могут меняться, но обязательное условие — соответствие шести частей тела (руки, локти, плечи, бёдра, колени, ноги), сочетание движений с соблюдением центра тяжести.

УДАРЫ РУКАМИ И НОГАМИ

В КИ удары наносятся руками и ногами в соответствии с принятыми правилами и с учётом того, что поединки проводятся в защитном снаряжении. Вертикальный удар кулаком считается предпочтительнее, чем прямой и боковые удары.

Наиболее эффективным является удар рукой, начало которого относится к низу живота, когда основание запястья (точка пульса на руке) находится на точке энергии, так называемом «танден». Удары ногами можно наносить во все уровни, но наиболее действенными являются удары ногами до уровня пояса.

БРОСКОВАЯ ТЕХНИКА И УДЕРЖАНИЕ

В КИ широко используется техника вольной борьбы и айкидо. В удержаниях предпочтительнее техники айкидзюцу и дзюдзюцу.

ЗАЩИТА

В защите, как и в нападении (атаке), наиболее важным является уход от линии атаки, соблюдение короткой дистанции с последующей контратакой (как прерывание атаки противника, так и полная собственная атака).

Защита — самая благоприятная возможность выведения противника из равновесия.

СИЛОВАЯ НАГРУЗКА

В кулачном искусстве силовая нагрузка является незаменимой частью тренировочного процесса. Это не только работа с собственным телом, но и всевозможными отягощениями. Все форматы занятий оканчиваются медитацией и ритуалом уважительного отношения к месту занятий, наставнику и друг к другу.

СОРЕВНОВАНИЯ С ОРУЖИЕМ

Соревнования с оружием — часть состязаний в выполнении формальных комплексов и движений. Основное оружие спортсменов — шест (длинный и короткий).

Кроме шеста используется меч, а также другие виды традиционного оружия.

ДЕМОНСТРАЦИОННЫЕ ВЫСТУПЛЕНИЯ

С целью развития и популяризации боевых искусств мы постоянно используем разнообразные формы демонстрации боевых возможностей в показательных выступлениях для разной аудитории. Театральная постановка (интересный и увлекательный сюжет, соответствующее музыкальное сопровождение) является важной частью культивации боевых искусств.

СПЕЦИАЛЬНЫЙ ПРИКЛАДНОЙ БОЙ АС-САЛАМ

Специальный прикладной бой (СПБ) Ас-салам основан на общих принципах данного боевого искусства, но в отличие от спортивного раздела предназначен для решения практических задач и ситуативных обстоятельств.

СПБ — это противодействие и победа над противником (в том числе, над вооружённым) или группой противников. Сочетание психофизической подготовки и естественных техник способствует выполнению поставленных задач. Наиболее важным считается умение на подсознательном уровне сохранять дистанцию и полную расслабленность в перемещении, умение без демонстрации подготовки наносить серию атак, концентрируя в них всю мощь своего тела. Без всякого сомнения, самым главным и мощным ударом является удар головой. Вся человеческая конструкция и сущность не предполагает более основательного действия в боевой ситуации, чем удар головой (не только думать головой, но и бить головой).

Самая быстрая атака — передним развернутым кулаком, самым коротким путём с подтягиванием всего тела и немедленное продолжение атаки другими действиями.

Одно из основных качеств, воспитываемых в бойце — готовность без всяких колебаний входить в жизненное пространство противника. Разрушая таким образом защиту противника, в полной мере применяя технические навыки и умения. Это предполагает на раннем этапе схватки необходимость подавления боевой энергии противника, использования её в собственных целях. Необходимо моментально, без промедления, на подсознательном уровне и устремлением сквозь противника применить методы и приёмы с целью нейтрализации его действий.

В самой технике необходимо уделить внимание ударам совмещёнными кулаками, исходящими от центра тела и направленными в область груди или головы. При соблюдении правил нанесения эти удары являются наиболее мощными и действенными. Кроме уже упомянутого — одновременное парирование вхождения с атакой, выведения из баланса и опрокидывание противника, стопорящие короткие удары в область колен противника — эффективные, но не единственные элементы обширного арсенала СПБ Ас-салам. ■

КОНЕЧНО, МОЖНО И РУБАНУТЬ, НО ВСЁ ЖЕ ЛИШЬ ОДНО НАЖАТИЕ...

ЧАСТЬ ПЯТАЯ

ВЛАДИМИР ЕРАШОВ
станица Старочеркасская, Россия

Нашу предыдущую статью мы завершили на том, что тем неопытным оружейником, купившим 1857 году у Смит-Вессона с треском провалившийся проект «волканик», оказался некий Оливер Винчестер.

Казалось бы: ну, влетел парень, ну с кем не бывает… Ан нет: не таким уж и простачком оказался этот бывший изготовитель лёгкой одежды. Хорошо знакомый со всяким швейным оборудованием, и потому отлично разбирающийся в механике, Винчестер сразу понял главную негативную сторону «волканика» при, в общем-то, явной прогрессивности его конструкции, которая, как оно завсегда и бывает, просто-напросто опять опередила своё время.

Ведь в чём был безусловный прокол проекта «волканик»? Да в чрезмерной маломощности выстрела, поскольку и «ежу» было понятно, что в пулю без гильзы много пороха никак не затолкать, а заменить этот патронный суррогат нормальным патроном (а они как раз тогда стали появляться) тоже не сильно получалось, потому как сколько их, тех патронов, можно было поместить в небольшой подствольный магазин пистолета? Тем более, что в нем ещё должен размещаться пружинный механизм, который эти самые патроны будет продвигать к затвору, а там всего сантиметров двадцать-двадцать пять, с учётом пружины.

Пули-то они маленькие, а вот патроны с гильзами уже куда побольше будут, так что больше трёх-четырёх штук их туда, под ствол пистолета, никак не впихнуть, а это для середины девятнадцатого столетия уже считалось несолидным. Потому всем тем, кто желал, чтобы без перезарядки из его оружия сразу вылетело много пуль, приходилось довольствоваться револьверами, поскольку иных многозарядных короткоствольных систем пока не существовало. И для всех становилось очевидным, что магазин, в который по одной линии последовательно вкладывались бы длинненькие (сантиметров по пять) цилиндрики патронов, для пистолетов был явно не самым лучшим конструктивным решением.

Но это именно для пистолетов с их короткими стволами. А ежели его заменить на винтовку, где ствол порой длиной до метра бывает, соответственно и размещённый под ним подствольный магазин сможет принять в себя не меньше десятка патронов? Ведь принципиально это было уже вполне возможно, потому как самое главное уже было создано и отлично работало, поскольку в наличии был добротно сконструированный затворный механизм, который бесперебойно принимал выталкиваемые пружиной патроны и посредством рычажного воздействия чётко загонял их в патронник, автоматически взводя при этом курок.

Здесь речь идёт о скобе Генри, знакомой всем и каждому по «ковбойским» фильмам. Помните, как лихо ковбои стреляют от бедра из очень красивых винтовок, при этом брутально щёлкая кистью? Так вот, тем самым они проводят перезарядку посредством затвора Генри, ранее разработанного для того самого «волканика», а теперь творчески перенесённого Винчестером на ружьё, толерантно названное им в честь изобретателя затворной скобы «винтовкой Генри» (хотя изобрел эту скобу некий Хайт, что, впрочем, неважно, поскольку и револьвер изобрёл вовсе не Кольт, но все знают именно Кольта).

Появилась же «винтовка Генри» в 1860 году, в самый канун гражданской войны североамериканских соединенных штатов, полыхавшей там в 1861 — 1865 годах, и поскольку винтовка имела до 16 (в зависимости от модели) патронов, то это именно про неё южане сложили поговорку, что «янки имеют винтовку, которую они заряжают в воскресенье, а потом всю неделю из неё стреляют». В том смысле, что патронов в ней просто фантастически много, особенно по сравнению с однозарядным и дульнозаряжаемым мушкетом (!?) «спрингфильфд» являвшемся штатным армейским вооружением того времени. То есть, как не крути, но в результате получалось так, что один вооружённый «винтовкой Генри» боец имел огневую мощь сопоставимую, как минимум, с целым армейским отделением, и не считаться с этим уже было никак нельзя.

Впрочем, «винтовка Генри» не является первой в мире многозарядной винтовкой, официально принятой на вооружение армии, уступая пальму первенства созданной параллельно с ней «винтовке Спенсера». Тоже с рычажным затвором, но с патронами не в подствольном магазине, а в «прикладном», куда через отверстие в затыльнике приклада вставлялась трубка, где и находились подпружиненные патроны. Их, конечно, было поменьше чем в творении Винчестера (всего 7 штук, потому как ружейный приклад всегда значительно меньше ствола), но зато в специальной сумке-патронташе могло находится сразу до 16 запасных трубок, и заменялись они достаточно быстро, а не как в достаточно муторной перезарядке «винтовки Генри», которую для этого сначала надо было поставить вертикально, потом отжать вверх пружинный механизм, и только отвернув его в сторону поочередно вложить в открывшийся магазин патроны, бдительно следя за тем, чтобы ничего другого (например, комков грязи) туда не попало.

Но и «винтовка Спенсера» в американской армии северян прописалась далеко не сразу (кто бы сомневался!), ибо как всегда и везде на пути новаторского оружия встал извечный консерватизм военных с аргументами «дорого-сложно-большой расход боеприпасов». Дошло до того, что Спенсер, проявив недюжинную изобретательность, вышел в обход федерального генералитета непосредственно на самого президента Линкольна и предоставил ему возможность лично пострелять из своей винтовки перед Белым домом (без комментариев), тем самым добившись устранения искусственно возводимых перед собой преград, а также получения серьёзного госзаказа для армии.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

Винтовка Генри 1860-го года

Заряжание винтовки Спенсера

Так что именно благодаря предприимчивости изобретателя армия северян смогла достичь реального увеличения плотности своего огня за счёт многозарядных «спенсеров», в то время как «винтовке Генри» (ввиду того, что Оливер Винчестер в Белый дом не пробрался) повезло куда меньше и она на той войне служила или штучным «оружием спецназа», или вооружением знамённых групп, где использовалась не столько для парадов (хотя была очень красива), сколько для реальной охраны знамени.

