

БудоГлобал

В НОМЕРЕ:

НИКОЛАЙ СМИРНОВ

АЛЕКСАНДР СОЛОВЬЁВ

ОЛЕГ АВДЫШ

ВЛАДИМИР ЕРАШОВ

МИХАИЛ БУГРИЙ

ОЛЬГА АРТЕМЕНКО

ВЛАДИМИР ГРИЩЕНКОВ

НИКОЛАЙ КОРОТАЕВ

ТАМАРА ШИПКОВА

НЕ ВЕРЬ, НЕ БОЙСЯ,
НЕ ПРОСИ!

Периодический иллюстрированный альманах «Будо Глобал».
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, Константин Белый, Евгений Волколупов, Рамиль Габбасов, Усман Дигаев, Олег Захаров, Владимир Ерашов, Александр Иншаков, Дмитрий Купка, Алексей Левицкий, Алексей Маслов, Камиль Мусин, Сергей Павлюкевич, Александр Половинкин, Леонид Попов, Александр Соловьёв, Джахангир Шахмурадов

Наблюдательный совет:

Игорь Сидоркевич (председатель, Россия), Бахтиёр Розиков (Узбекистан), Яшузак Маметназаров (Туркменистан), Сантьяго Санчис (Испания), Джордж Бирман (США), Гордон Шезлшер (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:

Олег Авдыш (Калининград), Михаил Бакалов (Ульяновск), Анна Балабаева (Тамбов), Олег Бекетов (Белгород), Виталий Бордюгов (Владивосток), Алексей Борисов (Самарская область), Николай Бучин (Екатеринбург), Виктория Вовк (Петрозаводск), Алексей Волков (Санкт-Петербург), Мария Давыдова (Москва), Евгения Евсюкова (ДНР), Алексей Ефремов (Кемерово), Римма Иванова (Курган), Дмитрий Купка (Ленинградская область), Ярослав Ляшенко (Ростов-на-Дону), Григорий Морозов (Тула), Алексей Оводов (Вологда), Антон Потенба (Псков), Максим Поторокин (Московская область), Анна Стригова (Свердловская область), Дарья Самошкина (Краснодарский край), Олег Строгонов (Челябинск), 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).

2 РЕДАКЦИОННАЯ

«При той мощи, которая накопила армия США и возникающем с вами, с Россией, конфликтом, ситуация в мире становится чрезвычайно опасной...», — полковник армии США.

4 ВСЁ КАК ОБЫЧНО — ЧТО ДЕЛАТЬ?

В недалёком будущем нас ждёт появление отвратительного клана спортсменов-профессионалов, которые извратят саму идею спортивных состязаний, монополизируют их и превратят в своего рода театр марионеток.

14 ИСТОРИЯ В ПОСТУПКАХ

Хочу привести одну красивую историю, в правдивости которой многие сомневаются. Но красота её, на мой взгляд, безусловна...

18 ВЫДЕРЖКИ ИЗ БЕСЕД КОНФУЦИЯ И ЛАО-ЦЗЫ

Если судить по переводу на русский язык старинного китайского трактата «Чжуан-цзы», то встречи «странствующего чиновника» Конфуция и «даосского свободного странника» Лао-цзы происходили неоднократно...

20 СКИФСКОЕ ПОСТРОЕНИЕ РУССКОЙ ДРУЖИНЫ

У русских издревле в сечах в первых рядах стояли самые старые и опытные воины, дяды-ветераны, которых ничем не испугать, ничем не удивить...

24 ЙОГА ИЛИ РАСТЯЖКА?

В чём же разница между упражнениями хатха-йоги и ЛФК, у-шу, растяжкой, гимнастикой, стретчингом и другими направлениями подобного содержания?

30 КОРОТЕНЬКО О КАНАДЦАХ

И остались ребята лежать под Балаклавой, где за их могилками с тех пор ухаживали «злые русские варвары»...

34 СОЗНАНИЕ — ПОДСОЗНАНИЕ

Не вдаваясь в терминологические дебри психологической науки сознание кратко можно охарактеризовать как ту часть нашей психики, с помощью которой мы, как представители вида Homo Sapiens непосредственно воспринимаем реальность.

44 БИТЬ ЛЮДЕЙ ЖЕЛЕЗНОЙ ПАЛКОЙ И ДЕЛАТЬ ЭТО С УДОВОЛЬСТВИЕМ!

Исторический средневековый бой — современный, динамически развивающийся спорт, объединяющий множество людей разного возраста из различных стран, и который вскоре может стать новым официальным видом спорта в России.

54 А СУДЬИ КТО?

Многие даже не задумывались, что перед тем, как выйти на татами в роли арбитра или бокового судьи, этим людям пришлось побывать в «шкуре» и спортсмена, и тренера. Пусть не обижаются на меня современные спортивные судьи, но я хочу несколько слов сказать о советской школе.



Николай Смирнов
главный редактор журнала «Будо Глобал»,
10 дан карате, мэйджин,
Заслуженный тренер России,
действительный член
Российской академии карате,
профессор

Здравствуйтесь, дорогие читатели! Наступила зима, а значит скоро уже и весна, и лето. И будет снова тепло. Если, конечно, до этого ничего не случится. Уж больно много смелых, я бы сказал, бесстрашных людей появилось в Европе за последние несколько десятков лет.

В своё время грандмастер Гари Александр, первый национальный чемпион Америки и Канады по карате (когда ещё бились как бы в ограниченный контакт, но без накладок) и милейший человек, с уважением относящийся к нашей стране, познакомил меня со своим старшим братом. Джон Александр, полковник в отставке, ветеран боевых действий во Вьетнаме, где руководил «зелёными беретами», во время этого знакомства подарил мне свою книгу «Future War» («Будущая война»).

Было это, по-моему, в уже далёком 2002 или 2004 году. Что характерно, сама книга посвящена нелетальному оружию, которое сможет купировать террористические атаки, потому как на серьёзную войну, по мнению автора, вроде как никто и не решится — то есть, такой военный вариант фукуямовского «Конца истории». Книга вышла в начале девяностых, когда наш вечно пьяный лидер, «панимаеш», просил Бога хранить Америку, а родная страна тем временем загибалась. Когда офицерам было рекомендовано не ходить в форме по улицам. Российская армия будто бы была, но её как бы не было. Вот именно тогда в своей книге Джон Александр отметил, что в последние годы армии в мире постоянно сокращаются, но несоизмеримо увеличивается количество охранных структур. Красив был и посыл, предложенный полковником — «платить технологиями, а не плотью».



Николай Смирнов и грандмастер Гари Александр

Всё было вроде бы логично, но с момента написания книги прошло более десяти лет и ситуация очень быстро изменилась. Отказавшись окончательно «лечь» под англосаксов и прочих примкнувших «западников» мы, наша страна вновь стали рассматриваться как угроза, которую нужно купировать. В разговоре со мной полковник вдруг заявил следующее:

«При той мощи, которая накопила армия США и возникающем с вами, с Россией, конфликтом, ситуация в мире становится чрезвычайно опасной. Дело в том, что нашей армией теперь управляют генералы, никогда всерьёз не воевавшие, которые изучали военное дело по столкновениям с заведомо более слабым соперником, или на симуляторах, когда в любой момент можно нажать кнопку «перезагрузка», спокойно попить кофе, а потом опять сесть к компьютеру и заново «повоевать». Пока нет оснований думать о серьёзном столкновении между серьёзными игроками, всё не так страшно. Но если ситуация внезапно изменится, нужно будет очень опасаться подобных генералов. Они не в состоянии оценить реальные риски от большой войны, и в США таких большинство. Про наших партнёров по блоку НАТО вообще говорить смешно».



Полковник Джон Александр,
автор книги «Future War»

Сейчас, в наши дни, я всё чаще вспоминаю эти слова умного полковника, прошедшего большой путь. Очень не хочется, но боюсь, что он был прав...





ВСЁ КАК ОБЫЧНО: ЧТО ДЕЛАТЬ?



Noli credere, noli timere, noli quaerere...

Слова, вынесенные в качестве эпиграфа, в переводе с латыни широко известны в нашей стране — «не верь, не бойся, не проси». Авторство приписывают Эпикуру, но выражение это было очень популярно среди римских легионеров. У нас, как обычно, собственный цивилизационный путь, и эти слова стали «заповедью» в криминальном мире. Утверждается, что привнесли их «жиганы» — ушедшие в криминал высокообразованные «белогвардейские» офицеры, которые, собственно, и создали идеологию воровского закона в нашей стране. Оглядываясь вокруг, мы видим — если развеять дипломатический дымок, этот закон Эпикура работает и в международной сфере. Чётко и безошибочно. Коротко — нужно всегда оставаться самим собой, а жертвенное поведение всегда (!) провоцирует эскалацию насилия.

Когда смотришь на происходящее, то всё чаще вспоминается царь Соломон с его грустноватым «и это прйдёт...», и ... Эпикур. Я сейчас не про боевые действия, хотя и ношу гордое звание капитана запаса — только множить ряды страшных в своей мудрости «экспертов» по военному делу, влёгкую распознающих коварные замыслы врага и обучающих наших генералов как правильно действовать, не собираюсь. Понимаю, что война это очень серьёзная наука, которую понять и прочувствовать дано далеко не каждому. Причём, к способностям должен прилагаться серьёзный характер. Мне бы хотелось поговорить конкретно про международное спортивное движение. То есть, про олимпийскую конструкцию. Такую почти совершенную пирамиду развития спорта в любой стране, верх которой чемпионат чемпионатов — Олимпийские игры.

Историю древних греческих игр вспоминать не буду, её и так наши читатели хорошо знают. Даже про «новые Олимпийские игры», героически восстановленные бароном Кубертенем, в советской, а затем и в российской спортивной историографии много чего написано. Только некоторые факты у нас, мягко говоря, старались затушевать. Видимо, чтобы не омрачать «картинку». К сожалению, такие попытки никогда не доводят до добра. Например, про Армию Крайову, про УПА и ОУН нам в школе советской, дававшей весьма достойное образование, никогда не говорили. Совсем! Поэтому присутствовал некий шок, когда вдруг начали писать о боях с поляками, про дивизию «Галичина», какой национальности были палачи Бабьего Яра и Хатыни, кто убил знаменитого нашего разведчика Кузнецова и смертельно ранил генерала Ватутина. Может берегли наши нервы, а что вернее, пытались представить «правильную» и благостную картинку — как они, власть имущие, в патерналистическом, отеческом таком рвении себе её представляли. Чтобы наши неокрепшие мозги не травмировать. Оказывается, зря. Нельзя всех считать глупее себя. ▶



Пьер де Фреды, барон де Кубертен

Такая же история и с Олимпийскими играми. Нам давно рассказывали, что барон Пьер де Кубертен с детства был одержим идеей восстановить праздник мира, рождённый образованными древними греками, что у него всё получилось и поистине демократические игры благодаря ему вновь стали доступны всему прогрессивному человечеству. Вот тут-то и стоит вспомнить царя Соломона — а ведь это всё уже было. Кубертен, не хочу называть его бароном, уже в начале своей «олимпийской» деятельности проявил себя конкретным русофобом. Причём именно что не антикоммунистом, а русофобом, и чем, в каком-то смысле, задал вектор дальнейшего развития своего проекта. Кстати, закончил он свою жизнь хоть и не почётным гостем гитлеровской Германии, но на полном её содержании. И повезло ему, что случилось это в 1937 году, иначе бы точно не отмылся.

Впрочем, начнём с начала. Уже в первых, восстановленных Олимпийских играх в Афинах в 1896 году Российская империя должна была принять участие... Должна, но не приняла. Хотя в международном Олимпийском

комитете был представитель России — генерал Алексей Бутовский, который считался популяризатором здорового образа жизни и, соответственно, физической культуры. Однако же неясность с финансированием от государства (точнее, его полное отсутствие), а также не решённые вопросы по освобождению спортсменов от работы на время проведения игр (тогда в стране тоже был капитализм) привели к тому, что представители России в соревнованиях участия не принимали. Да и вообще, в первых современных играх приняли участие представители четырнадцати стран. Прямо скажем, немного. Кстати, какое интересное предвидение и надо сказать справедливое от самого Кубертена:

«В недалёком будущем нас ждёт появление отвратительного клана спортсменов-профессионалов, которые извратят саму идею спортивных состязаний, монополизируют их и превратят в своего рода театр марионеток».

Думается, имел он в виду не выступающих спортсменов, а спортивных чиновников, гордо представляющих только себя, но не страны, в которых они родились, выросли и состоялись.

Во-вторых Олимпийских играх в Париже в 1900 году Российская империя приняла более активное участие. В едином строю выступали все регионы России, включая Польшу, про Прибалтику даже не говорим, за исключением Финляндии — ей разрешили выступать самостоятельно. «Кровавая» царская власть предоставила много вольностей отбитым у шведов «чухонцам» и даже земель, за что они нас до сих пор и «благодарят».

Российский результат был слабым: из семи спортсменов только трое фехтовальщиков приняли участие в соревнованиях, двое вошли в «десятку», двое конников приняли участие только в показательной программе, а двое состязались в дополнительном, неофициальном виде — в гонках на конях с почтовыми повозками. Наибольшего успеха из «наших» добился польский фехтовальщик Юлиан Мишо, один из самых известных учителей фехтования в Варшаве, где он преподавал сразу в нескольких фехтовально-гимнастических залах. После отделения Польши Мишо был зачислен в польскую армию в звании капитана, но вскоре ушёл в отставку. Он умер в Варшаве в 1925 году.

Игры в Лос-Анджелесе (Северо-Американские Соединённые Штаты) в 1904 году Россия пропустила. Впрочем, не она одна. При организации той Олимпиады было допущено много ошибок. Во-первых, игры проводились одновременно со Всемирной выставкой в Сент-Луисе, вызвавшей куда больший интерес и абсолютно отвлекшей внимание от не очень популярного и совсем «не раскрученного» на тот момент мероприятия. На фоне практического отсутствия интереса к Играм выставку посетило без малого 20 миллионов человек. Она, кстати, задала определённый позорный тренд, просуществовавший в Европе до конца шестидесятых годов. На выставке, помимо многого действительно интересного и передового, был продемонстрирован «человеческий зоопарк» с живыми экспонатами из туземных племён Африки и Океании. Ну, а во-вторых, добираться из Европы или другой части света до Америки в те времена было слишком долго и дорого. И пришлось на этих Олимпийских играх американцам соревноваться практически друг с другом.



Реклама выставки за авторством Альфонса Мухи

Зато последующая Олимпиада 1908 года в Лондоне была уже более многочисленной и впервые стала «золотой» для России. От нашей страны здесь выступали всего шесть атлетов. Финны опять выступали отдельно и в общем медальном зачёте с нами не участвовали.

Представляем нашего первого «золотого» чемпиона — Николая Коломенкина, вошедшего в историю под сложной фамилией Панин-Коломенкин. Псевдоним «Панин» ему пришлось добавить именно из-за того, что иначе могли бы возникнуть проблемы на работе, с которой его на какие-то там «игры» попросту не отпускали — в департаменте финансов Казённой палаты, где служил этот выпускник Санкт-Петербургского университета, увлечение спортом не приветствовалось, да и в те времена окружающие очень неодобрительно относились к занятиям спортом, а то и насмехались в открытую. Позднее псевдоним был официально присоединён к фамилии.

Невозможно просто вскользь упомянуть этого легендарного человека. Он являлся одиннадцатикратным чемпионом Российской империи по стрельбе из боевого револьвера, выступая с 1907 по 1917 год. Выигрывал первенство империи по фигурному катанию, а затем стал первым и единственным (до 1952 года) российским и советским олимпийским чемпионом. Заслуженный мастер спорта СССР (1940), судья всесоюзной категории по фигурному катанию (1949). Активно занимался тренерской и педагогической деятельностью, подготовив множество чемпионов России и СССР. ►

Николай Александрович Панин-Коломенкин



Наконец, последняя перед Первой мировой войной Олимпиада в Стокгольме в 1912 году стала уже более-серьёзным мероприятием как по количеству стран, принявших в ней участие, так и по численности национальных сборных. Россия отнеслась к этим соревнованиям уже более ответственно. В стране появился национальный Олимпийский комитет, взявший на себя организацию поездки и формирование сборной. В этот раз, опять же не считая финнов, сборная насчитывала 178 спортсменов. Но количество не спасло — чемпионов среди представителей нашей страны не было, было лишь пять серебряных и бронзовых медалей, 16-е место в общекомандном зачёте, а в футболе с Германией вообще был зарегистрирован жуткий результат 16:0 в пользу немцев.

Результаты выступления россиян в Стокгольме российской общественностью были встречены очень плохо, достижения наших спортсменов называли «спортивной Цусимой» — это символизировало степень испытанного за результат позора. Тем не менее, министерство спорта не появилось, но зато появился «главнонаблюдающий за физическим развитием народонаселения Российской Империи», что уже было серьёзным шагом. Таковым назначили командира лейб-гвардии гусарского Его Величества полка свиты Его Императорского Величества генерал-майора Владимира Воейкова. Его организационные таланты не хвалили, но следует отметить, что именно ему принадлежит идея начать проводить русские олимпиады. Дело в том, что сборная, провалившаяся в Стокгольме, была сформирована «явочным порядком» — по сути, без всякого отбора. Многие из действительно сильных спортсменов, которые могли бы побороться за медали, попросту не знали, что можно стать членами сборной, кого-то не отпускали с работы, кому-то элементарно не хватило денег на поездку. Короче, возникла необходимость начать подготовку, серьёзный смотр и отбор сильных спортсменов. Видимо, осознав это Николай II согласился с идеей проведения русской олимпиады.

Местом её проведения выбрали Киев, и тоже не случайно — дело в том, что в 1913 году там планировалось проведение Всероссийской выставки. Олимпийское движение как таковое было ещё слабо и не особо популярно, поэтому игры пытались соединить с «раскрученными» и обречёнными на успех событиями. Парижская выставка и парижская Олимпиада в 1900 году, американская выставка в Сент-Луисе и Игры в САСШ в 1904-м тому примеры. Вот так площадкой для Первой Русской (Российской) олимпиады стал Киев, где в 1913 году должна была состояться (и состоялась) Всероссийская выставка. В городе был построен первый в России настоящий стадион, его называли «Спортивное поле». Это тоже было большим шагом вперёд — до того подобной площадки в стране не было и все соревнования проводились либо на плацу военных училищ, либо на ипподромах, либо попросту на пустырях. Здесь же даже оборудовали ложу для почётных гостей. Председатель оргкомитета выставки Александр Тышкевич привлёк к организации игр известного врача и спортсмена Александра Анохина (кто не слышал о гимнастике Анохина?!). На церемонии открытия 20 августа 1913 года присутствовало всего около десяти тысяч зрителей. Уровень популярности очевиден — даже на нашей трёхдневной Олимпиаде боевых искусств «Восток–Запад», проходившей на протяжении многих лет, ежедневно присутствовало порядка двадцати тысяч зрителей. Сейчас эту Русскую (Российскую) олимпиаду вполне можно было бы назвать международными соревнованиями. В них приняли участие спортсмены из Киева, Одессы, Тирасполя, Варшавы, Риги, Виндавы (сейчас это Вентспилс), Вильно (ныне Вильнюс), Ковно (сегодня Каунас), Ревеля (ныне Таллин) и Юрьева (Тарту). В целом соревнования прошли с достойным представительством, довольно-таки удачно, и по итогу было принято решение о проведении Второй Русской (всероссийской) олимпиады в Риге в 1914 году.

