

Меч как инструмент изменения внутренней сути

Автор: Юрий Быков "Derek".

Оглавление

Меч как инструмент изменения внутренней сути. Кэн-дзюцу.	2
1. Общие моменты, или что тут вообще происходит?.....	2
2. Важные мелочи, или как это все работает.....	4
3. Удар как он есть.	8
4. Откуда наносить удар, или какая ж это упрямая штука – меч.....	15
5. Танрэн, или снаряжная работа.....	17
6. Тамэсигири, или проба пера... то есть меча.....	18
7. Заключение	20
Меч, как инструмент изменения внутренней сути. Иайдо.....	21
Часть 1.....	21
Часть 2.....	23
Часть 3.....	27
Часть 4.....	29
Часть 5.....	33

Меч как инструмент изменения внутренней сути. Кэн-дзюцу.

Должен сказать, что данная писанина не входила в мои планы. Поскольку каждый раз я убеждаюсь в своем невежестве и необходимости что-то узнать, изучить и проработать более качественно. Кроме того, я уверен, что буквально через год после написания эта информация лично для меня устареет. Я просто буду знать больше, чем сейчас. И вопросы буду решать совершенно другие. Впрочем, я уверен еще и в том, что эти новые вопросы органично вырастут из старых.

Так и должно быть.

1. Общие моменты, или что тут вообще происходит?

Кэндзютсу. Практически каждый из многочисленной братии адептов воинских искусств японского направления слышали это слово. Большинство занимающихся, к примеру, айкидо, отдаленно – как правило, от своих учителей – знает, что их обожаемое айкидо несет в себе след фехтовального искусства, и уходит это искусство в беспокойное японское средневековье.

В том-то и дело, что – след...

Как правило, на этом самом мимолетном упоминании о кэндзютсу учителя современного толка и останавливаются. Просто потому, что знают не намного больше своих учеников. А раскапывать техники меча, да еще и которые работают реально в поединке, у современных «искусников» нет ни времени, ни желания.

Конечно, это ведь переводит искусство в абсолютно другую плоскость. В которой они – «искусники» — чувствуют себя крайне неуютно. В которой сомнительным техникам в более чем сомнительном исполнении места нет, не было и быть не может.

А это подразумевает работу над собой.

Но – постараюсь не забегать вперед.

Кэндзютсу – слово, в буквальном переводе означающее «искусство меча». Этот термин использовался в те времена, когда ни о каком таком «кэндо» никто и слыхом не слыхивал, а правильность техник оценивалась только с одной стороны – останется их исполнитель впоследствии живым, или нет.

Что обеспечивало прочную связь с реальностью.

Какие соревнования, о чем вы, право... Не хватало еще самураю, с его-то самурайским гонором, приходиться, как сейчас принято, в место большого скопления народа (читай, простонародья), чтобы показать, какой он крутой. Это и так было понятно. Иначе он не принадлежал бы к воинскому сословию.

Поединки проводились в сугубо закрытых... э-э... аудиториях, с целью превосходства (а иногда и, чем черт не шутит, и целевого обмена информацией) той или иной *школы*, но никак уж не в целях самоутверждения отдельных мастеров (и не очень мастеров) в глазах у возбужденной толпы. Отдельные схватки бродячих ронинов, горячо любимые поклонниками Куросавы, не в счет. Слишком уж их было мало – поединков, а не ронинов.

Да и схватки той – *раз*, и все...

Кэндзютсу – термин обобщающий, который не несет на себе никакой стилевой направленности. Естественно, именно в среде японских будзютсу, причем традиционного толка. Или претендующих на это.

Да, должен сразу заметить: я не могу сказать, что все, что здесь будет из техники, тактики и прочих аспектов, является традиционным. В смысле, принадлежащим к какой-нибудь старой школе.

Я вообще не считаю, что занимаюсь традицией, в том ключе, в котором сейчас видят боевые искусства все эти пестрые толпы прихожан.

Мое отношение к традиции – в другом. Это очень просто – чтобы правильно понимать боевую школу, нужно пропустить ее через себя. И то, что будет в результате – и есть правильное понимание. Причем, зачастую (почти всегда!) ваше кэндзютсу будет отличаться от моего, а мое – от вашего, но это и будет настоящее, реально работающее боевое искусство, которое – вот парадокс! – гораздо ближе будет к традиции, нежели несколько замшелых форм с забытым смыслом, которыми кормят массу лохов, верящих в чудеса и секреты.

Об оружии.

Я рассчитываю в своих тренировках на катану, с обычной развеской, тяжестью и длиной, не выходя за рамки адекватности.

Но-дачи, к примеру, меня не интересует. Неудобен он мне, и все тут. Ему я с удовольствием предпочту такую специфическую вещь, как нагамаки. А малый меч (вакидзашу) – отдельная тема. И возможно, если я наберусь наглости, то попытаюсь изложить те части понимания данного предмета, которые мне будут доступны.

Позже.

О методах изложения материала.

В данную маленькую работу я сознательно не включаю ни одной фотографии или рисунка с демонстрацией техник, и делаю это по следующим причинам:

- во-первых, техники, которые встретятся по ходу чтения, основаны на общеизвестных принципах, и лишней раз занимать *место* на бумаге и *внимание* возможного читателя каким-нибудь классическим положением ног я считаю просто лишним. На это есть множество книг, написанных достойными мастерами своего дела. И в очередной раз растекаться мыслью по древу я не собираюсь. Часто, кстати, авторы или составители этих книг (например, по каратэ) спокойно заимствуют иллюстрации друг у друга и при этом нормально себя чувствуют, помогая себе важными утверждениями о канонах и традициях, которые нарушать не след. Чтобы не было беды.

Однако, те тонкости и мелочи, которые будут описаны ниже, скорее всего можно будет встретить в любом действительно достойном вниманию руководстве по мечу. Я вовсе не считаю себя первооткрывателем в данной области. Единственное мое достижение – надо сказать, невысокое – заключается в некотором практическом опыте, который я и пытаюсь изложить.

- во-вторых, любое мое исполнение – НЕ ВАШЕ исполнение. Я по себе знаю, насколько заманчиво ставить ноги и дышать носом так, как уже дышит и ставит кто-то другой. Мол,

если дышит, значит, знает, для чего. Знает, знает... а вы знаете? А вдруг это вам не подойдет? Или вы точно так же в детстве упали и разбили себе коленку об пол? И это потом повлияло на вашу походку, и – впоследствии – на технику? Воистину, подражательство – великая сила. Но и великий тормоз, если его использовать не по назначению тут и там.

Так что я не рекомендую слепо копировать, кого бы то ни было. Гораздо эффективнее будет сознательный подход. То есть работа ума – не только приветствуется, но и категорически требуется. Несмотря на все дзэнские байки о не-мыслии.

2. Важные мелочи, или как это все работает

Итак, начнем. Как и полагается от пещки. В смысле, от меча.

Меч для занятий нужен не один, а несколько. Прежде всего – нет, не катана, как можно было подумать, а боккэн. Причем достаточно тяжелый и прочный.

Ишь, катану ему... размечтался. Это ж сколько катан в неумелых руках жизнь завершит, не успев надыхаться? Так что боккэн, и точка. В ближайшие год-два о катане можно только вздыхать и мечтать о ней издали.

Кроме того, потребуется субурито – тот же боккэн, только лезвие пошире, и весит он потяжелее.

И боккэн, и субурито должны быть из прочного дерева, иначе с полной отдачей использовать их не удастся. Поскольку наряду с простыми махами и ударами по воздуху, есть такая сторона практики, как **танрэн – удары по жесткой цели**, или как сейчас принято говорить, «снарядная работа».

И еще. Для разработки плечевого пояса нужна такая снасть, назовем ее «гирей»: боккэн с удобной (не просто приемлемой для захвата, а именно **удобной**) рукоятью, обмотанный по клинку тяжелым канатом (диаметр каната не менее 20мм). Здесь возможны варианты, но направленность остается та же: **очень тяжелая штука**. Кстати, лом не рекомендую, равно как и стальную трубу, и черенок от лопаты. Все потому, что помимо тренировки силы нужна еще и тренировка чувства клинка. Которую нельзя осуществить в случае круглой рукояти. Так что над рукоятью придется попотеть. Однако это не напрасный труд.

Вообще, если есть условия – нужно обязательно пробовать сделать боккэн самостоятельно. Это, с одной стороны, даст уверенность в качестве оружия, и определит ваше отношение к самому себе – сам же делал, для себя, и пенять не на кого в случае стертых грубой рукоятью рук или растянутых из-за неправильного баланса плечевых связок; с другой стороны, это полезно как процесс.

Учит усидчивости. А также формирует отношение к мечу.

Первое правило: меч надо **уважать**.

Меч – это не палка, даже если он из дуба, а не из стали. Именно с этого должно начинаться обучение. Меч нельзя швырять на землю, пинать ногами, наступать на него, оставлять без присмотра. Невежливо будет брать чужой меч без разрешения хозяина.

А вы что думали, этот этикет можно пропустить, как титры в фильме? Нет уж, извольте соблюдать. Иначе искусство превратится не просто в мордобой.

В нашем случае оно превратится в резню без победителей.

Вместе с тем надо помнить о том, для чего вам меч. То есть мечом надо заниматься. И не жалеть его, а то прямая дорога такому боккэну – на стенку.

В ознаменование несбывшейся мечты.

Ну, в конце концов, вы же не жалуете хорошие плоскогубцы? Или нож?

Так и меч – он должен работать. Им *должно* наносить удары, и вовсе необязательно по живому. Его нужно почаще брать в руки, согревая своим теплом.

Возможно, кому-то этот подход покажется излишне романтизированным, но только не фехтовальщику. Какая романтика? Голый практицизм: Если ты ухаживаешь за оружием, значит, оно дольше проживет. И даст тебе возможность расти.

В занятиях наибольшая нагрузка дается на предплечья и кисти. Соответственно, нужно их готовить к данной нагрузке предельно качественно.

Запястье должно быть гибким.

Пальцы и предплечье должны быть сильными.

По части плечевого пояса и остальных групп мышц я даже не буду напоминать. Их подготовка подразумевается. Кстати, очень хорошо в данном вопросе помогает та самая тяжелая гиря с рукоятью. Никаких сокращений в разминке, растяжке и силовой тренировке быть не должно в принципе, иначе в лучшем случае вы так и останетесь эстетствующим теоретиком, а в худшем заработаете какое-нибудь нарушение в организме из-за перекоса в тренировке оного.

Любить себя надо, господа фехтовальщики.

А это значит – не знать к себе жалости.

Кроме всяческих общеразвивающих упражнений стоит включить в свой арсенал специальные приседания. Делается так: берем гирю. Замах стоя – удар приседая в положение сонкё, замах сидя в сонкё – удар вставая, и так далее.

Сонкё – положение согнув колени (присев), спина должна быть ровной, пятки вместе, носки врозь, колени смотрят в стороны, угол между коленями не менее 90 градусов. Очень важное положение, надо сказать. Поскольку отменно тренируется равновесие, и, что не менее важно, работа ног в крайних точках суставных траекторий, там, где обычно сустав не используется в повседневных движениях. Это помогает сохранить подвижность коленных суставов с возрастом. Однако не стоит здесь слишком уж усердствовать, поскольку колено – сустав капризный, и вполне может запротестовать. Эрозия поверхности суставного сочленения – неприятная штука. Поэтому – знайте меру.