Надо сказать, что та гражданская война в североамериканских соединенных штатах с точки зрения развития военного дела вообще была уникальной. С одной стороны, револьверы, считающиеся передовыми, но заряжающиеся через верхнюю часть камор посредством шомпола и с капсюлями, вручную надеваемыми на брандтрубки; с другой, и вовсе всякие допотопные мушкеты типа «спрингфилд» (но зато с новаторской пулей Минье, призванной хоть как-то смикшировать всю эту «допотопность»); а с третьей — самые натуральные многоствольные пулемёты Гатлинга (да, да, именно пулемёты!), и даже первые в мире подразделения снайперов.

Дело в том, что культивируемая на протяжении полутора веков на американском континенте традиция точной стрельбы успешно сделала своё дело (вспомним винтовки «кентукки» в руках трапперов, для потехи сшибающие головы индюшкам за сотни метров), и потому многие американцы, выросшие где-то в прериях на фронтире, метко стрелять преотлично умели.

Когда же некий полковник Хайрен Бердан решил набрать подразделение суперстрелков, критерием отбора которых было умение точно класть пули в мишень на запредельном расстоянии, таковых сразу набралось на целый полк. Данный полк с полным на то основанием можно было бы назвать «снайперским», тем паче, что его солдаты, впервые за всю военную историю, были облачены в какое-то подобие маскировочной одежды. Ну, если быть точнее, пусть и не совсем в маскировочную, а просто в сливающуюся с окружающей обстановкой зелёную форму, что всё равно было шагом вперёд, на фоне заметно выделяющихся на любой местности армейских тёмно-синих мундиров с блестящими позументами.

А самое главное — бойцы этого первого полка «sharp-shooters» («метких стрелков») были вооружены винтовками, оборудованными снайперской оптикой. Да, да, именно оптикой, потому как с ростом научно-технического прогресса, как только появились оптические приборы, которые можно было поставить на ствол, то их сразу же именно туда и поставили. В первую очередь, на «кентукки», потом уже на что придётся, а в «снайперском» полку Бердана их сначала поставили на «кольты». Естественно, что на винтовки.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

Винтовка Кольта 1855-го года

По всей видимости полковник Бердан находился под сильнейшим влиянием ореола величия Семуэля Кольта, раз совершил столь необдуманный поступок сразу в масштабах целого полка, потому как рекомендация корифея револьверного дела вести огонь, держа его винтовку «по пистолетному», без поддержки её левой рукой за цевьё, увеличению меткости огня для снайперского (!?) подразделения никак не способствовала, и потому в горячке боя зачастую не соблюдалась. Ну, а уж когда кольтовские винтовки (напомним, метко прозванные в народе «отрывателями пальцев») начали оправдывать своё название, исправно воспламеняя сразу все заряды в барабане, от них стали массово отказываться. Мол, величие величием, но всё же война идет, а погибать и калечится на ней если и надлежит, то сугубо от вражеского, но никак не от своего же оружия.

И вот тут-то на арене сражений и возникла свежеизобретённая винтовка Шарпса образца 1859 года.

Помните казнозарядную винтовку Фергюссона с винтовым замком, которая применялась англичанами ещё в войне против независимости США? Ту самую, из которой майор британской королевской армии Фергюссон чуть было не уложил будущего президента (на тот момент генерала континентальной армии) Вашингтона? Мы о ней писали несколько глав назад. Так вот, винтовку Шарпса можно с полным правом назвать внучкой «фергюссоновки», потому как она использовала тот же самый вертикальный принцип запирания ствола, только в отличие от своего прототипа запирала его не круговым вращением скобы по спирали, а простым движением снизу вверх.

Опустил стрелок скобу вниз (которая не как у Генри, а конструктивно попроще будет), открыл патронник, вложил туда патрон (поначалу бумажный), закрыл патронник клиновидным замком, подняв скобу вверх, при этом автоматически срезая выступающие из патронника края бумажного свёртка, дабы порох лучше воспламенялся, надел капсюль на брандтрубку и стреляй себе на здоровье. Всё надёжно, и без всяких несанкционированных воспламенений в магазине или барабане ввиду полного отсутствия таковых, да ещё и очень мощно, ибо калибр 0.52 равен аж 13.2 мм! А когда поверх ствола на «шарпса» надели оптическое устройство (по всей длине, как тогда было принято), то получилось ещё и очень метко.

Винтовка Шарпса с диоптрическим прицелом

Впрочем, подзорная труба вдоль всего ствола была делом дорогим и не очень надёжным, вследствие чего «шарпсы» вскоре стали оборудовать диоптрическими прицелами, располагая их на шейке приклада около курка, прямо перед лицом стрелка. Считалось, что так легче целиться, да и всё сохранней прицелочной рамке там будет, ежели дойдёт до рукопашной.

В 1866 году бумажные патроны для «шарпсов» окончательно заменили латунными, а архаичные брандтрубки убрали, переделав боёк таким образом, чтобы он теперь смог бить непосредственно по патрону. В результате получилась весьма добротная винтовка, которая после войны ещё пару десятков лет успешно оставалась в строю, несмотря на свою однозарядность, которую она удачно компенсировала отличной меткостью и повышенной мощностью выстрела. Достаточно сказать, что индейцы, по достоинству оценив дальнобойность «шарпса», дали ему почётное имя «стреляющий дальше пушки».

Вообще-то говоря, начало 60-х годов девятнадцатого столетия было самым удивительным временем той эпохи. Эдакая смесь постсредневекового романтизма и современной технократии. К примеру, один толковый изобретатель по фамилии Гатлинг сначала изобрёл машину для автоматической посадки картофеля, а потом подумал, подумал, и окрыленный романтическими идеями решил… положить конец войнам! Не больше, ни меньше.

Исходил же он из идеалистического, но логически безукоризненного постулата, что для прекращения войн необходимо создать такое оружие, которое вследствие своей эффективности сделает войны абсолютно бессмысленными, потому как вооружённые суперэффективным оружием люди просто-напросто сразу же взаимно поуничтожают друг друга. До идеи атомной бомбы этот гуманист, слава Господу, не додумался, а вот создать на основе картофелепосадочной машины вполне даже работоспособный пулемёт у него вполне получилось. И всё во имя мира на земле…

Вы только представьте, ещё и патронов толком-то не было (вон, Шарпс в эти же годы бумажные свёрточки в свое изобретение запихивал), а устройство, которое могло бы выпускать заряды очередью один за одним, уже появилось. Да ещё какое! Вспомните фильм «Последний самурай», где японская армия нового образца выиграла решающее сражение с самураями именно благодаря «гатлингу», а заодно вспомните и шикарный фильм «Хищник», где джунгли скашивались огнём из современного многоствольного пулемёта, прототипом которого и являлось то самое изобретение, романтически созданное во имя гуманизма и для наступления всеобщего мира…

Впрочем, о том, что данное вооружение является именно пулемётом, тогда ещё никто не знал.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

Всем было ясно одно — штука эта получилась очень убийственной, а поскольку наиболее убийственным видом боеприпасов тогда являлась картечь, то именно картечницей это «гуманистическое стремление к миру во всём мире» и прозвали.

Но как часто случается, данное изобретение опять опередило своё время. Да, «гатлинг» реально мог косить ряды противника со скорострельностью от трёхсот выстрелов в минуту, но… он этого не делал. Во-первых, проблемы прицеливания, связанные с пушечным лафетом, на котором он базировался, и кручением ручки для вращения стволов (турелей с гидравлическими электроприводами ещё не существовало); а во-вторых, порох-то был ещё дымный, и потому только начало очереди получалось более-менее точным, в то время как её продолжение было уже практически неприцельным ввиду невозможности рассмотреть противника из-за клубов дыма. Оно, конечно, можно было бы прекратить стрельбу и подождать, пока дым рассеется, но тогда вообще какой смысл в скорострельности?

В общем, на той войне пулемёты себя особо не проявили, просто обозначив себя как новый вид вооружения. Смею предположить, что и в «Последнем самурае» гатлингскую тему явно преувеличили, тем не менее, они уже в войсках существовали и в меру сил «строчили», напоминая всем своими грозными очередями, что прогресс вооружений явно не стоит на месте.

Возвращаясь же к револьверам эпохи гражданской войны США отметим, что кроме доминирующих по обе стороны фронта «кольтов», из них прежде всего необходимо отметить револьвер Ремингтона 1858 года, показавший себя самым наилучшим образом в условиях реальных боевых действий. Да, он ещё был капсюльный, всё так, но в отличие от «кольта» имел съёмный барабан, позволяющий в полевых условиях производить быструю перезарядку (оттянул защёлку, вынул отстрелянный барабан и вставил на его место заряженный, примерно так же, как обойму в современном пистолете).

Кроме того, «ремингтон» имел цельную рамку. Поясним: в кольте можно было вынуть соединительную защёлку и тут же превратить его в две разъединённые детали, но иногда (например, от удара) эта защёлка могла выпасть и сама. А в «ремингтоне» такого случиться в принципе не могло, так как его рамка была единой, монолитной. Несомненно, это был большой плюс, ибо война есть война, а потому револьвер, которым можно было в рукопашной помахать как увесистой дубинкой, без боязни, что он от удара рассыпется, на ней был далеко не лишним.

Всё вышесказанное пока относилось к оружию северян — южане же (будучи, преимущественно, плантаторами) тем мощнейшим индустриальным потенциалом, которым владел север, не обладали, и потому клепали в своих мастерских всяческие переделки «кольтов», делая при этом упор на максимальную замену дорогой стали

ОННАЯ ВЕРСИЯ
ЧАТИ

Картечница (многоствольный пулемет) Гатлинга

дешёвыми латунными сплавами везде, где это только было возможно. Учитывая то обстоятельство, что производственной базы для изготовления патронов в южных сельскохозяйственных штатах не существовало в принципе, соответственно, и конверсионные переделки капсюльных моделей в патронные тоже не особо приветствовались.

