** Русская народная линия**

 информационно-аналитическая служба

 **Православие  Самодержавие  Народность**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**К Богу через... ратоборство**

*Беседа с атаманом общины "Спас" Игорем Константиновичем Лизуновым …*

**По словам Патриарха Алексия II, к миссионерству призван каждый христианин. Но, к сожалению, дело это не простое. Давайте представим обыкновенного подростка. Вот он впервые зашел в храм. Богослужение ему не понятно, вокруг, в основном, бабушки и женщины, которым, в лучшем случае, не до него... Хорошо еще, если какая-нибудь бабулька мальчишку не обругает. (Вспоминаю свои первые шаги к вере, когда в одном храме получил от ревностной бабушки "клюшкой" за то, что держал руки за спиной)... Замечательно, если при храме есть приходская община. Тогда, возможно, кто-то из взрослых подойдет к подростку и доброжелательно пригласит, допустим, на совместное чаепитие после службы, где в непринужденной обстановке у него поинтересуются, что привело молодого человека в церковь, поведают об азах веры... Если же общины при храме нет, то первое впечатление о Православии создается у людей после разговора с работником "свечного ящика", продающего свечи и литературу. Дай-то Бог, чтобы это общение было позитивным. Ведь логику подростка взрослому, не имеющему педагогического дара, понять весьма сложно. Яркий пример тому - воспоминания известного вратаря Владислава Третьяка. Оказывается, он стал заниматься хоккеем только из-за того, что ему всего-навсего понравилась спортивная форма. Вот такое у многих пацанов своеобразное мировосприятие (для взрослых, порой, нелепое). Но Бог "хочет, чтобы все люди спаслись и достигли познания истины" (**[**1 Тим. 2**](http://bble.ru/1%2B%D0%A2%D0%B8%D0%BC.2?rus)**).**

**Сейчас среди православных миссионеров ведется много разговоров о том, как привлечь молодежь к Церкви, разрабатываются новые формы взаимодействия со светскими, невоцерковленными людьми. Учитывая проблемы современной Церкви, наверное, действительно имеет смысл сделать при храмах некую "шлюзовую" область, т.е. подготовительную структуру, где могли бы "оглашать" молодое поколение.**

**Однако, пока одни говорят, другие - делают. В этом отношении хорошие результаты по воцерковлению молодежи (в том числе и "трудной") дают занятия ратоборством при Обнинской городской казачьей общине "Спас". За восемь лет "спасовцы" воспитали двух священников и двух послушников Оптиной пустыни... К тому же, через ратоборство, основанное на евангельских принципах, человек постигает практическое христианство. К примеру, смирению и кротости невозможно научиться, читая книги. Но это можно сделать на тренировках по русскому боевому искусству, когда после приличной затрещины от всего сердца стараешься простить ударившего тебя...**

**Более подробно рассказать о ратоборстве и его миссионерской функции любезно согласился атаман общины "Спас" Игорь Константинович Лизунов.**

**- Недавно видел запись вашего интервью, данного православному образовательному каналу "Покров" по благословению Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Алексия II. Правильно ли я понял, что одной из причин создания общины явилось то, что вы вместе со своими единомышленниками несколько лет занимались казачьим ратоборством?**

- Действительно, одной из целей создания общины было совместное занятие ратоборством. Но путь к этому боевому искусству был долог. Потребовался не один год поисков, чтобы прийти к русской боевой православной традиции. Отчетливо помню, насколько сильно меня волновала проблема поиска воинской традиции. Приходя в храм, я видел иконы, на которых были изображены святые воины в полном вооружении, с другой стороны, все мы знаем евангельское изречение о том, что если тебя ударили по одной щеке, то надо подставить другую... Это не укладывалось в моей голове, я мучительно искал ответ: что же такое христианство?.. Мы видим на карте огромную территорию нашей Отчизны, к тому же, знаем из учебника, что на каждые три года мира в истории Руси приходилось два года войны. Естественно возникает вопрос: если страна такая огромная, значит, ее защищали и защищали успешно. Но где же сейчас сведения о тех боевых традициях, посредством которых это делалось?

Время наших исканий совпало с появлением первых публикаций по русскому боевому искусству. Правда, там было слишком много наносного, экзотического, вымышленного. Однако данная информация дала толчок. Слава Богу, что мы встретились с людьми, которые вели поиск сей традиции более успешно. И нам посчастливилось воспользоваться их результатами.

Мне кажется, суть воинской традиции состоит в том, что это своего рода саморазвивающаяся система обучения, выражаясь педагогическим языком. Иначе говоря, человек, занимающийся ратоборством, постоянно находится в творческом поиске, он работает над собой, совершенствуя свое мастерство в рамках основных канонов русской боевой традиции.

**- Поясните, пожалуйста, что такое казачье ратоборство?**

- Древняя система казачьего ратоборства называется "котёл". Во-первых, она представляет коллективную систему обучения. Во-вторых, обучение происходит в форме забавы, то есть, если говорить с точки зрения психологии, она обязательно несет позитивный эмоциональный настрой тренирующимся. Люди играют, можно назвать это игро-техникой или проще - забавой. Так вот, наш русский народ издревле обучался разнообразным видам деятельности, как бы забавляясь, играя. Невольно вспоминаются и потешные полки, и народные зрелища, гулянья... Надо понимать, что игра шире всякой культуры. В философии существует несколько определений понятия "игра". По моему мнению, науке до сих пор непонятно, что это такое. Почему человека тянет играть, почему играют дети; почему играют звери, откуда всё это пошло? Игра есть выражение своего внутреннего душевного состояния и, в то же время, - некая система познания мира. Философ Й.Хейзинги даже перефразировал одно из классических определений, сказав: ""Человек играющий", а не "человек разумный"". Это очень интересное, глубокое замечание.