Общий вид киевского стадиона — начало состязаний



Общий вид киевского стадиона. Начало состязаний.

В отличие от Киева в Риге для олимпийских стартов не стали строить специальный стадион. К примеру, соревнования по беговым дисциплинам проводились на местном ипподроме, но каким-то удивительным образом скачки при этом не отменяли. Наспех размеченные дорожки находились не в лучшем состоянии, но это не сказалось на энтузиазме участников. Да и на кого было равняться? Всё только начиналось и спорт из забавы начал превращаться во что-то серьёзное. К тому же значительно прибавилось количество участников: на играх были представлены команды Тифлиса (Тбилиси), по сути грузинская сборная, и даже Гельсингфорса (ныне Хельсинки), то есть, финская. Чем ещё стала знаменита Вторая Русская (Всероссийская) олимпиада, так это тем, что впервые в России в её рамках были организованы соревнования для женщин. А подлинным её триумфатором стал московский спринтер Василий Архипов, завоевавший три золотые медали.

В воздухе уже основательно пахло войной. Как известно, в Риге проживало значительное количество немцев, они же в большинстве представляли спортсменов-ребцов. Видимо поэтому судьи на старте гребной регаты вдруг начали подавать команды на немецком языке, что вызвало бурные протесты у остальных участников и зрителей, уже тогда чувствовавших напряжение в отношениях России и Германии.

Но 15 июня (точнее 28, по новому стилю) 1914 года в городе Сараево (Босния) Гаврило Принцип, сербский националист, застрелил наследника австро-венгерского престола, эрцгерцога Франца Фердинанда. Большинство стран с упоением бросились в бой. Патриотические демонстрации сотрясали Англию, Германию, Францию, Россию, да и государства поменьше. Население каждой из стран считало, что враг будет разбит и победа будет быстрой. Какая уж тут Олимпиада? Отменили из-за начала Первой Мировой войны соревнования по лаун-теннису, современному пятиборью, а также популярнейшие в то время конные соревнования, намеченные на середину июля. Большинство их участников были офицерами, они спешно покидали Олимпиаду и возвращались в свои полки.

Понятно, что запланированные русские олимпиады 1915 года (Санкт-Петербург) и 1916 года (Москва) не проводились. Хотя следует сказать, что опыт и успех русских олимпиад был ощутим, и даже во время войны были проведены Северокавказская олимпиада в Новороссийске и Поволжская олимпиада в Нижнем Новгороде. Программа была несколько сокращена, но соревнования прошли успешно.

После окончания Первой Мировой войны отношение к Олимпийским играм в нашей стране было скорее негативное, к тому же у нас продолжалась гражданская война. В общем, было не до спорта, поэтому направлять сборную на Олимпиаду 1920 года в Антверпен правительство не стало. Вернее, заявка на несколько человек была послана, но приглашения мы не дождались. Но это не значит, что правительство игнорировало такой важный элемент жизни как спорт. Там было достаточно много умных людей, они наверняка подметили то, на что обратил своё внимание Кубертен, а именно на важнейший фактор международного спорта — командные игры, командный дух и, соответственно, подъём национального самосознания.



Николай Ильич Подвойский

Весной 1918 года был принят декрет большевистского ВЦИК «Об обязательном обучении военному искусству». В результате появилась структура «Всеобуч», одной из основных задач которой являлась физическая подготовка потенциальных воинов. Её возглавил один из руководителей штурма Зимнего дворца Николай Подвойский. Он достойно проявил себя на этом посту и уже 25 мая 1919 года в Москве на Красной площади прошёл первый парад «Всеобуча», ставший также первым парадом физкультурников, который принимал Владимир Ильич Ленин. Была заложена славная советская спортивная традиция.

Новое революционное правительство практически с самого начала своего существования развивало спортивное движение. Большинство известных спортсменов, успешно проявивших себя до эпохи «исторического материализма» и не декларировавших симпатий к «белым», получили возможность и дальше заниматься любимым делом. К примеру, инструктором по спорту во «Всеобуче» работал наш первый Олимпийский чемпион Николай Панин-Коломенкин, и многие другие состоявшиеся спортсмены. ►

Как уже ранее упоминалось, на Олимпиаду 1920 года и на следующую, после образования СССР, в 1924 году наше государство на не допустили. Поначалу ссылались на то, что Россию (как всё равно называли на Западе СССР) начали представлять сразу два преемника: белогвардейцы и эмигранты с одной стороны, и «Советы» с другой. Потом от СССР потребовали сначала вернуть «царские долги», к эмигрантам тоже были претензии. Короче, Пьер де Кубертен и его сотоварищи решили не допускать никаких русских — ни тех, ни этих. Очень похоже на то, что происходит сейчас, только белогвардейцы уже кончились.

Решительный Подвойский ожидать милости от «буржуйского» МОКа не собирался. Поэтому, пока в августе 1920 года в Антверпене проходили Олимпийские игры, в Москве был создан Высший совет физической культуры — в ведение этой структуры отдали развитие спорта в РСФСР. Но этого мало. В 1921 году под эгидой Коммунистического интернационала (международная организация, объединявшая коммунистические партии более 60-и стран в 1919—1943 годах), или как его коротко называли «Коминтерна», был создан «Красный спортивный интернационал», который также возглавил Николай Подвойский. Эта организация уже не скрывала что видит себя противовесом МОК, и начала действовать, приглашая на свои соревнования спортсменов отовсюду, в первую очередь из Европы. Советское правительство постаралось, и в 1928 году была проведена грандиозная Всесоюзная спартакиада, во многом масштабнее

и интереснее, чем «западные» игры. В Москву приехали более семи тысяч участников из 17 стран, в числе которых было 195 немцев, 83 финна и 71 австриец, англичане, французы и представители иных стран, даже таких «экзотических» для наших широт, как Уругвай, Аргентина и Алжир.

Стоит отметить, что помимо МОКа и КСИ тогда активно выступала против обоих ещё одна организация, созданная также в начале двадцатых годов — Люцернский спортивный интернационал (ЛСИ), вернее Социалистический рабочий спортивный интернационал. Он пытался запрещать своим членам принимать участие в мероприятиях МОКа, и КСИ, терял в численности, связывался даже профашистскими организациями. Его деятельность почему-то замалчивается, хотя в активе этой организации были почти стотысячные по числу участников соревнования, затем масштабы деятельности резко уменьшились, но, как ни удивительно, этот Интернационал существует до сих пор.

А в СССР началось движение Красных олимпиад, проходивших в разных форматах во многих регионах большой страны, что безусловно способствовало активному развитию спортивно-массового движения.

Расхождение между МОКом и КСИ стало особенно заметно в выборе места для проведения зимней и летней Олимпиад в 1936 году. Они, как известно, проходили в нацистской Германии, а Олимпиада 1940 года была запланирована в Японии. Понятно, что мы даже

Всесоюзная спартакиада, 1928 год





III летняя Рабочая олимпиада

не рассматривали возможность участия в них, но ответный удар не мог не быть нанесён. Так и произошло. Объединившись на время с социалистами, тем самым «Социалистическим интернационалом», КСИ провёл в Антверпене III летнюю Рабочую Олимпиаду. Туда поехали все те, кто отказался от участия в «гитлеровской» Олимпиаде.

Надо сказать, что получилось весьма мощное мероприятие, участвовало более четырнадцать тысяч спортсменов из пятнадцати стран. Удачное проведение стало серьёзным вызовом МОКу, особенно с учётом быстрого падения «репутации» фашистского режима, а с ним и функционеров Олимпийского комитета, крепко с ним сотрудничавших.

Безусловно, война на несколько лет отодвинула международные проекты. Поэтому следующий форум произошёл только после её окончания и исключения Германии и Японии.

Лондонская Олимпиада 1948 года получила прозвище «суровой Олимпиады». Невзирая на то, что в Играх приняло участие более 4000 спортсменов из 59 стран, проходила она очень скромно — ни одного нового спортивного сооружения, полуразрушенный город, но это всё равно был праздник спорта и мира. На сей раз мы никуда не просились — нас приглашали, но мы не приняли приглашение.

Говоря о прошлых Олимпиадах всё же необходимо отдать должное Кубертену. Плодотворной его идеей было проведение художественных конкурсов как части игр. Медали присваивались за произведения искусств, связанных со спортом, в пяти категориях: скульптуре, живописи, музыке, литературе и архитектуре. Подобные конкурсы были частью Игр в период с 1912 по 1948 годы, до середины 50-х продержались лишь художественные выставки. Потом очередные умные головы решили, что участники являются профессионалами, что противоречит Олимпийской хартии. Как будто спортсмены-участники не профессионалы...

Что касается спорта — к 1952 году, когда состоялась следующая Олимпиада в Хельсинки, следовало определиться. Ситуация существенно изменилась, к этому моменту случилось многое. Во-первых, победа СССР в Великой Отечественной войне сделала нашу страну ▶

Всесоюзная спартакиада, 1928 год



политическим «тяжеловесом». Во-вторых, МОК, скомпрометированный близкими отношениями с фашистами, политически сильно ослабел. Видимо из политических соображений отхода от вольного и невольного «изоляционизма», и с учётом активного возвращения в мировую политику, а спорт его неотъемлемая часть, СССР закрывает Коминтерн и его структуры, двигаясь навстречу МОКу. Безусловно, будучи уверенным в достойном месте в Олимпийском движении.

Как результат, Игры в Хельсинки становятся действительно мировым событием. В соревнованиях по 17 видам спорта приняло участие почти 5000 спортсменов. Первое командное место заняли США, второе СССР, а третье, что интересно, Венгрия. Но спортивная «война» между двумя сверхдержавами, да ещё на фоне очень горячей тогда «холодной» войны, началась.

Однако после вступления в олимпийское движение и поддержки реально скомпрометированного связями с фашистами МОК, никто и не мог предположить, в каком положении окажется наша страна. Медленно, но верно (особенно после распада СССР и мирового социалистического лагеря) нас начали откровенно «гнобить». Несмотря на это, на протяжении многих последних лет мы делаем вид, что верим их «объективности» в отношении России, убеждаем наших партнёров по спорту, которые оказались практически врагами, что мы молодцы, достойные того, чтобы нам дали поучаствовать в Олимпиадах, чтобы нас пустили, пусть и с ограничениями. Министерство спорта с затаённой грустью доказывает необходимость участия в них. А как же? Ведь конструкция выстроена, она удобная, понятная, и всё идёт как бы по накатанной. Тем более, для функционеров — тех, кто обязан участвовать в международной деятельности и не желает ничего нового придумывать.

А ведь почти тридцать лет назад видный наш спортивный деятель и учёный Пётр Виноградов уже говорил о том, что мы начинаем повторять советские ошибки в области спорта. О том, что деятельность нашей спортивной конструкции обслуживает исключительно интересы лоббистов МОКа, а вовсе не наше общество и не наше государство. Утверждалось — спортивные чиновники на зарплате и получают её у наших недругов. Тогда чего хотим? Чтобы всё было честно? Не будет! Нас же не полюбили, когда мы сказали, что больше не коммунисты и попросились в «буржуины»? Нас же не простили, не совсем, правда, понятно за что. Хотя труднее всего простить невинного. Нет! Не полюбили и не простили! Просто наши стремления приняли за слабость. Более того — как только стало понятно, что мы готовы даже поунижаться, нас тут же и начали самозабвенно унижать. Последние лет десять мы очень просились назад, в спортивное буржуинство, а нам показывали здоровую такую фигу, невзирая на «русские дома», где от всей русской души наливали всякие неспортивные напитки да ещё обеспечивали закуской — черной икрой и прочими деликатесами. Ещё раз привет Эпикуру — не верь, не бойся, не проси.

Заметьте, неприятие нас начиналось вроде бы с мелочей, но становящихся принципиальными препонами. Наши робкие намёки на подозрительно крепких сестёр Вильямс, американских гимнасток или чересчур больших норвежских лыжников встречались категорическим

«это другое». И мы соглашались. А вдруг нас больше обижать не будут? Результат — нас объявили изгоями. Что особо неприятно — ни одна из вроде бы дружественных нам стран не встала в позу и не сказала: «Раз такое творится, то мы тоже никуда не поедём!» Почему не сказали? Причин, наверное, можно найти немало, но одна из них есть наше собственное поведение. Когда мы сами всё-таки соглашаемся принимать участие в Олимпиаде даже в невнятном статусе — то есть, готовы унижаться. Тут уж, простите, никто в таком положении с нами вместе оказаться не захочет. И как-то трудно представить команду Китая, Индонезии или той же Норвегии с белым флагом на Олимпийском параде и без гимна. Про команду США даже и не мечтаю, а было бы интересно. И здесь хотелось бы задать несколько вопросов тем, кто должен защищать имидж и интересы нашей державы. Начнём?

Первый вопрос: с какой такой стати Международный Олимпийский Комитет присвоил себе права на все слова с корнем «олимп»? Им передали их с тех самых доисторических пор? Может быть Пифагор, Демосфен, Плутарх, Демокрит, Платон, Сократ или Аристотель, бывшие чемпионами Игр в разных дисциплинах? Об этом никаких сведений нет и быть не может, потому что пользование и узурпация пользования этим самым «олимпом» нелегитимно. Почему мы это позволяем?

Второй: тема с допингом, с организацией WADA, вообще очень запутана. Известно, что всё сильно закрутилось после того, как была принята Международная конвенция о борьбе с допингом в спорте — произошло это в 2005 году и документ этот приняло ЮНЕСКО. Сама идея этой инициативы заключалась в спасении спортсменов от фармакологических препаратов, которые могут принести вред здоровью — то есть, борьба за здоровый образ жизни. А что получилось? Согласитесь, операция, когда к нашим спортсменам ночью врывались в номера накануне соревнований с требованием срочно пописать в пробирку, слабо коррелируется с заботой о спортсменах. Говоря же про допинг как таковой, то необходимо отметить — WADA для своих оставила очень серьёзную лазейку под названием «терапевтическое использование». Стандарты его использования прописаны так, что определяют кому можно, а кому нельзя принимать запрещённые препараты. И получается так, что нам нельзя. Конечно, серьёзную роль сыграл Родченков с его разоблачениями. Только непонятно, чем занималось наше спортивное руководство и наши спецслужбы, и почему на него никто не обратил внимание? Он же не вдруг собрал образцы и поехал. Для них так же точно не должно было являться секретом общение ФБР с WADA и специальной созданной им разведывательной службой Sport Human Intelligence Network (SHIN). Как высказался один крупных американских чиновников Рахул Гупта: «С точки зрения обеспечения права мы всегда поощряли WADA к более тесному сотрудничеству с нашим ФБР и другими агентствами».

Третий вопрос. Ладно, мы оплошали, они доказали, но простите, нас при этом лишили права на флаг, гимн, а спортсменов на декларацию гражданства с явным нарушением Олимпийской хартии, где чётко указано «спортсмены обязаны иметь гражданство той страны, НОК которой подал на него заявку». Кто же такой смелый потребовал от нас, по сути, отказаться от национальной принадлежности? А это третейский суд — Международный суд спортивного арбитража (CAS), который вдруг решил, что может решать, когда нам использовать государственные символы. Но он абсолютно не вправе это делать.

Какой же выход? Забыть про Олимпиаду и вспомнить про Подвойского. Начать проводить своё и большое, в рамках БРИКСа, в рамках ШОСа, да хоть в рамках стран участниц «Инициативы Бенгальского залива». Проводить честно, а не «выставочными» соревнованиями, которыми сильно грешат некоторые наши спортивные объединения, доказывая свою ценность в глазах «руководящих» товарищей. Уверен, результат будет достаточно быстрым и успешным. Недаром Пётр Первый перевозил столицу из продажной и испорченной на тот момент Москвы в Санкт-Петербург, где большинство чиновников были «на новенького». В нашем случае, можно перевезти мировое «спортивное правительство» из Лозанны в Екатеринбург или создать там своё. Там легко и до Азии шагнуть, и до Европы. Ничего особо и готовить не надо — уже есть готовое помещение, «Ельцин-центр» называется. Ну, это только в планах.

И ещё хочется добавить. У нас проходит масса соревнований, в том числе и международных, а информационная поддержка ведётся только шёпотом, а почему? Пример — Универсиада. Боимся? Очень даже зря! Почему мы боимся говорить о своих спортивных достижениях, о прекрасных залах, стадионах, аренах. Беспочемуимся за самочувствие чиновников МОКа? Не надо.

И в заключение хочется привести слова моего друга, заслуженного тренера Российской Федерации, мастера спорта международного класса, чемпиона мира по самбо и просто достойного человека, Александра Яковлева:

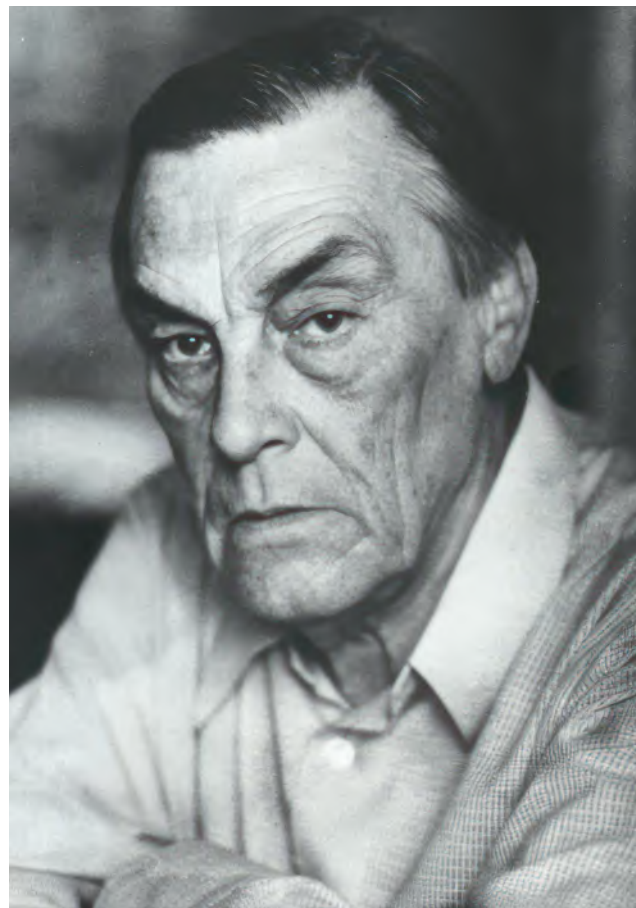
«Понятно, что мы надолго разошлись с западным миром, в том числе и со спортивным. Признать свою неправоту они не смогут. Подчиниться им мы тоже категорически не согласны. Что делать? Вспомнить историю, когда политика пыталась переиграть спорт. Нужно опять, как и десятки лет назад, организовывать свои мероприятия по конкретным видам, делать их максимально открытыми. Не бояться громких названий — Олимпиада, Спартакиада и прочих, присвоенных западными спортивными бюрократами. Тем более, что есть много стран, я бы даже сказал большинство, которые с удовольствием откликнутся на наши приглашения. Достаточно вспомнить Игры Доброй Воли в Москве или успех Олимпиады боевых искусств «Восток-Запад», которая много лет собирала в Санкт-Петербурге более двенадцати тысяч участников из нескольких десятков стран. Думаю, что новое наше спортивное руководство пойдёт именно по этому и похоже, что единственно правильному пути».