Но был один револьвер сугубо южного происхождения с малохарактерным для Америки наименованием «Ле Ма» (фр. — Le Mat), не упомянуть который сейчас было бы неправильно. Как видно из названия, данный револьвер имел французские корни, что, в общем-то, совсем не удивительно, поскольку входящий в южную конфедерацию штат Луизиана изначально был французским, проданным потом Францией правительству США (примерно так же, как и нами Аляска), и потому в нём исторически было много этнических французов.

И вот проживающий в Луизиане этнический француз Жан Ле Ма, обладающий самой мирной профессией врача (надо думать, тоже великий гуманист), взял да и изобрёл прямо-таки монструозный револьвер.

Сами посудите: девять зарядов в барабане нехилого 42-го калибра, вращающихся вокруг оси, каковой является ствол, предназначенный для стрельбы картечью по подобию небольшого дробовика 18-го калибра (что у гладкоствола соответствует 16.2 мм). Это было очень серьёзное и, соответственно, дорогое оружие, которое «на коленке» в полукустарных мастерских южной конфедерации было никак не изготовить. Поэтому его делали на исторической родине автора, то бишь, во Франции, а потом всяческими правдами и неправдами переправляли в зону боевых действий, где он ввиду своей значимости и стоимости становился достоянием командного состава и просто богатых людей. Этих револьверов было мало (всего около трёх с половиной тысяч), но в силу своей брутальности они запомнились, хотя сам подход совмещения пистолета с дробовиком дальнейшего развития не получил.

Заряжание гладкого ствола картечью у револьвера Ле Ма

Кстати, мы все могли видеть револьвер «Ле Ма» в очень интересном, но сюжетно крайне запутанном сериале «Мир дикого запада» у главного отрицательного героя, где он с данным револьвером творил всяческие гнусности. Всё верно — и герой почти что монстр, и оружие у него монструозное, да и вообще, раз он с таким «южным оружием», то значит он и сам по жизни «южанин», что уже само по себе не очень хорошо, ибо историю всегда пишут победители.

Если же взглянуть на ту войну в целом, то на ней стреляло всё то, что только могло стрелять, вплоть до старых добрых «кентукки» и трофейных, ещё с времен войны за независимость английских «браун бессов». Мы же здесь рассматриваем только самые интересные виды оружия, оставивших заметный след в военной истории, хотя подавляющая масса войск была вооружена совсем не ими. Например, в федеральной армии США основным штатным вооружением пехоты являлся «rifle-musket» (то бишь, дульнозарядный мушкет с пулей Минье) «Спрингфилд» образцов 1855-го и 1861-го годов.

Ничего выдающегося... Тот же самый «скуси патрон–шомпол–пуля минье–капсюль» (причём, стоя!) с задачей постараться выдать не менее трёх выстрелов в минуту, и радуясь при этом, если напротив в данный момент не окажется никого со скорострельным «спенсером» или винтовкой Генри. При этом «спрингфилдов» было изготовлено много — более миллиона. В качестве заслуживающего внимания можно отметить иногда применяемое на «спрингфилдах» приспособление Мейнарда, которое автоматически подавало к брандтрубке капсюль, наподобие всем нам хорошо известных с детства лент с пистонами.

При этом на противоборствующей южной стороне массовой винтовкой (до 70 процентов) был «Энфилд», являвшийся созданием англичан, ставших в одночасье большими друзьями южных сепаратистов и потому исправно поставляющих им (правда, не задаром) пусть и не самое современное, но вполне себе добротное оружие, успешно обкатанное ими на полях сражений с русскими в Крымской войне. Можно отметить, что в принципе своём «Энфилд» это тот же самый «Спрингфилд», только, как говорится, «вид сбоку». И та же задача у бойца — кровь из носу, а выдай два-три выстрела в минуту, и при этом шомпол не потеряй, ибо в горячке боя шомпола зачастую теряли, а иногда ими и выстреливали, а то и после осечек сразу ▸

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

Винтовка северян «спрингфилд» 1861-го года

новые заряды забивали, вследствие чего от двойной порции пороха стволы, как оно им и положено, разрывались.

Отличие «энфилда» от «спрингфилда» если же и было, то в конструкции штыка, который был отведён в сторону, дабы не натыкаться на него в процессе заряжания шомполом, что, впрочем, особой роли никак не играло, ввиду малоприменимости штыков обеими воюющими сторонами.

И поскольку основная масса сражающихся на той войне была вооружена пусть и модернизированными, но уже морально и технически устаревшими дульнозарядными и с неизменным шомполом в стволе мушкето-винтовками (их так и называли — «rifle-musket»), то пехотный бой выглядел примерно так же, как и сто, и двести лет до этого. Те же самые линейные порядки плечом к плечу, те же два–три выстрела в минуту с судорожным перезаряжанием стоя на ногах под пулями противника (ибо в положении лёжа шомполом полутораметровое ружье было никак не зарядить), а дальше, согласно укоренившейся многовековой традиции, должен был срабатывать незамысловатый тактический приём под названием «пуля дура — штык молодец!». Должен, но именно на войне в североамериканских штатах он не срабатывал…

Удивительно, но факт — не любили американцы ходить в штыковые атаки, а может и не умели. Стреляли до последнего, а потом побеждёнными отступали, а победители, соответственно, наступали, достреливая побеждённых.

То есть, рукопашных схваток, в которых одетые по случаю войны в военную форму бывшие траппери и ковбои схлёстывались бы в штыковых боях, где сначала кололи бы штыками, а потом умело бы рубились трофейными томагавками и резались национальными ножами Боуи, почему-то на американских полях сражений отмечено не было. Мало того, какой-то въедливый историк подсчитал, что на той войне от холодного оружия вообще погибло меньше тысячи человек (всего 922), да и то, больше «по пьяни».

Но то пехота, а как же кавалерия? Как там было с лихими сабельными атаками? А никак. В это трудно поверить, но «страна мустангов и ковбоев» (моё определение США времен «дикого запада») к началу войны имела в составе своей армии лишь два кавалерийских полка. Естественно, что драгунских, потому как это была именно «ездящая пехота», в буквальном понимании этого слова. Почему оно было именно так, понять сложно, ибо на мустангах в прериях вовсю скакали, а вот в армии почему-то нет, видимо полагая, что там это не очень-то и нужно…

Но поскольку войны тех лет без применения кавалерии всё-таки были немыслимы из-за того, что мобильнее её рода войск ещё не существовало, а перерезать коммуникации противника было стратегически необходимо, то вскоре по обе стороны фронта количество кавалерийских полков было доведено до пары сотен.

Поскольку с сабельной рубкой у американских кавалеристов изначально не заладилось, была предпринята попытка создания уланских подразделений — мол, если рубить саблями толком не умеете, то может хоть как-то пиками колоть научитесь… Не научились. Сохранилось описание атаки одного из таких американо-уланских полков, по окончанию которой подразделение сохранилось, не понеся существенных потерь, но при этом пики в нём остались всего лишь у двух десятков солдат, что наглядно иллюстрирует отношение этих «уланов прерий» к главному уланскому оружию.

В общем, и с уланами ничего толкового тоже не получилось, вследствие чего американская кавалерия приобрела облик этаких «рейдеров», специализирующихся не на лютых сабельных сечах (на кой они нужны), а на рейдах

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

по тылам противника, проводимых без сближения с ним менее, чем на расстояние выстрела.

Считалось нормальным, чтобы кавалерист имел при себе сразу много стволов, каковые он и разряжал в противника во время скоротечного конного боя, а разрядив, отгарцовывал в безопасное место на перезарядку. Примерно также, лет за двести пятьдесят до этого, воевали против ощетинившихся копьями «испанских терций» германские рейтары, тоже не являвшиеся большими любителями кавалерийских схваток на холодном оружии, и потому предпочитающих вместо них дистанционно расстреливать стоявших в строю пикинёров из своих седельных пистолетов.

В идеале, при хорошо «прокаченном» кавалеристе был двуствольный дилижансный дробовик, заряженный картечью (примерно такой, как в «Великолепной семерке», когда в начале фильма из города выезжали), скорострельная винтовка Спенсера (на худой конец, укороченный карабин Шарпса) и пара-тройка револьверов. Сабля тоже наличествовала, но вынималась из ножен крайне редко, да и сабельки, если честно, были ещё те… Впрочем, об этом мы уже писали в предыдущих главах, потому не будем отвлекаться.

Почему так происходило? Да прежде всего потому, что на американском континенте напрочь отсутствовала многовековая традиция конной воинской культуры и, соответственно, традиции конной рубки, каковой рано или поздно, но обязательно проникались все «жившие на коне» цивилизации. Ведь даже индейцы, вне всякого сомнения являвшиеся великолепными наездниками, тысячелетней традиции нахождения в седле не имели и иметь никак не могли, поскольку знали лошадь не больше трёх веков, ибо до Колумба её на их континенте просто-напросто не существовало. А для формирования глобальной традиции конной рубки трёх столетий явно недостаточно, тем более, что и крупномасштабные войны, на которых бы сражалось всё народонаселение, не вылезая из сёдел, всё больше при этом проникаясь мыслью о том, что наносить слаженные массированные удары большими конными массами возможно только с применением холодного оружия, в Америке тоже отсутствовали. Те же локальные конфликты, что протекали в колониальный период (например, войны Англии с Францией), успешно проходили с задействованием приплывающего из-за океана на кораблях британского экспедиционного корпуса. Естественно, что преимущественно пехотного.