По поводу отжиманий – особо. Это благодатная тема для любого рукопашника, но здесь к ним подход несколько другой. Надо не только уметь отжиматься на ладонях, пальцах и обратной стороне кисти, но и включить в занятия отжимания на ребре ладони (молитвенно складываем ладони передо лбом, упираемся ими в пол, отжимаемся), а также – отжимания медленные, по девять-двенадцать секунд на сгибание и столько же на разгибание рук. Скажу сразу – не для слаботервных.

Помимо прочего, стоит упомянуть отработку низких стоек в утрированной (заниженной) форме, когда ноги согнуты под прямым углом. Работа ведется в двух направлениях: просто стоим в позиции, и ходим в ней же. **При перемещениях стоит отметить особенность: ноги должны проходить под центром, и ни в коем случае через стороны.**

В случае проноса ноги через сторону равновесие нарушается, и ни о каких сменах скорости или направления не стоит даже и думать.

Еще об инвентаре.

Желательно наличие фукуро-синай. Данная штукавина отличается от общепринятого в кэндо синая из четырех планок. Конструкция следующая: из брезента (в оригинале – из толстой прочной кожи) шьется труба (длинный мешок, чехол – нужно подчеркнуть) длиной около метра, диаметром в 2,5 – 3 см. Важно не переборщить с толщиной, иначе будет неудобно держать в случае ее превышения; если же будет слишком тонким – быстро выйдет из строя. Далее этот мешок плотно забивается бамбуковой щепой, чем тоньше тем лучше, но каждая щепочка должна быть на всю длину чехла. Предварительно зашиваем один из концов, и заталкиваем туда хороший кусок поролона, или чего-нибудь мягкого – для того, чтобы не оставить партнера без глаз в случае неконтролируемого **цуки**. Забив – завязываем оставшийся открытый конец. Зашивать не рекомендую, поскольку потребуются периодически заменять избитые и сломанные «щепки».

Получившийся синай удобно использовать в поединках, кроме того, он хорошо развивает **тэ но учи**, или выжимающее движение запястий.

Кроме того, было бы хорошо иметь доспехи – хотя бы доспехи кэндо, или же самодельные – но сделанные с умом, иначе от доспехов можно получить больше травм, чем от оружия.

Но первое время можно обойтись и без них. Более того, я рекомендую заниматься парной работой без доспехов в обязательном порядке, иначе не разовьется чувствительность, необходимая в реальных ситуациях. Доспех-то на себе не будешь таскать круглые сутки.

В общем, доспехами не стоит злоупотреблять. Да и первое время, которое я упомянул, растягивается на шесть-семь лет, бывает, что с таким же по длине хвостиком, так что... сами понимаете.

Самое время поговорить об отработке **субури**. Прежде всего – зачем?

Субури предполагает работу над следующими задачами:

1. Развитие плечевого пояса и мышц спины;
2. Выработка правильного положения позвоночника;
3. Тренировка чувства «плоскости удара» — самое, пожалуй, важное;
4. Тренировка **тэ но учи**.

Теперь – подробнее:

Правильное **субури** начинается с захвата рукояти. Сразу оговорюсь: захват будет описан только один – правая рука сверху, левая снизу. Можно тренировать и зеркальное положение, ну а я, памятуя, что это все одно и то же, не буду повторяться в описании.

Захват рукояти.

Итак, захват каждой рукой должен быть следующим: мизинец и безымянный плотно держат, прижимая рукоять к основанию ладони (данная мелочь важна, поскольку иначе не будет достаточного контроля движения мечом), средний палец придерживает, большой и указательный слегка придерживают (слабее, чем средний палец). В целом ощущение от захвата должно быть, как будто держишь в руке живого воробья. Отсюда выражение: держать оружие нежно. Как держать воробья? Сильно сдавишь – помрет, слабо держишь –

вырвется и улетит. Так и меч: сильно держишь – никаких вариаций с запястьем, оружие превращается в мертвый предмет; слабо держишь – первое же хорошее *хараи* выбьет его из рук – прощай, оружие...

Далее. Расположение рук на рукояти, независимо от того, какая рука впереди, а какая – сзади, должно обеспечивать успешное приложение силы к лезвию, а также четкий контроль над инерцией. Оптимальное расположение рук – когда основания ладоней (если раскрытую ладонь пересечь диагональной линией от основания указательного пальца к запястью со стороны мизинца, то точка на этой линии ближе к запястью и будет определяться нами как *основание* ладони) прижаты к рукояти и находятся на одной прямой.

Логично будет предположить, что данная прямая – на рукояти со стороны спинки клинка. Таким образом, когда делается не прямой удар, руки *опираются* на рукоять, и передача импульса происходит без потерь.

Положение локтей.

При захвате меча нужно учитывать, что локти не должны мешать движению как удара, так и замаха. Для правильного понимания представьте себе лучника.

Лук – большой и мощный, с неравными плечами, настоящий *о-юми* – используют без щитка, закрывающего предплечье. Поскольку надевать его чаще всего просто некогда. Защита мышц предплечья от стесывания тетивой производится простым поворотом локтевого сустава. Это, кстати, очень хорошее упражнение на координацию: возьмитесь вытянутой рукой за вертикальный поручень, скажем, в автобусе, и не меняя положения плеча и не ослабляя хват кистью, поверните локоть так, чтобы локтевой сгиб смотрел вбок, а не вверх. При этом обязательно сохранять правильный хват кистью, при котором, как я уже говорил, основание ладони прижато к рукояти (ну или к поручню).

Замах, удар.

По поводу замаха здесь я скажу то, что важно для исполнения субури. А именно, распределение силы при замахе и ударе должно быть: 60-70% на левой руке, и 40-30% на правой. Напомню: я исхожу только из классического захвата рукояти, когда правая рука находится ближе к цубе.

Тренировка правильного ощущения плоскости удара.

Без правильного понимания данного пункта катана на смену боккэну не придет никогда. Помимо правильного положения кистей и локтей, а также распределения силы между ближней и дальней руками нужно соблюдать простую вещь: даже в субури, не говоря уж об ударе, *плоскость клинка должна соответствовать плоскости удара*. Иначе удар придется плашмя или близко к тому, а это значит, что противник не прочувствует ваше к нему расположение.

А вы, в свою очередь, потеряете меч. Жалко.

Положение корпуса.

Корпус должен быть ровным. Данная тонкость, как ни странно, чаще понимается практиками превратно. Повторю: *корпус должен быть ровным, но это не означает, что он должен быть вертикальным*. Более того, если при каком-либо режущем ударе корпус будет вертикальным, то в удар не получится вложить надлежащую силу. Часть ее просто потеряется, уйдет на то, чтобы сохранить это пресловутое вертикальное положение. Таким образом, корпус должен быть чуть наклонен в сторону удара.

Выжимаем тряпку.

Тэ но учи, или выжимающее движение кистей, как ни странно, является достаточно серьезной препоной на пути к правильному пониманию удара. Это действие нужно для правильной и четкой остановки меча.

У меня отработка тэ но учи прошла при помощи тривиального веника в качестве тренажера. Его рукоять (хм...) очень хорошо отразила все мои тогдашние ошибки, и в конце концов *правильное* – т.е. *скручивающее рукоять не поперек, а по двум диагоналям, по одной на каждую руку – тэ но учи* легло в копилку навыков.

Правда, веник пришлось выбросить.

3. Удар как он есть.

Итак, удар. Прежде всего: удары могут быть прямыми, или тычковыми и непрямыми. Непрямые удары могут быть режущими и секущими. Тычковые удары можно наносить острием и рукоятью.

Очень важно понять: *катаной не рубят*. Ей режут, или секут, но не рубят! Сами посудите: если клинок имеет прогиб и заточен по внешней стороне этого прогиба, то рубить невозможно физически. В любом случае удар будет режущим. Распределение усилия на лезвии, трение и прочие характеристики будут соответствующими.

Для восстановления справедливости скажу: наносить рубящие удары можно и нужно. Европейским двуручником, прямым как солнечный луч и тяжелым как молот. А катана для данных ударов не приспособлена. Так что, если вы услышите выражение «зарубил катаной», то знайте: это просто оборот речи, а на самом деле ею просто кого-то зарезали.

Режущие удары в большинстве своем наносятся последней третью клинка, иногда клинок участвует до половины, но практически никогда – от рукояти. Разве что в нестандартных ситуациях вроде боя в тесном помещении, когда нет возможности вынуть меч из ножен полностью... да и тогда как такового удара не происходит, а имеет место давление лезвием, скажем, на предплечье противника.

Секущие удары, в свою очередь (да и без очереди, хе-хе), делаются частью лезвия под названием ко-синоги — «малая режущая кромка» в приблизительном переводе. Это на самом краю клинка, близко к острию. Если непонятно, где именно — найдите описание катаны и посмотрите.

Теперь – подробнее.

Кири.

Режущие удары, о которых пойдет речь, немногочисленны. Вообще, правильно воспринятая система не должна быть из большого количества элементов, иначе в такой системе можно запутаться, и, соответственно, она будет бесполезна для практического применения.

С другой стороны, правильно сохраненная система не должна быть похожей на панацею от всех бед, потому что сколько поединков – столько и техник придется продемонстрировать. Что немаловажно – создавая их с нуля и прямо сейчас.

Система, если уж совсем плотно подойти к данному вопросу, не состоит из каких-либо приемов. Она поддерживает некие принципы. Система – не набор действий, это процесс. Это формула восприятия, если хотите. Причем – маленькая подсказка любопытным – восприятия не только поединка, но и любого другого аспекта бытия. Однако об этом – в другой раз.

Итак, кири, или режущие удары. Их семь.

По направлению кири возможны двух видов: большие и малые.

Большими мы будем называть макко кири, кэса кири справа налево, йоко кири слева направо, кири агэ слева направо.

Малыми, соответственно, назовем кэса кири слева направо, йоко кири справа налево, кири агэ справа налево.

По ориентации в пространстве кири бывают вертикальные, горизонтальные и диагональные.

Должен сразу предупредить о возможных несоответствиях в терминологии. Дело в том, что любую технику можно описать очень цветисто и образно, но часто такой стиль не помогает, а мешает восприятию. Так что, хотя и мне не чужда поэтика, но термины будут просты, насколько возможно.

Макко-кири. Режущий удар сверху вниз. Замах в положение дзедан, меч слегка завален назад от вертикального положения, но не сильно (не забрасывать меч за голову), резать вниз по вертикали перед собой, причем остановка клинка наиболее логична на уровне колена, плюс-минус пара сантиметров.

Особенности: любой режущий удар – повторяю: **любой**, а не только макко – производится с ощущением «стягивания» рукояти (в данном случае – стягивания вниз), то есть рукоять должна пройти «точку прицеливания» раньше лезвия, и только в этом случае будет достигнут режущий эффект. По части рук: локти проходят точку прицеливания раньше кистей, кисти – раньше меча.

В данном случае ощущение должно быть таким, как будто вы из замаха собираетесь кинуть меч рукоятью вперед так, чтобы травмировать подъем стопы ошалевшему от такого поворота дел противнику.

Как тут не ошалеть – вам бы так твердой штуковиной по ноге...

Кроме того, **меч должен двигаться от себя**, а не к себе. Зачем? Объясняю: режущим ударом нужно не только **поразить**, но и **оттолкнуть** противника. Поскольку, если удар притянет его к вам, то сил умирающего вполне может хватить на последнюю в его жизни пакость.

Если уж мы говорим о работе против нескольких противников, то при несоблюдении данного правила вам уже через два успешных удара не хватит места для третьего.

С точки зрения физических законов в такой «отталкивающий» удар легче вложить максимум силы при минимуме потерь.