ИСТОРИЯ В ПОСТУПКАХ



НИКОЛАЙ СМЕРНОВ
Санкт-Петербург, Россия



Арсений Тарковский. А как похож на Ремарка?!

*Вот и лето прошло,
Словно и не бывало.
На пригреве тепло.
Только этого мало.
Всё, что сбыться могло,
Мне, как лист пятипалый,
Прямо в руки легло.
Только этого мало.
Жизнь брала под крыло,
Берегла и спасала.
Мне и вправду везло.
Только этого мало.*

Грустное стихотворение Арсения Тарковского. Лето, для меня по крайней мере именно то время года, которое особенно жалко провожать. Долго оно уходило, как бы обещая остаться, но наступила осень, а теперь уже и зима. Ну, будем ждать следующего.

В сегодняшней своей статье я хочу коснуться наиболее болезненной темы. У нас, безусловно, есть честные генералы и чиновники, действительно патриотично настроенные функционеры различных ипостасей и люди искусства. Не такие, которые держат фигу в кармане или отмалчиваются. Иногда, правда, объясняя своё поведение: «Старик, я туда столько ввалил (в дом, в бизнес), потом у меня там крепко осели (сын, дочь, внук, внучка.) Понимаю, начну вякать — там прижмут, а здесь я аккуратно, между струйками». Но эти не так раздражают, как те, кто, поучая, сами только говорят. Это как в популярном и очень грустном анекдоте эпохи начала конца СССР: «Какая разница между политработниками времён Гражданской и Отечественных войн и наших дней? Тогда говорили — делай как я, а теперь — делай, как я говорю». ▶



Александр Христофорович Бенкендорф



Николай I, ещё безусый молодой император

С этим столкнулись и духовные отцы. Например, Иисус так говорил о фарисеях, даже название которых стало нарицательным: «по делам же их не поступайте, ибо они говорят, и не делают»

Хочу привести одну красивую историю, в правдивости которой многие сомневаются. Но красота её, на мой взгляд, безусловна. Она об Александре Христофоровиче Бенкендорфе, боевом генерале, имевшем боевые награды за участие в нескольких военных компаниях, в том числе и в Отечественной войне 1812 года. Кстати, в истории осталось и имя его родной сестры, княгини Дарьи Христофоровны Ливен — первой и выдающейся женщины-дипломата в истории России. Именно ей император не поверил о готовящейся Крымской войне.

Строго говоря, малочисленные «жандармы» существовали в Российской империи и до восстания декабристов, но их функции были невняты — скорее похожие обязанности военной полиции при гарнизонах, также в масштабах страны отсутствовало единоначалие. Увидев возможную шаткость государства российского на примере восстания декабристов, когда лишь чудо спасло царскую семью от физической гибели, Бенкендорф «творчески переработал» пожелание Николая Александровича Романова, вошедшего в историю как Николай I, создать жандармское отделение, организовал работоспособную структуру и возглавил её.

Кстати, при нём количество жандармов на всю Российскую Империю (с Финляндией и Польшей) немногим превышало 5000 сотрудников. А в проекте пламенного декабриста Пестеля численность «Государственного приказа благочиния», по сути той же тайной полиции, предполагалось довести до 114000 человек — это чтобы в каждой губернии и в каждом уезде блюли. Кроме того, Пестель разработал проект о выселении за пределы империи ряда народов: евреев, цыган, киргизов, кайсаков, чухонцев. Это для начала. А далее завести разряды для жителей страны, с первого по третий. Вот уж был бы добрый и мудрый правитель, и эффективный менеджер!

Вернёмся к обещанной истории. На следствии по делу «декабристов» Александр Христофорович Бенкендорф собрал на первый допрос всех обвиняемых из «благородных» и сказал им следующее: «Вы утверждаете, что поднялись за человечность, гуманность, за свободу для крепостных и Конституцию? Что же, это похвально. Прошу тех из вас, кто дал эту самую свободу крепостным — да не выгнал их на улицу, чтобы те помирали, как бездомные собаки, с голоду под забором, а отпустил с землёй, подъёмными и посильной помощью — поднять руку. Ежели таковые имеются, дело в их отношении будет прекращено, так как они действительно поступают согласно собственной совести. Я жду. Нет никого? Как странно... Я-то своих крепостных отпустил в Лифляндии в 1816-м, а в Тамбовской губернии в 1818-м. Все вышли с землёй, с начальными средствами. Я заплатил за каждого из них податей за пять лет вперёд в государственную казну. И я не считаю себя либералом, или освободителем! Я действую так согласно своей совести. Кроме того, мне так выгоднее. Эти люди на себя лучше работают. Я зарабатываю на помоле, распилке леса и прочем для моих же бывших крестьян. Я уже все мои расходы покрыл и получил на всём этом прибыль. И я не выхожу на площадь с безумными заявлениями или протестами против Государя или, тем более, против Империи потрясения ради!



Так как вы ничем не можете доказать, что дело сие политическое, судить мы вас будем как бунтовщиков и предателей Отечества, навроде пресловутого Емельки Пугачёва. А теперь — все по камерам!»

Большое видится на расстоянии. Мы не раз сталкивались с этой фразой. Так же, как и с тем, что прикрывшись высокими словами и благородными целями можно обмануть многих, но в моменте, а в истории нельзя.

Вспомним слова уже упоминавшегося в начале статьи Ремарка: «Бездействие не всегда преступление. Призывы к действию, без участия в них — всегда». Для многих призывающих к победам, аккуратно отстраняющихся от их завоевания и ещё более аккуратно отстраняющих своих родных эта фраза приговор. Мне так же непонятны призывы к победе на фоне постоянных праздников, фейерверков, концертов и прочих развлечений. Какое-то натужное веселье и, на мой взгляд, оскорбительное для тех, кто на передовой.

Наверное, нужно очень хорошо помнить слова Генри Джона Темпла, лорда Пальмерстона, 35-го и 37-го премьер-министра Великобритании, который в 1848 году честно признался: «Как тяжело жить, когда с Россией никто не воюет». Причём, воюет не только с теми, кто в окопах, а со всеми нами.



ВЫДЕРЖКИ ИЗ БЕСЕД КОНФУЦИЯ И ЛАО-ЦЗЫ



Если судить по переводу на русский язык старинного китайского трактата «Чжуан-цзы», то встречи «странствующего чиновника» Конфуция и «даосского свободного странника» Лао-цзы происходили неоднократно. В ту пору оба они, ставшие тысячелетия спустя признанными великими мудрецами, обменивались мнениями «обо всём сущем», оттачивая искусство беседы.

— Я слышал, — сказал Лао-цзы при первой беседе, — что ты достойнейший муж северных краёв. Ты тоже обрёл Путь?

— Ещё нет, — отвечал Конфуций (хотя ему было тогда уже больше 50 лет), — Я искал его в числах, в учении об Инь и Ян, но так и не нашёл.

— Иначе и быть не могло, — улыбнулся Лао-цзы. — Это невозможно, и тут ничего не поделаешь. Если и обретёшь Путь, то удержать его не сможешь. Человечность (Жень) и долг (И), которое ты рассматриваешь основой своего учения, — это временное пристанище души.

— Не могу с этим не согласиться, — отвечал Конфуций. — Но вместе с тем у меня много учеников, которые стараются походить на меня и уточняют суть моего учения. Мне хочется направить их по правильному пути самосовершенствования.

— Для того, чтобы изменить других людей, надо быть самому идеальным другом перемен. Таить тщеславные помыслы исправить природу своих учеников не стоит. Они останутся такими, какие есть, — не без грусти отвечал Лао-цзы.

— И всё же, что ты скажешь, уважаемый, о тех из них, кто всё время стремятся быть первыми, лучшими, победоносными во всём? — задался «спортивным» вопросом Конфуций.

— Они недостаточно знают Небесные законы перемен и превращений, а потому недооценивают значение Недеяния, — сказал без промедления Лао-цзы.

— Однако эти люди, становятся воинами — храбрыми, упорными, доблестными...

— Да, но многие из них держатся надменно, смотрят дерзко, своенравны, придирчивы, а когда речь заходит о выгоде, суетливы и расчётливы одновременно, не так ли?

— Зато они молоды, здоровы, красивы, беспечны и готовы к любым испытаниям.

— Это верно, но всё их внимание постепенно переключается на внешнее, а слишком внимательный к внешнему не искусен во внутреннем. Нравственный стержень этих людей становится слишком гибким, а затем кривым, — продолжил свою критическую линию «свободный странник» с южных провинций Поднебесной.

— Вместе с тем некоторые из них безотчётно соображаются с Великим Путём и его силой, достигая спокойствия своего духа в любых обстоятельствах.

— Я уже сказал: любое человеческое достижение временно и может смениться своей противоположностью. Об этом нам надо помнить.

— Должен поблагодарить вас, дорогой коллега, за ваш совет. Постараюсь держать его в памяти.

— Не плохо, если так поступят и наши далёкие потомки, Конфуций. Будь здоров! Успехов тебе в поиске своего Пути!

В очередную встречу беседа двух мыслителей вновь достигла рассмотрения вопросов боевого и воинского искусства.

Лао-цзы сказал:

— Нет таких людей, для которых особые обстоятельства не оказались бы роковыми. Крушения людских судеб неминуемы, так как за успехами следуют упущения. Их накопление проявит себя рано или поздно. То, что было соединено, казалось бы, мощными скрепами — распадается. Такова природа перемен. К тому же этих людей активно преследует Зло, имеющее пять основных форм: самовлюблённость, злоупотребление, самодурство, упрямство и свойство порицать тех, кто их не одобряет.

— Не слишком ли мы придирчивы и односторонни в суждениях, дорогой Лао-цзы? — задал осторожный вопрос его собеседник.

— Нет, мы должны разъяснять людям и воинам, раз уж мы о них заговорили, что всякая способность, проявившаяся в нас, чревата опасностью. Например, темперамент волевого человека, позволяющий ему вырывать победу, открывая в себе второе дыхание, я называю запальчивостью. Иногда она важна, но чаще всего требует своевременного тушения. Нельзя и хвастать своими достоинствами перед другими под влиянием скрытой запальчивости. Это приводит к поражениям.

— Что ж, на самом деле предел Пути любого воина не выскажешь ни словами, ни молчанием. Он совершает его в своём сердце, а нам, пытающимся объяснить всё взаимодействием жара Земли и холода Неба, остаётся лишь наблюдать за внешними превращениями. Познать сердце человека, где происходят основные перемены, труднее, чем само Небо. Позволь тебя ещё спросить: что же делать учителям воинов? Они хотели бы, тем не менее, уметь отслеживать внутренние превращения своих учеников.

— Эти учителя должны изначально понять, что только почтительный ученик сможет оценить сердцем их знания. Им же надлежит помнить, что успех в управлении учениками приходит к тем, кто сведущ в их потребностях.

— А что мы можем пожелать врачам, предназначение которых излечивать телесные и душевные раны воинов?

— Их роль велика и мала. Им не следует преувеличивать свои знания. Скромность и простота — их главное достоинство. Некоторые из них претендуют на звания мудрецов, но смогут приблизиться к нему лишь так, как мы приближаемся к горизонту. Редко кто из них осознаёт, что человек это не «тело с душой», а живое дыхание Неба, и Путь его незрим и неслышим... Но, как говорится, должное определяется возможным... И врачам, и воинам надо помнить о непознаваемости сокровенной матрицы, которую мы с вами определяем как ДАО и которая вместе с тем не может быть определена словом.

— Выходит, что многое при общении учителей, воинов и лекарей передаётся без помощи слов?

— Конечно, тот, кто способен понимать невыразимое в словах, умеет говорить и понимать без слов. Наша речь лишь ветер и волны, духовные токи. И об этом История сообщит потомкам через наших учеников. Их внешняя и внутренняя жизнь будут постоянно меняться, но это постепенно приведёт к созданию канонов.

Далее беседа мудрецов приняла совсем натужно-философский характер и оба они пришли к единому выводу о том, что было до их рождения знать невозможно, и что будет после них судить они не в силах.

Вот и мы с вами, уважаемые читатели, не будем пытаться превзойти в познании мира тех, кто встречал Новый год 27 веков назад. Почитать старину и недолюбливать современность, как подсказывает Чжуан-цзы, это обычай учёных, а мы с вами люди, «учёные» (то есть, обучаемые) с детства до старости. Не будем чернить прошлое и троллить будущее, а попытаемся жить полной жизнью в настоящем, помня о невыразимом в словах.





СКИФСКОЕ ПОСТРОЕНИЕ РУССКОЙ ДРУЖИНЫ

ИЛИ ПОЧЕМУ НЕЛЬЗЯ ЛЕЗТЬ ПОПЕРЕД БАТЬКИ В ПЕКЛО



**Мильоны — вас.
Нас — тьмы, и тьмы, и тьмы.
Попробуйте, сразитесь с нами!
Да, скифы — мы! Да, азиаты - мы,
С раскосыми и жадными очами!**

А. А. Блок, «Скифы», 1918 год

ОЛЕГ АВДЫШ
Калининград, Россия

У русских издревле в сечах в первых рядах стояли самые старые и опытные воины, дяди-ветераны, которых ничем не испугать, ничем не удивить. Именно на них приходился главный удар врага. Они шли в бой первыми, но на них была самая главная надежда и опора в сечи — закалённые бойцы выстоят и не дрогнут, не побегут — тем более, на глазах своих сыновей и внуков. Далее стояли их сыновья. А уже позади — внуки, молодёжь, самые молодые воины. И младшие, когда видели, как сражались и погибали их деды и отцы, уже были переполнены ненавистью и злостью — отступление исключалось, они уже были готовы мстить за смерть своих старших: дедов, отцов, братьев.

В битве или побеждали все, или погибали все... Потому в русском языке нет вариантов «я победу, побегу, побегу» — форма первого лица единственного числа отсутствует, но есть... Мы победим!

ДА, СКИФЫ — МЫ!

Это древний способ построения боевого порядка, гениальный по психологическому замыслу — так называемое «скифское построение». Впереди не просто самые опытные, но и самые старшие.

Дяди — ветераны в чистых рубахах (по первому сроку). С одной стороны, им тяжёлый доспех в тягость, с другой — они настолько боеготовы, что под удар, где такой доспех нужен и не подставляются, и вместо щита берут второй меч. Они принимают основной удар и рассеивают атаку противника, гасят её, как пляжная «подушка» гасит штормовую волну, не давая ей рушить берег.

За ними идут тяжеловооружённые, одоспешенные воины — Отцы. Они являются во всех смыслах основной, как сдерживающей, так и ударной силой, которая либо стоит скалой, либо сносит врага тараном, давя и опрокидывая его.

За Отцами следуют Старшие — их сыны. При доспехах, но полегче и помобильнее, которые при необходимости обходят с флангов, помогая на прорывных участках.

Дале Серёдки (средние сыны) и младшие (младшие сыны). Лёгкие и пылкие они, как правило, в основной части схватки не принимают активного участия, ибо держат тылы и фланги, не давая обойти рать. Но когда противник дрогнул, именно они, свежие и разъярившиеся его преследуют до конца.

Таким образом, сыновья всегда видели перед собой отцов, как те стоят, бьются, погибают. Деды умирали на глазах внуков, отцы на глазах сыновей, и их смерть наполняла сердца молодых яростью ратного духа, вплетала в стратегию полководцев составляющую личной мести. А и слово месть от «места» — чисто воинский термин, когда младший занимает в строю место погибшего старшего из рода. Заместил и отомстил, стал на место старшего, и так пока есть кто способный держать меч. Именно это делало войско непобедимым. Помните, как у Гайдара:

«Выскочил тогда Мальчиш-Кибальчиш на улицу и громко-громко крикнул:

— Эй же вы, мальчиши, мальчиши-малыши! Или нам, мальчишам, только в палки играть да в скакалки скакать? И отцы ушли, и братья ушли. Или нам, мальчишам, сидеть дожидаться, чтобы буржуины пришли и забрали нас в своё проклятое буржуинство?

— Эй же вы, мальчиши, мальчиши-малыши!..

Как услышали такие слова мальчиши-малыши, как заорут они на все голоса! Кто в дверь выбегает, кто в окно вылезает, кто через плетень скачет. Все хотят идти на подмогу»

Именно это позволяло сохранять связь поколений и воспитывать достойную смену. Отсюда известная поговорка «Не лезь поперёд батьки в пекло», и это не приучение к трусости, а наставление к мудрой отваге. Семь раз отмерь дистанцию, один раз отрежь врагу голову мечом, саблей, шашкой или чем ещё. Посмотри на отца, поучись у деда, и будь примером для других — тех, что следуют за тобой. Гордясь подвигом своих предков, не лишей этой возможности своих потомков.

Молодые набирали практический боевой опыт, мужали, постепенно росли в боевом мастерстве и жизненной мудрости, которую старшие передавали им не только словом, но и делом, наглядным личным примером.





ЙОГА ИЛИ РАСТЯЖКА?

ТАМАРА ШИПКОВА
Санкт-Петербург, Россия

Так в чём же разница между упражнениями хатха-йоги и ЛФК, у-шу, растяжкой, гимнастикой, стретчингом и другими направлениями подобного содержания? Для наглядности приведу варианты выполнения некоторых упражнений, которые практикуются повсеместно. Простые с виду, массово встречающиеся эти упражнения имеют впоследствии высочайшую травматичность в ключевых местах позвоночника — области крестца, поясницы и шеи. Напоминаю, сравниваю именно хатха-йогу (метод института Б.К.С Айенгара), третью из восьми ступеней йоги согласно классификации Патанджали, в которой речь идёт о работе с физическим телом. Касаюсь только самых основных целей и ключевых особенностей асан. Более подробно эффекты асан описаны в этом труде [1]. За техникой выполнения и уточнёнными со временем деталями придётся прийти на урок в центр йоги. Благо, что их можно встретить по всему миру.

Приведённые варианты коррекции предлагаются сразу на начальных уроках йоги Айенгара массового сегмента, но существуют ещё более терапевтические варианты этих же поз.