В вопросе американского отношения к рукопашной схватке с применением длинных клинков нельзя сбрасывать со счетов и повсеместное распространение огнестрельного оружия (привет «полковнику Кольту, уравнявшему всех в правах») с чётким осознанием того, что ствол всегда окажется эффективнее клинка, и потому, если у тебя на левом боку висит сабля, а на правом кобура с револьвером, то в случае опасности рука всё равно потянется к курку, а не к эфесу. Вот она и тянулась, а заодно и укреплялась мысль о целесообразности нахождения на левом боку сабли вообще, и о возможности замены её на вторую кобуру…

В совокупности всё это приводило к тому, что, как свидетельствовал один бравый драгун федеральной армии (то бишь, профессиональный американский кавалерист!): «саблю хорошо использовать вроде вертела для костра, а для другого она малопригодна». Заметьте, всё это происходило за двадцать лет до того, как в России будет принята шашка образца 1881 года. То есть, у нас, только через двадцать (двадцать!) лет появится тот идеальный клинок, который на исходе эпохи холодного оружия ещё вполне успеет покрыть себя воинской славой и даже принять статус чуть ли не национального оружия (это я в отношении казачества), а у них — позорный «вертел для костра».

Но это частности. Глобально же, именно гражданская война североамериканских штатов 60-х годов девятнадцатого столетия оказалась мощнейшим катализатором развития вооружений, что и послужило причиной такого дикого смешения на ней всего и вся. От почти что средневековых мушкетов до… подводных лодок.

Да, да, именно тогда и была создана первая в мире подлодка (её называли «Харли»), и мало того, что она реально существовала — она даже выполнила первую в мире боевую задачу по подведению мины к вражескому кораблю, который ей удалось вполне успешно потопить, ознаменовав тем самым начало эпохи подводного флота.

Вот такие чудеса в смешении технического прогресса показала миру та гражданская война США. Надеемся, что и будущая явит человечеству не меньше (шутка, но в каждой шутке, как известно, есть доля шутки). Для нас же, для России, важным моментом являлось то обстоятельство, что родоначальник снайперских подразделений Хайрем Бердан, уяснив для себя толк в хороших винтовках, в конце концов решил больше не связываться со всеми этими кольтами-шарпсами, а опираясь на свой богатый практический опыт принял решение создать свою собственную винтовку именно в том виде, в каковом она была ему потребна на той войне. И он её создал! В России её незатейливо прозвали по имени создателя — «берданкой».

Уверен, что у нас это название известно всем и каждому.

И до новой встречи на страницах нашего журнала, ибо самое интересное нас ещё ждёт впереди.

Честь имею!

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

В мире существует несколько десятков различных стилей айкидо, каждый из которых имеет свои особенности, ставит перед собой различные задачи, приоритеты в технике, методике тренировок. Для одних айкидо это больше этико-философская система, для других — физическое развитие, для кого-то — элемент традиционной культуры Японии и многое другое.

Тем не менее, самым многочисленным и основным направлением айкидо является Айкидо Айкикай, созданное самим О-сенсеем Морихеем Уэсибой, и при описании любого другого стиля прежде всего придется проводить сравнение с ним. Выделить общие черты и различия с целью определить каждое из направлений.

В этой статье поведём речь про молодое направление — «прикладное айкидо», созданное сербским мастером Радойцей Спасовичем. Как видно из названия, "Прикладное айкидо" ставит перед собой достаточно амбициозную задачу в виде акцента на выработку у занимающихся навыков гражданской самообороны. Применение приёмов стиля в возможной ситуации, когда под угрозой здоровье ученика. Кстати, по-сербски, это так и звучит — «примењени аикидо». В традиционном Айкидо Айкикай этот аспект не всегда ставится на первое место. Но обо всём по порядку.

Международная Федерация прикладного айкидо была основана начале сентября 2016 года ма-

ПРИКЛАДНОЕ АЙКИДО

НИКОЛАЙ ТОПАЕВ
Екатеринбург, Россия

стером 9 дана реального айкидо Радойцей Спасовичем (Radojica Spasovic) название стиля происходит от сербского «primenjeni» — применение, прикладное, англ. «applied».

В стиле объединены в единую систему личные наработки и огромный опыт из реального айкидо, а также обширные знания из других видов боевых искусств, которые Радойца Спасович изучал более 30 лет. Поскольку Радойца с 1986 года был одним из ближайших учеников Любомира Врачаревича, будучи ведущим мастером Всемирного центра реального айкидо (WCRA), основой стиля послужило переработанное реальное айкидо. Мастер славится своей оригинальной и филигранной техникой, педагогическим талантом и личными качествами.

С технической точки зрения прикладное айкидо состоит из разнообразных бросковых техник, болевых приёмов и удержаний, удушающих, ущемлений различных частей тела, ударной техники и работы по точкам. Для стиля характерна высокая динамичность выполнения приёмов, большое количество комбинаций техник, активное применение ударной техники.

При общей технической базе между Айкидо Айкикай и прикладным айкидо можно увидеть различие в подходах. Первое в нашем направлении — бросковые приёмы выполняются под себя, что больше похоже на броски в дзюдо, с постоянным контролем. В Айкидо Айкикай партнёр чаще отбрасывается от себя без сопровождения до земли, и дают возможность выполнить укеми перекатом. Второе — приёмы производятся на очень близкой, почти борцовской дистанции. Чего, ввиду работы с традиционным японским оружием, мало в Айкидо Айкикай. Третье — традиционные техники атак заменяются на характерные ударные техники нашего исторического периода и географического положения — например, боксёрские. Четвертое — сразу же стремимся к максимальной скорости выполнения приёма. Всё это приводит нас тому, что важен уровень атлетической подготовки занимающегося.

Прикладное айкидо ставит перед собой несколько задач. Первая из них — улучшение моторного статуса человека. Пользуясь отечественной терминологией — развитие и поддержание на достаточном уровне физических качеств и состояния здоровья средствами занятий прикладным айкидо. Формирование знаний, умений и навыков здорового образа жизни.

Вторая задача — социализация и воспитание полезного члена общества путём повышения психологической уверенности, дисциплинированности, волевых качеств и привития гуманистических ценностей. А также формирование навыков гражданской самообороны, используя инструментарий айкидо.

Радойца Спасович долгое время был учителем в начальной школе. Это привело его вместе с Любомиром Врачаревичем к созданию программы подготовки детей младше двенадцати лет, известной под названием «Через игру к мастерству», когда дети в игровой форме постигают базу прикладного айкидо, гармонично развиваются физически и ментально. Программа хорошо себя зарекомендовала уже на протяжении многих лет, она позволяет детям тренироваться в соответствии с их физиологическими особенностями. Убраны жёсткие воздействия на суставы и ударные техники. Упор сделан на изучение основ техники айкидо, координационную

подготовку, развитие гибкости, быстроты и навыков самостраховки. Поощряется использование различных игр в тренировочном процессе для развития необходимых качеств. По мере взросления дети плавно и безопасно переходят на взрослую программу «бесшовно», просто эволюционно развивая свои занятия.

Последнее время прикладное айкидо в России активно вливается в спортивное движение. Спортсмены нашей федерации регулярно и успешно принимают участие в официальных соревнованиях по айкидо различных уровней. Важно, что соревнуясь в рамках межстилевых правил ребята расширяют свой профессиональный кругозор, общаются с людьми из различных направлений айкидо, и тем самым получают для себя огромную пользу.

Отдельным направлением нашей работы мы видим изучение айкидо с научных позиций. Поэтому с первого дня образования прикладного айкидо Радойцей Спасовичем и нами, как Российским отделением, было принято однозначное решение выстраивать методику преподавания в соответствии с достижениями современной науки в сфере физической культуры и спорта.

Международная Федерация Прикладного Айкидо активно сотрудничает с Факультетом физической культуры и спорта Белградского университета в обучении тренеров, повышении квалификации и в научной деятельности. В клубах на систематической основе проводятся мероприятия по врачебному контролю состояния здоровья.

Все тренеры федерации прошли или проходят обучение в институтах физической культуры и спорта. Отделение в Свердловской области совместно с Свердловской Региональной Общественной Организацией "Областной Союз Айкидо" (аккредитованная министерством спорта организация) сотрудничает с УралГУФКС, УОР №1, АНО ВО "Межрегиональный Открытый социальный институт" (г. Йошкар-Ола) в сфере обучения тренеров и научной деятельности. Специалистами СРОО "ОСА" и Отделением МФПА разработана программа обучения по специальности "Айкидо" в УралГУФКС. Основные направления научного поиска: исследования биомеханики техники, физиология спорта, методология тренировочного процесса.

В настоящее время в России действуют более десяти клубов прикладного айкидо в Екатеринбурге, Оренбурге, Челябинске, Магнитогорске, Орске, Красноярске, Калининграде, Тольятти. Одним из достижений федерации является открытие в Челябинске отделения прикладного айкидо в СДЮШОР «Конас».

Радойца Спасович и ведущие мастера федерации регулярно посещают наши клубы с учебно-аттестационными семинарами с целью повышения квалификации тренеров и занимающихся прикладным айкидо. ■

РОЛЬ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ В ФОРМИРОВАНИИ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Автор этой статьи – заслуженный тренер Республики Марий Эл, мастер спорта Юлия Мишина. Профессионально занимается развитием физической культурой и спорта, является ассистентом Центра развития физической культуры и спорта ФГБОУ ВО «Марийский государственный университет».

ЮЛИЯ МИШИНА
Йошкар-Ола,
Республика Марий Эл, Россия

На сегодняшний день лишь звучат призывы быть здоровым, а социальная среда и реальная практика свидетельствуют об ухудшении здоровья молодёжи. Современный уровень урбанизации, научно-технического прогресса, комфорта является причиной хронического «двигательного голода».

