

# “ нет идеального стиля, а нужно найти идеального ученика ”

**Александр Фёдорович, многих любителей единоборств остро интересует вопрос, какой же всё-таки вид единоборств самый лучший, какому стилю следует отдавать предпочтение?**

Я считаю, что вопрос о самом лучшем стиле в боевых искусствах нельзя считать корректным. Идеального стиля нет, есть умение или неумение. Человек, который пришёл в любую спортивную или боевую секцию, только тогда достигает успеха в своём направлении, когда прикладывает к этому значительные усилия. Когда он идёт к достижению своей цели и своего мастерства через тяжёлую работу над собой — над своим сознанием, физической и психологической подготовкой, если хотите, своим мировоззрением. Достигая, таким образом, мастерства, именно он демонстрирует эффективность того или иного стиля, школы. Получается, что восприятие любого из боевых искусств идёт через конкретную Личность, Мастера, но никак не наоборот. Посмотрите, что зачастую происходит на ринге, ковре или татами. Человек называется представителем какого-то вида единоборства, но, выходя на поединок, не может совершенно ничего. Все его попытки изобразить некое подобие приёмов или тактических комбинаций представляют собой жалкое зрелище. Если же это «Фри-файт», то последствия для такого «бойца» становятся плачевными. Зрители же, или люди, наблюдающие за всем этим со стороны, только делают вывод, что названное боевое искусство ничего не стоит. Фактически, такой горе-боец не раскрывает всех возможностей данного боевого искусства, бросает на него тень. Поэтому считаю, что, отвечая на поставленный Вами вопрос, грамотно будет сказать, что нет идеального стиля, а нужно найти идеального ученика и воспитать его.

**А как в таком случае не стать таким «горе-бойцом» и кто такой «идеальный ученик»?**

Идеальный ученик — это тот, кто приходит в тренировочный зал, чтобы создать в себе ту самую Личность, а уж никак не тот, кто «клюёт»



Александр Фёдорович Субботин

на рекламные объявления типа «всего за несколько занятий в нашей элитной школе боевых искусств Вы станете первоклассным бойцом...». Вспомните хотя бы десять Заповедей монахов монастыря Шаолинь, в которых и говорится о том, что только ежедневная практика и железная дисциплина делает из ученика серьёзного Мастера. При этом в основе всего лежит именно моральный кодекс, о котором сегодня, к сожалению, многие забывают. Ведь истинное Знание открывается только человеку, чистому душой, тому, кто владея смертоносной техникой рукопашного боя, никогда не причинит боли ближнему. Кстати не так уж это и противоречит христианским принципам (хотя монахи, создавшие многие из боевых искусств, стояли на позициях Буддизма)!

**Хорошо, предположим, человек хочет стать Мастером и идёт в тренировочный зал, чтобы освоить, скажем, технику бокса, потратив на это, как Вы сказали, кучу усилий и энергии и став серьёзным специалистом в этом виде. Может ли он после этого смело участвовать в так называемых боях без правил, во «Фри-файте»?**

Я опять обращаюсь к истории. В древности каждый Мастер владел 5-6 видами единоборств. Тот самый Морихей Уэсиба, отец-основатель Айкидо, в совершенстве владел

несколькими видами каратэ и дзю-дзюцу. К слову сказать, будучи инструктором, в армейском спецподразделении и проводя жесточайшие тренировки-поединки для бойцов на «кровавом пятакке», Уэсиба создал подлинно высокое боевое искусство, ориентированное на улучшение человека, его формирование. Отсутствие жёсткой, «кровавой» подготовки бойцов никак не умаляет достоинства данной системы. «Чем мягче работает человек, тем выше его мастерство», — так говорил Уэсиба. Естественно боевая составляющая Айкидо — более чем серьёзна! Сам же Морихэй Уэсиба, величайший Мастер, приходил на тренировки к своим ученикам, одевая белый пояс и говоря при этом, что он — такой же ученик в познании боевого искусства, каждый человек уникален и у каждого есть чему поучиться. Проведите здесь современную параллель — «горе-учителя», которые в кратчайшие сроки «клепают» «Мастеров», прикрывая свою личную несостоятельность денежным эквивалентом за получение «элитных, суперсекретных, клановых и т.п. техник боевых искусств».