Да, и в конце каждого удара должно быть тэ но учи.

Интересная тема всплыла, однако... С позиций исторических, если вдуматься, человеку, а в прошлом, если верить Дарвину, обезьяне (это я про человека, а не про Дарвина, хм...) свойственно отталкивать. Большое количество движений бессознательных, направленных на защиту, основано на одном и том же принципе – отдалиться от источника угрозы, **оттолкнуть** ее от себя, или оттолкнуться самому. Данное явление могу прокомментировать следующим образом: любой ударный стиль боевого искусства, претендующий на древность и традиционность, практикует движения «от себя».

Я, честно говоря, слабо представляю себе обратную ситуацию. Разве что схватить врага и разбить его о натренированную сотнями схваток угловатую голову. Если такое и существует – все равно заниматься таким не стоит. Головой надо думать, а не только в нее кушать...

Кэса кири. Удар сверху вниз по диагонали. Один из самых распространенных ударов, вдоль и поперек рассмотренный во множестве источников (немалая часть которых художественная, а отнюдь не учебная), однако...

Как ни странно, при изучении данного удара возникают сложности. Причем ниоткуда, на пустом месте. И дальше в описании удара я постараюсь упомянуть о них.

Итак, во-первых – кэса кири наносится по диагонали от плеча к противоположному бедру, рассекая по получившейся линии противника примерно на половину глубины тела. Здесь – первая трудность: почему-то многими начинающими считается, что удар должен развалить несчастного врага на две неравные половинки вместе с доспехами, одеждой и сотовым телефоном в нагрудном кармане. На мой взгляд, более логичным было бы ударить не на близкой дистанции, а на средней (как и любой другой режущий удар), чтобы успеть сориентироваться в случае неудачи. Например, если вы ударили, попали, но на середине траектории клинок увяз, наткнувшись на что-либо твердое (кровавые подробности додумывайте сами), а сзади надвигается еще один недоброжелатель, то самое простое – выдернуть меч по прямой на себя, а недорубленного противника оттолкнуть ногой, освобождая место для следующего действия. Средняя дистанция гораздо более выгодна в это случае, чем ближняя.

Во-вторых, удар этот стоит наносить с некоторым опусканием центра тяжести вниз, и только вниз. Здесь – вторая трудность: бывает, что при отработке удара сдвигаются центром вниз-назад, или же вниз-вперед. В первом случае вполне возможно не достать противника, а второй чреват ситуацией ай-учи – обоюдным убийством, поскольку дистанция становится ближе оптимальной.

В-третьих, и это относится не только к кэса кири, необходимо точно представлять – от какой и до какой точки движется меч в пространстве, и соответственно располагать плоскость клинка. Здесь – еще один камень преткновения: так как кэса кири – удар большой амплитуды, то исполняющего может занести в конце, особенно если противник ушел от удара. Законы физики никто не отменял, и меч в конце удара по воздуху обладает неслабой инерцией, остановить которую выгоднее всего, задействовав основную скелетную ось – позвоночник – в качестве опоры, и, соответственно, мышцы корпуса, работающие в основных плоскостях (главным образом, плоскости «вперед-назад»), так что расположение меча относительно корпуса должно быть строго определенным.

Кэса кири, как я уже упоминал, существует две разновидности: основной (о-кэса кири), и малый (ко-кэса кири).

О-кэса кири наносится сверху вниз справа налево из положения *дзедан* (меч над головой, клинком вверх, лезвием вперед и вверх, меч завален назад от вертикали примерно на 45^0 или больше, но не доходя до горизонтали), в конце движения правое плечо исполнителя впереди, стойка правосторонняя, положение ног достаточно широко, но не настолько, чтобы мешать двинуться с места, вес точно посередине, копчик подтянут (ощущение «поджав хвост»), ступни развернуты на угол не менее 60^0 , но не более 90^0 , локти развернуты, цукагасира (здесь — торец рукояти меча) напротив центра, как бы отражаясь от него, сам центр развернут влево от центральной линии на угол около 45^0 . Клинок направлен в ту же сторону, что и передняя ступня, плечи опущены. Острие в конце движения находится на уровне колена.

Ко-кэса кири наносится сверху вниз слева направо из положения дзедан, при этом его траектория отличается от предыдущей меньшей длиной. Положение ног близко к предыдущему, однако впереди левая нога, ступни развернуты на угол чуть больше 90^0 , меч направлен в ту же сторону, что и передняя ступня, однако положение конечной точки выше, чем в большом ударе за счет перекрестного положения рук, применительно к данному удару *острие располагается выше рукояти*. Предплечья в таком положении не должны соприкасаться. Также не стоит притягивать меч к себе. Цукагасира должна быть напротив центра, как бы отражаясь от него. Положение рукояти подразумевает некоторый разворот бедер в положение где-то 45^0 по отношению к фронтальной плоскости.

Йоко кири. Данный удар наносится по горизонтальной линии. Собственно, любой – повторяю, *любой* из режущих ударов можно рассматривать как макко кири, переложенный на ту или иную плоскость. По направлению боковой удар можно сделать слева направо и справа налево. Соответственно о-йоко кири и ко-йоко кири.

О йоко кири удобнее всего для понимания в следующей форме: сначала меч поднимается в положение дзедан, затем опускаем его на уровень солнечного сплетения слева от себя, клинок направлен влево-назад, лезвие смотрит влево. В таком положении меча сохранять хват рукояти в его первоначальном виде трудно, да и незачем, поскольку теряется гибкость запястий, и тратится больше, чем нужно, силы. Таким образом, левое основание ладони слегка отдаляется от рукояти, сама ладонь слегка раскрывается. При ударе левая рука главенствует, но в меньшей степени.

Так же, как и в любом другом режущем ударе, здесь должно присутствовать «стягивание» рукояти в сторону удара. Рез проводится по линии живота, или ниже – до середины бедра. Почему не ниже? Потому, что еще ниже йоко кири трансформируется в хидза учи, или секущий удар в колено.

В конце движения клинок находится параллельно правой ступне, рукоять над правым коленом. Желательно не поворачивать корпус вслед за ударом, а также соблюдать принцип «оттолкнуть ударом».

Всплыл очередной любопытный нюанс: правильная форма исполнения. Должен сказать, что все обрисованные здесь удары суть базовые формы. То есть такое исполнение приемлемо для отработки траекторий, распределения силы, положения рук и тому подобным важностям. Однако – и мы с вами это знаем – в бою никогда не исполнить базовую форму, разве что это выйдет случайно. И удар может начаться не оттуда, и остановиться не там, и повернуть вам придется не туда, а совсем даже обратно, да и совместить при этом неправильном повороте два, казалось бы, несовместимых действия.

Соответственно, не стоит уповать на то, что выучив какой-либо базовый удар, можно выходить на бой с десятью злобными врагами. О работе по непрерывной траектории будет рассказано в соответствующей главе, а пока – еще раз прошу помнить, что все техники данной главы – базовые, то есть скорее учебные, чем боевые.

Ко йоко кири проводится справа налево. Как и любой из малых ударов, он короче, чем большой, рукоять останавливается близко к левому колену, но не над ним, и меч смотрит не параллельно левой ступне, а составляя с ней угол около 30^0 . Отработка этого удара начинается из положения дзедан. Из дзедан меч опускается с правой стороны тела на уровень солнечного сплетения или ниже (кстати, удобно в реальной ситуации нанести ко

йоко кири из положения вакигамаэ), клинок направлен назад и чуть вправо, лезвие смотрит вправо. Правая ладонь слегка раскрывается, левая главенствует в ударе больше, чем обычно, при этом следует избегать излишнего толчка правой ладонью в направлении удара. Однако толчок, а точнее, давление правой рукой все же присутствует.

Далее хотелось бы упомянуть следующие моменты:

во-первых, перемещения при обработке обоих йоко кири должны быть вбок или вбок-вперед, причем более вбок, чем вперед. Также не должен гулять вверх-вниз центр тяжести, и ступни развернуты между собой на угол от 60^0 до 90^0 ;

во-вторых, в конце движения вес равномерно распределен между ногами, без перекосов;

в-третьих, при исполнении ко йоко кири возможны два варианта окончания движения: без поворота центра (в этом случае движение будет наиболее коротким); и с поворотом центра в левую сторону, тогда удар будет более длинным, и меч направляется в ту же сторону, что и левая ступня. Соответственно, из этих двух вариантов следует различное продолжение.

Кири агэ, или «восходящий удар» Как следует из названия – удар наносится снизу вверх по диагонали, его еще называют обратным кэса кири.

О кири агэ. Удар снизу вверх слева направо, чаще всего в левое предплечье, поднятое в замахе, однако можно ударить и в грудную клетку, и в связки паховой области.

Отработать его удобнее из положения правосторонней хассо но камаэ. Хассо принимаем так: правая нога впереди, центр развернут влево на 60^0 от центральной линии, ступни образуют между собой все те же 60^0 , меч слева от тела, цуба на уровне подбородка, клинок расположен вертикально или чуть завален назад, лезвие смотрит влево, при этом удерживается правой рукой, а левая чуть съезжает со своего насиженного места на рукоятку, и основание левой ладони теперь находится сбоку рукоятки, ладонь расслаблена. Начало движения: правая ладонь поворачивает меч лезвием назад-влево, и меч падает назад по плоскости, совпадающей с плоскостью лезвия. Такое ощущение, что вместо кири агэ вперед надо сделать кэса кири назад, не поворачиваясь. Таким образом получив разгон, меч выходит снизу вперед и вверх по диагонали, причем левая ладонь берется за рукоятку и возвращает себе ведущую роль в нижней точке траектории; и заканчивается эта траектория в следующем положении: меч впереди справа вверху, острие смотрит вверх и вперед, лезвие направлено вверх и вправо (соответственно плоскости удара), плечи по возможности опущены, *предплечья не соприкасаются*. Бедра скручены в сторону удара, центр смотрит вперед. Перемещения при базовой отработке главным образом привязаны к передней ступне, она скользит в сторону удара, т.е. вперед-вправо в данном случае. На мой взгляд, самое удобное взаимное положение стоп здесь аналогично правосторонней стойке санчин из каратэ, только расстояние между ногами должно быть больше, и центр расположен ближе к передней ноге.

Ко кири агэ. Удар снизу вверх справа налево. Основные правила сходны с **ко йоко кири**. Особенности исполнения следующие:

- в данном ударе, в отличие от **о кири агэ**, рукоятка в конце движения находится выше клинка, сам удар короче за счет неудобного положения рук;
- не стоит в конце удара приближать или удалять меч от себя сверх меры – это ведь не последнее движение в бою;
- правая рука больше, чем в **о кири агэ**, участвует в ударе.

Несмотря на внешние различия, существует ряд моментов, общих для всех семи ударов.

Во-первых, приложение силы всегда больше к левой руке, нежели к правой.

Во-вторых, в той или иной степени, но в каждом ударе присутствует ощущение «ударить, оттолкнув».

В-третьих, в каждом ударе присутствует ощущение «стягивания рукояти», т.е. рукоять проходит ударную точку раньше лезвия.

По сути дела, правильно поняв один удар, а именно макко кири, можно при должном старании найти его в каждом из шести оставшихся, обратив таким образом разрозненные действия в единую систему двигательных стереотипов.

Секущие удары, или учи.

Данная категория достаточно расплывчата и многочисленна. Секущий удар делается с меньшими затратами силы, на дистанции скорее дальней, чем средней или ближней, и повреждения от этого удара имеют другой, нежели от режущего, характер.