Студенчество, особенно на начальном этапе обучения, является наиболее уязвимой частью молодёжи, так как сталкивается с рядом трудностей, связанных с увеличением учебной нагрузки, невысокой двигательной активностью, относительной свободой студенческой жизни, проблемами в социальном и межличностном общении. Студенты — это основной трудовой резерв нашей страны, это будущие родители, и их здоровье и благополучие является залогом здоровья и благополучия всей нации. В связи с этим огромную роль играет изучение мотивов, интересов и потребностей современной молодёжи в занятиях физической культурой и спортом. Именно благодаря такой дисциплине в ВУЗах у современных студентов появляется возможность проявить себя в каком-либо виде спорта или улучшить свое физическое, а также психическое здоровье, которое необходимо для осуществления как умственной, так и физической деятельности в институте и в обществе в целом.

Мотивация к физической активности — особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности. Процесс формирования интереса к занятиям физической культурой и спортом — это не одномоментный, а многоступенчатый процесс: от первых элементарных гигиенических знаний и навыков до глубоких психофизиологических знаний теории и методики физического воспитания, а также интенсивных занятий спортом.

Основой любой деятельности является мотивация, потому как именно от неё зависят заинтересованность человека в деятельности, его активность, целенаправленность, нацеленность на удовлетворение своих запросов и потребностей, определение жизненной ориентации. Под мотивацией обычно понимается процесс побуждения к деятельности себя и других для достижения поставленной цели.

Говоря о физкультурно — спортивной мотивации, выделяют два вида:

внутренняя — активный интерес к занятиям физическими упражнениями, возникающий при успешной реализации мотивов и целей, появлении вдохновения, желания к занятиям, интересу к самостоятельным занятиям, а также удовлетворении от процесса и условий занятий с тренером, товарищами по группе;

внешняя — внешние факторы, возникающие при условии соответствия целей и мотивов возможностям занимающегося.

Мотивы делят на три большие группы: физиологические (биологические), психологические и социальные. Источники мотивации могут выступать как внешними (поощрения, награды), так и внутренними (желание быть признанным, самоутвердиться).

Основные группы мотивов к занятиям физической культурой в ВУЗе:

Оздоровительные мотивы. Наиболее сильной мотивацией молодёжи к занятиям физическими упражнениями является возможность укрепления своего здоровья и профилактика заболеваний.

Двигательно-деятельностные мотивы. Выполнение специальных физических упражнений для мышц всего тела значительно повышает эффективность релаксации и удовольствие от самого процесса занятий физическими упражнениями. При занятиях в организме человека происходят изменения деятельности всех систем, в первую очередь сердечно-сосудистой и дыхательной.

Соревновательно-конкурентные мотивы. Данный вид мотивации основывается на стремлении человека улучшить собственные спортивные достижения. Стремление достичь определённого спортивного уровня, победить в состязаниях соперника является значимой мотивацией к активным занятиям физическими упражнениями.

Эстетические мотивы. Мотивация студентов к занятиям физическими упражнениями заключается в улучшении внешнего вида и впечатления, производимого на окружающих (совершенствование телосложения, подчеркивание особенностей фигуры, увеличение пластичности движений).

Коммуникативные мотивы. Совместные занятия физической культурой и спортом содействуют улучшению коммуникации между социальными и половыми группами.

Познавательно-развивающие мотивы. Данная мотивация тесно связана со стремлением человека познать свой организм, свои возможности, а затем и улучшить их с помощью средств физической культуры и спорта. Она во многом близка к соревновательной мотивации, но основана на желании победить себя, свою лень, а не соперника.

Творческие мотивы. Занятия физической культурой и спортом дают неограниченные возможности для развития и воспитания творческой личности.

Профессионально-ориентированные мотивы. Развитие занятий физической культурой, ориентированных на профессионально — важные качества студентов различных специальностей, для повышения уровня их подготовки к предстоящей трудовой деятельности.

Административные мотивы. Занятия физической культурой являются обязательными в высших учебных заведения России. Для получения контрольных результатов введена система зачётов.

Психолого-значимые мотивы. Занятия физическими упражнениями положительно влияют на психическое состояние молодёжи: обретение уверенности в себе; снятие эмоционального напряжения; предупреждение развития стрессовых состояний; отвлечение от неприятных мыслей; снятие умственного напряжения; восстановление психической работоспособности.

Воспитательные мотивы. Занятия физической культурой и спортом развивают в личности навыки самоподготовки и самоконтроля. Систематические занятия

физическими упражнениями содействуют развитию морально-волевых качеств, а также воспитанию патриотизма.

Статусные мотивы. Благодаря развитию физических качеств у молодёжи увеличивается их жизнестойкость. Повышение личностного статуса при возникновении конфликтных ситуаций, активизирует участие молодёжи в физкультурно — спортивной деятельности.

Культурологические мотивы. Данная мотивация приобретается с воздействием, оказываемым средствами массовой информации, обществом, в формировании у личности потребности в занятиях физической культурой.

Для повышения мотивации к занятиям физической культурой необходимо повлиять на внутреннюю позицию студента. Возможные пути:

1. Проведение профилактических бесед со студентами о здоровом образе жизни, о пользе спорта, о его положительном влиянии на внутреннее и внешнее устройство тела. Об ухудшающем действии вредных привычек для здоровья.

2. Формирование стремления к улучшению собственных внешних данных, используя метод “подражания”, с помощью физической культуры и спорта.

3. Использование активных методов обучения на лекционных занятиях, способствуя развитию образовательного интереса студентов, как к теоретическим знаниям, так и к практическим умениям.

4. Организация бесед и встреч с известными спортсменами, мастер-классы. Это покажет студентам, что спорт делает возможным достижение в жизни определённых успехов, т.к. воспитывает невероятную силу воли.

Приобщая студентов к самостоятельным занятиям физической культурой, прививая им тягу к регулярным занятиям, ВУЗ способствует физическому и профессиональному усовершенствованию.

Преподавательской задачей является помощь своим ученикам в повышении их мотиваций. Задача преподавателя — дать студентам понимание высокого смысла занятий спортом, заключающегося в модернизации, самоутверждении собственного «я», в возвышении не только над соперниками, но и над собственными слабостями. Компетентный подход включает в себя помимо передачи студентам совокупности знаний, умений и навыков спортивной сферы, ещё и расширение границ умственного горизонта, способности к новаторским решениям, к самообразованию, а также формированию гуманистических ценностей.

Преподаватель физической культуры должен хорошо разбираться во многих видах спорта, а также демонстрировать свою хорошую двигательную подготовленность. Преподаватель также должен обладать способностью близко к идеалу показать каждое движение, которому он учит. Для преподавателя в его профессиональной деятельности существуют свои проблемные аспекты:

1) мотивировать студентов, чтобы заинтересовать группу с лицами разной степени подготовки, пришедших на занятия по долгу, а не по желанию;

2) отсутствие надлежащей материально-технической базы

Умения преподавателя физической культуры необходимы для того, чтобы уметь:

1) анализировать и оценивать педагогические ситуации по проведению практических занятий

2) учитывать половые особенности студентов, их мотивационных интересы

3) принимать во внимание наличие студентов из основной, специальной медицинской и подготовительной групп.

Наряду с организацией работы на внешнюю презентацию университета, ведется большая внутренняя работа со студенческой молодёжью. Внутренняя внеучебная деятельность по физической культуре и спорту строится с учетом интересов студенческих групп и учетом мульти национального состава студентов университета.

Студенческий возраст (от 18 до 23 лет) характеризуется целенаправленностью в достижении цели, способностью к мотивации, высокой степенью доверия к преподавателю (тренеру) в избранном виде деятельности (спорте). Согласно мнения современных учёных в области педагогических наук — основным компонентом любой педагогической системы является совместная деятельность учителя и ученика (академик Хозяинов Г.И.). Учитель предлагает, ученик пробует.

У каждого человека есть свой интерес к жизни, у кого-то различные науки, у кого-то физическая культура. Интерес — источник энергии, который можно использовать для достижения превосходных результатов в любой области, однако без мотивации человек «далеко не уйдёт» в своих желаниях, именно поэтому мотивация является ключом к развитию человека в любой сфере деятельности. Основной посыл к мотивации студентов к занятиям физической культурой создаёт преподаватель. Следовательно роль преподавателя в формировании мотивации к занятиям физической культурой является основополагающей. ■

KAPATE

СИНТЕЗ

В БОЕВЫХ ИСКУССТВАХ: ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ

ЯРОСЛАВ ЛЯШЕНКО
Ростов–на–Дону, Россия

Победи самого себя и взойди на Олимп духа — девиз школы современного джиу-джитсу «Синтез». Через тернии к звёздам, через капли пота и слёз к победе в вечной битве со своим собственным эго — бой со своей Тенью.

Многие тренеры предполагают развитие только в узком направлении, в конкретном стиле. Придуман этот стиль или возник на исторической основе, или это спортивное направление — дело вторичное, ведь отличаться будут только "легенды". Для борца-стилиста нет и не может быть ничего круче борьбы, но только той, которую практикует он. Для ударника — это только его ударка, для традиционалиста — его тайный и священный стиль. Все эти мифы до поры до времени очень выгодно скармливались клиентам. Как говорится, ассортимент на любой вкус — от окинавских ниндзя до русских тайных скоморохов, охранки и тому подобного.

Итак, со стилистами мы разобрались — они самые лучшие и непобедимые, в общем, особенные, оставьте их в покое, сами пройдут, или уже почти прошли. Ну, а какие контраргументы можно услышать в ответ? Винегрет, сборная солянка, всеядность.

Давайте разбираться, что же плохого в винегрете или солянке? Очень даже приятно бывает перекусить, и полезно к тому же. А вот всеядность, это, конечно, не хорошо, но существует ли она в природе?

Есть хищники и они питаются мясом, есть травоядные. А вот, например, хищники иногда кушают витамины, растительную пищу. Это всеядность? Конечно, нет, если это успешно и положительно влияет на организм.

Возьмём бокс. Узкий стиль? Он возник из кулачного боя, и национальных его разновидностей существует масса. Тем не менее, французский бокс имеет массу общего с английским. Китайские боксёры ушу или цюаньфа взаимодействовали с Окинавой, итог — каратэ. Каратэ с боксом — кикбоксинг.