**- Как учит философия, играя, дети инстинктивно стремятся к счастью и свободе...**

- Более того, в игре человек обучается, познает мир и ближнего. Например, возможно ли играть со злым человеком (если, конечно же, не хочешь его перехитрить)? Нет. С кем ты будешь играть? Только с тем, с кем интересно, с близким по духу, с тем, кто тебя не обидит. Играя, люди (неважно, дети или взрослые) "шлифуются", постигают навыки, необходимые для данной игры. В итоге у них появляются новые навыки. Чем больше игры в нашей деятельности, тем меньше стереотипов, шаблонов. Основа всякой игры - динамика, движение. По большей части наша жизнь однообразна, а потому зачастую рутинна, то есть, лишена творчества. В ней происходит постоянное повторение одних и тех же обстоятельств, отчего человек сильно устает. А в игре люди полностью преображаются, в них просыпаются скрытые черты характера, о которых они и не подозревали.

Об этом можно говорить очень много, потому что любая игра раскрывает глубочайшие душевные пласты и как бы дорисовывает психологический образ всякого человека. Индивид может быть закрытым, носить какую-то личину (маску) определенного стереотипного поведения. Но в игре человек проявляется таким, какой он есть на самом деле. Он вынужден двигаться, жестикулировать, через динамику выражать свое отношение к ближнему, с которым играет. Со стороны обычно хорошо видно, как именно личность раскрывается.

В общем, игра составляет важную часть процесса обучения, да и любого другого вида деятельности. Народ, не знаю как, сознательно или бессознательно, подошел к этому, взял данную игровую методику, преобразил, наполнил духовным содержанием.

К тому же человек в игре воспитывает характер, становится нравственным. Правда, всё зависит от того содержания, которое вкладывается в игру. Посему, когда мы увидели ратоборство, то сразу прикипели к нему сердцем. Хотя нам было с чем сравнивать: многие из нас занимались другими видами спорта - "рукопашкой", восточными единоборствами. Искали, в общем. Раньше не было практически ничего, что бы ни оказалось испробовано. Но кругом "в заморских" боевых стилях ощущались какие-то внутренние оковы духа. Чувствовалось: что-то не то, как-то не так. То есть душа не освобождалась. Другое дело - казачье ратоборство. Тем более, когда увидели в нем духовную составляющую. Ведь что такое сама по себе боевая традиция? В первую очередь, - передача своего внутреннего опыта, ибо без этого невозможно обладать живой системой знаний. Иначе обучение будет схоластикой, просто обычным набором каких-то умений, знаний и навыков, без практики и внутреннего сопереживания. Вот почему воинский опыт всегда передается только боевыми товарищами через их внутренние ощущения, переживания и мировоззрение.

И когда мы, наконец, столкнулись с русской традицией, то были несказанно рады, что в ней есть Христос. Это очень важно и для нас, и для нашего обучения. Ведь для научения нужны определенные состояния: психологические, духовные. А когда в "котле" варятся несколько человек, и происходит маленькая Куликовская битва, воочию видно: гордым Господь противится, а смиренным дает благодать. Практика ратоборства позволяет глубоко "пропитаться" евангельской истиной: нет больше той любви, чтобы положить душу свою за други своя. Иначе говоря, христианские убеждения проявляются в делах на каждом занятии. Ко[гда 20](http://bble.ru/%D0%B3%D0%B4%D0%B0%2B20?rus) человек бьются палками, на кулаках или с оружием в одном кругу, и всё там кишит и кипит, то, соответственно, это лучше осознается. Человек, попадая в экстремальную ситуацию, всякий раз переживая мини-войну, укрепляется в вере... Другими словами, атеистов в окопах не бывает.

**- Говорите, что бьетесь с палками, вокруг всё кипит... вы это делаете в нарочито замедленном темпе или с реальной скоростью?**

- Всё зависит от уровня подготовки "котла".

**- Расскажите, пожалуйста, о методике тренировок и о тех, кто проводит занятия.**

- Обучение происходит как бы само по себе. Есть своего рода "скелет", он очень простой. Повторюсь, древняя форма ратоборства именуется "котел". Занятия называются "заварить кашу". Тот, кто руководит этим, называется "кашевар" - атаман. Почему? Потому что, когда люди приходят, кто-то из них является как бы мясом, кто-то - картошкой, кто-то - укропчиком, кто-то - водой (и вода нужна). То есть каждый соответствует некоторому уровню подготовки. Все люди разные. Но нужны и большие, и маленькие, и толстые и худые, и медленные, и быстрые. Все вместе они представляют собой определенную силу. Тренировка начинается с обозначения на полу трех концентрических кругов. Первый - маленький, диаметр круга составляет примерно полтора метра; другой - диаметром два метра, третий - три метра. Ставим людей в первый круг, допустим, туда поместится десять человек. Практически они все стоят вплотную, лицом к лицу, на расстоянии ближе, чем вытянутый локоть. Необходимо понимать, что "боевуха" - это не спортивное единоборство. Мы говорим о боевых вещах: лицом к лицу, глаза в глаза и до конца. Итак, люди стоят лицом к лицу и очень плотно, что сразу же каждого психологически напрягает.