Кроме того, зачастую секущий удар быстрее режущего.

Теперь подробнее.

Прежде всего, в секущем ударе задействуется меньшая по размеру область лезвия. Если режущий удар наносится чуть ли не половиной общей длины лезвия (или, что чаще, последней третью онога), то секущий делается областью, близкой к ко-синоги и самим ко-синоги.

Из этого следует смещение акцентов внимания с силы на быстроту. Сильно ударить этой частью клинка сложно, поскольку в ударе участвует слишком далекий от рукояти участок, и мечник, получается, держится за меньшее плечо рычага из двух.

Повреждения при секущем ударе получаются неглубокими. Скорее это порезы, чем разваленные надвое участки тела или отрубленные конечности, соответственно применять такой удар (или несколько) стоит в качестве сопутствующего режущему удару. Можно, конечно, построить весь бой на одних только секущих ударах, но это далеко не всегда реально, поскольку меч – штука увесистая, и вряд ли можно долго работать на быстрых, постоянно меняющихся по направлению и силе движениях.

Разве что у вас стальные манипуляторы вместо рук... или лазерный меч вместо катаны. Если так – можете дальше не читать. Джедаев просят не беспокоиться.

Расплывчатость данной категории ударов обусловлена тем, что секущий удар можно (и нужно) наносить практически из любого подвернувшегося положения. Так что вместо определенных техник стоит описать общие направления отработки. А конкретные удары лучше всего оставить на индивидуальность восприятия каждого практикующего. Это, кстати, вырабатывает специфический почерк фехтовальщика, его индивидуальную манеру ведения поединка, которую не подделать.

Направление первое. **Как** наносить секущий удар.

Собственно, его можно нанести двумя способами: одной рукой и двумя руками. В случае двуручного захвата чаще всего используется техника близкого по направлению и ощущению режущего удара (например, из *кири агэ* органично вырастает *агэ учи*), соответственно перестроенная в соответствии с целями, преследуемыми исполнителем.

В случае захвата одной рукой желательнее ощущать меч продолжением указательного пальца, причем сам палец ни в коем случае нельзя вытягивать вдоль рукояти. Повторю: хват рукояти остается неизменным, основание ладони сверху рукояти на центральной ее линии и так далее. Кроме того, не стоит допускать при ударах одной рукой изгибания запястья, так как теряется контроль за оружием. По сути, запястье изгибается только по одной причине – не хватает силы. Это лечится большим количеством субури, держа меч в одной руке. Удобный способ отработки ударов одной рукой – без меча пройти все траектории, используя в качестве ударной поверхности «молот» кулака, при этом кулак должен останавливаться не перед целью, не на цели, а далеко за целью, если следовать правильной траектории удара.

Направление второе. **Куда** наносить секущий удар.

Прежде всего, целью служат руки и ноги. Как правило, секущего удара хватает на глубокий порез, повреждение сухожилий и кровеносных сосудов. Недаром в старых школах были популярными подрезки запястий и коленных сгибов. По сути, правильно нанесенный секущий удар опаснее режущего. Надо просто после такого удара (или нескольких) некоторое время не подпускать противника к себе, подождать, пока он не изойдет кровью.

Жестоко, конечно. Но только со стороны. И тем, кто не знает, что такое, когда тебя по-настоящему хотят убить.

Далее. На мой взгляд, удобно нанести секущий удар просто в открывшееся место, не заботясь о том, правильно туда бить или нет. Это будет правомерно в том случае, если данный удар есть одно действие из серии, и таким образом достигается высокая плотность атаки.

Если речь идет об ударе одной рукой – при извлечении клинка из ножен (то самое действие, которое называется **нукиучи**), то целями служат помимо конечностей горло, висок или лицо – в зависимости от ситуации.

Тычковые удары или цуки.

Самый короткий и поэтому самый опасный из ударов в арсенале мечника – тычковый удар. Нанести его можно в паузе между режущими, используя как отправную точку для смены плоскости удара; кроме того, очень хорошо идет тычковый удар под замах противника, когда означенный противник только и успевает, что замахнуться. Ударить он при правильно выполненном **цуки** не успеет. «Правильно» в данном случае означает «вовремя».

Цуки наносят обычно в солнечное сплетение, очень популярен цуки в горло, хорош цуки в подмышку поднятой для удара руки, бывает цуки в низ живота, изредка встречается цуки в лицо. И еще я слышал о цуки сзади под колено, но мне кажется, что это сказки.

По части удара рукоятью – он исполняется чаще всего двумя руками, при этом левая рука удерживает вместе меч и ножны (четыре пальца вместе – на ножнах, большой прижимает цубу), а правая лежит на рукояти точно так же, как и в начале обычного извлечения. Удар в этом случае делается с вытягиванием меча вместе с ножнами из-за пояса. Традиционно места приложения данного удара – лицо, подбородок, горло, солнечное сплетение, ребра справа и слева. Удар явно рассчитан на повседневную одежду, а не доспехи. Кроме того, этот удар явно вспомогательный – после него обязательно следует извлечение меча из ножен, и... в общем, понимаете.

Еще один удар рукоятью, хотя и не относится к прямым тычковым ударам, но все равно заслуживает рассмотрения: при том же, что и в предыдущем случае, положении рук, меч

за поясом вместе с ножнами поворачиваем лезвием влево, вытягиваем меч также, как при ударе рукоятью в лицо, но бьем боковой стороной рукояти по предплечью правой руки противника, в тот момент, когда он – противник – пытается извлечь свой меч из ножен. Удар так же, как и предыдущий, является вспомогательным.

4. Откуда наносить удар, или какая ж это упрямая штука – меч...

Зачастую успех удара зависит от своевременности его нанесения. А это, в свою очередь, тянет за собой необходимость в четком представлении о замахе, точнее, о его крайнем положении, как об отправной точке траектории удара.

В процессе отработки любого удара обязательно использовать большой замах. Так лучше всего прочувствовать и вовремя устранить ошибки, неизбежно возникающие при шлифовке техник. Довольно часто возникает ситуация, когда без использования большого замаха теряется смысл удара, а искусство может быть неправильно воспринято в качестве набора безжизненных форм. Поскольку силы на удар в данном случае тратятся небольшие, и это происходит только от незнания предмета.

Большой замах хорош в базовой отработке любого из режущих ударов, как основных составляющих техники. Однако, чем длиннее траектория удара, тем больше шансов противнику его распознать и использовать в своих целях, да и просто уклониться. Соответственно, реалии поединка требуют укоротить траекторию удара для увеличения эффективности тактики. Однако здесь нужно помнить – режущий удар должен быть сильным. И сила эта не должна потеряться при адаптации базовой формы удара к реальным условиям.

Должен сразу предупредить: боевое искусство не должно содержать в себе ни капли надуманности, иначе оно будет неэффективным.

Итак, продолжим. То, что бой должен быть как можно короче, не возьмется отрицать ни один здравомыслящий человек, даже если он далек от воинских искусств. Перед бойцом встает совершенно определенная задача: сохранить силу большого удара, превратив его в малый.

Не в секущий!

Удар должен остаться режущим, сохранить все свои разрушительные свойства, но **занимать** при этом **наименьшее место и время**. Сделать это можно, либо закачав до невообразимости плечевой пояс, так чтобы удар одной рукой был по силе равен двуручному удару обычного человека... либо научившись вкладывать в удары пресловутый центр.

Однако лучше будет совместить эти два подхода, поскольку центр привязан к мечу именно посредством рук. Ваших сильных, гибких, подготовленных рук.

Центр и меч, соединенные гибкой связью плечевого пояса с опорой на ось позвоночника, представляют собой систему, способную сохранять кинетическую энергию последнего, рабочего звена достаточно долгое время почти без изменения, подпитывая ее короткими импульсами – поворотами бедер. Здесь и находится основной узел преобразования энергии, и насколько долго воин может продержаться, зависит от его выносливости.

А еще от хладнокровия.

Исходя из данной модели, можно вывести своеобразный рисунок, манеру перемещений и боя в целом. А рисунок боя должен отвечать одному важному качеству: непрерывность.

Непрерывная траектория позволяет более эффективно, чем в продольно-поступательной модели, использовать запас движения конечностей, не затрачивая половину всей траектории на возвращение рук в положение замаха. Кроме того, непрерывность позволяет вести себя практически непредсказуемо, и «скорострельность» техник будет достаточно высокой для выполнения поставленных тактических задач. Именно об этой непрерывности и должно упоминаться любым уважающим себя мастером айкидо.

Где эти уважающие себя, вот вопрос...

Непрерывная траектория дает еще и неоспоримые преимущества при работе одного против многих, позволяя не драться со всеми, а просто-напросто атаковать одного за другим, «оседлав волну» движения и стихийным образом просчитывая следующий удар. При правильно освоенной технике и устойчивом ощущении «ментального скольжения» — по-другому не назвать — противники будут не столько попадать в вас, сколько — ау, айкидзины, где вы? — мешать друг другу.

Теперь возник вопрос. Как ее построить, эту самую непрерывную траекторию?

Сразу оговорюсь: без хорошего владения основными ударами — никак.

К изучению непрерывного течения можно подойти, только изучив отдельные удары как составные части общего процесса. Здесь следует узнавать следующие условности:

- во-первых, **при отработке каждого удара в отдельности** с полным замахом этот самый полный **замах избыточен** по сравнению с боевым применением. При использовании непрерывной траектории, таким образом, замах получается меньше, а недостаток силы удара компенсируется перемещениями в сторону удара, или же поворотом бедер в случае горизонтального удара, или совмещением данных факторов;

- во-вторых, **при отработке общей линии движения** следует помнить, что **конечная точка** одного удара должна быть **начальной точкой** другого. Так получается не тратить время на переходы между отдельными ударами и не прореживать свою собственную атаку. Это влияет на правила отработки каждого из ударов в отдельности, а именно требуется, чтобы каждый удар в каждом повторении начинался и заканчивался в одних и тех же точках. Такие точки можно с полным правом назвать узловыми, поскольку из каждой точки можно вырастить целый куст разнообразных техник, состыковав их в практически произвольном порядке;

- в третьих, следует помнить, что меч движется не в пустоте, а встречая разнообразные препоны, которые обладают различной степенью податливости. Таким образом, нужно учитывать возможное изменение траектории при столкновении, и строить дальнейшие действия, не теряя общей линии.

- в четвертых, при построении траекторий наиболее выигрышным вариантом действия, на мой взгляд, будет стыковка движений, по-разному ориентированных в пространстве, например, о кири агэ — ко йоко кири — небольшой промежуточный замах — ко кэса кири. Должен сказать, что такие связки требуют изрядной гибкости в запястьях, умения расслаблять их, а также навыка управлять инерцией клинка.

5. Танрэн, или снарядная работа

Итак, прежде всего – зачем это надо?

При любой отработке любого удара сначала его отрабатывают медленно, со смыслом и полной концентрацией в конечных точках. После – пробуют траекторию удара на правильность работы мышц, на сообразность, так сказать, но...

Но большинство работы проводится по воздуху. А это влечет за собой уход от реальности. Нельзя сказать, что такая работа не нужна. Наоборот, очень даже нужна – если вы не умеете работать по воздуху, то начнутся сложности с остановкой меча после невольного промаха.

Однако останавливаться на этом нельзя.

Для того, чтобы удар был эффективен, надо учиться бить по реальной цели.

Расслабьтесь, никто не просит вас брать катану и выходить в сумерках на большую дорогу – тренироваться на прохожих. Все гораздо проще. Все основные режущие удары отрабатываются на несложных приспособлениях вроде автопокрышек.