Это удачные примеры идеи синтеза в боевых искусствах на исторической основе. Так, само ушу, как национальное единоборство в Китае, является примером синтеза многих школ и стилей, в том числе не исключительно китайских по своему происхождению. Ещё несколько примеров исторического и национального синтеза — индонезийский и малайский пенчак силат, вьетнамское вьетводао, корейское хапкидо, сербское айкидо, русское боевое самбо.

Но синтетические стили продолжают возникать и в наши дни, на авторской основе. Чтобы осветить эти стили, в Центре боевых искусств «Синтез» был создан авторский проект "Открытое сознание и чистый взгляд на самооборону в боевых искусствах".

В рамках проекта уже был опубликован ряд интервью с представителями и главами федераций таких авторских систем, как: кадзюкенбо, джиткундо, пенчак силат, лималама, система ближнего боя польского спецназа «Комбат 56», турецкое спортивное единоборство «вин тай». И это не предел, так как в настоящее время проект продолжает развиваться.

Примером удачного авторского синтеза является школа каратэ Вадо Рю, каратэ Джо Льюиса и вселенский стиль чункундо Чака Норриса. Кстати, основатель школы «Синтез» встретился с Карлосом Рэй Норрисом в 1991 году на первой матчевой встрече российских и американских кикбоксёров в московском ДК «Олимпийский», где даже получилось задать ему несколько вопросов для интервью.

То, что мы делаем на наших тренировках по современному джиу-джитсу, иногда это в точности каратэ, иногда бокс, джиу-джитсу, кикбоксинг…

Школа «Синтез» возникла в СССР во времена повальной моды на восточные единоборства, и уже тогда для основной массы был важен не стиль и ритуал, а эффект и результат. В те времена в полноконтактных спаррингах и первых межстилевых поединках, создавалась авторская школа современного джиу-джитсу «Синтез» или вольный бой «Синтез». Основатель — выходец из секции вольной борьбы Юрий Ляшенко, общество «Трудовые резервы».

Впоследствии, в 1986 году, в Ростове–на–Дону Юрием Владимировичем Ляшенко был основан центр боевых искусств «Синтез» и первая городская федерация восточных единоборств.

В 1991 году была основана профессиональная лига кикбоксинга «Синтез». В 1993 году Ляшенко включён в энциклопедию профессионального кикбоксинга.

В 1999 году при участии администрации города Сочи в концертном зале "Фестивальный" был проведён международный турнир по межстилевым поединкам "Славянская Звезда-99" со сборными Белоруссии, Украины, Югославии и других стран.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ НЕ ДЛЯ ПЕЧАТИ

А в 2001 году на сочинской Красной Поляне была основана международная ассоциация контактных единоборств.

В 2012 году в Ростове-на-Дону был заново основан международный центр боевых искусств «Синтез» имени Ю.В. Ляшенко.

Я рад продолжать дело моего отца и учителя, который никогда не боялся экспериментов, обладал широким и творческим мышлением, а также железной волей. «Синтез», в первую очередь, это свободная практика боевых искусств, спорта, ближнего боя, которая может быть ограничена только одним фактором — соответствием результату и конкретным задачам в конкретной ситуации. Существует множество воплощений идеи «Синтеза» в боевых искусствах — мы же рады представлять наше видение и наш взгляд, и даже не стиль, а просто школу.

Конечно, помимо узкоутилитарных функций школа несёт в себе и собственную философию, так как наставник Юрий Владимирович Ляшенко был выпускником философского факультета РГУ по направлению социальная психология. «Синтез», в первую очередь, означает обмен энергией, знаниями, опытом — это контроль и контакт, гармония и баланс, устойчивость и стойкость. Взять для сравнения миф о существовании бесконтактных единоборств. Вы видите своего противника? Это уже контакт, зрительный (визуальный). У него расширились зрачки и покраснела кожа? Это не вербальный контакт. Противник закричал на вас? Это вербальный контакт. Вы стоите на земле, дышите воздухом? Это контакт с окружающей средой. А окружающая среда может диктовать нам свои условия.

Боевые искусства для нас — это способ коммуникации. «Синтез», в первую очередь — это именно искусство общения, и лишь когда аргументы исчерпаны, может применяться прикладной аспект. Самое простое — уход с линии атаки, отшаг, скачок в сторону, выходы за спину, повороты. Следующая стадия — блоки, освобождения от захватов. И лишь на последней, третьей стадии применяется жёсткая техника, локти, колени, расширенная ударная ручная техника, ноги по нижнему уровню, а также болевые и удушающие контроли с сопровождением и удержанием. Дополнительная техника — работа с оружием, палка, нож.

Наблюдая за ростом понимания технических приёмов необходимо не упускать из вида область их применения, цели и задачи, которые позволяют достичь определения и практики лучшего способа, их достижения. Когда мы говорим о единоборстве, чаще всего подразумевается один противник и некоторое силовое противостояние. Сила немаловажный, но не определяющий фактор, который успешно можно заменить большей ловкостью, хитростью и стратегическим мышлением.

ЭЛЕКТРОН НЕ ДЛЯ ПЕ

Часто противник, выигрывающий в силе, проигрывает в скорости и находчивости. Когда мы говорим об универсальном боевом искусстве и Будо, нашей целью является преодоление жестокости и агрессии, а это означает многочисленные жизненные и прикладные ситуации, когда противников может быть несколько, произошло неожиданное нападение, отсутствие удобного места, неподходящая одежда, отвлекающие факторы — яркий свет, темнота, крики, а также подручные предметы.

Почему ближний бой? Любой, кто желает напасть на вас, старается подойти поближе и атаковать без подготовки. Это может быть ваш сосед или коллега, которому снесло крышу, просто незнакомый человек, цель которого определяется статьями уголовного кодекса РФ (грабёж, разбой и т.п.). В таких ситуациях необходимо действовать наверняка, но и не преступая рамки закона. Не подходят силовые броски, длительная борьба. Эргономичность в данных условиях требует работы по уязвимым местам, максимально коротких связок, реакции на первое атакующее движение. Действия должны быть такими, чтобы наверняка отбить охоту нападающему продолжать. По возможности необходимо уметь побеждать быстро, но малой кровью и не энергозатратно.

Возможно и это не чудо, когда мы используем хитрость и моментально определяем бреши в действиях противника. Девиз школы современного джиу-джитсу «Синтез» — «Победи самого себя и взойди на Олимп духа» — говорит нам о преодолении наших страхов, зажатости, показной крутизны, которые являются частью неправильно развитого эго современного человека. В процессе тренировки этого можно достичь, развивая наблюдательность, концентрацию, чередуя лёгкие и средние нагрузки в сочетании с расслаблением и раскрепощением. Боец не должен чувствовать, что ему неудобно так двигаться или стоять, естественность движений должна позволить преодолеть внутренний зажим.

Бить, толкать, хватать, это не что-то несвойственное человеческой природе, но именно базальное для человеческого тела и психики, как определённый инструмент, позволяющий отстаивать свое право на жизнь и благополучие. На тренировках нет нужды насиловать свой организм сверхнагрузками, вместо этого человек должен видеть, что используя "простые" схемы можно достичь высокой степени уверенности в себе, снизив (возможно максимально) уровень виктимности. ■

ОБ ОДНОЙ ТЕОРИИ, КОТОРАЯ ПРЕТЕНДУЕТ НА ОБЪЯСНЕНИЕ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА И ОБЩЕСТВА

НИКОЛАЙ СМИРНОВ
Санкт-Петербург, Россия

Учёные это люди, которые накопив знания и проанализировав их, могут рассказать, что там, вдали, «за углом», где не видно. Рассказ может вызывать неприятие, насмешки или восхищение. Реакция коллег при этом обычно растянута во времени. Правда, негатив возникает довольно-таки быстро (если тебе плюют в спину, значит ты впереди), а вот принимать новый взгляд или теорию начинают далеко не сразу.

Представьте, что вы, учёный, накопили базовые знания, а вдобавок получили набор экспериментальных данных. Предмет изучения не имеет особого значения — это может быть физика или химия, астрономия или электротехника. На этой основе можно выявить какую-то закономерность, описать её с помощью математического аппарата и свести имеющиеся экспериментальные данные в единое целое. И что самое важное — получена возможность предугадать будущие результаты, то есть, становится возможным делать научные предсказания в выбранной области. Поверьте, для этого нужно быть очень смелым человеком.

Там, где результат можно «пощупать», проверить в лаборатории, на стенде — всё, пусть и не сразу, становится очевидно. Но есть и не вполне (или не сразу) очевидные результаты, особенно в тех областях, где «дерзнувшие» не могут наглядно доказать свою правоту, и порой им приходится несладко.

Особенно это справедливо, если речь идёт о людях, выбравших предметом своего интереса такую спорную научную территорию как история и политология. Есть расхожее выражение — историю пишут победители. Отсюда и обоснованное недоверие ко многим «историческим фактам». Примером может явиться соседняя страна. На время оказавшись «победителями», местные политиканы и их «псевдоучёная» обслуга бросились переписывать историю. Да так лихо! Общеизвестно, что общественные науки лучше «двигать» толпой — персональной ответственности меньше. Герой этой статьи, вернее, автор теории, о которой мы собираемся рассказать, был одиночкой. Мужественным человеком с очень непростой судьбой.

Много-много лет назад, в 1912 году, у одной красивой и талантливой пары родился сын. Его отцом стал известный поэт, российский Оскар Уайлд (но убеждённый «лесбиян»), блестящий офицер Николай Гумилёв, а матерью — знаменитая Анна Ахматова.

Николай Гумилёв — личность, которую очень трудно «запихать» в какие-то рамки. Один из родоначальников акмеизма — поэтического направления начала века, провозглашавшего точность определений, материальность и предметность тематики и образов Участвовал во многих географических экспедициях — как в нашей стране, так и в Абиссинии, как называлась тогда Эфиопия. Будучи не годным к строевой, он сумел убедить призывную комиссию и попал на фронт добровольцем, где заслужил два георгиевских креста. Меня, кстати, очень раздражают введённые степени наград. Что это такое — «За заслуги перед Отечеством» второй, третьей или четвёртой степени? То есть, заслужил, но не совсем, так что ли?!