Во-вторых, они начинают сначала потихонечку двигаться, вертеться, обкатывать друг друга; потом - толкаться, затем - бить друг друга локтями, коленями, кулаками, любой частью тела. Сначала мягко толкают, потом происходят сбивание, броски и т.д. Если, допустим, разрешается бить ногой, то, соответственно, в первом кругу не помещаются, выходят на второй круг. Но задача одна: за круг выходить нельзя, только если одной ногой. Что это означает? Держать свою землю. Откуда русская стойкость берется? Известно, что русский человек из окопа не выходит и не сдается. Мы считаем, что как раз через игру с детства воспитывалось данное понимание. Ты хоть что ни делай, хоть извивайся, хоть вылези из кожи, но не выходи из круга. Если так заниматься, то через некоторое время вырабатывается навык, входящий в кровь и плоть: нельзя отступать. Дальше, находясь в толпе, получается, что один стоишь сразу против нескольких противников. Хочешь или нет, но для того, чтобы тебя не побили, ты вынужден защищаться, ускользать от всех во время обучения в группе. Такова работа с несколькими противниками, хотя этот же коллектив варящихся в "котле" можно разбивать на двойки, на тройки, на четверки и т.д. Всё зависит от количества людей. То есть, допустимы варианты: пятерка против пятерки, двойка против пятерки и т.д. В результате, когда люди приспосабливаются, они понимают, что ничего нельзя делать жестко, иначе сразу же будут страшные травмы, синяки и шишки. Поэтому каждый боец приучается работать мягко, пластично, спокойно, не дергаясь. Он понимает, что это - игра.

В ратоборстве все движения объемные, в отличие от современного спорта, где движения только плоскостные. То есть мы всё время крутимся как колобок, коловорот постоянный. А что такое объемное движение? Это когда движения по спирали, по восьмерке и т.д. - все совмещаются. Получается - объемное пространство...

Почему назвали "ратоборство"? Чтобы как-то отличаться от стереотипного названия "русский стиль". Тем более, что русского стиля в нашем представлении не существует.

**- А что такое тогда "русский стиль"?**

- Не знаю. Это то же самое, что общее понятие "каратэ". Хочу подчеркнуть, что мы являемся традиционалистами, то есть мы взяли на вооружение традицию. Мы не делаем какого-то объединения "русских стилей", не синтезируем их. Существует определенная традиция. Мы ее взяли и стараемся развивать. Хотя по большому счету она сама развивается, вырастая во что-то новое. Это как семечко дерева, посадили, и вот оно растет-растет... Многие слышали о боевых системах Кадочникова и других. Но приверженцы этих систем сами говорят, что взяли из нескольких направлений какие-то элементы, присовокупили, прирастили это к чему-то первоосновному, как к дереву привили. И такие системы все похожи друг на друга. Однако в принципе любая "рукопашка" у всех практически одинакова. Весь вопрос в методиках, кто, как и чему научает. Посему мы вот так, как варим, так и варим и видим в этом именно традицию, а не просто набор каких-то приемов и навыков. Почему в нашем разговоре будем обращаться к Востоку? Потому что там традиционная культура более изучена. Свою же мы сейчас знаем очень поверхностно. На самом деле, любые традиционные боевые воинские культуры в чем-то похожи. В них есть основные моменты, которые присутствуют во всех единоборствах, потому что цель-то одна: выжить.

**- Да и анатомия тела у всех людей сходная.**

- Конечно, поэтому весь вопрос в методиках. Как обучать, как донести знания, как их применить. Не зря говорят знающие люди, что в действительности каратэ как такого не существует. Выдумали, кстати, такое слово, как и "кунг-фу". Ведь направлений кунг-фу более 400 стилей. Аналогично и здесь: у нас тоже в каждой деревне дрались по-своему. Следовательно, когда говорят: "русский стиль" - непонятно, что этим называют. И обычно смотришь и видишь: сей русский стиль на три четверти нами любимый Восток, в какой-то степени изведанный и узнаваемый. Мы же наше боевое направление назвали ратоборством. Во-первых, слово "рать" подразумевает коллектив и одновременно, бой, схватку. Следовательно, та традиция, о которой мы говорим, является коллективной, то есть обучение всегда групповое.

**- У вас бывают во время тренировок травмы?**

- Практически нет. Дело в том, что в ратоборстве человек в первую очередь ориентируется на другого. Ведь если я разойдусь, то обязательно кому-нибудь челюсть сверну. Получается, что у меня всё подсознательно настроено на ближнего. Вот в этом и есть смысл: защищая другого, ты автоматически нарабатываешь себе удивительную оборонительную технику. Потом ты чувствуешь ближнего, ибо не хочешь ему навредить. То есть здесь соответствующая духовная составляющая - любовь к ближнему.