Не катаной, а боккэном, кстати.

Еще один, несложный, но полезный тренажер – обычный деревянный столб, надежно вкопанный в землю, или укрепленный на тяжелой прочной подставке. По такому столбику особенно хорошо отрабатывать горизонтальные удары, а также тычковые удары рукоятью и острием. Для большего удобства отработки кэса кири лучше обмотать этот столб не особенно толстой веревкой, тогда меч не будет скользить при контакте, и контролировать правильность техники будет легче.

Для тренировки вертикального удара такой столб не подойдет, так что придется укреплять на каком-либо постаменте, подставке, или просто вкопать большую упругую покрышку. Высота – на уровне пояса.

Общее правило для любого удара в танрэн: меч не должен отскакивать от цели. Наоборот, он должен «прилипнуть» к ней, это необходимо для создания реального ощущения разрезающего усилия. Далее, необходимо отработать отдельно следующий момент: медленно наносим, скажем, горизонтальный удар по столбу и далее, продолжая воображаемую линию удара, прижимаем меч к столбу как можно сильнее, не теряя правильности захвата рукояти. Плечи ни в коем случае не поднимать, корпус не наклонять и так далее, т.е. правильность исполнения техники – во главе угла.

После этого нужно совместить удар с надавливанием, и при этом стараться не разделять усилия, ситуации вроде «это я бью, а это — давлю» — не должны возникать.

При отработке ударов по твердой цели сразу вылезают все ошибки, которые не были видны при работе в воздух, вроде положения оснований ладоней не совсем на одной прямой, или же выпрямленных где не надо локтей и поднятых плеч. А уж что творится с положением ног и равновесием, не стоит и говорить в приличном обществе. Кстати, именно от снарядной работы появляются специфические мозоли на руках – организм защищается от разрушающих кожу воздействий, как может. Правда, по прошествии времени размер этих страшненьких копыт (а страшненькими они вполне могут быть, я встречал нескольких монстров, у которых на основании левой ладони были такие мозоли, которых у меня лично не было даже на пятке) уменьшается до приемлемого уровня, поскольку пальцы становятся достаточно сильными для плотного удержания рукояти, и она попросту перестает ерзать в чуткой и гибкой руке.

Повторю еще раз, для любителей гротеска:

Рука настоящего мечника – это именно рука, а не клешня. Остальное – от лукавого. Недаром иногда фехтовальщиков называют «мягкорукими»...

Ну, а дальше о танрэн рассказывать нечего. Дальше его надо просто делать. Каждый день. По многу раз.

6. Тамэсигири, или проба пера... то есть меча

Разделение клинком предметов различной плотности есть один из вернейших способов проверить правильность любого из ударов. Данная практика необходима и обязательна для того, чтобы знать, соответствует ли реальности та или иная техника.

Однако, ввиду того, что эта практика предполагает использование стального клинка, начинать ее стоит только после долгих и упорных занятий боккэном. Долгих и упорных – это значит не менее пяти-семи лет.

И этого времени чаще всего также не хватает. На мой взгляд, браться за стальной меч можно, только изучив все без исключения аспекты техник на примере деревянного меча, и ни секундой раньше. Естественно, для настоящего мастера нет слова «достаточно», применительно к своему собственному уровню владения предметом, но все же есть некий необходимый минимум, после которого вполне можно браться за катану, не опасаясь порезаться самому, поцарапать окружающих, или сломать сам меч.

Тамэсигири интересно в двух проявлениях: во-первых, это проверка мастерства мечника; во-вторых, это проверка качества меча. Как правило, меч проверяют после изготовления, есть специальная должность, именуемая «мастер тамэсигири», и задача этого мастера заключена именно в проверке качества клинка путем разрубания всевозможных циновок, деревянных брусьев, или пуще того, шлемов. Найти подходящий для работы меч сейчас достаточно несложно – были бы деньги, так что представим, что этот самый подходящий меч уже есть, уже возлежит на специальной подставке, всем своим видом – от рукояти до кончика ножен – выражая благородство и воинский дух.

А вот качество переходного звена от рукояти до поверхности пола (это я о вас, господа фехтовальщики, о вас...) будем проверять отдельно и основательно.

Значение тамэсигири как не подлежащего исключению аспекта искусства меча настолько велико, насколько высоки требования данного конкретного мечника к реальности своей боевой техники. Чтобы не оторваться от реальности, надо точно знать, что можно сделать с противником при помощи того или иного действия. И в этом нет никакой кровожадности, всего лишь реальность. А как вы хотели – изучать боевое искусство и не применять его в бою, боясь забрызгаться? От такой точки зрения и происходят все беды горе-адептов «восточных единоборств», которые занимаются только «для тренировки духа», «воспитания личности», «вращения духа ненасилия» и др. и пр. Слыша такие, с позволения сказать, заявления, хочется спросить: а не лучше ли заняться, например, бегом по пересеченной местности? Тоже очень развивающая вещь, и физически, и волю к победе... а насилия там вообще нет, если не считать насилием наступание на несчастных муравьев или гусениц, подвернувшихся под ноги. И от противника убежать лучше получится, и время даром не пройдет.

Так вот: искусство меча, прежде всего, связано с изучением методов убийства посредством меча. Не заблуждайтесь, господа фехтовальщики, без осознания этого

простого и страшного факта у вас ничего и никогда не получится, в лучшем случае вы будете заниматься не воинским искусством, а экзотическим видом фитнеса. Более того, без осознания данного факта вы не сможете не только противостоять кому-либо, но и – что гораздо важнее – отличать ситуации, в которых **нужно** это делать. То есть реагировать адекватно.

Парадокс, но если в изучении любого боевого искусства изначально стремиться к «тренировке духа», то шансы успеха этой тренировки уменьшаются катастрофически. Получается, что «за шумом волн не слышно шума волн», и вместо духа тренируется чувство собственной важности, прямо переходящее в снобизм. Сами посудите, придет такой искатель высокого духа в какую-нибудь воинскую школу, и на первой же тренировке на предложение ему, скажем, отжаться от пола заявит: «я пришел сюда не качаться, а дух тренировать»... Вот вам смешно, а у меня такое однажды произошло. Причем говоривший это настолько был уверен в своей непогрешимости, что мне даже смеяться не хотелось. Предложение отжаться воспринялось как самое настоящее унижение, а унижаться-то никому неохота. А, как доказано классиками, чем ничтожнее личность, тем больше чувство собственной важности, и, как следствие, тем больше жалости к себе таковая личность проявляет.

Признать себя несовершенным, и приложить все усилия к тому, чтобы стать лучше – вот настоящая тренировка духа, вот его настоящее величие. Гибкость – вот настоящая заслуга воина.

Однако мы отвлеклись. Возвращаясь к теме пробы меча, могу сказать, что ничего сложного – технически – в этом аспекте нет. При условии, что ваша техника отточена многократными повторениями одних и тех же действий.

Одни и те же режущие удары. Которых семь.

Одни и те же принципы перемещений ног.

Один и тот же способ правильно дышать и перемещать центр тяжести.

Рубить можно одну цель один раз, одну цель несколько раз, несколько целей, расположенных в разных местах вокруг исполнителя, причем в последнем варианте важно учитывать непрерывность траектории, так чтобы ни один удар не был отдельно от другого. Можно рубить цель, установленную на подставке-столбе, на различной высоте; или цель, подвешенную на веревке, причем ее еще можно раскачать.

Начинать, на мой взгляд, лучше с йоко кири. После – кэса кири, потом макко кири, и уж потом – кири агэ. Последний удар самый сложный для правильного исполнения.

Теперь – о целях. О том, что можно рубить.

В оригинале это свернутые и смоченные водой маты из рисовой соломы. В наших условиях такую экзотику не достать, а если и достать, то только для того, чтобы использовать по прямому назначению. То есть лежать на них, а ни в коем случае не рубить. Так что придется приспособиться.

Самая простая цель для тамэсигири – пластиковые бутылки из-под минеральной воды. Делаем так: наполняем бутылку водой, укрепляем, рубим. Это, кстати сказать, самая легкая для поражения цель, и с нее лучше всего начинать. После освоения правильного разреза данной цели можно усложнить – ставить бутылку, а не укреплять ее. Дальнейшее усложнение – поставить несколько (две-три-четыре) бутылки рядом, и сносить их одним ударом, по мере продвижения в мастерстве увеличивая расстояние между ними.

Еще одна опробованная разновидность цели – толстая газета. Делаем так: берем газету листов на семьдесят, туго сворачиваем ее даже не в трубку, а в валик, завязываем с двух концов, замачиваем в воде десять минут или около того. Получившийся аналог традиционной циновки используем по назначению, то есть рубим. Правила те же, что и в случае пластиковой бутылки, однако эта цель гораздо труднее, поэтому стоит продвигаться очень осторожно в ее освоении. Меч-то у вас только один.

И, наконец, я должен напомнить, что после каждого тамэсигири необходимо ухаживать за мечом, чем тщательнее, тем лучше.

7. Заключение

... В одной из традиционных школ меча, а именно Дзигэн рю, использовался очень простой способ подготовки учеников. Нужно всего лишь три года подряд нанести по деревянному столбу боккэном справа и слева одиннадцать тысяч ударов в день. После этого ученик считается более-менее готовым к настоящему серьезному изучению техник школы. Что и говорить, такое невероятное подвижничество для современной жизни практически невозможно. Слишком много обязанностей и свобод у современного человека. Однако и возможностей у нас с вами гораздо больше, чем в старые времена. Эти возможности грех не использовать. Кроме того, информационный прессинг современного образа жизни привел к развитию умственных способностей человека, несмотря на множество своеобразных наркотиков, заполонивших средства массовой информации. Способности к компиляции и обобщению разрозненных данных сейчас гораздо выше, чем у воинов прошлых столетий. Это, в совокупности с грандиозными возможностями современных компьютерных сетей и прочих средств распространения информации, позволяет выйти на качественно новый уровень осознания воинских искусств. Тупое самоограничение не может быть идеалом, воинская школа не должна скрывать свои знания от других школ. Наоборот, гораздо большую пользу принесет именно сотрудничество и обмен информацией с другими практиками данной области знаний. Именно так можно добиться результата, за который не будет стыдно при взгляде на воинов прошлого.

Заканчивая эту небольшую книгу, я должен сказать вам, господа фехтовальщики:

Будьте мудры настолько, чтобы не гордиться своей мудростью; будьте сильны настолько, чтобы не надо было доказывать свою силу; будьте искренни настолько, чтобы не делать знамени из своей искренности. Это и есть величие духа.

Вот, собственно и все.

Хотя...

Ю. Быков

Меч, как инструмент изменения внутренней сути. Иайдо.

Автор: Юрий Быков "Derek". Эссе в пяти частях. (Части вторая, третья, четвёртая, пятая).
Публикуется с разрешения автора, 20 мая 2005 года.

Часть 1.

*Дом мой сгорел дотла.
Как прекрасны цветы,
Осыпаясь...
Басё*

Иайдо, или "оставаться на Пути"... Редко какое из традиционных воинских искусств японского архипелага не может похвастаться своей духовной стороной. Как правило, чем более традиционно искусство по методам тренировки, тем большее внимание уделяется этому незримому и неосязаемому, но очень важному аспекту.

Интересное наблюдение: в школах современного толка, культивирующих спортивное направление, духовному аспекту практически не уделяется внимания.

А зачем? Для победы на ринге или татами больше нужны многократные повторения простых и действенных приемов, сила, скорость и так далее, но никак уж не эти заумные философствования о Пути воина, состоянии не-мыслия и прочей ерунде. Так-то оно так, да не совсем...