Его расстреляли в 1921 за участие в заговоре, которого не было, хотя за него просили и Горький, и Луначарский, и многие другие уважаемые представители культуры. На «исполнителей» казни он произвёл большое впечатление своим мужеством. Но новая власть на этом не успокоилась, и его стихи надолго исчезли из библиотек и редакционных планов.

Про знаменитую мать, Анну Ахматову, рассказывать, наверное, не имеет смысла. Можно только процитировать её горькое: «Муж в могиле, сын в тюрьме, помолитесь обо мне».

Действительно, судьба у сына выдалась непростой. Он работал много и в разных местах, овладев при этом всевозможными специальностями. Как и отец, неоднократно бывал в экспедициях. Вынес оттуда жёсткое впечатление, которым поделился уже после войны: «По сравнению с Восточной Сибирью передовая — это курорт. Северная тайга — это зелёная пустыня, по сравнению с которой Сахара — населённое, богатое и культурное место». Приобщившись с юности к труду, он мог с полным правом заявлять: «Что вы меня обзываете «интеллигентом»?! У меня и профессии есть».

С такими родителями у него с властями возникли проблемы довольно–таки рано. Вернее, у властей с ним. Первый раз Льва Гумилёва арестовали в 1935 — ему было 23 года. Подержали 5 дней без обвинений, а потом выпустили. Следующий арест произошёл в тридцать девятом, когда он был студентом Ленинградского университета, и закончился заключением. После освобождения, в 1944 году он добровольцем ушёл на фронт, где даже был награждён. Вернувшись в Ленинград в 1945 году, он сумел восстановиться в университете, поступить в аспирантуру и через три года защитить диссертацию по истории. Успехи были замечены — в 1949 году власть опять про него вспомнила и ему дали 10 лет лагерей. В 1956 году, после XX съезда, его реабилитировали. Не сломавшись, он вернулся к научной деятельности и защитил докторскую диссертацию по истории. Через некоторое время защитил докторскую по географии, но ВАК (высшая аттестационная комиссия) её не утвердил с забавной формулировкой, что она должна быть оценена «выше докторской», а потому… Степень доктора географических наук он не получил, но (уникальный случай!) стал членом профильного учёного совета.

На основании своих знаний по истории и географии Гумилёв разработал теорию пассионарности, которая резко выделила его из стройных рядов коллег, разбирающих пыльные архивы и ведущих узкопрофессиональные споры, интересные лишь специалистам, а его теория стала серьёзным инструментом в оценке перспектив личности, государств и народов. Честно скажем, не всеми принимаемой безусловно. Судите сами.

Учёный ввёл понятие «пассионарности» — термин на основе французского слова passioner (разжигать страсть), по Гумилёву — избыток «биохимической энергии» человека, появление которого определяется влиянием «Космической», «Вселенской» или «Солнечной» энергии. В полном соответствии с положениями «русского космизма», утверждающего, в частности, безусловную взаимосвязь космических и земных процессов. Именно воздействие этой энергии обусловливает появление отдельных пассионариев и их скоплений, что, в свою очередь, уже определяет поведение народов (этносов).

ОННАЯ ВЕРСИЯ ЕЧАТИ

Семья Гумилёвых: Николай, Лев и Анна

Согласно его подходу, пассионарность является внутренним стремлением к деятельности, к изменению своей жизни, определяющей готовность к жертвованию ради достижения своих целей. Цели могут быть не благородными, пассионарий может быть глуп и противен, но его активность способствует изменениям вокруг.
Но о чём молчит теория — сколько пассионариев (точнее, какая их доля в общей массе страны) начнут страну их проживания будоражить. Вы наверняка встречали таких гиперактивных людей. Скажем честно — далеко не всегда их легко переносить.

Предполагаемый процесс возникновения избытка «биохимической энергии» Гумилёв назвал «пассионарным толчком» и утверждал, что получившие его люди и их сообщества (этносы) испытывают духовную мутацию и начинают проявлять бурную активность. Воспользовавшись своими фундаментальными знаниями в истории и географии, он обнаружил последствие подобных пассионарных толчков в поведении различных этносов в определённые этапы их истории. Это выражалось в резком изменении поведения жителей.

В его классификации пассионарность имеет несколько уровней:

- Уровни «-1» и «-2». Обладатели не могут приспособиться к существующим условиям, ландшафту обитания (в подходе чувствуется симбиоз истории и географии), или делают это плохо. Перспективы выживаемости таких персоналий и этносов крайне низкая.
- Уровень «0». Характеризует обычного обывателя. Перемен не хочет, всё его устраивает. Этнос, состоящий из людей с таким уровнем пассионарности, откровенно гниёт.
- Уровень «1». Есть стремление к изменениям, но без всякого риска. Готовности к жертвенности нет. Состояние этноса можно охарактеризовать как застой.
- Уровень «2». Люди и этносы этого уровня стремятся к лучшему, и для этого готовы рисковать.
- Уровень «3». Гумилёв назвал его «фазой надлома». Нет фанатизма, но уже есть стремление к идеалам. Этнос начинает просыпаться.
- Уровень «4». Это уже переходный уровень, идёт «перегрев». Люди с таким уровнем готовы на многое ради достижения своего идеала, даже отдать жизнь, но стараются выбирать не самые рискованные пути.
- Уровень «5». Стремление к достижению своих целей повышается, как и готовность к жертвованию.
- Наконец, уровень «6», высший. Его обладатели готовы ради достижения целей отдать жизнь и проявить героизм. Соответственно, и этнос, в котором достаточное количество подобных пассионариев, способен достичь своих целей за счёт массового героизма. Вопрос, конечно, в том, как определить это «достаточное количество».

Лев Николаевич Гумилёв

ЭЛЕКТР
НЕ

Теория не нравится многим власть имущим по всему миру. Три фазы существования этноса могут быть хорошо отмаркированы героями, признанными обществами на каждом из этапов.

Расцвет, или назовём это подъёмом государства, характеризуется безусловными героями, думающими о стране. Ярким примером Гумилёв считал Гая Муция. Во время осады Рима этрусским царём Порсена в 509 году нашей эры этот юноша-патриций пробрался в шатёр царя, но был схвачен. Когда враги разожгли костёр для пытки, он не испугался и заявил: «Знай же, сколь мало ценят плоть те, кто чает великой славы!» После чего сунул руку в огонь и не отдёрнул её, пока она не сгорела. Затем заявил, что 300 римских юношей поклялись убить царя. Поражённый его мужеством и испугавшись такого количества героев, Порсена снял осаду и отступил, освободив Муция, а тот, войдя в историю, получил прозвище Сцевола (Левша).

Героями «плато» становились личности, думавшие и о Родине, и о себе. Тому пример — Сулла, Помпей, Красс.

Джованни Баттиста Тьеполо. Муций Сцевола в лагере Порсены. 1729
Эрмитаж, Санкт-Петербург

Луций Корнелий Сулла, первый римлянин, взявший Рим, в борьбе за власть, штурмом. Лицо так и просится для новых серий «Бандитского Петербурга», то есть, простите, Рима. Но нужно отдать должное, думал он и о стране.

Гней Помпей Великий, скажем просто — «из другого «коллектива», но с того же плато.

И, наконец, период упадка — Гелиогабл, Калигула, Нерон. Эти думали, во-первых и во-вторых, о себе.

Примеры, приведённые учёным, не понравились, как уже упоминалось, властям практически ни одной страны. Кроме того, Лев Николаевич определил сроки расцвета этноса, его существования на «плато» и неминуемого упадка. Стараясь не задевать современников, он больше оперировал историческими реалиями, но жившие с ним в одно время власти его хорошо понимали и аккуратно примеряли на себя роли героев указанных эпох жизни государства.

По Гумилёву различаются несколько видов этнических систем (этногенез) в порядке понижения их значимости в этнической иерархии: суперэтнос, этнос, субэтнос, конвиксия и консорция, и они все «вложены» в друг друга как матрёшки.

Суперэтнос является самой крупной этнической системой и, в свою очередь, состоит из этносов. Общий для всего суперэтноса стереотип поведения является мировосприятием его членов и определяет их отношения к фундаментальным вопросам жизни или, если хотите, выживания. Мы с вами образуем российский суперэтнос. Кроме нашего учёный выделял, например, мусульманский и европейский.

Этнос является уже системой более низкого порядка и может быть назван народом. Между собой члены этноса объединены общим стереотипом поведения, имеющим определённую связь с ландшафтом, то есть, местом развития и формирования этноса и, как правило, включающим религию, язык, политическое и экономическое устройство. Этот стереотип поведения обычно называется национальным характером. Пример — татары, русские, ирландцы.

Бюст Суллы. Археологический музей, Венеция

Более мелкие части этнос — субэтнос, конвиксия и консорция, обычно жёстко привязаны к определённому ландшафту и связаны общими традициями, бытом и судьбой. Пример: казаки, поморы, старообрядцы, религиозные анклавы.

Этнические системы более высокого порядка обычно существуют дольше, чем системы более низкого. В частности, консорция может не пережить своих основателей.

Из трудов учёного можно извлечь названия, порой очень точно определяющие перспективы межэтнических объединений. По типу «как вы яхту назовёте, так она и поплывёт». Ксения и симбиоз, когда не нарушаются этнические системы «партнёров», способствуют повышению жизненных возможностей. Думаю, примеры и вы сможете легко привести.

А вот химерой он назвал этническую форму контакта несовместимых этносов, при котором они занимают непримиримую позицию по отношению к «чужим» ценностям. Название более чем удачное!

Если кого-то заинтересовал Лев Николаевич Гумилёв и его книги, могу посоветовать по меньшей мере две из них: «Теория пассионарности и этногенеза. Этногенез и биосфера земли. Конец и вновь начало» и «От Руси к России».