Это - основа основ. Если ты хочешь правильно бить, надо чтобы прежде тебя побили. Хочешь нападать - сначала должен научиться получать. Такая евангельская простота: всегда выигрывает тот, кто себя отдает на самом деле. Кстати, в ратоборстве существует даже методика защиты, когда противнику "помогают" ударить самого себя. Однако проблема обучения боевому деланию заключается в том, чтобы передать этот боевой опыт. Опыт передается через ощущения и через объяснения (слово). Так вот, как передать свой внутренний опыт? Нужны определенные образы, ощущения, слова. И здесь обучение ратоборству идет через понятия христианской психологии, если можно так сказать, духовной жизни, аскетики. Оказывается, творения святых Отцов - это самое настоящее наставление по рукопашному бою. Когда объясняешь воцерковленному человеку сложные вещи, опираясь на Отцов, он понимает очень быстро. Верующий легко осознает все эти внутренние ощущения и т.д. У любого, кто во время работы получил хорошую затрещину, мгновенно возникает целый набор чувств: гнев, ярость, обида, желание отомстить и т.д. А что такое желание отомстить? Это значит раскрыться и утратить адекватность. Здесь же надо смириться, перетерпеть, то есть нельзя отвечать по принципу "око за око", нужно подождать. Как это объяснишь? Растолковать такую тонкость обыкновенным, простым парням, не имеющим опыта духовной жизни, очень тяжело.

Они никак не могут понять: что в данный момент, когда идет коллективная работа, нельзя залипать друг на друге. Почему? Потому что, если сейчас отвечу тому, кто меня ударил, я остановлюсь. Остановка означает то, что я уже выпал из ситуации. А ведь кругом же всё кипит, движется. Если же я ударю обидчика в ответ, то получится, что мы вдвоем остановились. Следовательно, мы сразу привлекли внимание всех остальных бойцов. И все автоматически будут нас бить, собьют с ног. Хотим мы того или нет, но превращаемся в стоящую мишень. Как это объяснить светскому человеку? Он будет всё время останавливаться, особенно спортсмен, привыкший к состязаниям. Например, боксер или самбист. И поэтому такие люди очень сильно получают. Вот вам практическое упражнение по борьбе с эгоизмом. Бойцы-одиночки не могут воспринять живого коллективного боя. Их, несмотря на приличную физическую подготовку, всё время сбивают с ног и бьют. А бить у нас можно по-разному: правил-то особых нет, это же боевые вещи. Посему получают ребята очень жестко. И они никак не включаются в принцип: "Если ударили по одной щеке, подставь другую".

В ратоборстве надо постоянно двигаться. А что такое постоянное движение? Это залог того, что ты останешься живым. Постоянно двигаясь, ты счищаешь удары, непрерывно меняешь позицию. Из сказанного нетрудно сделать много разных выводов, но суть такова, что занятия происходят в виде игры. Игра дает положительный настрой. Получив шишку, ты не обижаешься на человека, потому что перед тренировкой происходит обряд, воинский ритуал. Сначала все молятся, молитвословия пропеваются. Во всех традиционных культурах присутствует так называемый звуковой ряд, выраженный в псалмопении, гимнопении или пении. Сейчас в спецподразделениях осталось проговаривание различных текстов. Но это лишь осколки, остатки. Раньше у казаков были бодрящие воинские песни и т.д. Это позднее проявление воинской культуры. А на самом деле изначально всегда была молитва, и молитвы обязательно пелись вместе. Создавалась такая как бы внутренняя энергетика от хорового пения. Всё служит к объединению ратоборцев. Потом идет кропление, братание и потому трудно после этого обижаться друг на друга. По окончании занятий происходит всё то же самое.

Главное, что дальше идет воинская трапеза, то есть бойцы садятся за стол и пьют чай. Как бывший спортсмен я понимаю, что с человеком, с которым спаринговал на ринге, трудно потом поддерживать дружеские отношения, если там мы бились до последнего. А у нас такой конкуренции, соревнования нет, есть здоровое состязание. Тем более, что во время тренировки всё периодически меняется, и агрессия постоянно гасится. Сейчас мы с тобой бьемся, потом поменяемся, людей много. Я - то в одной тройке-пятерке, то в другой. Здесь данная игра снимает указанное противостояние. Считаю это одним из основных моментов. Думаю, неправы те, кто говорят, что надо учить детей агрессии, чтобы сделать из них воинов отчаянных, напористых. С русской боевой традицией понятие агрессия несовместимо.

**- Да, на агрессии далеко не уедешь.**

- Конечно, не уедешь. Наша система дает определенное миролюбие, доброжелательность. К ней ты привыкаешь, если у тебя есть навык игры. Ведь в игровом режиме несложно работать с человеком абсолютно свободно и с любовью. Но стоит лишь эту игровую форму заменить (щелкает пальцами - А.С.), вместо играющего у тебя сразу возникает образ врага... Животные тоже играют, у них при этом нет каких-то запрещенных приемов, однако, как только они поссорились, так тут же летят пух и перья. Аналогично и здесь. Когда сложился навык ведения боя, поменяли эмоциональную установку - всё, конец и понеслось... А заранее накачивать человека агрессией считаю совершенно ни к чему.

**- Читал, что русским стилем боевых искусств занимаются даже священники.**

- У меня не занимаются, а вот писали, что у Сергея Борщова - да. Знаю, что в 16 веке на Руси даже священники на кулаках ходили стенка на стенку. В летописях есть жалобы на то, что священники дерутся. Но такова была традиционная культура... Казачьи монастыри - вообще особая песня. Там и подготовка существовала соответствующая. Просто об этом не принято говорить... Я считаю, что в те времена монастыри, конечно, вели военную подготовку, потому что по истории, доступной даже всем нам, мы сталкиваемся с этим постоянно в летописях. К примеру, новгородский архиепископ выставлял по своему сану целый полк. Полк надо же было обучать и так далее. Значит, готовились монастырские полки, ведь в те времена церковные иерархи по социальному статусу являлись тем же, что и князья. Тогда все это было естественно. Только сейчас об этом стараются умалчивать...