Ошибка кроется в подмене конечного результата. На поле боя победа означала жизнь, не больше и не меньше. На чемпионате, неважно, мира или области, проигрыш означал самое большое набитую шишку. Причем травматизм, как правило, тем меньше, чем выше ранг соревнований.

Самое обидное, что человек, небольшое время прозанимавшийся, скажем, спортивным каратэ, выходит в ночную темноту после тренировки в святой уверенности в своих силах и непобедимости. Как же, он знает оч-чень страшное слово - "каратэ"! От этого все предполагаемые враги должны разбежаться кто куда, а не успевшие унести ноги - сделать себе хакакири...

Увы. Реальность чуть-чуть более жесткая штука. В этом наш герой спортивного татами убеждается в первой же стычке. И к боли и стыду от полученных повреждений и отобранного CD-плеера примешивается изрядное разочарование, замешанное на животном страхе: а вдруг этот ужас повторится? Да не пойду я на эту тренировку, будь она неладна, лучше сделаю бутерброд побольше и засяду за компьютер: у меня там империя недостроена, а каратэ...

А что каратэ? Дрыгоножество и рукомашество, никакой пользы оно не приносит, кроме вреда. Причем все это чаще всего говорится перед зеркалом, морщась и ощупывая здоровенный бланш под глазом.

Так уж повелось у людей, что заниматься каким-либо боевым искусством (или хотя бы отдаленно похожим на боевое и еще меньше на искусство) человек приходит в период подросткового становления личности, когда повлиять на его внутреннее развитие может все, что угодно, вплоть до пролетающей мимо мухи. Общественное мнение, в данном

случае мнение окружающих его сверстников, выходит на первый план, и к тому же норовит вытеснить тоненький голос разума, который пытается докричаться сквозь бурю бушующих в крови гормонов: ты не прав, ты просто потакаешь себе, ты на самом деле лучше, чем представляешь... Да! - отвечает человек голосу своего разума, я не просто лучше, я самый лучший, я самый любимый, и я у себя один такой... и потому буду себя, разьединственного, любить и нежить. А главное - не перенапрягать.

Вот так в мире прибавляется слабых.

Ясное дело, на этом месте читатель уже устал. Скорее всего потому, что увидел себя в этом кривом зеркале. Не волнуйся, читатель, ты **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** самый любимый и единственный. Отложи-ка эту бредятину и отправляйся... нет, не туда, куда ты, может быть, подумал, а всего лишь к телевизору, вставь любимую кассету с очередным голливудским боевиком и забудь все это.

А для тех, кто остался, я продолжу.

Если серьезно, то никакое воинское искусство немыслимо без внутренней тренировки. Под внутренней тренировкой я понимаю, прежде всего, укрепление психики, позволяющее в экстремальный момент не только мгновенно собраться для боя, зачастую с несколькими противниками, но и адекватно оценить ситуацию, чтобы не превратить элементарную просьбу закурить в кровавое побоище. Многие слышали или читали об ощущении "ветра смерти", "шестом чувстве" и тому подобных вещах. Настало время применить это к себе.

Если кто-то подумал, что я ему прямо сейчас расскажу рецепт непобедимости без приложения усилий, может расслабиться. Непобедимых нет. На сильного находится более сильный и не важно, встретите вы кого-то сильнее вас или нет. Просто поверьте - этот кто-то существует. Поверьте и смиритесь.

С этого начинается любая серьезная тренировка.

Смирение - не означает рабство. Воинское смирение несколько иного толка. Это смирение перед самим собой, перед необходимостью изменить себя к лучшему и не жалеть о прошедших днях и пропущенных возможностях.

Это осознание собственного несовершенства.

Это готовность измениться. Не только внутренне - естественно изменится и оболочка.

Это осознание предстоящего труда. Труда тем более тяжкого, что никто не может проследить и заставить, кроме одного только человека - себя самого.

В средневековой Японии становление личности воина начиналось задолго до начала обучения собственно боевым искусствам. Собственно, все воспитание маленького человека было направлено на пользу семьи. С самого рождения в нем выращивалось - сначала родителями и наставником, потом им самим - грандиозное чувство ответственности. Перед семьей, перед господином, перед страной... Долг самурая - кто не слышал этого словосочетания? Долг следовало исполнять несмотря ни на что, вплоть до собственной смерти.

Интересно, многие ли могут похвастаться - нет, не теплыми чувствами! - а хотя бы терпимостью к спившемуся отцу? И это притом, что самому не хватает денег на сигареты?..

Отсюда и любовь к боям на подушках и неспособность что-то серьезно изменить в своей судьбе. Так проще, так не надо ничего делать. Большинство окружающих распустило себя до такого состояния, в котором вовремя отдать долг соседу - это подвиг, а добросовестно исполнять свои рабочие обязанности - значит снискать славу сумасшедшего.

Где уж тут чувствовать жизнь в каждом вздохе...

Редко кто приходит в традиционные воинские искусства. Еще меньше - остаются на срок, за который можно даже не научиться, а просто что-то для себя понять. Правда, после этого эти немногие остаются насовсем, поняв для себя, что они **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** лучше, чем думали о себе раньше. И именно это заставляет их двигаться дальше. Одно время был очень распространен лозунг пофигизма, звучавший так: "тебе что, больше всех надо?". Так вот, мастерами чаще всего становятся те, кто не стесняется ответить: да, мне больше всех надо! Надо от себя - в первую очередь.

Теперь - о методах.

Нельзя отрицать, чисто механическое повторение приносит пользу. И физические кондиции вырастают, и терпение тренируется. Кто не верит - попробуйте взять боккэн у увлекшегося кэндо соседа и сделать... нет, не тысячу, а хотя бы полтораста вертикальных субури... убедились? Тогда продолжим. Повторять техники следует многократно. Но на этом работа не заканчивается, а начинается. Если уж мы говорим об искусстве меча, а это, на мой взгляд, универсальное боевое искусство, то следует помнить, что просто махать можно круглой палкой, или в крайнем случае боккэном (да простят меня коллеги за этакое кощунство), но не мечом.

Мечник - как сапер, ошибается один раз. После этого он либо теплый труп, либо кретин с поломанной железкой в руке. Причем неизвестно, что хуже.

Избежать этого можно одним способом - внимательностью к своим действиям. У меня был в практике случай, когда качественный скачок в технике учеников произошел после того, как я учил их... заваривать чай.

Не торопись.

Некоторые из них до сих пор представляют это действие в момент перед выполнением какого-нибудь укэнагаси...

В момент извлечения клинка голова должна быть абсолютно пустой, без единого движения вовне. Ничего не должно существовать, ничто не должно влиять на линию движения. Ведь птица, когда летит, не думает, как именно ее крыло делает ВЗМАХ...

В искусстве чайной церемонии есть два вида почтения. Первый - внешний - это почтение к остальным участникам, к окружающим предметам, к своему собственному внутреннему состоянию. Второй - это просто почтение. Безо всякой направленности. Именно это почтение позволяет исполнить ту или иную последовательность без запинки и внутреннего колебания.

В случае поединка это еще и почтение к врагу. Там где есть почтение, нет места злобе. Таким образом, если поединок проходит с почтением с обеих сторон, то смерть одного из противников не оставляет негативного следа в душе второго. Более того, если этот настрой сохраняется в мирное время, то многие конфликты исчезают сами собой, и многих ненужных смертей представляется возможным избежать.

* * *

Часть 2.

*Лепестки дождя
Срываются с веток Неба.
Всего лишь весна...
Басё*

Для каждого из нас однажды наступает момент выбора Пути. Странная это штука - выбор... С одной стороны, приходится выбирать самому, не стесняясь самых глубоких и неслышных колебаний души. И ответственность ложится на плечи выбирающего.

С другой стороны, приходится предоставить выбор Пути, ведь Путь тоже выбирает нас, и это приводит к единственно возможному из направлений первого шага. И ответственность за этот выбор помогает идти. Можно назвать это фатализмом, но принять Путь воина можно лишь, когда Путь выбирает идущего. Часто, особенно в начале, кажется наоборот, но идущий знает истинное положение вещей.

Для тех, кто приходит в класс Иайдо, все поначалу кажется необычным и непонятным, всякое действие окружающих полно скрытого смысла, и новичок теряется в своих бессвязных попытках подражать, не выбиться из колеи, не стать посмешищем... поэтому первый год ни ему самому, ни его наставнику не стоит ждать сколько-нибудь серьезных успехов в технике. Главным успехом ученика в этот период будет адаптация и закрепление основных стереотипов поведения, восприятие ритуалов и так далее. Излишние требования могут оттолкнуть ученика.

Однако здесь следует избегать перекосов, и не оставлять ученика наедине с собственными мыслями надолго. Поскольку за первым годом обучения последует еще год, а за ним - еще и еще, необходимо подвести ученика к осознанию определенной перемены в его жизни. А это приносит обязательные трудности.

Проблема в том, что многие, гордо величающие себя фехтовальщиками, сами не всегда обращают свое внимание на изменение собственного внутреннего мира.

Однако о каком изменении можно говорить, если так называемый фехтовальщик берется за меч только в часы официальной тренировки, два или три раза в неделю по два часа?

Увы, в воинских искусствах нет особых секретов, кроме одного, и я его сейчас раскрою:

Чтобы стать мастером, нужно заниматься каждый день. Не отбывая повинность, а добровольно и с радостью отдавая тренировке силы. И время. И результат будет. Поскольку все в мире подчиняется закону равновесия - сколько вложил, столько и получил, ни больше, ни меньше. Нельзя добиться хорошего иай, только подражая наставнику, и не обращая внимания на изменения в себе.

Иайдо формализовано. Однако - и в этом различие с другой стороной одного и того же искусства, а именно кендо - поединков в нем нет, по причине использования специального меча - иайто, который, с одной стороны, не пригоден для удара о что-либо такой же твердости, но с другой стороны, имеет гораздо более высокую травмоопасность в случае удара по живому человеку.

Безусловно, в иайдо есть соревнования, и критерии здесь - прежде всего точность движения, соответствие его традиционному канону, также учитывается необходимость уложиться во время, отведенное на выполнение набора из нескольких ката. А эти требования реально выполняются в процессе одиночной работы.

Точность здесь - самое важное, поскольку от отточенности и проработанности движений зависит общая красота поведения - самое важное в искусстве меча.

Если это, конечно, искусство, а не тупое подражание самурайским боевикам...

Простой пример: при исполнении смотреть вниз, на ножны, на меч и так далее - нельзя, потому что подразумевается, что перед тобой - живой противник, а то и не один, а несколько.

Для непонятливых скажу - неуважительно убивать людей, не обращая внимания на их ответную реакцию.

В то же время, в соревнованиях очень важно по окончании комплекса ката вернуться в начальную точку с точностью до одной длины стопы. Это оценивается чуть ли не наравне с правильностью ритуала.

Вот и крутись, как хочешь... а вниз не смотри.

Так уж выходит, что в мире все чаще и четче проявляется действие закона "подобное - к подобному". Это "есть хорошо", так как создание какой-либо системы ведет к облегчению понимания. То же и в традиционных воинских искусствах. Пожалуй, даже и не только в воинских, а в традиционных искусствах вообще.

Как правило, если ты горишь искусством меча и не проходит и часа, как ты возвращаешься в мыслях к тем же самым темам вроде нукицукэ, тибури или правильного поворота ножен при вкладывании, то рано или поздно, но ты заинтересуешься и поэзией, и каллиграфией, и остальными проявлениями традиционной японской культуры.