Ни в коем случае не пытаясь дискутировать с автором теории и принимая его положение о пассионарности, я всё-таки дерзнул бы усомниться в причинах пассионарного толчка, но это уже вряд ли интересная тема для широкого круга читателей, а с автором это проговорить у меня не получилось.

Мне довелось познакомиться с Гумилёвым лично ещё в начале–середине 80-х годов. Только-только мне кто-то из знакомых дал почитать его труды в «самиздате» (поверьте, это было событие), и тут на каком-то празднике в большой компании убелённый сединами человек, немилосердно картавя, произнёс забавный тост.
Я поинтересовался у хозяйки, которая, собственно, и организовывала празднество:

– Кто это?

– Ты что?! — ответила она почти возмущённо, — это же Лев Николаевич Гумилёв!

Тот уже вышел из-за стола и вкусно курил папиросу в компании такого же, убелённого сединами человека. Молодости, конечно, порой многое извинительно, вот и я толком не воспользовался возможностью поговорить с учёным. Подошёл и глуповато заявил ему:

– А я читал вашу книгу!

– Какую именно?

Я задумался над ответом и беседа прервалась. Все вернулись к столу, и мне оставалось только с плохо объяснимым упорством его разглядывать. Видимо, поэтому он меня определил хозяйке как «дерзкого молодого человека», и почему-то добавил (наверное, хотел сделать ей приятное), что видит во мне некие перспективы. Может он имел в виду карате? Или лазерную резку….

Я же хочу закончить статью словами Льва Николаевича Гумилёва: *«Знаю одно, и скажу вам по секрету, что если Россия будет спасена, то только как евразийская держава, и только через евразийство»*. Вот и думайте, читатели. ■

БЕСШУМНЫЙ ВЫСТРЕЛ НАТОЩАК

АНДРЕЙ ВЕЛИКАНОВ
Санкт–Петербург, Россия

В недавнем прошлом я работал в журнале «Катера и яхты» и пять лет даже значился главным редактором. Был у нас такой постоянный автор — Сергей Сахнов. Работал он то ли боцманом, то ли траловым мастером на Аляске… Как он попал туда — история умалчивает, тем более что лет тридцать до этого Сахнов служил на советском ВМФ. Вспомнил же я боцмана по той простой причине, что он любил говорить — «в 65 жизнь только начинается!».

Редакционные немного подсмеивались — как может человек в шестьдесят с плюсом не только начать, а даже повторить то, что делал хотя бы двадцать лет назад.

Когда до магазина 60 километров с гаком, из которых одна треть по жёсткой гребёнке, то особо за продуктами не наездишься. В походных условиях, добывая белок «на поесть», удочка не значится первой скрипкой в оркестре. В таком деле всегда солирует слинг или подводное ружьё. Для них погода не играет никакой роли, а лодку с мотором может заменить обычный надувной SUP.

Конечно, к этому делу понадобится присовокупить ласты с маской и трубкой, неопреновый костюм, грузы, опыт и везение. А если попадёшь в волну, то ещё придётся продемонстрировать невидимой публике какой ты мастер по части плавания и гребли.

Против сильного ветра, да ещё и с грузом, на стоячей доске чёрта с два выгребешь. Необходимо, подобно яхтсмену, идти галсами. То есть, подводная охота такого рода требует от спортсмена-одиночки массу знаний и опыта. Не говоря уж о физподготовке.

Ружья я не брал в руки года два, но в этом году пришлось сдуть пыль со скрипки Страдивари... Вот тут- то я и вспомнил Сахнова и его бла-бла про «65». А ведь прав был этот аляскинский джокер!

Впрочем, с годами мы всё делаем медленнее — не потому, что стареем, а просто становимся опытнее. Под водой рыба ощущает любое резкое движение и лучше всего охотиться на крупняк из засады. Когда найдёшь урожайную рыбную поляну среди рифов, следует неподвижно прилипнуть к скале или спрятаться за камень.

Поверьте, если не через пять, то через десять минут шанс на выстрел обязательно случится.

Одно из обязательных условий успешной охоты — бесшумное ружьё. У меня американский Riffe гренадёрского роста с тиковым прикладом. Джея Райфа (Jay Riffe) я знал лично. Даже в семьдесят пять этот лысый чёрт умудрялся добывать подводные трофеи приличных размеров. Он обладатель трёх мировых рекордов, один из которых — тунец весом 75 кг.

Сегодня натягивать три резинки на Riffe мне удаётся только первые полчаса на промысле (при температуре воды 20С^0 и погружениях на пять метров), затем только две. Руки устают и мышцы отвердевают. Час активной охоты, даже в 7 мм неопрена — это максимум. Без жировых запасов под водой долго не протянешь. Это только кажется, что в воде + 28С^0 ты можешь проплавать десять часов подряд. На деле — уже через шесть часов гипотермия организма обеспечена.

У мексиканцев принято готовить севиче в соке лайма. Латиносы строгают рыбу тонюсенькими кусочками. Мы же шинкуем эксклюзивный товар дембельским срезом, чтобы мясо на зуб попадало.

Одна из самых спортивных рыб тёплых вод на просторах океана от Мексики до Перу — рустер, на испанском «papagallo». Спутать «петуха» с кем-либо сложно — когда он охотится, или же просто возбужден, на спине вздыбливаются торчком семь здоровенных лучей спинного плавника.

Рустер — превосходный боец и неистово лютует против любого противника. Хоть на блесну, хоть на искусственную мушку. Я ловил этих ребят и тем, и другим способом, но уверен в одном — самым сложным способом добычи морского петуха является подводное ружьё.

Конечно, без кислородных баллонов, на своих собственных лёгких и мускулах. И если учесть, что размер трофея может быть полтора метра, то исход поединка не всегда может развернуться в пользу человека. Если плохо выстрелил и с собою нет трофейного буя, то будь готов к мгновенным похоронам ружья в морской пучине.

Среди городских обывателей с пролетарской родословной во втором колене сегодняшний имидж подводного охотника значительно подпорчен неумными персонами, что ураганят гарпунами в озёрах по щукам и лещам, а затем начинают вселюдно хвастаться такими «подвигами». Настоящий же подводный «человек с ружьем» всегда охотится или за трофеем, или за едой. Именно поэтому большая часть твоих погружений проходит вхолостую, в то время как спиннингист или нахлыстовик безусловно нанесёт вред рыбонаселению, сколько бы он потом не прикрывался оправдательной мантрой «catch and release». Воткни себе в руку крючок, затем вытащи, потом смажь йодом, когда–то обязательно заживёт…Это «поймал — отпусти», в переводе на общедоступный.

По охотницкой терминологии рустер принадлежит к трофеям из категории blue water. То есть, ты рыбу выцеливаешь практически как весеннего гуся или тарелочку на стенде, иногда давая полкорпуса на опережение. Так же, как при охоте на копытных, в случае с рустером метить следует в первую треть корпуса.

Ещё сложнее утихомирить подстреленную рыбу, особенно если промышляешь в одиночку и без лодки сопровождения, а под тобою хрен знает сколько метров и надо плыть обратно с дорогим колониальным товаром ещё километр через волны и ветер. Что, собственно говоря, произошло со мной в этом году. Небольшой рустер был добыт в 700 метрах от места стоянки. Полкилометра я кое-как прокондыбал поперёк волны, но затем пришлось в полном изнеможении выползти на берег, сдёрнуть проклятые ласты и грузы с пояса, а остаток пути шлёпать по острым камням в неопреновых носках. Такого прежде никогда не случалось! Ещё как был прав аляскинец Сахнов со своим — «жизнь только начинается».

По вкусовым качествам петух близок к тунцовым, но мясо его по цвету чуть нежнее и светлее. Тут, как у настоящих курочек — чем моложе, тем вкуснее!

На закате или рассвете молодухи всегда любят яркие краски впечатлений под шум прибоя...
Но это уже другая история, и опять про бесшумный выстрел. ■

По вопросам приобретения и сотрудничества

+7 903 729-46-32
hryapin@budorussia.com

НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

«Интурион.ру» приглашает вас в Санкт-Петербург – северную столицу делового туризма, один из лучших городов мира для проведения конгрессов, конференций, выставок, семинаров, бизнес-мероприятий любого уровня.

ВЫ ЖЕЛАЕТЕ ПРОИЗВЕСТИ ВПЕЧАТЛЕНИЕ НА ВАШИХ ДЕЛОВЫХ ПАРТНЕРОВ?

Мы точно знаем, что необходимо увидеть в Санкт-Петербурге.
Каждая поездка в интересные туристические места – всегда масса положительных эмоций и повод набраться сил и энергии.

Нашими приоритетами являются деловые поездки, поездки на различные культурно-массовые и спортивные мероприятия, персональные экскурсии, VIP-отдых.

Бронирование билетов, размещение гостей в отеле, трансфер на деловые мероприятия, оформление приглашений или визы для иностранных гостей – лишь малая часть предоставляемых нами услуги для дорогих гостей.

**МЫ НЕ РАБОТАЕМ ПО СТАНДАРТАМ И ШАБЛОНАМ.
МЫ РАБОТАЕМ ОТ ДУШИ!**

INTURION.RU
business & leisure

Реестровый номер РТО 014652

+7 (812) 640-02-32, +7 (812) 926-48-88

+7 (911) 926-48-88

t.me/InturionRu

Награды и подарки

ЛАЗЕРНЫЙ ЦЕНТР

Производство уникальных наград, памятных дипломов и сертификатов для соревнований, конкурсов и юбилеев:

- От стандартных до эксклюзивных
- Из различных материалов
- Любых форм и размеров

ЗАКАЖИ ДИПЛОМ У НАС

- Срочное нанесение
- Минимальный тираж от 1 шт.
- Собственное производство
- Индивидуальный подход к дизайну

г.Санкт-Петербург
+7 (812) 309 - 0838

zakaz2@newlaser.ru
www.newlaser.ru