1. НАКЛОН ВПЕРЁД (НАЗВАНИЕ НА САНСКРИТЕ — УТТАНАСАНА)

Часто можно встретить такой вариант наклона, как на фотографии под № 1. Что на самом деле здесь происходит? Самой верхней точкой является один из позвонков. Позвоночник в этом месте «делится» на две части: нижняя (от крестца до верхней точки) держится на крестцово-подвздошных суставах, верхняя (от верхней точки до черепа) «падает» под собственным весом вниз. При систематическом выполнении наклона таким образом спина в верхней точке «ломается»: позвонки точки кульминации смещаются внутрь спины и сжимая диски формируют грыжи. Про мышцы даже не говорю. Это то место, в котором с годами «срывается» спина. Знакомая ситуация: понаклонялся человек на огороде, сорвал спину? Как лечат? Операцией или закачиванием мышц поясницы. ▶

Фото № 1. Наклон на прямых ногах





Фото № 2. Уттанасана, ноги согнуты



Фото № 3. Уттанасана в гамаке

В йоге такой наклон бессмыслен, так как его основная цель (если наклон разрешён) — расслабиться в естественном вывешивании, освободив внутренние органы (в первую очередь, таза) от гравитационной нагрузки. Практикуется как восстановительная поза в составе комплекса упражнений — то есть, не улучшить наклон, а использовать уже имеющуюся способность для свободного и безопасного вывешивания. И если тело недостаточно подготовлено — меняется само положение или используются вспомогательные средства.

Вариант, как на фотографии № 2, допустим, если грудина получает опору в виде бёдер.

Уттанасана в гамаке (фото № 3). Такой наклон идеален — он действительно лечит. Даже при уже имеющихся грыжах, практика этого положения создаст достаточно пространства, чтобы вообще забыть о проблемах в спине. Обратите внимание, точка кульминации переместилась в копчик. Именно он является безопасным и анатомически обусловленным началом вывешивания. В перевернутом положении он и выглядит как крючок, за который можно подвесить позвоночник на вешалку.

На фотографиях один и тот же человек, у которого нет полноценного наклона — он честно изобразил всё, что мог. И какой прямой может быть спина при правильно подобранном варианте исполнения!

Сам наклон выполняется так: первое движение — наклон таза к передним бедром на возможный угол, второе — при помощи бедренных костей, как рычагов, седалищные кости двигают друг от друга, чтобы освободить нижнюю часть крестца (та часть, что не состоит в крестцово-подвздошном суставе). Это движение и освобождает копчик, который в наклоне взлетает вверх, обеспечивая дополнительный кивок таза к передним бёдрам. Лечебное действие: все органы малого таза, оказавшись в перевернутом положении, под действием силы тяжести уходят от тазового дна. Происходит мгновенное расслабление его содержимого и восстанавливается кровоток — это если вкратце. Чтобы добраться до оздоровительных эффектов этой позы работают с тазобедренными и крестцово-подвздошными суставами, мышцами, перекрывающими эти суставы, и поверхностью тазового дна.

Исходя из вышесказанного возникает закономерный вопрос: чего же на практике можно достигнуть, выполняя наклон как на первой фотографии? Думается, что ответ вполне очевиден.

2. СОБАКА МОРДОЙ ВНИЗ (АДХО МУКХА ШВАНАСАНА)

Обычно делают так, стремясь поставить стопы на пол полностью (фото № 4). Точка кульминации в таком варианте исполнения — область соединения поясницы с крестцом (L5-S1), место с очень высоким показателем болезненных смещений и грыж.

Вспоминаем цель этой позы — вытянуть в плоскость весь корпус от копчика до черепа между четырьмя точками опоры как тент (тренажер «правило» от Зуева [2] дает похожий эффект). Для этой асаны есть правило: если угол наклона таза к бёдрам больше 90 градусов, поза выполняется либо с согнутыми ногами, либо с опорой под пятками. Если есть грыжи в области L5-S1, то терапевтические варианты.



Фото № 4. Адхо Мукха Шванасана без опоры

Обратите внимание как в этом варианте расправляется в плоскость сочленение между крестцом и тазом.

Сама Адхо Мукха Шванасана только вытягивает спину, а восстанавливает пространство в этой области комплекс асан для крестцово-подвздошных суставов и органов малого таза. Напряжения и боль в области L5-S1

снимаются с одного-двух уроков йоги, даже при грыже дисков в этом суставе более 10 мм. Кстати, весь тайцзи-цюань построен на способности управлять этой областью и успешно обучает этому!

В этой позе привела в пример только самое травмируемое место, сама же асана многозадачна. ►



Фото № 5. Адхо Мукха Шванасана на опоре

3. БЕРЁЗКА (САРВАНГАСАНА)

Если человек выполняет позу именно так, как на фотографии № 6, то горло и щитовидка напряжены, кровоток в голове нарушен (что хорошо видно по лицу), нет вытяжения вверх. Попробуйте поговорить, стоя в этом положении — сразу всё поймёте.

А теперь посмотрите на седьмую фотографию — нужно ли объяснять разницу? Поговорите в этом положении — звук естественен и протекает свободно. За счёт опоры под плечами затылок вытягивается без вдавливания внутрь седьмого шейного позвонка, расправляется шейный свёрхлордоз.

У многих из нас из-за особенностей акушерской школы двадцатого века есть залом в шее между четвёртым и пятым позвонками. С возрастом формируется гиперформа, которая приводит к онемениям рук и другим неприятностям в области шеи и головы. Эта поза и её вариации единственная, которая успешно справляется с этими нарушениями. Поза считается «королевой всех асан»!

Ремень на локтях используется как опора для движения ключицами в стороны, которое позволяет расширяться верхней трети грудной полости. Верхушки лёгких расправляются, увеличивая жизненную ёмкость лёгких — ЖЕЛ. Горло и щитовидка получают полноценный кровоток.

Особо важна в этой асане способность тянуть ноги вверх, поднимая таз от поясницы. Работа мышц ног поднимает артериальный кровоток, который проливает венозную и лимфатическую систему тела самотёком, без сердечного усилия. И это только самые значимые эффекты, там целый список.

Возможно повторюсь, но цель хатха-йоги — увеличить объём способностей физического тела. Это работа внутри тела. А вот как и куда человек направит свои способности — тут уж вопросы к самой жизни. Средства — собственное анатомическое тело и его сознание, опыт других практикующих.

Фото № 6. Берёзка



Фото № 7. Сарвангасана





Фото № 8. Желательная реабилитация после выхода из Сарвангасаны

Метод института Б.К.С. Айенгара, в котором почти столетие этот опыт собирается, как раз и позволяет добрать-ся до внутренних структур тела и успешно изменять его двигательные привычки. Действует через восстановление и приближение к анатомическим основам внутренних пространств организма — полостей, сосудов и суставов.

Сам процесс преподавания ведётся в формате массовой физической культуры с объяснениями причин и закономерностей. Риторика — понятные и используемые в обычной жизни глаголы, а не анатомические термины. Названия асан на санскрите даются как дань традиции йоги, для поддержания международного стандарта понятий терминов, а также успешного запоминания телом нового варианта привычных движений. Преподаватель не повторяет текст из книги о пользе асаны — он лично продемонстрирует движение, объяснит, как сделать и зачем, приведёт примеры ошибок и покажет, что необходимо сделать, дабы их исправить. Также советуем выбирать для занятий слегка обтягивающую и однотонную одежду. Она помогает самому ученику получить обратную связь от учителя в каждой позе.

Возвращаясь же к теме статьи полагаю, что на приведённых примерах каждый увидел разницу и теперь вполне легко определит, если на уроке действительно речь идёт о практике хатха-йоги или всё же это нечто другое, хотя и под её названием. ЛФК близка по своей сути, но из-за ограниченной доступности, узконаправленности, отставания в массовости и детальности лет на сто условно сопоставима. Йога по методу Б.К.С.Айенгара имеет сеть центров по всей стране, доступна любому желающему, да ещё и в любом возрасте. Практикуйте грамотно — сейчас йога доступна!



1. Айенгар, Б.К.С. Прояснение Йоги. (Йога Дипика): Пер. с англ. / М.: МЕДСИ XXI, 1993 (перевод с издания 1965 года).

2. Зуев Е. И. Волшебная сила растяжки. Москва: Советский спорт, 1990 г. - 64 страница, иллюстрации.



КОРОТЁНЬКО О КАНАДЦАХ...

АЛЕКСАНДР СОЛОВЬЁВ
Санкт-Петербург, Россия

Проснувшись намерзнув утром и по привычке включив «бубнёж» от моего широкоэкранного друга я приступил к изготовлению ежеутреннего яства в виде «глазуньи» с охотничьими колбасками. И тут... И тут мой слух резанула фраза из «телека»: «...Международный скандал, разразившийся после чествования в парламенте Канады боевика украинской дивизии СС «Галичина» Ярослава Гунько, набирает обороты. В перспективе он может стать ещё одним ощутимым ударом...»

Так, так! Что такое? Какая такая «бумбарашка»? Слушаю дальше: «...Понятно, что основной причиной, по которой Гунько позвали в парламент, стал тот факт, что он сражался с русскими. С точки западных политиков нет «ничего такого» в том, чтобы позвать на мероприятие нациста — ведь он сражался с русскими. Мол, одно это смывает с него все грехи...»

А-а-а! Вот, думаю, где «собака порылась»? Канадцы! «Где ж вы есть, гуманойдишки, побратимцы мои сейчас?!», — как пела в 80-е годы одна малоизвестная психоделическая команда. Вот, значит, кто голову поднял. Ну-ну...

И вот тут в моём мозгу вспыхнула яркая цветная картинка. 1988 год, город Галифакс, Нова-Скотиа (что, согласитесь, символично), Канада. Я, молодой и трепетный, но уже закалённый свирепыми бурями моряк, стою и фокусирую свой взгляд на классической триумфальной арке. Относительно небольшой. Что привлекло моё внимание? Надпись: «Львам Севастополя». О, как!

Вникаю: покоятся тут убиенные на Крымской войне офицеры 97-го английского пехотного полка, уроженцы Нова-Скотии, а один так родом из самого Галифакса. А! Угу...

Вспоминаю историю сего «регимента» и понимаю, что полк участвовал в ничем не спровоцированном (очередном, нужно сказать) объединённом европейском походе, имеющим целью опять «окончательно решить русский вопрос».

Обратимся же к самому популярному в мире интернет-справочнику и вот что он нам сообщает: 97-й пехотный полк (графа Ольстера) был пехотным полком Британской армии, сформированным в 1824 году и объединённым в Собственный Королевский Западно-Кентский полк королевы в 1881 году. В 1854-м году 97-му пехотному полку было приказано «держаться в готовности» к отправке в Крым. Полк входил в состав экспедиционных сил, которые покинули Саутгемптон в мае. Их перебросили в Грецию, где они вошли в состав англо-французских оккупационных сил, подавлявших восстание в Эпире. Подавили, видимо, успешно и в ноябре 1854 года они были выбраны в качестве одного из шести пехотных подразделений для формирования подкрепления для войск в Крыму.

Полк высадился в Балаклаве 20 ноября 1854 года, они принимали участие в осаде Севастополя и битве при Большом Редане. ▶



22 марта 1855 года во время осады Севастополя погиб капитан Хедли Викарс. Капитан Викарс был упомянут в депешах 6 апреля лордом Рагланом и был увековечен в мортирологе полка. Полк понёс тяжёлые потери, двое военнослужащих впоследствии были награждены недавно созданным крестом Виктории в 1857 году: сержант Джон Коулман за действия при Севастополе 30 августа 1855 года и бrevet-майор (временно занимающий должность майора — очевидно ввиду убийства такового) Чарльз Генри Ламли за действия при Редане 8 сентября 1855 года. И вот тут мы читаем между строк: очевидно, что полк понёс неприемлемые потери, или попросту — был фактически уничтожен. Двое выживших получили «Крест Виктории» (кстати, отлитый из украденных русских бронзовых пушек), а остальные? Что? Не «навоевали» на крест? От то ж... Просто остались ребята лежать под Балаклавой, где за их могилками с тех пор ухаживали «злые русские варвары». Самим бы англам приехать, прибраться, цветочки положить — ведь там не только левяносто седьмой, там цвет дворянской «лёгкой кавалерии» присыпан. Ну да ладно...

Точно, ухаживали. После Великой Отечественной войны британские военные кладбища рядом с Севастополем жестоко пострадали от бомбёжек люфтваффе. Затем были восстановлены и даже посещались высокими и высшими персонами Британской империи. А потом, в конце восьмидесятых, уже на волне «нэзалёжности», а затем ещё активнее убивались. Дачами, стройками... Короче, тем, за что можно было сразу получить денежку. Впрочем, такая же судьба постигла и Британский мемориал в Севастополе — так называемый «Холм Каткарта» тоже окончательно был разрушен «новой украинской владой». Печально.



Но вернёмся к нашим новоско́тианцам. Этим парням хоть повезло — их тела вывезли на родину, где и воздвигли мемориал «О великой победе над Россией», при большом скоплении народа...



А полк... Ну что ж — после окончания войны 97-й полк вернулся в Англию, прибыв в июле 1856 года. Его восстанавливали год. В мае 1857 года вспыхнуло восстание среди туземных солдат Ост-Индской компании. В июле было объявлено, что 97-й в числе шести пехотных подразделений будет отправлен в Индию для подавления восстания. Каратели. Ну, не полк и был...

И вот я о чём подумал сейчас: видимо опять наших западных партнёров накрывает волна «чудесной амнезии». Приступы «слабоумия и отваги» накрывают Запад примерно раз в сто лет. Уже пора? И канадцам тоже?

Мой прапрапрадед был там с этими ребятами. По другую сторону. Священник Суздальского пехотного полка отец Адриан Соловьёв награждён золотым наперсным крестом на Георгиевской ленте за военные подвиги при осаде Севастополя. А таких полков и полковых священников там было... И крестом, и банником. Окормляли убогих. Поддерживали воинов. Отбивали вместе атаки.



Так вот, «земляки»! Хотите приходить к нам с мечом? От меча и погибнете. Как писал «наше всё» Александр Сергеевич Пушкин «Клеветникам России»:

*О чем шумите вы, народные витии?
Зачем анафемой грозите вы России?
Что возмутило вас? Волнения Литвы?
Оставьте: это спор славян между собою,
Домашний, старый спор, уж взвешенный судьбою,
Вопрос, которого не разрешите вы.
Уже давно между собою
Враждуют эти племена;
Не раз клонилась под грозой
То их, то наша сторона.
Кто устоит в неравном споре:
Кичливый лях, иль верный росс?
Славянские ль ручьи сольются в русском море?
Оно ль иссякнет? Вот вопрос.
Оставьте нас: вы не читали
Сии кровавые скрижали;
Вам непонятна, вам чужда
Сия семейная вражда;
Для вас безмолвны Кремль и Прага;
Бессмысленно прельщает вас
Борьбы отчаянной отвага —
И ненавидите вы нас...
За что ж? ответствуйте: за то ли,
Что на развалинах пылающей Москвы
Мы не признали наглой воли
Того, под кем дрожали вы?
За то ль, что в бездну повалили
Мы тяготеющий над царствами кумир
И нашей кровью искупили
Европы вольность, честь и мир?..
Вы грозны на словах — попробуйте на деле!
Иль старый богатырь, покойный на постеле,
Не в силах завинтить свой измайловский штык?
Иль русского царя уже бессильно слово?
Иль нам с Европой спорить ново?
Иль русский от побед отвык?
Иль мало нас? Или от Перми до Тавриды,
От финских хладных скал до пламенной Колхиды,
От потрясенного Кремля
До стен недвижимого Китая,
Стальной щетиною сверкая,
Не встанет русская земля?..
Так высылайте ж к нам, витии,
Своих озлобленных сынов:
Есть место им в полях России,
Среди нечуждых им гробов.*

P.S. Возможно, что исторически статья мало выверена. И может быть профессиональный историк затопает ногами и возмутится. Точных данных получать у меня не было ни времени, ни желания. Суть не в том. Я хочу, я верю, что всё так и произошло. Пусть без мелких деталей, пусть это только экстраполяция разрозненных данных, обрывков информации. Но в то время, в 1988-м, стоя напротив этого мемориала, меня «подрывало» написать на арке: «Развалинами рейхстага удовлетворён!». Но мы же культурные люди, мы с мёртвыми не воюем.



СОЗНАНИЕ — ПОДСОЗНАНИЕ

ПРОСТО О СЛОЖНОМ. ЧАСТЬ ВТОРАЯ



Продолжая рассматривать «тонкие материи» в боевых искусствах, которые мы для простоты восприятия именуем «Пси-файтом» (где пси» и «файт» в объяснениях никак не нуждаются), прежде всего давайте вместе вспомним, что и как из этой сферы знаний изучают в различных секциях единоборств. При этом мы вряд ли сильно ошибёмся, если предположим, что после того как вами были старательно выслушаны, а потом деликатно отставлены в сторону всяческие теософско-эзотерические наслоения (ибо дело оно, конечно, весьма интересное, но крайне малопонятное), а также тут же улетучились из памяти различные восточно-поэтические формулировки типа «разума, равного безмятежному океану вселенной», в вашей голове склонной к аналитически-рациональному и интеллектуально-адекватному (а иначе бы вы данные строки и не читали), скорее всего, осталось такое словосочетание как «сознание—подсознание». Во-первых, потому как именно оно упоминалось достаточно часто; а во-вторых, потому что именно оно, из всего сказанного вашим глубокоуважаемым сэнсеем (сенпаем, шифу, гуру или просто тренером) показалось вам наиболее вменяемым и потому доступным для понимания.

Угадал? Ну, а раз оно так, то поскольку данное понятие для Пси-файта (равно как и для всего связанного с психологией) действительно является ключевыми, то сейчас мы остановимся на нём подробнее. Итак...

СОЗНАТЕЛЬНАЯ «ОПЕРАТИВКА» С «ЧАНКАМИ» ВМЕСТО ГИГАБАЙТОВ

Не вдаваясь в терминологические дебри психологической науки сознание кратко можно охарактеризовать как ту часть нашей психики, с помощью которой мы, как представители вида Homo Sapiens (то бишь, человека разумного), непосредственно воспринимаем реальность. А также то психическое пространство, куда, в конечном итоге, сходятся все каналы поступления информации извне (но информации уже изрядно переработанной) и где происходит совершение над ней осмысленных и управляемых действий, ориентированных на адекватное взаимодействие индивидуума с внешним миром.

Вот вы сейчас читаете эти строки, вводя информацию по визуальному каналу в своё сознание, где потом будете совершать с ней осмысленные и управляемые действия. Например, анализировать и сравнивать с уже имеющимися у вас по этому поводу знаниями и личным опытом, или (чего бы нам никак не хотелось) отбрасывать наши мысли прочь как ненужные. В любом случае всё это будет происходить именно в вашем сознании и под вашим непосредственным контролем.

Кроме того, именно в своём сознании человек, в отличие от всего прочего животного мира, осознает самого себя, что позволяет говорить уже о наличии некоего «самосознания». И если уж затрагивать столь сложную и неоднозначную тему как происхождение сознания, то (как ни странно это звучит) в русском языке разгадка его сущности наглядно показана непосредственно в самом его названии.