Так что если говорить об успешном участии во «Фри-файте» Мастера одного направления, это вряд ли возможно. Нужно владеть несколькими боевыми системами, примерно в равной степени, однако иметь в чём-то свой «конёк». Тот же боксёр или кикбоксёр, о котором Вы говорили, должен владеть борцовской подготовкой, уметь проводить захваты и уметь работать в них, иметь навыки борьбы лёжа, выполнять и знать технику болевых и удушающих приемов и, конечно, уметь от них защищаться. Даже, несмотря на то, что тот же кик-бокс — очень сильная боевая система!

Здесь хочу также вспомнить о создании дзюдо. Имея своими корнями дзю-дзюцу, и встав перед вопросом признания ее, как самостоятельной боевой системы,

данное искусство предстало на суд специалистов. Дзигоро Кано, основатель системы, вышел на татами и сказал, что готов практически доказать жизнеспособность новой Школы. Этот момент и оказался ключевым. Кстати,

по утверждению Дзигоро Кано, дзюдо — это духовная и физическая дисциплина, уроки которой можно применять в повседневных делах.

**Основной принцип дзюдо, руководящий всеми техниками атаки и защиты, заключается в том, какой ни была цель, ее лучше всего достичь, максимально эффективно используя для этого и душу, и тело.** Выше сказанное подтверждает жизненную важность разноплановой подготовки бойца. В далеком прошлом великий философ Сунь-цзы в книге «Троецарствие» написал: «...**Можешь наступать — наступай, не можешь наступать — обороняйся, не можешь обороняться — беги, не можешь бежать — сдавайся, не можешь сдаваться — умри.**»

### **А каков был Ваш личный путь в боевых искусствах?**

Мой личный опыт очень многоплановый. Мне довелось учиться у настоящих Мастеров. Мои первые учителя Рыбалко Анатолий Кузьмич и Светличный Леонид Фёдорович — представители старой советской Школы Самбо. Не скрою, было еще много встреч с интересными людьми, можно сказать уникальными. У меня была такая возможность, ведь я был в сборной команде Украины. Мы очень часто выезжали на различные матчевые встречи, соревнования, учебно-тренировочные сборы. Я благодарен судьбе и всем, с кем пришлось встретиться в жизни или на ковре за науку. Тогда многого я не понимал, иногда обижался на своих наставников, но твердо знал одно — только труд и еще раз труд помогут в достижении поставленной цели. Эти же традиции несут своим ученикам. Например, после боя Игоря Вовчанчина в предварительных поединках «Гран-при» 2005 года в Токио у меня состоялся примерно такой разговор с именитыми японцами:

— Что это была за техника? Мы ничего подобного никогда не видели!

— Вы стали выхлацивать дзюдо, почти исключили его самобытность, а мы в своё время, взяв из него лучшее, пошли дальше. То, что вы видели в бою — наше боевое самбо. Удары из опорной и безопорной (!) позиции в сочетании с захватами и бросками, филигранная техника борьбы лёжа, сочетающаяся не только с болевыми приемами на руки и ноги, но и с удушающими приемами и ударной комбинационной техникой.



Дзигоро Кано

Надо сказать, японцы сильно удивлены!

Кроме самбо у меня было немного бокса, плавания, велосипедного спорта и даже чуть-чуть футбола, а во время службы в спецназе, куда я попал после института в 80-м, я увидел, что такое настоящее Окинавское каратэ. Кстати, наш инструктор по каратэ — Евгений Иванович Брюханов — из Луганска, надеюсь, он здоров и благополучен и я, пользуясь возможностью, со страниц журнала передаю ему наилучшие пожелания и слова благодарности. Так вот, каратэ — это сокрушительная, молниеносная техника. Кандидаты и мастера спорта, каких только направлений из числа наших «орлов» не пытались продемонстрировать ему в спарринге своё мастерство! А надо сказать ребята у нас были весьма серьёзные. Тщетно... Глядя сегодня на некоторых представителей современного спортивного каратэ, я разочаровываюсь. «Натаскивание» спортсменов — каратеистов на запоминание различных комбинаций, по-моему, уводит их от понимания боевых аспектов столь эффективной боевой системы. **Ведь главное — не запомнить, а понять систему.** Сталкиваясь с реальным противником, никогда не знаешь, что он будет делать. А вдруг он будет бить не по таким траекториям, как заучено в спортзале секции. Вы можете спрогнозировать, например, траекторию удара специалиста по Шоу Дао или Виньчунь?