Не пугайся, читатель, это нормально. Мы делаем иай - иай делает нас.

Следует сказать о выражении лица во время тренировки. На лице, как в зеркале, отражается весь внутренний настрой, вся эта лень, или злость, или посторонние мысли. В данном случае существует обратная связь - какое выражение лица вы будете сознательно сохранять, такое состояние, в конце концов, и воцарится в вашей душе.

То, что иай возможно только в состоянии покоя, не новость. Любое воздействие на спокойного, сильного духом воина обречено на провал по одной простой причине - абсолютной адекватности восприятия последнего. По этой причине не проявляются лишние движения тела и души во время серьезной переделки, а значит, нет препятствий для осмысленного и четкого правильного действия.

Есть еще один аспект, актуальный среди занимающихся. Речь идет об использовании реального клинка, со всеми его невероятными качествами.

Мнения на этот счет разделились. Одни считают, что меч должен быть настоящим, острым и опасным, и питают презрение к тупому иайто, поскольку, мол, это является только подражанием, недостойным идущего по Пути. Таких, к счастью, немного.

Другим реальный меч видится опасной игрушкой, ушедшей в прошлое, которое не стоит возвращать, ввергая страну в эпоху Камакура. Как правило, такие появляются в местах скопления первых, и своим присутствием их уравнивают. Их тоже немного.

Как-то сложилось, что мое мнение не совпадает ни с первым, ни со вторым. Поскольку искусство меча - это Искусство Меча, то, прежде всего, на первый план должно выдвигаться его влияние на адепта. Не внешние, но внутренние изменения должны быть на первом и главенствующем месте при обучении, и занимаясь оттачиванием техники, нужно преследовать лишь одну цель - обретение спокойного, как гладь горного озера, духа.

А это означает, что с какого-то момента работы над собой становится неважно, что именно у тебя в руках - катана Биценской школы или ее современная реплика, заказанная по Интернету.

Ну не рубить же ею головы, в конце концов...

Поборникам уличной эффективности могу, предупреждая возможные вопросы, скажу: техника меча, наработанная усердными занятиями, эффективна. Естественно, никто не просит ходить по улице с мечом. Однако при правильном подходе к методике обучения становится видно, что движения с мечом предельно четко перекладываются на пустые руки. Например, если сложить удар из серии "кириагэ" - восходящий, с его реальным продолжением - разворот и "кэса гири" то получится... элементарный бросок через бедро.

Просто это не самый легкий путь достижения цели. Он предполагает изменение стереотипов движения в сторону непрерывной траектории в противоположность современным воззрениям на бой вообще и на поединок один на один в частности. Формализованность и оторванность от жизни в школах меча - всего лишь направленная вовне иллюзия. Хотя бы потому, что любое искусство ВСЕГДА преобразует человека, который изучает его. А это уже требует некоего уединения, которое, в свою очередь, достигается различными путями. И один из этих путей - ритуал. Внешний ритуал в идеале должен быть созвучен с ритуалом внутренним, и тогда работа над собой будет наиболее плодотворна. И здесь напрашивается вывод, что не зря в семейных школах воинских искусств работа с учеником начиналась с малых лет. Так гораздо проще произвести настройку психики воина, и не тратить силы на преодоление навязанной извне системы ценностей.

Чаще всего, на мой взгляд, самым большим препятствием на Пути является непонимание. Непонимание самого себя, непонимание других... непонимание себя в других. Более того, бывает, что именно непонимание (точнее, подспудное желание избавиться от такового) приводит человека на Путь. Способ, надо сказать, радикальный, ведь проходит несколько лет, и прежняя личность просто перестает существовать.

Вместе со всем и всяческим непониманием себя и других.

Интересно, что данная реконструкция личности затрагивает все аспекты психики, вплоть до самых глубинных процессов, выступая в качестве своеобразного фильтра, отделяя все наносное и ненастоящее от истинной основы человеческой сущности. От возраста отдельно взятого Идущего зависит, насколько болезненным будет этот процесс, поскольку стереотипы имеют свойство укореняться со временем. И, соответственно, чем позже, тем больше от них избавляться.

В современном мире человек с рождения попадает под жесткий прессинг со стороны носителей различных ценностных систем, как индивидуальных, так и "общепринятых", и ему приходится принимать правила игры хотя бы для того, чтобы элементарно выжить. Однако если его внутренние личностные установки не соответствуют навязанным извне, то с каждым годом нарастает внутреннее напряжение, которое приводит к конфликтам. Именно в таких случаях возникают предпосылки к изменению внешнего окружения. Относительно воинских искусств, как частного случая такого изменения, можно заметить, что это - путь немногих. Все, или, по крайней мере, достаточная часть населения хочет побеждать и завоевывать (неважно, что именно), но по-настоящему поменяться хватает воли у единиц.

И они сразу же теряются из вида большинства.

На первое место сейчас выходят не столько боевые техники, сколько умение найти себя и удержаться в этом качестве. Именно эта цель, на мой взгляд, должна преследоваться в процессе обучения и практики. Естественно, здесь не обошлось без парадокса: на тренировке думать о столь высоких материях нельзя. Это затормозит обучение.

А боевые навыки - дело побочное и само собою разумеющееся, как цветок у дороги.

" * *

Часть 3.

*Шатая дощатую дверь,
Сметает к ней листья с чайных кустов
Зимний холодный вихрь.
Басё*

Практикуясь в высоком искусстве меча, поневоле приходишь к выводу, что жизнь во всех своих проявлениях похожа на поединок. Чаще всего в этом поединке противником оказывается свое собственное неумение, лень и косность образа мысли. Можно ли преодолеть самого себя? Этот вопрос актуален для того, кто только встал на Путь. В начале всегда чувствуешь себя неуверенно, особенно когда на тебя очень сильно влияет общественное мнение (а мнение большинства в девяти случаях из десяти направлено только в одну сторону: "на хрена тебе это надо?"), и, соответственно, самое большое испытание - это испытание первое. Дальнейшие тяготы воспринимаются как-то... легче, что ли.

Хотя я могу судить, только опираясь на личный опыт.

Поединок происходит одновременно по всем уровням бытия. Напыщенная фраза, не так ли? Однако она как нельзя более определяет характер явления, что именуется боем.

Достаточно большое количество мастеров, как древних, так и ныне живущих, на вопрос о смысле боевых искусств отвечают неоднозначно, и в большинстве своем непонятно.

Сейчас, по прошествии порядочного периода непрерывного обучения и практики (не считаю это время очень уж длинным, какие-то двадцать лет), я начинаю понимать - почему.

Те наивные ученики, кто жаждет конкретики от мастеров, могут не надеяться на нее. Ее не существует, поскольку для мастера нет понятия определенной техники. Она, эта техника, ушла внутрь, и нет для старого мастера нужды следовать какому-то внешнему канону. Он - сам себе канон. Он дышит искусством, его повседневные бытовые дела и есть его техники. Понимая это хоть краем сознания, по-другому смотришь на фразу "нитидзе, корэ додзе" (ваша жизнь - ваше додзе).

Настоящий мастер воплощает данную идею самим своим существованием. Он стар и слаб, он склонен к полноте или мучается зубной болью, но если вы возьмете меч и станете напротив, то моментально придет понимание: ваша молодость и сила, реакция и фантазия, нестандартность мышления и прочие достоинства - ничто. Один мой хороший друг и коллега испытал это на себе на знаменитом фестивале в Москве, где участвовало в демонстрациях и поединках ни много ни мало пятнадцать мастеров-японцев от седьмого дана и выше. Ему выпала удача сойтись в дружеском поединке с самим президентом всеяпонской федерации кэндо, глубоким стариком, который тем не менее ни разу не позволил себя не то что ударить, а и даже коснуться.

Так что насчет конкретных техник, уважаемые начинающие, лучше обращаться к своим сэмпаям. Их уровня, как правило, хватает, чтобы дать вам именно то понимание, до которого вы доросли. И не забывайте, что хороший сэмпай растет точно так же, как и вы. Вообще воинская традиция - очень умная система. Иерархия в ней являет собой, на мой взгляд, лучший пример отношений между старшим и младшим. Обязательно есть тот,

кому ты задаешь вопросы, но есть (или рано или поздно появится) тот, кто будет задавать вопросы тебе.

Однако это - не самоцель. И стыдно забывать об этом. Конечно, есть такие, кто не только своим искусством стремятся что-либо себе доказать, но и количеством учеников. Или, что еще более противно, их отношением к своей драгоценной персоне. Для таких музыкой звучит почтительное обращение, их хлебом не корми, дай только услышать в свой адрес "сэнсэй", "учитель", или, на худой конец, "мастер"...

У таких, как мне кажется, учиться не стоит вообще чему бы то ни было, даже если они семи пядей во лбу и способны посрамить своими движениями самого Ягю Мунэнори. Поскольку в данном случае имеет место быть не просветленный непоколебимый дух, а обычное мелкое человеческое тщеславие. К Пути воина данные личности имеют такое же отношение, как матрешки для иностранных туристов - к исконной русской культуре.

Хотя не бывает правил без исключений. И возможно, есть некие мастера высокого уровня, требующие к себе подобострастного отношения, но... мне они не встречались даже в литературе, не говоря уж о реальной жизни, и я твердо убежден:

если наставник, руководя группой учеников, чувствует себя на своем месте - ему пора на свалку.

Следует еще раз напомнить, что техника как таковая, то есть понятие "прием", "вадза", есть ученическая категория. И чем дальше ученик продвигается по пути мастерства, тем большее внимание уделяется ощущениям от исполняемой техники, нежели самой технике. Бывает так, что построение движения верное, ритм выдержан, шаги, дыхание и прочие важности соблюдены до мелочей, но... техника не работает именно из-за отсутствия внутренней согласованности. Именно тогда на первый план выходит тренировка духа, который главенствует и ведет за собой послушное тело, которое, в свою очередь, естественно продолжается клинком...

Кто может противостоять такому единству?

Тренировка духа происходит всегда. В любое время, в любом месте есть возможность отточить свои реакции, не только изменяясь, реагируя на изменения мира, но и устоять, предоставив миру измениться в соответствии с твоим намерением.

Напрашивается вывод: а как же быть с соблюдением традиции? Ведь не будет же противник бить раз за разом в одно и то же место, позволяя совершить отточенные повторениями противодействие. Естественно, не будет. Это и не нужно для победы над ним.

Занимаясь восточной традицией, всегда начинаешь с простого. Чаще всего это простое (какое-либо действие или положение тела, а может, просто мысль о чем-либо определенном) не связано напрямую с вопросом непобедимости - так, как новичок представляет себе непобедимость. В искусстве меча есть несколько - небольшое количество - базовых действий, называемых субури. Как правило, это простейшие действия, сходные с реальными ударами, и призванные выработать у ученика понимание правильных траекторий. Эти движения должны составлять основную часть работы любого занимающегося. Именно они позволяют добиться правильной и действенной техники.

Схема проста: чтобы приспособиться к конкретной ситуации отдельно взятого поединка, надо уметь комбинировать отдельные удары. А это, в свою очередь, возможно, только если об этих самых отдельных ударах не думаешь.

Короче, если ты с нездоровым интересом рассматриваешь вилку и считаешь у нее зубчики, то ты умрешь с голоду.

По прошествии определенного участка пути у меня сложилось мнение, что не случайно искусство меча считается вершиной воинской традиции. Многие из мастеров, начав с чего-то совсем иного, например, с каратэ, в конце концов, приходят к мечу, находя в нем ответы на те вопросы, которые не могли быть раскрыты в других направлениях.