Дело в том, что «со» и «знание», по смыслу означает «знание вместе с кем-то», что явно указывает на коммуникативную основу происхождения сознания. То есть, на то обстоятельство, что формировалось оно в процессе развития у первобытных представителей Homo Sapiens такого уникального явления как речь, вследствие чего они именно посредством издаваемых звуков и смогли научиться совместно обмениваться знаниями, в конечном итоге превратившись в людей разумных. Отметим, что кроме лингвистики изначально коммуникативная первооснова сознания подтверждается рядом и других научных фактов, которым мы сейчас предлагаем просто поверить, а заодно и принять в качестве исходных постулатов, что основные ипостаси сознания — это, прежде всего его коммуникативная роль, а также сознание с приставкой «само», означающее ничто иное как контакт человека с самим же собой (что для единоборцев тоже далеко немаловажно).

Заметим, что за вышеизложенными строчками воистину скрывается целый мир. Мир, о котором можно говорить бесконечно долго и крайне вдохновенно. Можно, но не нужно. По крайней мере, явно не в рамках темы нашего Пси-файта, ибо для него, в рамках познания целого мира сознания (воистину велик и могуч русский язык — всего лишь приставки «по» и «со», но какая разница) мы в «сознательно-познавательном» плане предлагаем совершить следующее.

Для того чтобы наглядно себе представить, или, что более правильно, смоделировать, что же именно представляет собой как сознание, так и организация человеческого разума вообще, нами, исходя из того неопровержимого факта, что мы живем в век цифровых технологий, предлагается провести некую аналогию с... компьютером (естественно, с некоторой долей условности). И да простят нас представители традиционной психологической науки за столь неслыханную вольность. Извиняет же нас перед ними то обстоятельство, что данная работа посвящена не, допустим, академической когнитивной психологии, где подобная аналогия абсолютно неуместна, а нашему весьма специфическому Пси-файту, и потому изначально ориентируется на менталитет спортсменов-единоборцев, людей достаточно молодых и специальными психологическими знаниями, как правило, не отягощенных. Зато неплохо разбирающихся в компьютерах, потому как практически нет в наше время молодого человека, который не представлял бы себе, что же такое, например, оперативная память RAM или накопитель Hard disk, равно как и происходящие в них процессы. Вот поэтому мы этими обстоятельствами и воспользуемся.

Если вернуться к сознанию, то исходя из компьютерных аналогий его с некоторыми допущениями вполне можно будет сравнить со своеобразной оперативной памятью. Потому как именно в сознании происходят процессы (что весьма немаловажно, подчиняющиеся нашей воле), которые, с определённой долей условности, можно охарактеризовать как операционные. Кроме того, если принято считать, что разум человека в принципе своём безграничен, ибо реально из него задействуется где-то десятая часть всего ресурса, то сознание, как и всякая порядочная оперативная память, имеет свои чёткие ограничения. Только не в мегабайтах-гигабайтах, а в неких «чанках», что означает ничто иное как разбитый на тематические блоки информационный поток. ▶



Нейровизуализированная аналогия человеческого мозга с компьютером

Дело в том, что в момент, когда сознание находится в актуальном состоянии, на нас с вами обрушивается настоящий информационный шквал, состоящий аж из двух миллионов бит в секунду или, если угодно перейти к привычным системам исчисления, четверть мегабайта информации (а за четыре секунды будет уже целый мегабайт). А теперь только представьте, что же было бы с нами, если бы все эти «мега», очень быстро перерастающие в «гига» байты подвергались тщательной обработке? Да на столь грандиозную работу ни одного бы, даже самого развитого мозга не хватило бы.

И вот тут-то матушка природа и создала свой защитный механизм, охраняющий наш разум от неизбежного «перегрева». Дело в том, что вся поступающая к нам информация тщательно отфильтровывается (что именно с ней происходит, мы расскажем позднее), и та её часть, которая оказалась достойной того, чтобы попасть в нашу «оперативную память» (то есть, в сознание), по мере своего поступления разбивается на информационные

блоки, или «чанки», которых одновременно в нашем сознании может быть только 7, плюс-минус 2 (хотя минусы здесь нечасты), и не более того, ибо больше в него просто-напросто не влезет. Кстати, это обстоятельство на счёт 7-и чанков весьма полезно знать любителям «зубрёжки», которые зубрят весьма дисциплинированно, но при этом абсолютно неэффективно, поскольку результатом многочасового впихивания в себя информации является то состояние, которое, согласно общеизвестной поговорке, метко характеризуется как «смотришь в книгу, видишь фигу». В такой ситуации мы настоятельно рекомендуем прервать столь мучительный процесс якобы познания, грамотно переструктурировать своё сознание (как именно, расскажем позднее) и вновь увидеть именно «книгу».

Не лишним будем знать, что размер этих самых «чанков» может варьироваться. Для кого-то «чанком» может служить одна буква алфавита или же простая цифра, а для кого-то и несколько связанных единым смыслом



Нейровизуализация сознания, условно разбитого на «чанки»

предложений или формул (причём каждая объёмом в три строчки). Для кого-то единым чанком воспринимается постулат Федерального закона, которым он успешно и оперирует вкупе с другими чанками, где лежат постулаты иных законов, а для кого-то одно-единственное слово (да и то, зачастую матерное).

Собственно, именно в этом, в обширности объёма, сгруппированной в единый блок (в «чанк») и подлежащей единовременному оперированию информации, и заключается суть развития личностного интеллекта, равно как и неразвитость такового, в виду находящейся в «чанке» информации откровенно мизерного размера.

Закрывая тему «чанков» отметим, что закон о «семи плюс-минус двух блоках информации» хорошо знают некоторые непорядочные личности, и не просто знают, а даже с успехом для себя (и явным неуспехом для нас с вами) им пользуются. Например, он лежит в основе одного из приёмов так называемого «цыганского гипноза» (не хочу прослыть нетолерантным, но именно так

он и называется). Это когда налетает сразу целая орава, окружают со всех сторон, все чего-то галдят, мелькают перед глазами, трогают за руки, плечи, а вокруг бегают и чего-то вопят дети, и тому подобное. В результате, человек, даже будучи «по жизни» весьма трезвомыслящим, вдруг достаёт свои деньги и им, причём неизвестно за что, вот так запросто и отдаёт. А потом искренне удивляется своей глупости (так уж получилось, что автор данных строк знает сие не понаслышке).

Секрет же всего этого мошеннического приёма достаточно прост. Дело в том, что всё это разноцветно-галдящее, мелькающее перед глазами и интенсивно касающееся вас население кочевого табора моментально, сразу же по трём каналам восприятия (зрение, слух, кинестетика) буквально накачивает вас информацией, которую ваше сознание единовременно просто не в силах переварить. И знаете почему? Да потому, что пропускная способность нашего сознания составляет лишь 40-50 бит в секунду (а существует мнение, что и вовсе 16), ▶

а атакующий нас с вами инфо-поток состоит аж из двух миллионов. Потому и результат насильственного впитывания информации вполне закономерен. Перегруженное сознание просто впадает в ступор, прямо-таки как зависший от перегрузки компьютер.

И вот тут с вас можно запросто снять обручальное кольцо, а вы этого даже не заметите. А можно, густо сдобрив речь всякими мало употребляемыми по жизни, но при этом комфортными и приятно мотивирующими понятиями в какую сторону словами типа «золотце, яхонтовый мой, дорогой...», взять да и умеючи шепнуть вам команду на счёт отдачи денег. И уввы, поскольку в этот момент наше перегруженное сознание никак не сможет данную команду критически осмыслить, то находясь в полнейшей беспомощности оно, в тщетном поиске того, как именно ему здесь и сейчас надлежит поступить, сделает единственное, что ему в этой ситуации остаётся. То есть, обратиться к своему «старшему брату», к подсознанию, совершенно не ведая того, что в данный момент оно уже является проводником коварно заложенной в него команды на отдачу денег. Команды, которая будучи неосмысленной (то есть, не подвергшей критическому анализу на «правильность» по отношению к себе), но при этом формально поступившей от своего же родного сознания обязательно окажется подсознанием положительно воспринятой и потому дисциплинированно выполненной.

Вот мы плавно подошли к следующему ключевому моменту. И перед тем, как мы рассмотрим подсознание, давайте, руководствуясь исключительно соображениями нашей же с вами безопасности, окончательно закроем тему, связанную с гипнопомощничеством при перегрузке сознания. Для того чтобы не стать жертвой, просто

не втягивайтесь в подобные ситуации, всячески уходите от них, даже прорывайтесь любой ценой, но при этом ни в коем случае не вступайте в контакт, руководствуясь весьма мудрой формулой коммуникативной психологии «нет контакта — нет конфликта». Сделали лицо «кирпичом» (пardon за вульгарность, но точнее не скажешь), стремительно пересекли толпу, не реагируя при этом на цветастое мельтешение перед глазами, и быстро удалились.

НАШ ГИГАНТСКИЙ HARD DISK ИЛИ ЕГО ВЕЛИЧЕСТВО ПОДСОЗНАНИЕ

Данная тема настолько грандиозна, что сразу и не сообразить, с какого именно конца к ней подступиться. Начнём же мы с названия. Почему именно «под» сознание, а не «над», если здесь вообще уместно говорить о каком-либо пространственном расположении?

Дело в том, что в серьёзной академической науке вместо столь тесно связанного с пространственным размещением термином «подсознание», как правило, используется понятие «бессознательное». По смыслу (разве что с некоторыми оговорками) оба этих термина представляют собой одно и то же. При этом отрицательная приставка «без», на наш взгляд, куда более адекватно соответствует самой сути явления, поскольку здесь речь идёт именно о неосознаваемой (то есть, бессознательной) части нашей психики, чем какое-то непонятно-пространственное «под». Но в силу ряда объективных причин, в том числе и связанных с банальной простотой произношения, в научно-популярной литературе, да и вообще «в народе», академически чопорное «бессознательное»

Нейровизуализация состояния впадения в ступор вследствие перегрузки сознания



по широте своего использования значительно уступает более простонародному «подсознанию». Что касается сферы боевых искусств, то никаких труднопроизносимых «бессознательных» в нём практически не существует. По крайней мере, именно в спортзалах — автору данных строк о нём слышать если и доводилось, то чрезвычайно редко, вследствие чего использование именно термина «подсознание» для нашего Пси-файта нами и представляется наиболее уместным.

Но почему же всё-таки «под»? Да потому, что именно таким образом как бы подчёркивается тот неочевидный факт, что бессознательная часть нашей психики располагается ниже уровня нашего сознания. И в какой-то степени с этим вполне можно согласиться. По крайней мере, из этого сразу видно, что же для человека является первичным (естественно, что его сознание), а что вторичным. Потому как на то оно и бессознательное, чтобы не осознаваться, а, следовательно, и не быть представленным на первом месте. Хотя ни о каком чётком расположении сознания-подсознания сверху или снизу, конечно же, говорить не приходится.

Правда, в последнее время стали высказываться мысли о том, что в анатомическом смысле сознание больше приурочено к коре головного мозга, в то время как подсознание к его подкорке. Насколько это верно, мы утверждать не берёмся. Впрочем, не исключаем того момента, что в подобной приуроченности не обошлось и без весьма соблазнительной игры слов великого и могучего русского языка (подкорка — подсознание). Сами же мы в вопросе пространственной приуроченности сознания и подсознания больше склоняемся к теории, связанной с асимметрией строения человеческого мозга, и поскольку для Пси-файта знание особенностей данной асимметрии более чем актуально, то о ней мы ещё подробно поговорим.

Теперь о том, из чего же всё-таки состоит оно, это загадочное подсознание? А состоит оно из всего того ментального, что находится за пределами нашего сознания. Из того, что объективно существует, работает, но при этом никак нами не осознаётся, являясь ничем иным как бессознательным. Всего-то навсего... Но даже оно, это неосознаваемое имеет своё структурное строение, и наиболее удачным образом его представил один общеизвестный мастер НЛП по имени Боб Боденгеймер. Его структура настолько понятна и доходчива, что как бы специально и создана для нашего Пси-файта, вследствие чего мы именно её здесь, слегка в адаптированном для боевых искусств виде и приводим.

Итак, структура подсознания.

1. Прежде всего это **автономно работающая нервная система**. Та самая, которая, по сути, является основой основ всего нашего организма. Состоит она, как известно, из нейронных цепей, пронизывающих всё наше тело сверху донизу, работа которых обеспечивает как реагирование организма на внешнюю среду, так и, собственно, составляет основу всей нашей жизнедеятельности.

И если мы зададимся целью нашу нервную систему хоть как-то охарактеризовать, начиная, как оно и положено, с синапсов и аксонов, и заканчивая, например, иммунной системой, то... для этого нам придётся написать особую книгу. Пока же просто отметим, что в основе деятельности всей нервной системы человека лежат процессы электрохимического порядка, принцип действия

которых способен понять любой первокурсник технического ВУЗа, поскольку суть здесь такова, что калий с натрием на нейронном уровне выделяются, создают необходимый потенциал и передают куда надо электрический заряд. При этом именно они эти заряды возбуждают и тормозят нейроны, умудряясь таким нехитрым способом создавать целый «разум тела» (кстати, наверняка знакомый вам по спортзалам). Этот «разум» (именно в кавычках), состоящий всего-навсего из направленных «куда надо» нейронных возбуждений-торможений весьма эффективно регулирует образование в нашем теле необходимых гормонов-ферментов, да и вообще руководит всеми нашими биохимическими процессами, вплоть до пищеварения. Кроме того, именно он управляет сокращениями сердечной мышцы и прочим жизненно важным, в том числе и дыханием.

К извечной проблеме нехватки «дыхалки» на ринге (татами, ковре) мы ещё вернемся, и предлагаем мысленно поставить записку на ещё одном, весьма любопытном обстоятельстве. Именно обозначенная выше калиево-натриевая электрохимическая основа лежит и в основе акупунктуры. Той самой, которую все, кто близок к боевым искусствам, наверняка хоть как-то, но обязательно затрагивал, касаясь её как реальных, так и полумифических свойств (типа, «работа в бою по точкам»). Впрочем, об этом мы ещё поговорим отдельно, а пока продолжим дальнейшее изучение нашего подсознания.

2. **Сознательное, ставшее неосознаваемым**. Обращаем ваше особое внимание на эту структурную часть нашего подсознания, поскольку нижеизложенный механизм её формирования есть ничто иное, как отображённый с точки зрения психологии путь становления мастера. В том числе, и в области боевых искусств.

Установлено, что, развивая какой-либо навык (неважно какой — умение вышивать крестиком или совершать кистевой перехват нунчаками) любой человек неизбежно проходит через следующие стадии развития:

— **Неосознанная некомпетентность**. То есть, он этого не умеет, об этом не знает и искренне счастлив в своём неведении.

— **Осознанная некомпетентность**. Увидел, понял, что он этого делать не умеет и как минимум призадумался о том, что неплохо бы было бы ему этому и научиться.

— **Осознанная компетентность**. Собственно, именно формирование осознанной компетентности и является тем, что называется тернистым путём познания. Человек кропотливо учится, трудолюбиво развивая свой навык, постепенно добываясь того, чтобы это у него всё-таки получилось.

— **Неосознанная компетентность**. А вот это уже есть высший результат всего предыдущего, и представляет он собой идеально отлаженный по нейронным и кинематическим цепям, качественно отработанный до автоматизма навык, прочно ушедший отдельной структурой в подсознание. Это когда и крестик вышивается, не глядя на иглу, и нунчаки как бы сами по себе крутятся вокруг кисти. Да и вообще, уровень неосознанной компетенции характеризуется парадоксальной, прямо-таки философской ситуацией, когда человек не знает, что он сделает в следующий момент, но при этом твердо уверен, что совершенные им действия будут наиболее адекватны сложившейся обстановке. И зачастую именно так оно всё и происходит! ▶

Применительно же к боевым искусствам уровень неосознанной компетентности соответствует уровню хорошего бойца, или даже уровню чемпиона, но пока ещё не Мастера, поскольку для того, чтобы стать настоящим Мастером необходимо достичь того, чтобы компетентность из неосознанной стала снова осознанной, но уже в области вашей неосознанной компетентности. Не считайте за словоблудие, но это действительно так, потому как существует ещё и осознанная компетентность в неосознанной компетентности. Это когда человек не только всё знает и умеет, не только осознаёт всю адекватность своих действий в каждой конкретной ситуации, но ещё и может достичь того, что называется «просветлением». Или, выражаясь терминами психологии, получить сознательный доступ к ресурсам своего подсознания. И только лишь после постижения кладёз своего подсознания тренер превращается в настоящего Мастера, который сможет не только показать внешнюю форму учения, но ещё и вскрыть его внутреннюю суть. Именно это даёт ему право считаться Учителем с большим буквы. Но так уж устроена наша жизнь, что далеко не все хорошие бойцы и даже великие чемпионы способны стать таковыми...

И согласитесь, что для Пси-файта вышерассмотренный аспект нашего подсознания весьма актуален хотя бы потому, что чем больше тренеров его поймут и научатся использовать в своей работе, тем больше настоящих Мастеров появится в мире боевых искусств, да и спорта вообще.

Но продолжим рассмотрение структуры подсознания, где следующим структурно-подсознательным сегментом выделяется

3. Подсознательная информация, не достигающая порогового уровня осознания. При этом различают два вида такой информации:

— **Информация, не достигшая порогового уровня в силу «биологических» причин.** Иными словами, лежащая вне пределов человеческого восприятия. Например, ультра или инфразвук. То есть, звук реально существующий, оказывающий на человека действие (как правило, негативное) и, соответственно, откладывающийся в его подсознании. Но поскольку звуковые колебания здесь изначально лежат вне возможности восприятия слуховыми рецепторами, то и осознаваться человеком они никак не могут. Также самое можно сказать и относительно выходящих за биологические рамки человеческого мироощущения диапазонов света, запаха, тактильных осязаний и многого другого. Попутно отметим, что именно расширение биологических диапазонов восприятия существующими рецепторами или же приобретение человеком с помощью каких-либо специальных методик эффективных навыков манипулирования этой внепороговой информацией зачастую и лежит в основе того, что мы называем экстрасенсорными способностями.

— **Информация, не достигшая порогового уровня в силу перегрузки сознания.** Но тут всё просто. Достаточно вернуться к вышеописанной коллизии с «цыганским гипнозом» и теперь вам всё станет ясно. Механизм действия здесь чрезвычайно прост. По тем или иным причинам происходит перегрузка сознания (7 чанков), в результате которого критическое осмысление человека оказывается напрочь заблокированным, вследствие чего последующая после блокировки и потому уже никак

не подвергающаяся критичному осмыслению информация благополучно уходит напрямую в подсознание. Как в случае с мошенниками, то информация явно нехорошая, а вот в некоторых случаях, например, связанных со специальными методиками обучения боевыми искусствами, очень даже ничего. И к этому мы ещё вернемся.