Вообще, наша беда в том, что мы гонимся за всем новомодным, причём по принципу — «увидел — скопировал». Когда в Японии приоритеты начали отдаваться дзюдо, джиу-джитсу успешно прижилось в Бразилии. Для бразильцев — людей темпераментных, система оказалась идеальной. Вы посмотрите, что пред-

ставители бразильского джиу-джитсу из клана Грейси вытворяют в восьмиугольнике! Но ведь мы то — не бразильцы! Другой наш темперамент. И философия наша другая. Поэтому нужно не копировать, а развивать то, что ближе нам по духу.

### **Александр Фёдорович, а какая в таком случае «наша» система, близкая нам по духу?**

Я считаю, что исконно наше — боевое самбо. Хотя и здесь не обошлось без «национальных особенностей». Посмотрите, сколько неясного и туманного в создании самбо даже на уровне его отцов-основателей. На слуху в основном А. Харлампиев, В. Спиридонов, Н. Ознобишин. Я не хочу умолять заслуг этих бесспорно талантливых людей, но вот фамилия В.С. Ощепкова в литературе по каким-то причинам замалчивается. Это очень яркий пример влияния политики на формирование сознания людей, я бы сказал их «оболванивание». Интриги и репрессии сталинизма привели к гибели этого гениального человека, великого Мастера, а ведь именно его следует считать отцом современного Самбо. Работая в архивах, с историческими документами, я обнаружил очень много интересных фактов, замалчиваемых раньше в Советском Союзе, неоценимую помощь мне оказала книга А.П. Хлопецкого «...И ВЕЧНЫЙ БОЙ». Например, мало кто знает, что Святитель Николай Японский — один из христианских священников, руководитель миссии в Японии, сумел увидеть в мальчике из глухой деревни на острове Сахалин Васе Ощепкове будущего основателя нового вида единоборств.

По его прямому указанию его отправили в Токио и определили в духовную семинарию

“

Надо сказать,  
японцы были  
сильно удивлены!

”





с обязательным посещением занятий дзюдо, «дабы принести пользу России». Получив мастерскую степень по дзюдо в Кодокане (так называется школа дзюдо в Токио), и приехав в Москву, именно Ощепков заложил основу самбо.

Он смог первоначальный принцип дзюдо — как победить противника с минимальными потерями, используя силу противника против него же, трансформировать, учитывая нашу иногда непростую психологию русского человека. Более того, я считаю, он пришёл в Россию, чтобы просветить народ, дать ему уникальную систему оздоровления. Естественно, появились завистники. Посудите сами. Господин Спиридонов В. А. — бывший унтер-офицер царской России, не обучавшийся ранее боевым искусствам, после участия в русско-японской войне привёз в Россию книгу по джиуджитсу и начал заниматься «модернизацией», подводя устоявшуюся и целостную систему под «наших людей». Конечно, им были предложены и методики тренировок и прочее, однако именно он был одним из «конкурентов» В. С. Ощепкова. И почему-то именно он благополучно пережил все репрессии, имел награды и почёт... Обучая бойцов в своём спецподразделении рукопашному бою, я ещё в армии понял, что система Спиридонова, которая насаживалась в армии как основная, мягко скажем несовершенна. Ну не сходится там одно с другим. Никак не вписывается эта система в реальный поединок, потому что была форма, а вот вдохнуть душу, смысл, жизнь в нее может только настоящий Мастер, другому это не дано, как бы он ни старался, пока не выполнит условий, о которых я говорил выше. Вот и приходилось для проверяющих демонстрировать одно, а для жизни учить солдат действительно эффективным методам ведения рукопашного боя.

Вообще говорить об истории возникновения различных единоборств, что от чего пошло и т.д. можно долго. У меня на этот счёт есть своё мнение. Я считаю, что все боевые искусства — дети одной мамы, т.е. имеют одни корни. Например, можно ли англичан считать основателями бокса? Кому интересно — посмотрите книгу «Бокс Шаолиня» и «Учебник бокса» и сами проведите аналогии.