**- А если в двух словах, чем ратоборство отличается от каратэ?**

- Если говорить просто, - тем же, чем преподавание славянского ратоборства отличается от восточного. В первооснове любого единоборства лежит мировоззрение. Славянин воспринимает мир в целом, у него религиозная душа. Религиозности присущ целостный взгляд на окружающую действительность. То есть процесс познания всегда от общего - к частному. Русский все воспринимает сразу, целостно, сердцем. Это его психологическая особенность. На Востоке же наоборот: от частного - к общему. Это тоже надо четко понимать.

В каратэ обучение происходит через классические формы. Вы берете одно движение и начинаете доводить его до совершенства. Затем осваивается и доводится до совершенства другое движение, третье и т.д. Потом эти движения объединяются, делаются связки. Дальше, после долгих лет тренировок, человек обретает внутреннюю свободу, то есть подлинное владение всей системой движений-приемов. Иными словами, он становится мастером. Кто такой мастер? Мастер - это тот, кто творит себя сам. Он свободен. Чем больше свободы в движениях мастера, тем он более профессионален. Повторюсь: у славян познание идет от целого к частям, от общего к частному, это означает, что и обучение ведется также.

Допустим, в "котле" никто никому ничего не объясняет. Человек толкается, совершает непонятные движения, в общем, происходит какой-то хаос. Но подсознательно боец нарабатывает такую технику, которая обеспечит ему выживаемость. А "кашевар" потом начинает у него спрашивать: вот ты толкался, что это за движение? И затем ему объясняет, что каждое движение является боевым. Следовательно, развитие бойца идет от бесконечности ("котёл") к "единице". Более того, на войне славян в силу исторических обстоятельств всегда было меньше, а врагов больше. Посему они, казаки, конкретно, привыкли драться в меньшинстве. При этом обучение, основанное на принципе "один за всех и все за одного", имеет массу преимуществ. Тем паче, что ныне это очень актуально. Если почитать журналы "Братишка", "Спецназ", то становится ясно, что никто сейчас не учит коллективному бою. У нас же - такие методики, которых у других просто нет. Представьте: группа встречается с группой и происходит внезапное столкновение, но коллективному бою их не учили. А казачье ратоборство именно сему и обучает. Что такое "рукопашка"? Это - экстремальность и адаптация. Другими словами, ты попал в экстремальную ситуацию и должен в ней мгновенно сориентироваться. Чем быстрее адаптируешься, тем больше вероятность, что останешься в живых, не адаптируешься - погибнешь. Значит, в рукопашном бою сначала необходимо адаптироваться, следовательно, быть адекватным. Ведь если ты неадекватно повел себя в той реальности, в которую попал, то погибнешь. Человек же, владеющий ратоборством, становится адекватным практически в любой ситуации.

**- По сути, это смирение, ибо смирение и есть адекватность.**

- Конечно, если тебе наступили на ногу в автобусе, ты или промолчишь, или скажешь: "Простите, вы мне наступили". Но не выбьешь же человеку за это глаз и т.д.

**- Кстати, один мой знакомый говорил: "Если в трамвае тебе наступили на ногу, виноват ты сам. Не надо разбрасывать ноги".**

- Разумеется... Два крыла выживаемости бойца - адаптация и адекватность. А славянские формы ратоборства как раз позволяют этого достигнуть.

**- Правда ли, что в русских народных танцах и сказках сокрыты секреты отечественного боевого искусства?**

- Да, правда. Только сказки - уже тот фольклорный элемент, который еще надо глубоко изучать. С танцами проще, так как, осваивая боевую динамику, начинаешь быстро понимать, что она состоит из тех элементов, которые содержатся в танце. Раньше существовали так называемые боевые плясы. Первой формой боевой подготовки являлся охотничий пляс...

При коллективной форме обучения бою интересно следующее: обычно, когда мы видим большое количество дерущихся людей, то пугаемся сильнее, чем когда дерущихся мало. А для нас коллективный бой - обычная среда, мы в ней, как рыбы в воде. Посему, видя команду товарищей, понимаешь, что на самом деле в коллективе ты имеешь больше шансов сохраниться, чем если бы на тебя одного нападает один или два противника. Чем больше в данной ситуации твоих сотоварищей, тем лучше. С ними ты или быстрее "завалишь" своих врагов или убежишь от них.

К слову будет сказано, я против современных форм "рукопашки". В них, обратите внимание, присутствует такая порочная линия, как упор на атлетизм. Например, сейчас чем сильнее боксер накачан, тем считается лучше. Техника бойца ныне умаляется. То же и в единоборствах: выходят на ринг "качки", ну разве можно такой рукой мастерски ударить, если у него бицепс, размером с голову? Удара-то нет, настоящего, хлесткого удара, который перерубает все на свете. В общем, упор делается лишь на одну грубую силу. Это просто беда современных боевых искусств. Напротив, в ратоборстве всё основано именно на технике, на отточенном движении, совершенной динамике. А любой атлетизм, чрезмерная накачка мышц рождают некое самолюбование, нарциссизм и т.д. Это погоня за тем, что на самом деле не нужно...