4. Забытая информация. Это мы только думаем, что напрочь забыли то, что когда-то узнали. На самом же деле оно хранится в ячейках нашего подсознания, а забыли мы совсем другое. Мы забыли то, как именно нам обратиться к той или иной ячейке — образно говоря, утратили тот путь, по которому должен был двигаться курсор, блуждая по директориям нашего жесткого диска. Сама же информация, в случае если она являлась для нас значимой и потому своевременно нашим мозгом была добросовестно закодирована, хранится в нашем подсознании неопределённо длительное время. Например, полученные давным-давно академические знания или же сильные эмоциональные переживания (как положительные, так и отрицательные). Но сохраняются длительно они только в том случае, если в своё время им было суждено оказаться нашим мозгом качественно закодированными (то есть, из внешней репрезентации быть переведёнными на сложнейший язык нейронных импульсов). Происходит же это только в том случае, если, во-первых, информация изначально имеет для нас определённую важность (например, содержит в себе знания, которыми мы хотели бы овладеть), а во-вторых, если она подкреплена существенным эмоциональным переживанием. Равно как и само эмоциональное переживание тоже является своеобразной информацией, потому также может быть закодировано. Если информация малозначима и эмоциями не подкреплена, она носит мимолётный, проходящий характер, и побывав некоторое время в нашей краткосрочной памяти преспокойно улетучивается.

Здесь не лишним будет отметить, что с точки зрения временной организации различают три основных вида человеческой памяти: иконическую (или сенсорную) память длительностью в 250–400 микросекунд, кратковременную память длительностью в 10–30 секунд и память долговременную. Иконическая память представляет собой сам процесс сенсорного восприятия. Кратковременная память есть ничто иное как наше сознание, в котором всего лишь на 10–30 секунд удерживается определённая информация. Долговременная, как не трудно догадаться, это и есть наше подсознание.

Так что, если иконическая память определила внешний сигнал как значимый, отправила его в кратковременную память для анализа, а оттуда он попал в долговременную (то есть, в подсознание), то будьте уверены, что именно там он теперь и хранится. И если мы очень постараемся, то в случае необходимости вполне сможем его оттуда извлечь.

В тренировочном процессе механизм формирования забытой информации целесообразно не только знать, но ещё и с толком использовать, подкрепляя преподавание наиболее значимых моментов боевых искусств (например, базовых приёмов) какой-либо эмоционально окрашенной иллюстрацией.

5. Обобщённый опыт предков. Или то, что порой не совсем правильно называют «генетической памятью». Дело в том, что в каждом из нас действительно хранится обобщённый опыт наших предков, переданный нам

по наследству. И если генетическая память (которая, естественно, тоже существует) есть явление скорее молекулярно-биологическое, то обобщённый опыт предков — это уже явно из области ментальности. Правда, ментальности, проявляемой во вполне конкретных действиях. Например, цыганёнок, выращенный в детдоме и ни разу в жизни не видевший цыган, услышав разудалую гитарную музыку лихо пускается в пляс, точь-в-точь как в таборе, но никто его этому никогда не обучал. Глава одной латиноамериканской страны приезжает с визитом в центральную Африку, где в его честь устраивают национальные африканские пляски, после чего растроганный глава, так и не разобравшись в том, что только что им увиденное относится к Африке, сердечно благодарит встречающих за то, что они встретили его танцами его далёкой латиноамериканской родины. И это при том, что предки латиноамериканцев последний раз видели танцы африканцев лет эдак триста назад. Родившиеся и выросшие за границей потомки русских эмигрантов приехав на историческую Родину с удовольствием пускаются в пляс под «камаринского» или «казачка», и делают это столь заправски, будто и не было у них трёх поколений эмиграции. Коренной уроженец донской степи, впервые в жизни взяв в руку казачью нагайку сразу же выполняет с ней что-то близко напоминающее восьмёрку (проверено), а находящийся рядом с ним уроженец Закавказья сможет нагаечную восьмёрку исполнить только после нескольких упорных тренировок.

Примеров проявления обобщённого опыта предков «несть числа». Для нашего Пси-файта он больше всего интересен в плане заложенного во всех нас стереотипа передвижений, потому как в ком-то он по-азиатски кошачий, в ком-то по-кавказски порывист, а в ком-то чисто по-русски плавлен и в то же время по-медвежьи напорист. Плюс совершенно различное отношение к владению национальными видами холодного оружия.

Согласитесь, что всё это не худо бы и знать. Хотя бы для того, чтобы суметь в каждом из нас свой собственный стереотип передвижений выявить и приспособить именно к своей неповторимой манере ведения боя.

6. Ценностные убеждения. Это тоже то, что хранится в нашем подсознании. Часть они приобретаются в процессе жизни, частью достаются «по наследству» из обобщённого опыта предков, но они формируют в каждом из нас свою собственную иерархию ценностей (моральных, этических, культурных, религиозных, интеллектуальных и т.п.), которая в нас успешно функционирует и определяет всю нашу жизнь. Так, например, «не убий» и «не укради» — это именно оттуда. И очень хорошо, если они в нас изначально заложены.

7. Вытесненная информация. Дело в том, что наша психика устроена таким образом, что информация, сопровождаемая эмоциональным переживанием, явно носящим для нас негативный характер (страшно, неприятно, стыдно и т.п.), вследствие срабатывания защитного механизма зачастую просто вытесняется в подсознание. Мол, нет этого в сознании, да и ладно, а подсознание, дескать, на то оно по своей природе и бессознательно, чтобы это страшно-ужасное-постыдное переживание нами больше не осознавалось, тем самым не мешая своим негативным воздействием нам и дальше безмятежно наслаждаться жизнью. И здесь всем нам нужно понимать, что «вытесненная» — это совсем не та «забытая

информация», о которой мы беседовали выше, потому как «забытая», даже будучи подкреплённой негативной эмоцией (что делает два этих типа информации, безусловно, схожими), изначально запоминается (то бишь, перекодируется мозгом) преимущественно для того, чтобы оказаться впоследствии востребованной. Можно сказать, что перекодируется исключительно «для пользы дела», просто востребованность эта порой наступает слишком уж поздно, потому и с «пользой» не всегда всё получается. Дело в том, что вытесненное отрицательное переживание оказывается в подсознании благодаря совсем другому механизму, причём оказывается там, являясь отнюдь не ориентированным для будущей «полезной востребованности». При этом вытесненная информация деструктивно-негативного свойства, затаившись в подсознании как бы в «заархивированном виде», всеми правдами и неправдами (и в полной тайне от нас) всегда упорно пытается «жить» своей жизнью. Потому нет-нет, да и даёт она о себе знать даже в заведомо безобидных ситуациях, проявляясь у вроде бы вполне нормального человека каким-либо странноватым поведением, которое окружающие, в лучшем случае, недоумённо квалифицируют как «неадекватное». Да ещё и поведением, которое с годами, если с ним ничего не делать, в плане своей «странности» будет только усугубляться, в конце концов перерастая в настоящую психическую проблему. Например, в классический невроз, а то и в нечто худшее ...

Так что с вытесненной информацией далеко не всё так уж и просто, и принцип «вытеснил и забыл» в случае сильного эмоционального переживания не всегда срабатывает. Зачастую вытесненные в подсознание «негативизмы», постепенно преобразуясь в чувственные комплексы, всеми силами пытаются, воспользовавшись каждым мало-мальски подходящим моментом, вырваться на свободу, каковой для них является победоносный возврат обратно в сознание. Совершают это они исключительно для того, чтобы на радость себе и на горе нам опять полнокровно прожить свою «жизнь», щедро одарив нас при этом старательно сохранными (а то и усиленными) негативными ощущениями.

Собственно, именно с выявлением этих вытесненных в подсознание и коварно вредящих нам переживаний, по большому счету, и связана психотерапия — практически всякая, как бы она не называлась.

Понятное дело, что спортзал — это совсем не кабинет психотерапевта. Но вот то, что парень, получая отрицательные эмоции (например, вследствие болевых и просто неприятных ощущений, каковых в боевых искусствах всегда хоть пруд пруди), системно накапливает их внутри себя, грамотному тренеру не мешало бы и понимать. С тем, чтобы уловив их чрезмерное наличие, взять да и осуществить с этим парнем небольшое упражнение по методике, способствующей бесследному улетуливанию всех этих негативизмов. Какое именно упражнение, мы потом ещё подробно расскажем (поверьте, оно совсем несложное и при этом достаточно эффективное), а пока на данном месте в изучении структуры подсознания нами предлагается поставить точку.

Возвращаясь к изначально предложенной нами сознательно-подсознательной модели «компьютерного типа», мы предлагаем представить, что все вышеперечисленные структурно-информационные блоки аккуратно собраны в некие директории, наподобие компьютерных ▶

папок и упорядоченно находятся на жёстком диске (hard disk). Записаны они на диске преогромном, ёмкостью от 5 до 20 петабайт, где 1 петабайт равен миллиону гигабайт! Представили? А теперь представьте, что у этого супермощного компьютера, обладающего столь мощным устройством хранения информации, ещё и установлено скромненькая такая панелька RAM (ОЗУ — оперативно-запоминающего устройства) с размером памяти поменьше гигабайта, да при этом ещё и разбитая всего на семь (максимум девять) невеликих по своему объёму разделов. И вот если это у вас получилось, то значит вы сейчас достигли наглядного понимания о соотношении нашего крошечного сознания с нашим же, но в тоже время столь неизмеримо гигантским подсознанием. При этом те «папочки», которые на этом «диске-подсознании» записаны, занимают всего несколько процентов подсознательной ёмкости, оставляя девяносто с лишним процентов свободными. И никто доподлинно не знает, почему оно именно так создано и для чего. Не знаем и мы, потому просто констатируем данный факт.

Заметьте, здесь мы говорим именно о жёстком диске, а не, например, о стороннем облачном сервисе, потому как биологически подсознание всё-таки находится не снаружи, а внутри нас, хотя и имеет выходы извне, но об этом поговорим позже.

На этом ознакомление с темой «сознание-подсознание» можно считать завершённым, а в последующих статьях нами будут уже изложены основные представления об асимметрии человеческого мозга, знать которые, занимаясь боевыми искусствами, не только желательно, но нередко и необходимо.

Честь имею! И привет всем с берегов благословенного тихого Дона!



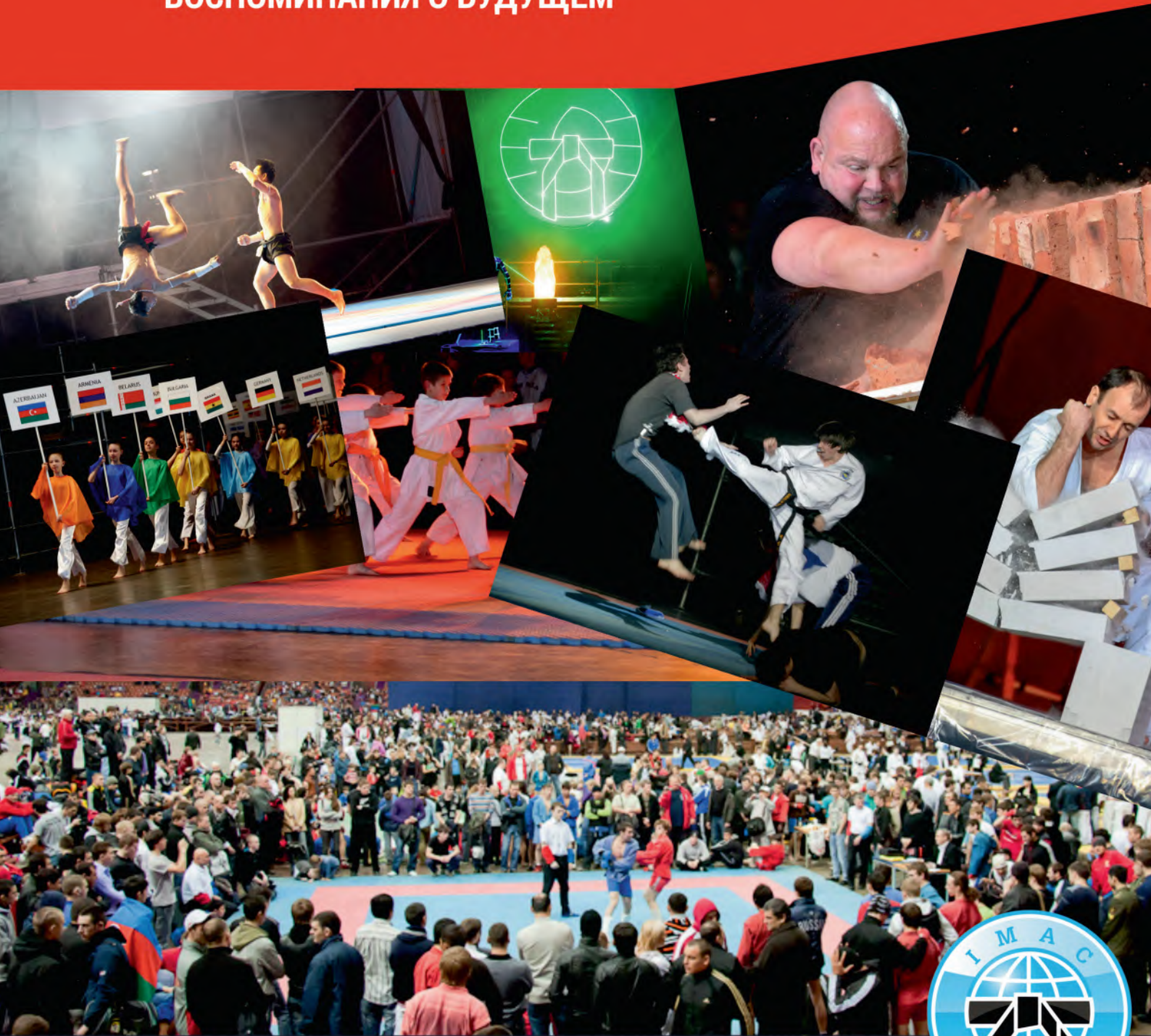
P.S. Иллюстрации изготовлены с применением нейросетевых технологий «Нейро-комбат-студией «Перначъ»

Нейровизуализация состояния впадения в ступор вследствие перегрузки сознания



ОЛИМПИАДА БОЕВЫХ ИСКУССТВ ВОСТОК-ЗАПАД

ВОСПОМИНАНИЯ О БУДУЩЕМ



MARTIAL ARTS OLYMPICS EAST-WEST OPEN

MEMORIES ABOUT THE FUTURE

БИТЬ ЛЮДЕЙ ЖЕЛЕЗНОЙ ПАЛКОЙ И ДЕЛАТЬ ЭТО С ОБОЮДНЫМ УДОВОЛЬСТВИЕМ!

МИХАИЛ БУГРИЙ
Москва, Россия

ОЛЬГА АРТЕМЕНКО
Санкт-Петербург, Россия



Исторический средневековый бой (ИСБ) – современный, динамически развивающийся спорт, объединяющий множество людей разного возраста из различных стран, и который вскоре может стать новым официальным видом спорта в России. Уже сейчас представительства ОФСОО «Исторический средневековый бой» открыты в 53-х регионах страны, турнир «Меч России» ежегодно по итогам нескольких этапов определяет лучшие команды и бойцов, а количество официальных школ ИСБ, от Петербурга до Магадана, более двадцати. При этом ИСБ, можно сказать, дало рождение ещё одному популярному направлению — современному мечевому бою, статьи о котором уже были вам, уважаемые читатели, представлены ранее.

Далее авторы рассказывают о том, что это за спорт для взрослых, почему турниры собирают тысячи зрителей, а количество просмотров на видеохостингах бьёт рекорды.



ЧТО ТАКОЕ ИСБ

Исторический средневековый бой (ИСБ) — полноконтактный бой с применением стальных притупленных реплик предметов вооружения, имеющий свои уникальные правила и особенности. Допускается применение как ударной техники, так и приёмов борьбы. В целях безопасности перед боем всё оружие и доспехи проверяются судьями, а мероприятия проходят под их контролем.

Зародившийся в начале двадцать первого века как самобытное молодёжное движение на стыке спорта, истории и культуры ИСБ за 20 лет своего существования приобрёл огромную армию поклонников по всему миру.

«Я искренне считаю, что ИСБ — это потрясающе крутая штука. Я сам из Магадана. Когда впервые увидел фильм «Властелин колец», был в шоке и дичайшем восторге. Тогда же понял, что хочу попробовать. В то лето я с братом гостил у дедушки в Белоруссии. У него в машине я нашёл газету, в которой рассказывалось об одном из ролевых клубов, где практикуют историческое фехтование. Я показал газету брату и сказал, мол, вот этим хочу попробовать заниматься — жаль, что в Магадане такого нет. А он ответил, что есть. И я пошёл искать», — вспоминает многократный чемпион мира ИСБ, тренер команды «Старые друзья», блогер Максим Юн.

В то время не было онлайн-карт, но Максим знал, что ребята время от времени занимаются на свежем воздухе и поставил себе цель их найти: расчертил город на квадраты и проходил один за другим, пока, наконец, не нашёл заветную дверь. Максиму 36 лет, из них двадцать два года он занимается историческим средневековым боем.

ИСБ В МИРЕ

Движение ИСБ быстро набирало обороты и становилось популярным в России, а затем и за её пределами. В 2010 году в Хотинской крепости состоялся первый международный турнир «Битва наций». Тогда в турнире приняли участие всего четыре команды, которые представляли Россию, Украину, Белоруссию и Польшу. Чемпионом стала Россия.

Уже в 2019 году в Сербии в «Битве наций» приняли участие команды из 40 стран мира. Россия — абсолютный чемпион мира в общем медальном зачете: на её счету 106 наград, из которых 61 золотая медаль, 22 серебряных и 23 бронзовых.



Сегодня ИСБ это полноконтактные бои с репликами предметов амуниции и вооружения. Бойцы облачены в полные доспехи, вес которых составляет от 25 до 35 килограммов, и вооружены стальным не заточенным оружием — мечом, алебардой, двуручным мечом и т.п. Все элементы доспехов и оружия выполнены по историческим образцам. Правилами разрешено наносить удары в определённые части тела. Разрешены как ударные, так и борцовские приёмы, но колющие строго запрещены — за нарушением следует дисквалификация.

КАК ПРОХОДЯТ БОИ

Сегодня в историческом средневековом бое есть несколько соревновательных номинаций, в которых могут принимать участие бойцы с абсолютно разной подготовкой. В ИСБ команды разделяются на мужские и женские, все бойцы соревнуются на специально оборудованной площадке — ристалище.

ОДИНОЧНЫЕ НОМИНАЦИИ

Бои «1 на 1» проводятся в двух категориях — дуэли и профессиональные бои. Есть мужские и женские номинации. В дуэлях судьи определяют сильнейших бойцов в разных номинациях.

«Классические для дисциплины номинации — бои на наиболее распространённых видах вооружения эпохи Средневековья — «Щит и меч», «Меч и баклер», «Полуторный меч», «Алебарда». Бои ограничены по времени, очки приносят акцентированные удары по зонам поражения соперника. В ряде случаев номинации «Щит и меч», «Меч и баклер» и «Полуторный меч» объединяют в триатлон, выявляя наиболее сильных бойцов, владеющих всеми тремя наборами вооружения», — рассказывают об одиночных боях в ОФСОО «ИСБ России».



Главная задача в дуэлях — нанести сопернику максимальное количество ударов за отведённое время. Результат фиксируют судьи, которых называют «маршалами».