**И ещё один вопрос. Как сохранить преемственность в развитии у нас боевых искусств?**



Святитель Николай Японский



Василий Ощепков

Непременное условие, на мой взгляд, это желание государства видеть своих граждан здоровыми, сильными людьми. В Японии занятия дзюдо являются обязательными в школах. Преподают там эту науку самые известные и подготовленные педагоги. У них существует стройная система отбора претендентов для работы с детьми, и уж поверьте, случайных людей к этой работе не допускают. Государством разработана система материального и морального поощрения. Думаю, что в этом заложен один из основополагающих принципов философии боевых искусств: **«Мастер боя — Мастер жизни»**

Дети — наше будущее, какой фундамент знаний, жизненных принципов заложим, так они и пойдут по жизни. На мой взгляд, работа с детьми — это очень ответственная и важная работа. Дети, как лакмусовая бумага, фальшь чувствуют сразу, и здесь, на мой взгляд, огромное значение имеет личный пример наставника в соблюдении всех тех нравственных и этических норм, о которых мы говорили выше. Когда родители приводят деток в спортзал, они хотят видеть впоследствии здоровых и сильных сыновей и дочерей. Они отдают своих малышей в руки тренера здоровыми и его задача — не навредить здоровью ребёнка, а укрепить его. Ведь последствия от неправильной методики тренировок, от отсутствия необходимого медицинского обеспечения могут быть печальными. И проявиться это может через много лет. Поэтому я бы ещё раз хотел предостеречь тех родителей, которые считают, что чем больше «боксов» просят за обучение, тем «круче» ребёнок станет. В связи с этим порой возникает ностальгия по сильным и грамотно построенным методикам обучения в спортивных

секциях Советского Союза, отбора педагогов. Я вообще считаю, что чем больше спортзалов, тем лучше. Занятия в спортивной секции приводят к повышению нравственного уровня, не дают останавливаться на достигнутом, стимулируют человека к работе над собой.

Путь обучения в любом боевом искусстве длинный. Главная задача тренера — увидеть и понять ученика, распознать его потенциальные возможности и ни в коем случае не ломать. В ребёнке или вообще в ученике нужно максимально развить то, что ближе ему по его складу, физиологии, телосложению, темпераменту и т.д. Конечно это трудная задача, и если тренер преследует цель как можно больше заработать на обучении, он вряд ли будет себя обременять такими «пустяками». К нам во «Фри-файт» тоже порой приходят специалисты, вернее считающие себя таковыми после обучения в какой-нибудь «крутой» секции. Как Вы думаете, каков мой первый тест?

Ну-ка кувыркнись. И мне сразу всё становится понятно.

Как правило, только после всестороннего изучения ученика можно дальше о чём-то говорить. В многоборье надо иметь ровные навыки, но иметь в чём-то свой «конёк». Нужно уметь почувствовать соперника, «просчитать» его.

#### **Александр Фёдорович, что бы Вы хотели пожелать читателям нашего журнала?**

Каждый человек с рождения имеет право на защиту своей жизни и здоровья, а в наше время это приобретает очень большую актуальность. Хотел бы предостеречь юношей

и девушек, имеющих какую-то подготовку, от необдуманной демонстрации своего умения простым людям, это может иметь роковые последствия. Напомнить тренерам, инструкторам боевых единоборств об ответственности за последствия обучения, которая распространяется не только на учеников. За границей нет даже понятия, «предел необходимой самообороны». Есть Личность и её надо защищать всеми возможными средствами. К сожалению, у нас такой нормы в законодательстве не предусмотрено. Надо чётко понимать, что неадекватный ответ на агрессию может обернуться против Вас же уголовной ответственностью. Грань для выбора «адекватных» способов защиты очень тонкая и почувствовать её может разве что хороший специалист по боевым искусствам. Поэтому скажу словами одного из Мастеров прошлого: **«Выигранный поединок — тот, который не начинался».**

Спешите быть добрыми, нести добро людям. Идите по жизни с улыбкой и любовью в сердце, и поверьте, у вас никогда не будет конфликтных ситуаций. **Главное — быть в мире с самим собой.** В жизни можно все объяснить, войти в положение человека, попавшего в те или иные обстоятельства, но неизменно одно — ничего в жизни не происходит случайно, все закономерно. Никого не хотел бы обидеть, но был бы очень рад, если бы наши читатели задумались над одним вопросом старого мастера к своему ученику в подобной ситуации, дошедшего к нам из глубины веков: **«если нет мира у тебя в душе, как он будет вокруг тебя?»**

**Беседовал Дмитрий Дёмин**



### **С победителями...**

Слева направо:

**Александр Маковоз** — мастер спорта Украины по рукопашному бою. Чемпион Украины; **Александр Фёдорович Субботин**; **Сергей Мисевра** — неоднократный победитель и призер соревнований по боям без правил, в рейтинге спортсменов 1998 года был в пятерке сильнейших; **Сергей Бондарович** — участник Чемпионата Евразии 1998 года, неоднократный победитель и призер соревнований по боям без правил.