**- Каковы цели и задачи использования ратоборства в Центре общинной педагогики?**

- Мы используем ратоборство для того, чтобы собрать людей вокруг нашего Центра. Детям нравится играть, поэтому они с удовольствием к нам приходят. Мальчики любят принимать участие в боевых забавах. В этой боевой игре дети быстро "вывариваются в котле", сплачиваются, становятся единым коллективом, единым организмом. У них появляются чувства товарищества, братства, то, к чему мы и стремимся. Ведь данный вид ратоборства - коллективная форма обучения, способствующая объединению и собиранию детей в сплоченное целое. Мы ради этого и практикуем русскую боевую традицию. Для взрослых - всё то же самое, плюс психологическая разрядка. К примеру, мужик приходит к нам после работы усталый, измученный. А тут напинается-напинается, его тут так напинают-напинают за два часа занятий... И, тем не менее, на душе у него становится хорошо. После тренировки попьет чайку, поговорит, посидит и, счастливый, как будто не было усталости, идет домой. И потом сам с удивлением говорит другим: "Надо же, на занятия еле приполз, такой уставший был, а оттуда как на крыльях летел". Общение, общение и еще раз общение, в том числе и через удар, бросок и т.д.

**- Вы говорили, что, к сожалению, отцов всё-таки мало приходит?**

- Отцов, конечно мало. Это - беда. Из интервью, наверное, слышали, что из 42 человек только четверых привели отцы. Ведь в идеале было бы как хорошо, если бы отцы занимались вместе со своими детьми. Ребенок видит: папа - боец, для него образ отца становится образом героя. И тогда у ребенка ни о каком непослушании не может быть и речи, если учит отец. Допустим, у моего сына (ему 24 года) в данном отношении проблем нет, так как он видит, что я, 48-летний, могу сделать на тренировке, понимаете?

Важно помнить: цель ратоборств - воспитать патриотов России, православных воинов в широком смысле слова.

**- А есть ли у вас упражнения, чтобы, допустим, спокойствие у человека выработать?**

- Спокойствие вырабатывается само собой во время занятий. Потому что сначала нужно научиться двигаться спокойно, плавно, без рывков. Поэтому тренирующийся постепенно успокаивается.

Смысл занятий боевыми вещами заключается в том, что ты на определенном этапе подготовки понимаешь: самое основное происходит за рамками зала. Главное - это обычная жизнь. В повседневности надо быть спокойным, миролюбивым, отрабатывать навыки общения и т.д. То есть, выполняй заповеди Божии, живи по вере - это и будет психологической подготовкой. Но данную истину нужно понять изнутри. Занятия традиционной боевой подготовкой и приходят к такому осознанию.

**- Существует ли в рамках казачьего ратоборства система народных методов оздоровления?**

- Сама по себе система ратоборства несет здоровье. Любая народная традиция несет в себе оздоровление как таковое. Каждая форма традиционного единоборства имеет несколько содержаний, выполняет разные функции. Например, сейчас наиболее серьезная антистрессовая система подготовки космонавтов называется "ключ"...

**- "Ключ Алиева"?**

- Да. Так вот, там одна форма - одна функция. Метод считается наиболее продвинутым. Приезжали оттуда специалисты к нам, посмотрели ратоборство и говорят: "Удивительная вещь - "ключ", одна форма - одно содержание, у вас же одна форма и несколько функций (то есть содержаний) сразу". Следовательно, ратоборство несет в себе и оздоровительную функцию. Но человек оздоравливается, как бы не понимая этого. Всё само собой получается. Любая традиция органична, естественна... По своему личному опыту знаю, что наша система приносит здоровье.

**- В марте прошлого года по благословению Патриарха Алексия II в Сергиевом Посаде проходил форум Первого международного Русского Боевого Искусства "Золотой Витязь". Участвуете ли вы в такого рода мероприятиях?**

- Нет, участия в таких мероприятиях не принимаем.

**- А что-то наподобие у вас проходит?**

- Иногда на братский день мы устраиваем забавы. У нас, в Центре общинной педагогики, собираются дети и взрослые, чтобы поучаствовать в состязаниях: например, кто ловчей, кто устойчивей, - придумываем различные игры. Ведь, как можно показать свою удаль? В разнообразных играх и состязаниях спортивного плана, к тому же мы считаем: не надо делать из этого соревнование.

**- Да, соревноваться ради того, чтобы потешить свое тщеславие и гордыню - не по-христиански.**

- А на всевозможных форумах всё происходит на уровне соревнований или показательных выступлений. У нас же опять - так, как всегда делали в народе: зрителей нет, все - участники. Мы собираемся, водим хороводы, песни вместе поем. Когда это делается с детьми, получается интересно. Если же к нам кто-то приезжает: "Ну, что, мужики, сварим "котел""? - "Давай". Потолкались, хорошо пообщались. Потом более искусные интересуются: "Покажи мне то и то". Показал какой-то элемент, который кому-то был непонятен. То есть ему как бы раскрыли небольшой секретик. Мы считаем это нормальным общением. А когда надевают перчатки и заявляют: "Давайте попробуем, кто кому юшку (кровь) пустит!". Ну, я не знаю, нужно ли это вообще, в принципе. В ратоборстве существуют такие формы, которые если использовать, - какая там юшка, там костей не соберешь...

**- Вы набиваете удар, как в боксе?**

- Смысла нет. Зачем, если каждое движение само по себе является ударом? Я делаю просто шаг, но могу во время шага наступить на стопу человека. Стоит мне приподнять колено - тоже удар. Ежедневно я включаю и выключаю свет в помещении. Это же движение пальцами можно применить и по глазу противника. Понимаете - то же самое движение. В человеке всё есть. Он, как древесная почка. В нем все заложено. Проблема же заключается в том, чтобы раскрыть этот потенциал.