«Щит и меч». Бой состоит из одного раунда продолжительностью в 90 секунд. За каждое попадание в область поражения бойцу присуждается 2 очка — в голову и корпус; 1 очко — в поражаемую зону, за исключением головы и корпуса.

«Меч и баклер». Бой состоит из трёх основных сходов, каждый из которых продолжается до первых пяти попаданий, но длится не дольше одной минуты. За каждое попадание бойцу присуждается одно очко.

«Полуторный меч». Бой состоит из одного раунда продолжительностью в полторы минуты. За каждое попадание бойцу присуждается 2 очка — в голову и корпус, меч удерживается двумя руками; 1 очко — в поражаемую зону за исключением головы и корпуса; 1 очко — за все удары в поражаемую зону, совершенные одной рукой.

«Алебарда». Бой состоит из двух раундов, каждый из которых длится 60 секунд с перерывом в 30 секунд. За каждое попадание боевой частью оружия, которое удерживается двумя руками, присуждается одно очко.

Профессиональные бои проводятся на время в несколько раундов — бойцы должны нанести максимальное количество ударов (исключая уколы) по сопернику. Здесь разрешены любые виды ударной техники в любые части тела, за исключением паха, шеи, задней части колена, глаз, стоп и затылка, а также борьба.

«Кто-то остаётся в дуэлях, кому-то нужно ещё больше адреналина и удовольствия от боёв, и они идут в командные номинации. ИСБ — это такая дисциплина, где удовольствие получаешь абсолютно в любом бою», — рассказывает Максим Юн.

МАССОВЫЕ НОМИНАЦИИ

Массовые бои — удивительное зрелище, в котором есть и тактика, и сила, и мощь, и борьба, и сражения разными видами вооружения. Самой популярной дисциплиной остаётся «5 на 5»: две команды по пять бойцов выходят в закрытое пространство ристалища со своим оружием — у кого-то это мечи, у кого-то алебарды. Огромное значение здесь имеет сплочённость команды и её натренированность. Бои состоят из трёх сходов и идут до двух побед. Здесь нет ограничения по весу, ни росту, вооружению. Как правило, бои длятся примерно семь минут — за это время необходимо выполнить главную задачу, усадив или уложив на землю максимальное количество бойцов из команды противника. Если перевес одной из команд на поле превосходит количество бойцов противника, бой останавливается досрочно.

«В нашем движении все знают, что такое «обнимашки» — когда бойцы в попытке свалить друг друга с ног борются у края ристалища, — говорит фотограф фонда развития ИСБ «Путь меча» Лилиана Ярошук. — Но самые яркие фотографии получаются тогда, когда боец одной команды летит через всё ристалище на противника и в полёте (а это тридцатикилограммовый доспех плюс оружие!) влетает в него с ноги или с колена, защищая своего товарища по команде!»



Номинация «12 на 12». Эта номинация полностью совпадает с правилами «пятёрок», но количество бойцов больше. По скорости боя, адреналину и энергетике эти бои не уступают номинации «5 на 5», но есть нюанс — ристалище для обеих номинаций одного размера. Когда 10 бойцов бьются на поле — это пространство для маневров, а когда их 24 — наступает время для других решений и тактических действий.

Бугурты и «Битва хоругвей». Сходы команд, в которых с каждой из сторон задействованы более 30-и бойцов. Правила просты — зоны поражения те же, что и в «пятёрках», выигрывают те, кто остался на ногах после завершения схода.

Самым массовым бугуртом на сегодняшний день считается «Битва хоругвей», которая состоялась на слёте ИСБ в Выборге в июле 2024 года. В сходе приняли участие более 500 человек. Мощные бои проходили в несколько сходов, один из них — по новым правилам, целью которых стало захватить флаг соперников и установить его на своём поле. За сражениями наблюдали сотни зрителей и по отзывам абсолютного большинства, ничего эпичнее они ранее не видели.

«Мы в первый раз увидели такое сражение и сначала не поняли даже, что именно происходит на поле. Представьте: лавина рыцарей в доспехах, с криками и лязгом железа летит на противников, пытаясь уронить их на землю. Были даже те, кто ронял бойцов, потом подбегал к своим, помогал отбиться от противников и бежал — именно бежал в своих доспехах, бросаясь в самую гущу битвы. Это невероятно! А самое удивительное то, что после того, как завершилась битва, они обнимались и выглядели совершенно счастливыми. Уставшими, но счастливыми. Ни капли злости, обиды или пораженческого настроения», — делится впечатлениями одна из зрителей битвы в Выборге.

В «Битве хоругвей» кроме российских бойцов приняли участие команды ИСБ из Китая, Сербии, Италии, Франции и Аргентины. Слёт ИСБ в Выборге стал первым международным турниром после «Битвы наций» в 2019 году. ▶



«Путь меча — это больше про ценности. Понимать, что тебе даёт в каждом дне то, чем ты занимаешься. И на меня военно-историческая реконструкция и ИСБ, очень сильно повлияло. Для меня это, конечно, командная работа. Ты один, ты личность, ты индивидуальность, ты можешь взять себе какое-то своё оружие, ты можешь собрать себе доспех какой-то оригинальный, накидку можешь пошить из интересной ткани с принтами, но все равно ты один не сможешь ничего сделать. У тебя есть команда, причём это команда, состоящая из абсолютно разных людей. И в какой-то момент вы объединяетесь и идёте выполнять определенную задачу: от того, что нужно пойти в бургуты и кого-то победить, и до того, что нужно построить лагерь. Вы все вместе должны построить. А у каждого свои представления о том, как это должно быть. На данный момент мы столько всего прошли всем нашим сообществом, что я совершенно отчетливо понимаю, что вот попаду я в какую-то другую страну, у меня не будет языка, не будет специальных вещей и гидов, но я там не пропаду. И это ИСБ», — рассказывает сооснователь фонда «Путь меча», спортивный директор турнира «Меч России» Артём Васильев.

ТУРНИР «МЕЧ РОССИИ»

Турнир «Меч России» входит в систему фонда развития исторического средневекового боя «Путь меча». В 2024 году турнир в семь этапов проходит в шести городах России: в Нижнем Новгороде, Санкт-Петербурге, Москве, Перми, Новосибирске и Ростове-на-Дону.

В соревнованиях действует рейтинговая система — за каждое выступление на турнире команды получают очки, при подсчёте которых в конце сезона судьи определяют лучших. Так же команды получают дополнительных 10 очков рейтинга за выезд в другой регион: Сибирь, Юг, Урал, Приволжье за выезд за пределы своего региона; Центр и Северо-Запад за выезд в Сибирь, Юг, Урал.

В чемпионате принимают участие 13 мужских команд со всей России — Санкт-Петербурга, Сибири, Приволжья, Москвы, Перми, Абакана, Крыма, Нижнего Новгорода, Кирова и других городов. А также четыре женских из Москвы, Санкт-Петербурга, Новосибирска. Завершающий турнир, который определит чемпиона России по ИСБ, состоится в Москве в ноябре 2024 года на военно-историческом фестивале «Путь меча».

«Я сразу поняла, что мне будет очень спокойно в доспехе, потому что после контактных видов единоборств, когда тебе бьют в лицо, здесь, когда тебе бьют в шлем, ты такой «Пффф! Окей, я готова с этим работать». Вы знаете, есть разные девочки — есть которые хотят стать принцессами, а есть те, которые хотят взять дракона и улететь в закат. И я просто хочу, чтобы тем девочкам, которые хотят драться, им не препятствовали. Мой путь меча, как мне кажется, именно в том, чтобы стать одним из тех, кто будет вести девчонок за собой. Я буду драться, пока мне это будет позволять самочувствие и здоровье, а остальное время я хочу посвящать тому, чтобы это — а я надеюсь, ИСБ скоро станет видом спорта, — чтобы это было достойно и правильно», — говорит об ИСБ и женских боях лидер женской команды «Альфин» Светлана Симонова.





ШКОЛЫ ИСБ РОССИИ

В пятидесяти трёх регионах нашей страны есть представительства общественной организации «ИСБ России». При этом в 27 городах историческому средневековому бою обучают в специальных школах. По сути, это настоящие центры подготовки спортсменов на базе тренировочных залов, объединенные одной системой подготовки, тренировок и методик для инструкторов и бойцов ИСБ России. Залы оборудованы всем необходимым для тренировок бойцов и их подготовке сначала в мягкой экипировке, а затем, при желании, и в доспехах.

Идея проекта «Школы ИСБ» заключается в создании системы привлечения и подготовки спортсменов для исторического средневекового боя. Руководители школ ставят перед собой цель воспитать стойких бойцов для сборной России и популяризации ИСБ.

Каждый, кто приходит в школу, сначала занимается в мягкой экипировке и на мягком оружии. Неподготовленному человеку, не обладающему очень важными для боёв в доспехах навыками, запрещено сразу входить в бой в «железе» — организм должен постепенно привыкнуть к нагрузке, а тело к новым испытаниям. И только после сдачи аттестации и достижения 18-летнего возраста бойцы могут перейти в бой «в железе».

«Раньше, когда ИСБ только вставало на ноги, бойцы в процессе тренировок должны были пройти собственную инициацию — они сами перешагивали свои страхи, боль, новые испытания. Каждый из бойцов добивался уважения в этой среде. Для многих инициацией стало участие в «Выборгском замке» — самом крупном

историческом фестивале с жёсткими боями ИСБ. Люди, которые его проходили, делали это достойно — они уже во многом перерождались. Как было раньше? Мальчику, в зависимости от племени, в 11-13 лет давали копьё и отправляли добывать себе животное. Так и здесь: боец определяется с клубом, знакомится с ним, в течение года тренируется, готовится, обучается — и не только драться, а как правильно работать руками. Это тоже очень важно. И в определённый день ты выходишь со своими одноклубниками против других клубов и в течение трёх дней дерёшься по несколько сходов три раза — это очень сильная нагрузка. Утренние бои, дневные и вечерние. Кто проходил это испытание, тот получал уважение. У нас в клубе «Берн» своя инициация: новый человек должен драться с тремя разными людьми по очереди и показать себя достойным бойцом. Например, когда Максим Юн проходил инициацию, он дрался с огромным человеком по прозвищу Тор. Максим в течение боя падал раз двенадцать, но вставал и шёл в атаку. Жёстко, но весело и интересно. Сразу всё встаёт на свои места», — рассказывает о процессе перехода бойцов чемпион мира по ИСБ, экс-руководитель Высшей школы ИСБ Санкт-Петербурга Юрий Самойлов.

В августе 2024 года молодёжная сборная школ ИСБ стала победителем турнира в Сербии, который состоялся в рамках фестиваля White Eagles. Сборная из России произвела за рубежом настоящий фурор впервые с 2019 года, победив в профессиональных боях и взяв главную награду — кубок турнира «Рыцари Белграда — 2024» за первое место в массовых боях номинации «5 на 5». ▶



В состав молодёжной сборной вошли представители школ ИСБ Санкт-Петербурга, Ростова-на-Дону, Ставрополя, Москвы и Архангельска. Бойцы выходили как в мужских, так и в женских номинациях. В итоге, россияне за два дня турнира взяли шесть наград в профессиональных боях и дуэльных номинациях. В профессиональных боях среди женщин первое место заняла Александра Бричка, второе — Светлана Симонова. Среди мужчин в номинации «Алебарда» первое место занял Алексей Ковалев, второе — Артем Леванин. У женщин в номинации «Алебарда» золото завоевала Светлана Симонова, в номинации «Щит и меч» — Александра Бричка.

В номинации «5 на 5» было очень жарко. Бойцы HMB School уверенно вышли из своей подгруппы, победив команды Caterva Violenta (Швейцария) и Iron Tower (Италия). Четыре схода длилось противостояние в плей-офф с итальянцами из Banda Nere (Италия). В гранд-финале ребята сражались с командами Born (Испания) и White Eagles HMB (Сербия). В итоге, молодёжная сборная России в составе команды HMB School стала первой в командных боях номинации «5 на 5».

Как проводили отбор в молодёжную сборную ИСБ? Строго! В Сербию отобрали бойцов, отлично продемонстрировавших свои навыки за два года в боях номинации «Смена». В прошлом году победу одержали бойцы из ростовской школы ИСБ, в этом году — из Высшей школы ИСБ Санкт-Петербурга. Вторым критерием стала подготовка бойцов, а третьим — их вовлечённость и участие в ИСБ-движении.

White Eagles Festival в Белграде стал воистину прекрасным возвращением России на международную арену ИСБ-турниров. Добавьте к этому интерактивные площадки, достойные сражения, вдохновляющий вечерний пир и получите ту самую картину, что вовлекает бойцов из разных уголков мира стать частью движения ИСБ. Та самая история, объединяющая всех нас до мурашек.

«Я много раз пытался заняться чем-то другим в своей жизни. Боксом, страйк-болом, прости господи, рукопашным боем — всё равно всё было не то. Занимался ММА и другими видами спорта. Но вернулся в ИСБ, правда, в другом качестве — тренерском», — рассказывает чемпион мира по ИСБ, экс-руководитель Высшей школы ИСБ Санкт-Петербурга Юрий Самойлов.

ДЕТСКИЙ МЕЧ

Фонд развития ИСБ «Путь меча» в 2024 году запустил новый проект — открытие спортивно-игровых секций направления «Детский меч» для всестороннего физическо-интеллектуального развития детей и подростков. Это уникальный вид спортивно-игрового развития, который сочетает в себе фехтование, развитие навыков борьбы и рукопашного боя, исторический и культурный коды нашей страны.



«Дисциплина, честь, уважение к сопернику, настрой на победу и способность с честью принять поражение — это главные ценности нашего спортивно-игрового направления. Мы знаем, как научить ответственности, способности быстро принимать решения и развить лидерство. То есть, всё то, что очень важно и нужно в жизни. Это — наш путь меча», — говорит о направлении руководитель Иван Корягин.

По статистике, которую приводит ВЦИОМ, 82 процента родителей хотят, чтобы дети занимались спортом, 45 процентов — отдают детей в детские секции и 48 процентов выбирают платные секции. По словам руководителя «Детского меча» направление полностью закрывает вопросы родителей о том, куда отдать ребенка для гармоничного физического, психологического и интеллектуального развития, как подобрать спорт для развития именно лидерских навыков, как развить стратегическое мышление, как увлечь ребенка спортом и здоровым образом жизни, как поддержать ребенка в его любопытстве к истории, культуре фехтования и знаниях о рыцарях, и многих других.

Направление «Детский меч» оказывает содействие в открытии спортивной детской секции для развития партнерской сети по занятию историческим боем для детей в возрасте от 8 лет и всех организаторских нюансов этой деятельности (тренировки, соревнования, экипировка, подготовка инструкторов, продвижение и адресная поддержка).

Миссия направления заключается в том, чтобы создать тёплое сообщество для детей и родителей. Тех, кто хочет заниматься интересным, оригинальным и увлекательным спортом, разделяют интерес к истории нашей страны и хотят гармонично развивать навыки, необходимые для достижения успеха в современном мире: патриотизм, лидерство, целеустремленность, настойчивость и гибкое мышление.

Уже сейчас семь тренеров проходят специальное обучение по повышению квалификации и открытию собственных секций, закуплены экипировка для начала занятий, подготовлена авторская методика для обучения детей.

«Направление «Детский меч» многогранно в своих смыслах и действиях как для ребенка, так и для родителей. Это настоящий тимбилдинг, укрепление семьи как оно есть: сегодня ребенок занимается в «Детском мече», завтра они едут вместе на соревнования, которые проводятся в рамках исторического фестиваля, и там же вместе, например, принимают участие в археологических раскопках. На своем примере говорю — с дочерью ездили в этом году под Рязань на фестиваль «Поле брани». Это множество разных инструментов взросления — как физического, так и интеллектуального, самодостаточного становления себя в этом мире», — рассказывает гендиректор фонда «Путь меча» Артемий Гершвальд.

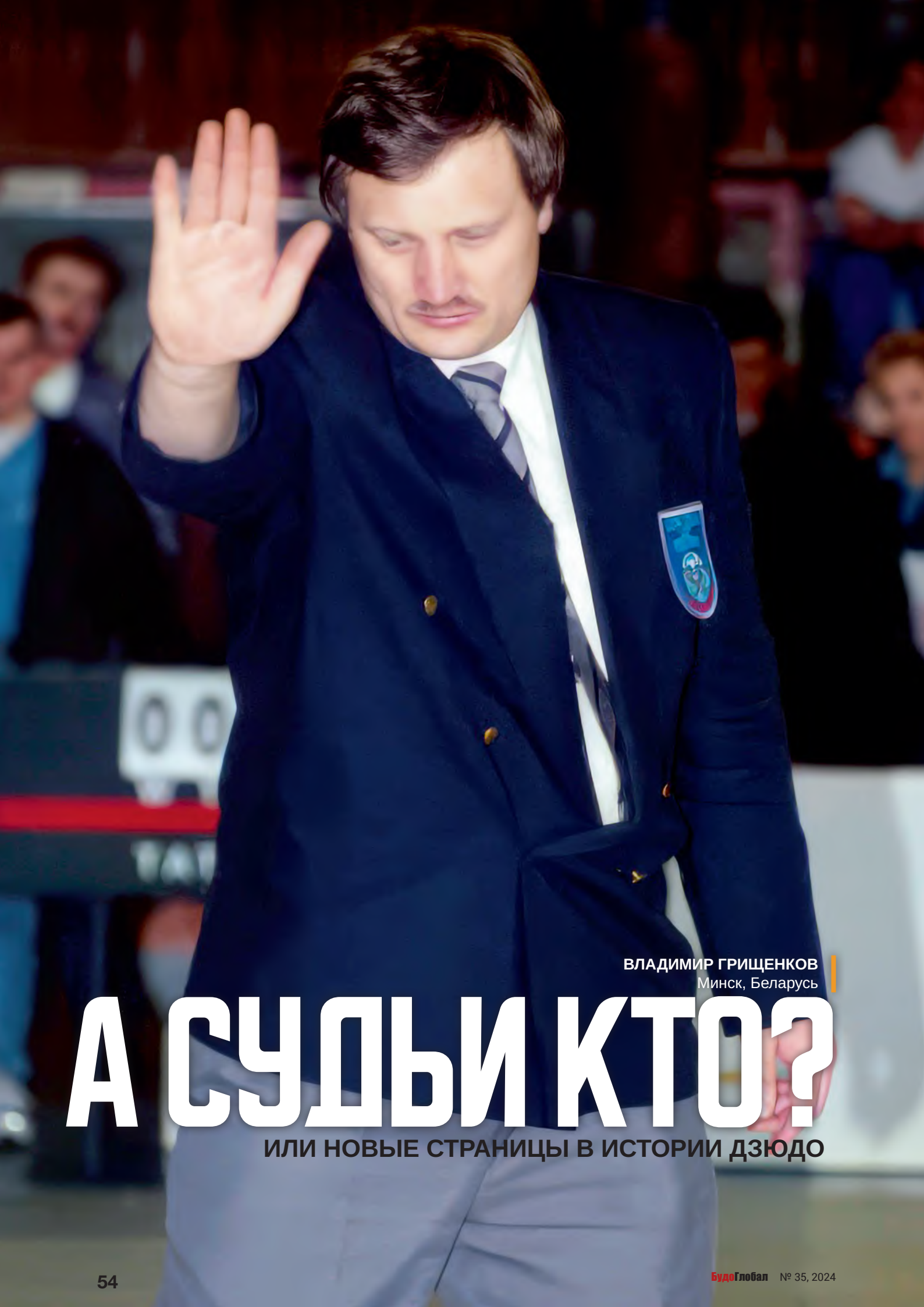
Обучение в «Детском мече» проводится в мягкой экипировке и на мягком оружии. По завершению обучения дети смогут или продолжить занятия в мягкой экипировке, или пойти в железные бои, или уйти в другие виды исторического фехтования — например, в НЕМА (Historical European Martial Arts — Исторические европейские боевые искусства). Здесь фехтуют на саблях, рапирах, полуторном мече, польской сабле и других видах оружия.