То же айкидо, например, базируется именно на технике меча, но сейчас все меньшее количество инструкторов поднимает эту тему. Причина этому, как мне кажется, кроется в незнании материала.

А это означает резкое снижение эффективности. Принцип прост: если ты не можешь сделать какую-либо технику айкидо с мечом в руке, значит, ты вообще не можешь ее сделать.

Здесь, кстати, кроется одна из причин, почему в традиции могут удержаться лишь немногие: ведь по-хорошему, нужно сначала изучить меч, а лишь потом, после этого можно переходить к изучению полноценной рукопашной техники. А это ОЧЕНЬ скучно, в особенности поначалу. И тем более бесполезным кажется это занятие, если принять в внимание, что мечом сейчас никто не пользуется... так сказать, в быту и промышленности.

Однако это только кажется мертвым языком. Проверено.

Часть 4.

*Бабочки полет
Будит тихую поляну
В солнечном свету.
Басё*

Есть еще одна (и далеко не последняя) грань традиционного искусства меча, без которой понимание невозможно в полной мере.

Это та мистическая система преобразований и взаимодействий, о которой слышал любой уважающий себя "восточник", а именно - пять первоэлементов (го-дай сэтсу). Дело в том, что помимо всем известных ассоциаций (земля, вода, огонь, ветер, пустота) и чакр, соответствующих каждому из этих элементов (plexus pelvis, plexus epigastrus, plexus solyaris, plexus cardialis и plexus cervicus соответственно), существует добрых два десятка признаков и символов, относящихся к каждому из первоэлементов. Однако это достаточно специфическая область, и она нужна далеко не каждому.

Я тоже в данном исследовании не собираюсь лезть в далекие дебри восточной мистики, а ограничу описание только нужными моментами, связанными непосредственно с поединком и - главным образом - с тренировочным процессом.

Начнем с того, что каждому первоэлементу присуще свое настроение - от внутреннего ощущения до внешнего проявления этого самого ощущения. Для земли это стойкость и твердость, неизменность как основное свойство, и выражается оно в четком голосе, ощущении надежности и некотором догматизме. Для воды, соответственно, это текучесть, непрерывность, скрытая мощь (проявляется в мягком голосе, способности к компромиссу, и высокой сексуальной составляющей), огонь представляется энергией, которую не

скрыть, и агрессией (не только в отрицательном, но и в положительном смысле), ветер считается воплощением перемен и интеллекта, а пустота...

Пустота не изучается. То есть, конечно, этому первоэлементу соответствует и чакра, и настроение и так далее, но в работе с данной системой пустота - связующее и всеобъемлющее нечто, которое нельзя определить.

Сами подумайте, что такое пустота?..

Итак, перейдем к конкретике. Данную систему можно использовать в изучении фехтовальных комбинаций в качестве подходов, и, соответственно, расставленных акцентов внимания. Я надеюсь, что мое скудное понимание предмета не будет содержать слишком много очевидных ошибок.

Так, на уровне земли изучается траектория движения, при этом не стоит отвлекаться ни на скорость, ни на силу. Очень важно на данном этапе запомнить положение опорных точек траектории, начало и конец каждого движения, подолгу замирая в каждом из положений, не делая разницы по длительности между промежуточными точками и началом и концом последовательности.

Подолгу - это по две-три минуты. Это намного проще сказать, чем сделать - через некоторое время руки начинают предательски дрожать, глаза заливают честный трудовой пот, а острие меча рисует совершенно невообразимые иероглифы. Следует избегать излишнего напряжения мышц, дрожания острия и беспокойных мыслей.

На уровне воды тренируется непрерывность движения без различий между нукицукэ, кирицукэ или тибуруи. Вся комбинация должна представлять одно сложное движение от момента извлечения до момента вкладывания меча в ножны. Следует избегать остановок и ускорения движения, а также полезно будет не думать ни о чем, а ощущение должно быть средни тому, когда вы рисуете пальцем на запотевшем стекле.

На уровне огня следует уделить главное внимание четкому и быстрому извлечению (причем соблюдая принцип "дзе, ха, кю" - медленно, быстро, быстрее), правильному и сильному кирицукэ - режущему удару, четкому и точному тибуруи. В последнем пункте, впрочем, рекомендуется избегать излишнего напряжения и резкости, поскольку тибуруи - движение, чаще всего завершающее какую-либо кровавую сцену, и быстрота здесь ни к чему.

Ну, и наконец, на уровне ветра - ваше внимание должно быть направлено на легкость и точность движений, при этом надо помнить, что излишняя торопливость только помешает. Именно на этой ступени движения приобретают некую обманчивую неспешность, даже вязкость, которая и отличает истинное владение мечом и телом от незрелых потуг тщеславных любителей экзотики.

А до пустоты нам с вами еще очень и очень далеко. Смиритесь с тем, что этой ступени вы никогда не достигнете.

Вот вам и мистика. Причем мистика, которая работает. При условии известных усилий и концентрации, но работает. Однако дальнейшую разработку темы мы с вами проводить не будем, оставив ее для любителей и почитателей ниндзютсу.

Стоит поговорить о практической стороне искусства, а именно о тактике поединка вообще, и о траекториях движения в частности.

Схема строится следующим образом: любая боевая ситуация строится из отдельных движений. При работе против нескольких противников возрастает степень риска попасть под удар одного, пока расправляешься с другим. Это определяет акценты восприятия и построения перемещений. Возможно, мой небольшой опыт будет здесь полезен.

Итак, во-первых, нельзя оставаться на месте, пытаюсь своим злобным видом запугать надвигающихся врагов - у них в данном случае преимущество в численности, что порождает то самое стадное чувство, что зовется "шапками закидаем".

Во-вторых, не стоит тратить много внимания на одного противника, игнорируя остальных - обидятся, не станут дожидаться, пока вы к ним повернете свой пресветлый лик, и долбанут сзади чем-нибудь тяжелым.

В-третьих, перемещаться надо так, чтобы противники выстраивались в линию, на конце которой - на конце, а не в середине!!! - всегда оказывались вы. Один из основоположников российского самбо, в начале называвшегося "самоз", на вопрос о том, как он собирается победить целый взвод, спокойно сказал: "обращу их в бегство".

На изумленные и недоверчивые взгляды он спокойно улыбнулся и сказал: "Просто побегу, а они - за мной". Вот, кстати, пример отличной тактики управления противником. Через какой-то промежуток времени супостаты растянутся в линию плюс-минус метр в стороны (выносливость-то у всех разная), и станет возможным принимать приглашения "потанцевать" от каждого в отдельности, а не от всех вместе.

Это, кстати, увеличивает шансы адекватного ответа - с одной стороны, можно более полно реализовать свой потенциал, не особо ограничиваясь в пространстве, а с другой - не убить кого-нибудь, сам того не желая.

В-четвертых, ударные, бросковые, и так далее техники должны быть построены так, чтобы брошенное бездыханное (или тяжело дышащее - как душа пожелает) тело падало под ноги следующим кандидатам, затрудняя им подход.

В-пятых, следует в полной мере использовать предметы интерьера и ландшафта, в особенности предметы твердые и угловатые, но не стоит подхватывать с земли какой-либо подручный инструмент, если вы не являетесь мастером владения оною.

Ну, и в-шестых, я рискну поставить свое личное мнение по поведению в таких ситуациях вообще:

Если возможно, старайтесь свести конфликт в шутку, или уйти от него - вплоть до обычного "сделать ноги". Просто если вы ретируетесь с поля несостоявшегося сражения - несколько недалеких, но не законченно плохих идиотов останутся живы. Но уж если придется драться - вы должны быть уверены, что вас собираются попросту убить. Неважно с какой целью. И ваши действия совершенно адекватны угрозе.

Хотя, как показывает практика, чем выше мастерство, тем в меньшее количество нехороших историй попадает носитель этого самого мастерства.

Здесь у читателя этих строк может зародиться вполне правомерный вопрос:

Причем здесь уличные конфликты вообще и рукопашные техники в частности? Искусство же, в конце концов, а не бои без правил?

На это скажу:

Да, искусство. Однако любое искусство боя является жизненным, только когда приносит какой-либо практический результат;

И, кроме того, любая техника меча прекрасно перекладывается на пустые руки... при должном состоянии ума.

В изучении искусства меча есть грань, наличие которой само по себе является показателем мастерства. Отсутствие - само собой...

Это простота.

Вы не ослышались. Простота в данном прочтении - критерий, по которому оценивается зрелость мечника. Простота, внешняя неторопливость (а на деле своевременность) движений, четкость и естественность оных сразу отличает мастера от ученика.

В любом боевом искусстве, а в оружейных стилях тем более, правильно построенная траектория удара означала (и означает) победу. В традиционных направлениях победа являлась гарантией, что вы еще чуть-чуть проживете.

Правильная траектория - прежде всего та, из которой исключены ненужные движения, вместе с излишней тратой времени и сил.

Идем дальше. Так как для поединка, таким образом, формируется некая культура движения, то она распространяется на все возможные движения вне поединка. Отсюда всевозможные рассказы о возможности оценить технический уровень воина по тому, как он идет, дышит и смотрит.

Оценить-то можно, да не все это умеют. Я, например, похвастаться данным умением не могу. И еще не смогу лет двадцать.

Простота к тому же распространяется и на поведение в обществе. И, кстати, просьба не путать простоту с неотесанностью. Здесь в общении участвуют настолько глубокие слои личности, что для внешней показухи и куража не остается места. Вся эта шелуха становится не нужна. Например, японские мастера, даже самого высокого уровня, как правило, ведут себя на семинарах предельно просто и искренне. Ясное дело, что если мастер что-то не хочет рассказать, он и не расскажет, но даже в этом случае у задавшего вопрос не возникает неприятного осадка.

Простота здесь граничит с безупречностью.

Кроме того, мастера меча - истинного мастера - очень трудно задеть или обидеть. Даже если попытаться убить его. Поскольку высокий уровень мастерства предполагает уважение к собеседнику. А уважением обусловлено повышенное внимание к мотивам его поведения.

Так что, если вы попытаетесь убить мастера, он вас поймет. Правда, вы уже можете этого не оценить, но что поделать...

* * *

Часть 5.

*Вся моя жизнь и все мое знание -
Капля утренней росы.
Но день будет жарким...
Басё*

В заключение хотелось бы сказать о том, что, на мой взгляд, более всего важно, пожалуй, даже основополагающе не только для воинского искусства, но и для всякого серьезного дела.

Этим критерием является очень легкая для понимания вещь.

Искренность.

Когда удар правилен, он не бывает неискренним. Самый верный способ достичь вершин мастерства - быть искренним в своих действиях, в напряжении и в покое. Не делать технику наполовину, делать или не делать технику, но не пробовать - вот правило, которое проверено временем, и не только мной, не очень-то умелым мечником, но и гораздо более авторитетными людьми, преуспевшими на воинском поприще и оставившими после себя целые школы и стили.

Помимо такой вот глобальности и туманности понятий, я приведу конкретный пример использования принципа: на тренировке избегайте лишних движений; если демонстрируете или повторяете какую-либо технику - делайте ее до конца, и остановиться можно, только когда ваш меч на лету может встретить не готового к встрече партнера или препятствие, о котором ваше оружие попросту разобьется.

Других вариантов нет.

При таком подходе ваши навыки будут гораздо быстрее расти качественно. И сил будет тратиться гораздо меньше.

Вот, собственно, и все.

Хотя...

* * *