**- Расскажите немного о молодежи. Насколько я слышал, к вам приходят "трудные" подростки.**

- Да, они все зажаты и агрессивны. (Кстати, агрессивность - следствие внутренней скованности). Вот на тренировке одновременно происходит оздоровительный эффект и психологическое тестирование. Достаточно посмотреть на ребят, как они двигаются, и сразу понятно, что у них в душе, каковы их особенности характера, есть ли у них психические отклонения и т.д. Это все видно, словно на ладони по тому, как подросток ведет себя в экстремальной ситуации и в коллективе. Несмотря на то, что люди зачастую носят личину.

**- Скорее, постоянно, по нескольку раз в день меняя маски. Об этом митрополит Антоний Сурожский хорошо говорил. Человек даже искренне молиться не может, потому что не знает, кто он есть на самом деле.**

- В ратоборствах всё обнажается мгновенно. Один раз получил под дых и сразу стал таким, какой ты есть.

**- Безо всяких раздумий.**

- Это точно (смеется).

**- Что бы вы еще хотели дополнить по нашей теме?**

- Я бы, конечно, хотел, чтобы наша традиция стала достоянием народа, а соотечественники вернулись к своим истокам. Мужская воинская культура, которая была на Руси, сейчас прервана. И многие люди потеряли желание к ней возвратиться. Один образ жизни заменился другим. Но это ничего не меняет, надо обязательно развивать и пропагандировать традицию. Есть люди, которые хотят этим заниматься. Думаю, рано или поздно к такому выводу придут и остальные. А мы готовы поделиться своим опытом. Ведь если мужчина не воин - это непонятно, что.

Не должно быть споров между теми, кто ведет поиск в данном направлении. Каждый "варит", как умеет. Главное сейчас - собрать людей. А уже каждый пусть ратоборствует на своем месте: или за станком, или за писательским столом, или у себя в офисе и т.д. В этом отношении я уважаю японцев. Они свой воинский кодекс самурая "буси-до" взяли и перекинули на бизнес. И так же воинствуют, так же рыцарствуют, кодекс ведь тот же. Всю свою энергию они направили туда. Кстати, я почитал коммерческий кодекс "буси-до", по сути - всё то же воинское искусство. Какой, безусловно, скачок они сделали! А вывод прост: мужчина должен оставаться мужчиной.

**- Если вспомнить историю, то у святителя Николая Японского при миссии занимались дзюдо, и основателя самбо В. Ощепкова он благословил заниматься у Дзигаро Кано. А ведь можно было бы подумать: отдавать на обучение к язычнику православного юношу. Однако святитель грехом это не считал.**

- Мне иногда кажется, что кто-то пытается отнять у русского народа его силу, сделать нас какими-то пацифистами-толстовцами. Вот в 1945 году, когда была оккупация Японии Америкой с запретом на армию, японцы организовали сразу же по всей стране многочисленные маленькие японские воинские клубы, где обучались восточным единоборствам. Это быстро так подняло дух подрастающего поколения, что уже в 1948 году американцы вынуждены были оттуда уйти. Потому что настолько сильный был накал народного духа. И за несколько лет они подготовили уже новое поколение, чтобы можно было противостоять агрессору. Великая вещь! И сейчас, чем больше у нас появится военно-патриотических, а лучше сказать, воинских клубов, где будут постигать именно мужскую традицию, православную культуру, которая была на Руси, тем больше взрастим людей с правильными жизненными понятиями.

**- Да, потому что ныне будущих мужчин, в основном, воспитывают женщины. И в детском саду, и в школе...**

- Конечно, поэтому и необходимо видеть в ратоборстве не только боевой аспект, но и то, что применимо в обычной жизни. То есть, практическое, повседневное применение ратоборства - не боевое, а именно как мужская культура для созидания личности, для ее воцерковления, приближения к Богу, для помощи ближнему, для становления из мальчика - мужчины. Через воинскую культуру воспитываются ценности семьи, нравственность, соединяются люди, им даются христианские установки; кто болен - оздоравливается. В этом отношении у нас есть опыт. Вчера пришел к нам отец, ему уже далеко за 40 лет. Пришел первый раз, хотя его ребенок у нас занимается два года. Наконец-то наше ратоборство посмотрел. Я вижу - глаза загорелись, и он спрашивает: "Можно и мне тренироваться?"... Сейчас так много одиночества, одиноких людей. Поэтому обязательно должна быть некая привязка, чтобы человека привлечь. Если мы возьмем взрослых, то они не все могут пойти в храм. Тем более, ныне у нас такие проблемы в церкви: человек пришел и ушел, не увидел то, что ему надо. Возьмите детей - то же самое. Как их привлечь к вере, если они мимо храма проходят. А вот как: заниматься с ними русской боевой традицией. Не все сразу сами приходят к Богу...

**- Конечно, перед глазами образ должен быть, образование-то - это образ, к которому надо стремиться.**

- Знаю по опыту: если у нас человек немного завязнет, у него в голове уже начинает выстраиваться порядок. Он становится на путь созидания, в том числе и своей души.

**- У вас есть какие-то ограничения по состоянию здоровья для занятий ратоборством?**

- Есть. Только серьезные заболевания, такие, как порок сердца и тому подобное. В основном же, нет. Обязательно узнаем: были ли вывихи, серьезные травмы, сотрясения мозга и т.д. Для чего так делается? Чтобы знать, что с человеком. Хотя у нас ребята и с трепанацией черепа занимаются, и полностью слепой занимался, а также глухие. В "котле" это нормально. Причем при коллективном обучении даже хорошо, что кто-то совершенно другой. Ведь тогда начинаем тише работать, беречь сразу слабого. Все понимают: сего товарища надо оберегать, а значит, работаем на него. Поэтому и детей в "котел" запускаем. Маленький ребенок, 5-6-летний - сразу занимаемся тихо, и новая техника появляется.