Сегодня исторический бой объединяет по всей России десятки тысяч человек. Работают кузницы, где создают доспехи и оружие; мастерицы шьют историческую одежду, обеспечивая на фестивале реплику эпохи и, конечно, поддержку атлетов в бою и после него.

Увидеть то, как сражаются бойцы на ристалище можно в медиаканалах и соцсетях не сходя с места, а ещё на военно-исторических фестивалях и праздниках — ближайшие состоятся в Ростове-на-Дону («Меч Дона») и в Москве («Путь меча»).

Каким бы ни был ваш собственный путь меча, мы точно знаем, что он сводится к направлению, которое вы выбрали и поддерживаете сами. А это значит, что вы идёте вместе с нами. ■

Все фотоматериалы предоставлены авторами статьи.



ВЛАДИМИР ГРИЩЕНКОВ
Минск, Беларусь

А СУДЬИ КТО?

ИЛИ НОВЫЕ СТРАНИЦЫ В ИСТОРИИ ДЗЮДО

Так уж повелось в спортивной практике единоборств, что если побеждает спортсмен, то это его заслуга и тренера (если он его не забывает), ну а если боец проигрывает, то виноваты, конечно же, судьи!

А судьи кто? Многие даже не задумывались, что перед тем, как выйти на татами в роли арбитра или бокового судьи, этим людям пришлось побывать в «шкуре» и спортсмена, и тренера. Пусть не обижаются на меня современные спортивные судьи, но я хочу несколько слов сказать о советской школе.

Несмотря на то, что первые, послевоенные, соревнования по дзюдо в СССР прошли в конце 50-х годов, судьи по дзюдо появились не на пустом месте — первыми на татами оценивать поединки по дзюдо вышли судьи-самбисты. Поначалу им было непросто изучать, а некоторым вспоминать судейские термины на японском языке, но близость признания дзюдо как вида спорта в СССР была «не за горами», а участие советских борцов в международных соревнованиях и включение дзюдо в Олимпийскую программу (1964 год) ускорило этот процесс. Но для проведения отборочных соревнований и международных встреч на территории Советского привлекались по-прежнему судьи-самбисты, но уже прошедшие первые судейские семинары. К обслуживанию официальных международных соревнований советские судьи были допущены только в 1963 году — это Дмитрий Гулевич и Василий Маслов (оба из Москвы). Они же первыми в СССР в 1963 году стали судьями международной категории (лицензия Б). К слову сказать, Дмитрий Гулевич только в 1974 году одним из первых стал судьёй всесоюзной категории по дзюдо, когда эта позиция была включена во всесоюзную спортивную классификацию. О нём и многих других специалистах, ступивших на путь судей по дзюдо, очень подробно написал в своей книге Евгений Рахлин «Стражи татами» (2022 год). Перелистывая страницы этой книги я ловлю себя на мысли, что многих, с которыми мы вместе стояли на татами, уже давно нет, а с теми, кто здравствует, нас связывают моменты, которые мы можем ещё и ещё раз переживать и вспоминать то, что оставалось вне внимания спортсменов, тренеров и зрителей. А главное, все мы, кто входил в судейский корпус, несмотря на различные острые ситуации во время соревнований, остаёмся настоящими соратниками и друзьями. Не секрет, что зачастую совмещали свою общественную судейскую деятельность с основной тренерской работой и не могли оставаться в стороне от интересов своей республики или спортивного общества. Да, во время соревнований были отдельные нелицеприятные выпады в сторону своих коллег, но соревнования закончились, итоги подведены и опять все становились одной дружной семьёй судей и тренеров. Все понимали — это работа, за которую каждый переживает, да и «начальство» хочет списать, как всегда, свои промахи на судей.

Так чем же определялась «элита» советских судей по дзюдо? Даже беглого взгляда достаточно, дабы констатировать, что в Советском Союзе судей всесоюзной категории по дзюдо было в разы меньше, чем подготовлено мастеров спорта СССР, не говоря уже о «международниках». Практически все судьи знали друг друга поимённо, и с огромным уважением и пристальным вниманием смотрели за работой «судей-международников», у которых было чему поучиться, мечтая о заветном

шевроне. До 1982 года в Советском Союзе «международников» было всего 8. Не хочу никого из них обидеть, но мне импонировало судейство статного и всегда выдержанного Анзора Киброцашвили (Грузия) и артистизм Николая Филимонова (Латвия).

В судейство приходили не случайные люди. Практически у каждого, кто пришёл в судейство, путь начинался с освоения азов борьбы и годов в поединках. Только так, став спортивным судьёй, можно было не быть статистом во время поединка борцов, а чувствовать нюансы схватки и принимать правильное решение. Как и спортсмены, судьи постоянно должны были совершенствовать своё мастерство. В Федерации дзюдо СССР понимали это и всячески содействовали этому процессу.

Никогда не забуду свой первый всесоюзный семинар 1975 года в канун Кубка СССР (Каунас, Литва)... Пётр Боярогло (Киргизия), руководитель семинара, был строг к семинаристам и требовал успешного освоения теоретического и практического материалов, и после экзаменов отдельные судьи были допущены к судейству Кубка СССР. По итогам судейства наиболее перспективные молодые судьи были распределены для участия в ряде всесоюзных турнирах. Со временем росло их мастерство, им доверяли не только работу на «табло» и судейство отдельных поединков на первенствах и чемпионатах СССР.

Мой дебют в ранге судьи всесоюзной категории состоялся в 1983 году на VIII летней Спартакиаде народов СССР в Москве. Моим наставником стал ныне здравствующий, сейчас уже восьмидесятипятилетний Анатолий Алексеев (Украина). Пришлось «попотеть», но кажется, я сильно не «напортачил». Уже через несколько месяцев с Алексеевым и другими советскими судьями приняли участие в обеспечении чемпионата мира по дзюдо в Москве. Многие из моих соратников впервые ►

Владимир Гриценков



присутствовали на соревнованиях столь высокого уровня и нам было чему поучиться у мастеров судейства. К сожалению, опыта судейства международных соревнований у многих из нас не было, а в зарубежные поездки выезжало ограниченное число судей, имеющих международную лицензию. Конечно, «выручал» Тбилисский международный турнир, на котором совершенствовались своё мастерство советские судьи. Но турнир был специфичный, и как ходила молва среди судей — «кто отсудил тбилисский турнир, тот может чемпионат мира!». Представьте десяти тысячный зал, который желал победу исключительно грузинским борцам! Доходило до того, что сопровождать судей из зала приходилось сотрудникам милиции — горячие грузинские болельщики... Но советское руководство дзюдо настояло, чтобы Международная федерация дзюдо в преддверии чемпионата мира в Москве приняла экзамен на международную лицензию у ведущих судей, знающих иностранные языки. Так Тбилиси-1983 стал ступенькой роста для четверых советских судей.

Не скрою, мне хотелось получить заветную лицензию, и чтобы совершенствоваться в судействе я искал возможности выехать за рубеж на международные турниры. Став государственным тренером СССР у меня появилось больше возможностей и постепенно, участвуя в турнирах, я сдружился с судьями зарубежных стран. Особо хочу отметить дружбу с польскими судьями и тренерами — в 1975-1976 годах я проходил срочную службу в Польше, «поднатаскался» в польском языке и довольно-таки сносно объяснялся. Участвуя в судействе

варшавского турнира познакомился и подружился Казимиром Яремчаком, который возглавлял судейскую комиссию Европейского союза дзюдо. В 1986 году предложили мою кандидатуру на сдачу экзамена на международную лицензию (Финляндия), чем я был несказанно рад. Но было одно «но» — знание французского языка! Даже было желание отложить сдачу, но Виктор Кузнецов, сотрудник федерации СССР, твёрдо сказал мне: «Второго шанса может и не быть!». Пришлось напрячься.

Впервые за рубеж выезжал один, без сопровождения. По прибытию экзаменующих сразу же «ошарашили» — кроме теории и практики надо было ещё пройти телестест, когда на телевизоре показывают приёмы или действия и необходимо назвать это на японском и сделать оценку. В комиссии 5 человек, председатель Яремчак, но это не давало мне поблажек. К моему удовлетворению мой французский был понятен членам комиссии и ответы мои их устроили. Не возникло проблем с телестестом и практикой. По окончании экзамена Казимир Яремчак вручил мне заветный шеврон. Меня стали включать в состав сборной команды СССР в качестве судьи, но прошло ещё много времени, прежде чем я дебютировал на чемпионате Европы (1993), но это уже в составе национальной команды Беларуси. До 1993 года были приглашения и на участие в судействе клубного чемпионата Европы. Так уж случилось, что на этих встречах в бригаде судей был и мой друг, один из лучших судей СССР Сергей Мельниченко, с которым и по сей день мы поддерживаем дружеские отношения. Моим апофеозом в судействе в период развала Советского Союза стал контрольный поединок 1992 года в Подольске.

Хуан Карлос Баркас и Казимеж Яремчак (первый и второй слева) среди судей соревнований по дзюдо XXII летних Олимпийских игр. Москва, 1980 год



На Олимпийские Игры–1992 в Барселоне готовилась уже команда СНГ, и государства, входившие в этот Союз, стремились заявить себя на Олимпиаде. Команда была сформирована, но грузинские товарищи добились проведения контрольных встреч, главной из которых стал поединок действующего чемпиона мира Сергея Косоротова (Россия) и грузинского борца, экс-чемпиона Европы Давида Хахайлишвили. Накануне я, Сергей Мельниченко и Михаил Каменецкий узнали, что «честь» судить этот поединок предоставлена нам. Сказать, что мы волновались — это очень мягко. Грузинская делегация была настроена очень и очень агрессивно, и предполагали, что если схватка закончится по мнению судей или без явного преимущества, крайними станем мы — и для россиян, и для грузин. И это в лучшем случае. И вот начало поединка. Высокий Сергей идёт в атаку, но его эффективно контратакует Давид. Нельзя упрекнуть в пассивности ни одного, ни другого борца. Остаются секунды... Чувствую, что рубашка начинает прилипать к телу, и тут атака Косоротова и на его движении контратакует Хахалейшвили! Кока! Поединок заканчивается безапелляционно. К слову сказать, хотя где-то мы желали победы действующему чемпиону, но Давид доказал своё преимущество не только в этой схватке, но и на Олимпийских Играх, став обладателем золотой медали. Великий борец! Вечная ему память и любовь всех, кто его знал!

Начиналась новая эпоха в судействе, но это уже может стать новым повествованием. Конечно, есть желание, чтобы свои эмоции о судействе, дружбе дополнили непосредственные очевидцы тех событий, а я с удовольствием рассказал бы о них в последующей книге.

ЭКС-СОВЕТСКИЕ СУДЬИ ВЫХОДЯТ НА «ЛУННУЮ ОРБИТУ»

За годы советского дзюдо (с 1963 по 1988) категория судьи международной категории (EJU-IJF) было присвоено 20 арбитрам. Из их числа только единицы выезжали в составе сборной команды СССР и участвовали в судействе чемпионатов мира и Европы. Остальные судьи, как правило, обслуживали всесоюзные и международные соревнования, которые проводились на территории СССР, и изредка выезжали за рубеж на турниры — то ли Европейский союз дзюдо и Международная федерация дзюдо считали это число судей в СССР достаточным, то ли... Ничего не хочу констатировать, но уже с первого взгляда на список судей-международников видно: практически все «международники» были из европейского региона СССР. Однажды мой друг из Казахстана Серик Онгарбаев спросил у председателя всесоюзной коллегии судей: «... а как мне можно стать судьёй международной категории?». Ответ был не двусмысленным «О, Серик, да это как до Луны!». Но вот Советский Союз приказал долго жить и национальные команды по дзюдо стран бывшего СССР выходили самостоятельно на международную арену. Если на европейской части практически каждая страна имела по одному-двоих судей-международников, то на азиатской они отсутствовали. Союз дзюдо Азии, зная эту ситуацию, в ускоренном порядке решил проблему. Качество судейства бывших советских судей не вызывало сомнений и в скором времени они обслуживали не только азиатские соревнования, но и мировые чемпионаты. Однажды экс-руководитель судей СССР,

увидев Серика Онгарбаева за столом чемпионата мира, спросил: «Серик! А ты что тут делаешь?». «Стул охраняю» — с иронией отвечивал Серик, но уже в статусе члена Азиатской судейской комиссии. Можно сказать, что экс-советские судьи вышли на «лунную орбиту»!

Наступали новые времена в судействе и на европейском татами. Председатель европейской судейской комиссии Казимеж Яремчак (Польша) понимал это и в конце 80-х, в начале 90-х старался дать возможность «ещё» советским судьям практиковаться в судействе на международных соревнованиях и содействовал присвоению ряду молодых судей международной категории.

Более высокие европейские руководители понимали, что вот — вот судьи стран «бывшего» социалистического лагеря могут стать доминантами в судействе на европейском татами и предприняли (это мое личное мнение) ряд контршагов. В первую очередь произошло смещение (1993) Казимежа Яремчака с поста руководителя судейской комиссии Европейского союза дзюдо, что означало и его отстранение от активной деятельности в Международной федерации дзюдо. Воспользовавшись тем, что некоторые национальные федерации стран бывшего Советского Союза не смогли принять участие в голосовании на Конгрессе EJU в 1993 году (а это 6 стран), пост руководителя европейских судей с перевесом в один голос занял Хуан Карлос Баркас (Испания). Это событие состоялось в преддверии чемпионата Европы (Греция, 1993), на котором уже почувствовалась «рука» Баркаса и начала внедряться «французская» система жеребьёвок. Она настолько была «хороша», что практически все первые поединки проходили между дзюдоистами из стран бывшего СССР, а их поединки судили тоже «нейтральные советские» судьи. Легко было видно, что этими действиями сразу «выводится за скобки» один из борцов, а судья становится виноватым в его поражении — тем самым «вбивался клин» и между командами, и между судьями.

Мы, арбитры, только вчера находили между собой консенсус и несмотря ни на какие события на всесоюзных соревнованиях оставались друзьями. Но это уже был другой уровень, и взаимные договорённости сохранять нейтралитет, а при возможности, используя судейские возможности в рамках правил соревнований, помогать друг другу, оказались шаткими. Как пример: поединок белорусской дзюдоистки, которая в поединке была объективно сильнее, «наш» арбитр при разногласии во мнении боковых судей отдал победу другой спортсменке. Эту ситуацию видели и руководители этого арбитра из этой страны «мол, это его грубая ошибка!», но Беларусь осталась без медали.

Не все выдерживали напряжения таких ответственных соревнований, но были и те, которые хотели «выслужиться» перед новым начальством. Вместе с тем, со временем, были достигнуты договорённости добиться как можно большей объективности со стороны судей при судействе дзюдоистов из стран не только бывшего Советского Союза, но стран и бывшего социалистического лагеря. Зная, что есть такая группа судей, «западники» были осторожны в своих решениях. Как аргумент по нюансам в судействе приведу мнение одного из моих коллег — «... вот ты судил схватку! Должен был выиграть „белый“ (повязка), а выиграл „красный“! И всё правильно, и не подкупаешься!». Вот этими нюансами и можно было сдерживать оппонентов. ▶



Десятая летняя Спартакиада народов СССР. Минск, 1991 год

Но вместе с тем, необходимо отдать ему должное, Хуан Карлос Баркас был активен в организации подготовки судей (ежегодные семинары) и каждодневных разборов действий судей во время соревнований. Тем самым он добился того, что страны, представители которых не принимают участие в семинарах, не допускались к обслуживанию европейских соревнований. Разбор видео действий судей за прошедший период и практические занятия были действительно полезны и предоставленные видеоматериалы являлись хорошим подспорьем в работе с судьями «на местах». Вместе с тем на семинарах были и отдельные курьёзные случаи, которые вызывали спор между семинаристами. Один из таких споров вышел, как потом мне напомнил мой коллега, между мной, Баркасом и всеми семинаристами. Баркас предложил мне оценить ситуацию пассив. Я уверенно сказал — чуй! На что он и все участники семинара единогласно возразили мне, что это шидо! Пришлось мне обратить их внимание на экран, где на табло уже было «шидо»! Значит, чуй! Это ещё раз подчеркивает, что судьи на татами должны быть всегда внимательны.

В скором времени, как завёл практику Баркас, судьи стали распределяться на схватки по той же «французской системе». Как она работала, могу прокомментировать. Мой венгерский коллега (кстати, в последующем он обслуживал и Олимпийские Игры) посетовал, что «...вот второй день, а я практически не судил!». Я не постеснялся и обратил на этот факт внимание Баркаса. «Но это компьютерная система и я как бы ни при чём!». Не успел я занять свое место, как компьютер заработал. Мой коллега стал не сходить с татами.

Позднее, в зависимости от итогов судейства, по окончании соревнований судьям определяли группу от первой до четвёртой. Кто в первой, тот может судить чемпионаты и т.д., а кто в четвёртой группе — отдельные турниры. Конечно, это правильное решение, но определение судей в группы было не всегда объективным. Хотя я свидетель таких случаев, когда судьи получали

третью или четвёртую группу, а впоследствии становились членами судейской комиссии. Но хочу отметить, что все ставшие членами судейской комиссии в прошлом активно занимались дзюдо и обслуживали соревнования международного уровня, и в целом большие профессионалы в судействе, за исключением случаев, когда не шла речь о дзюдоистах из их стран.

Не хочу утомлять читателей, но к 1995 году в судействе хотя и были определённые проблемы в коммуникации между европейскими судьями и объективности в определении победителей, во главу угла беспрекословно ставились Международные правила дзюдо и, главным, кто определял победителя, являлась тройка судей, решение которой было окончательным и обжалованию не подлежало! Даже если тройка судей явно ошибалась (но это было очень и очень редко), никто их решение не мог отменить! А вот таких провинившихся судей либо снимали с судейства соревнований, либо это их были последние соревнования.

С избранием на пост президента Международной федерации дзюдо Енґ Сонґ Пака (1995 год) и на пост президента Европейского союза дзюдо Франса Хоогендейка (1997 год) на определённый период изменило расстановку сил в судействе в дзюдо на европейском континенте. Но это уже другая история...



„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



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!**

 **интурион**
ТУРИСТИЧЕСКАЯ КОМПАНИЯ
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