



Вопрос о выборе пути в боевых искусствах мы попросили прокомментировать представителя молодого поколения Киокушинкай, но уже имеющего личный и тренерский опыт, **Юлию Петровну Кожинову**.



«Хотя у нас есть уже определенные успехи, мы не собираемся останавливаться на достигнутом, ведь в боевых искусствах всегда есть вершины, к которым надо стремиться. Не важно, каким именно направлением боевых искусств занимается человек, каждый выбирает то, что ближе его душе, его сердцу. Важно другое — как он этим

занимается и чего хочет достичь благодаря своим занятиям. Хочет ли он достичь совершенства и единства души, разума и тела или ему достаточно выучить пару-тройку приемов и ударов для того, чтобы считать себя бойцом, постигшим боевое искусство. Хотя на самом деле — это будет большим заблуждением. Если взять гору, то на ее вершине находится то самое совершенство, то самое мастерство, к которому, наверное, должен стремиться каждый, кто стал на путь боевого искусства, а пути-дорожки, которые ведут к этой вершине и будут теми самими направлениями боевых искусств. Не каждый сможет преодолеть этот путь от подножья к вершине, слишком много упорства, слишком много сил и физических и духовных нужно потратить, многим пожертвовать для достижения этой вершины. Но даже если человек сделал несколько маленьких шагов по направлению к этой вершине и сошел с пути, все равно пусть помнит об этих шагах. Если решит вернуться к этой горе, и попробовать еще раз, не важно какой путь он изберет, важны усилия, которые он готов приложить на этот раз для прохождения этого пути.

Ну, и конечно, до бесконечности так повторяться не может..

Говоря о тренировочном процессе, тренер не должен об этом забывать ни на секунду о духовном развитии и духовном совершенстве бойцов, особенно при изучении боевых искусств. По-моему, это является одним из приоритетов, ну а способов для такого развития масса, в том числе и через физические нагрузки, нужен просто «творческий подход». Рассматривая боевое искусство в «технической плоскости», нужно понимать, что отработка любого технического действия, будь то удары, блоки, броски или что-либо еще требует к себе повышенного внимания, и любое техническое действие будет эффективным, но лишь в той степени, в коей боец овладел этим приемом. Нет наиболее эффективного удара, броска или блока, точно также как нет самого универсального оружия, все определяется мастерством — тем, как боец умеет владеть своим техническим арсеналом (ведь даже соломинка становится смертельным оружием в руках мастера).

Желаю всем единства силы духа, силы тела, силы разума! Ос!»

## ВНИМАНИЮ ТРЕНЕРОВ, РУКОВОДИТЕЛЕЙ ФЕДЕРАЦИЙ И СПОРТКЛУБОВ!

Планируется к выходу **спецвыпуск** журнала «**Боевые искусства — ключи к совершенству**», посвященный **лидерам боевых искусств** по всем регионам Украины. Выход в свет номера — до **1 октября 2009 г.** Этот номер целенаправленно будет распространяться по районным, городским и областным отделам народного образования, управлениям науки и образования обладминистраций, органам власти (Кабинет Министров, Секретариат Президента Украины, Верховна Рада и т. д.) и имеет целью **привлечь школьников, студентов, молодежь к занятиям боевыми искусствами**, показав им, **кто** сегодня в Украине **обеспечивает** наиболее **качественную подготовку** в боевых искусствах. В номере планируется осветить все 25 регионов Украины, г. Киев и Севастополь.

Подробнее об этом проекте Вы можете узнать, связавшись с Редакцией:

**Тел./факс (057) 750-89-90**

**E-mail: martial.magazine@gmail.com**