**- А ребенок что делает в группе бойцов, просто толкается?**

- Ему дается задание: толкаясь, пройти через весь "котел". Пока он пройдет, с него семь потов сойдет, в штаны наложит. Но зато он быстро мужественным становится. Мальчику страшно, но он себя перебарывает. Поэтому по здоровью у нас особых ограничений нет.

**- А если ребенок получает оплеуху, вы же учите, что не надо плакать?**

- Это само собой. Ну, что делать, поплачет, посидит. Он же видит, что кругом не плачут. Мы сразу прерываем занятие, если кто-то начинает агрессивно себя вести.

**- Уже когда истерика начинается?**

- Да. Когда человек ведет себя неадекватно, начинает дергаться, травмировать других, сразу останавливают его, говорят: "Ты что делаешь?.." Поэтому он потихонечку успокаивается. Всякий приходит со своими страхами, тревожностью. Человека надо сначала успокоить, то есть объяснить: здесь ему больно не сделают, не будут над ним издеваться. Он ведь предполагает, что его обязательно унизят, а когда видит, что в действительности этого нет, то сам потихонечку успокаивается. Даже лицо меняется у человека через несколько занятий. Он приходит к нам с радостью. Но приводят-то мамы, к сожалению. Все дети, в основном, определенного типа. То есть из "тепличной" среды - они все капризные, истеричные, агрессивные. Хотя странно, вроде маленький, сладенький, домашний мальчик. А на самом деле у него в душе такое творится... Однако берем всех, в том числе и "трудных".

Во время экстремальной ситуации способности человеческого мозга увеличиваются, в семь раз быстрее начинаешь думать. Поэтому, если ребенок научается включаться в боевую ситуацию и в семь раз быстрее думать, то, как следствие - он будет лучше учиться, творческий потенциал развивается. Человек начинает оперативнее принимать решения, тут уже вопрос из области психологии. Если ты попал в экстремальную ситуацию, то мгновенно должен принять решение, иначе погибнешь. Более того, помимо умственных способностей, развивается ответственность. Если ты, "воюя" с кем-то в паре или в группе, принял неправильное решение - пострадают твои товарищи.

**- Кстати, духовность - это и есть ответственность.**

- Да, это всё взаимосвязано и развивается во время занятий естественно, органически. Например, объемное движение предполагает внутренний массаж органов, происходит оздоровление, хотя никто этим специально не занимается. Само собой всё делается. Главное - занимайся, варись, как мы говорим. Варись и всё встанет на свое место. Следовательно, что ты хочешь от "котла", то и получишь... Почему "котел"? Там тебя выстраивают, хочется провести параллель с воздействием сказки на психику детей. Почему сказка оказывает такое сильное влияние на ребенка? Почему дети выбирают сами из нее самое важное? Потому что у них нет психологических барьеров. Ведь при восприятии любой информации человек включает своего рода защиту. Нынешняя молодежь ничему не верит...

**- "Фильтрует" как бы информацию...**

- Конечно. А сказка снимает эти барьеры. Тебе рассказывают ее, при этом ты как бы расслабляешь свою психику, и сказка мгновенно попадает в подсознание. Есть в Православии хороший термин "слагает", "слагает в сердце" безо всякой оценки. Потом информация у тебя всплывает так, как будто это твои мысли. В ратоборстве принцип обучения такой же. Ты слагаешь, что тебе говорят - как выполнять движения и тому подобное. Вот эту "варку" слагаешь, не включая оценку, критику. Сказали так делать, и ты делаешь. А только потом, задним числом ты начинаешь анализировать и понимать. Допустим, неожиданно попадаешь в экстремальную ситуацию. И вдруг ты делаешь так, как должен был сделать. И лишь после понимаешь, что сделал это только потому, что правильно двигался в "котле". Прыгнул на грабли и мгновенно подставил руку, непонятно, каким образом.

**- Наше тело умнее, чем мы о нем думаем...**

- Умнее-умнее. Как говорится, "рефлекторная работа". То есть все делается подсознательно. Человек, находясь в "котле", сам того не понимая, обучается в общей канве. И только когда видно, что человек хочет совершенствоваться, "кашевар" начинает работать с ним отдельно. Он ученику расставляет акценты в этом хаосе движений. К примеру, "кашевар" ему говорит: если будешь делать то, у тебя будет вот это и т.д.

**- Какие молитвы вы используете?**

- Мы читаем "Взбранное Воеводе", "Символ веры" все поем, "Богородице Дево, радуйся", "Отче наш", "Царю Небесный" - общеизвестные, лишь бы вместе. Обязательно обращаемся к святым воинам. Молитвенно просим, чтобы вразумили и обучили ратному искусству, соединили нас всех вместе.

**- То есть, если можно так выразиться, это уже духовная практика?**

- Да, занимающая, примерно десять минут. В начале занятий - общее молитвенное пение и в конце тоже - кратко. Еще мы молимся, все свои имена называем, чтобы все собрались вместе...

**- Так и хочется сказать: во славу Божию!**

**Беседовал Андрей Сигутин,**

**28.11.2006**