

## Здоровье здорового человека

Интереснейший семидневный семинар по кабудо (традиционное оружие каратэ-до: бо, тонфа, сай...) состоялся недавно в Алма-Ате, куда съехались представители Тюмени, Сургута, Мурманска, Санкт-Петербурга, Одессы, Томска и других городов и регионов России, Украины и стран Содружества, где развивается каратэ-до стиля окинавского гюдзю-рю. Проводила его чемпион Панамериканских игр 1983 года, серебрянный призер первых всемирных игр ВУКО 1981 года, чемпион окинавского первенства по кабудо 1988—1990 годов, обладатель 4-го дана окинавского гюдзю-рю каратэ-до и 3-го дана по кабудо, инструктор спецподготовки и автор программы подготовки морского корпуса США на Окинаве Катерина Лукопулос (Бакстер).

Томичи из спортивного клуба "Сибиринка" представляли самую молодую команду. Главный тренер клуба президент федерации окинавского гюдзю-рю каратэ-до России Л.В.Щепкин помимо призеров первого чемпионата республики Светланы Крючковой и Ольги Киреевой пригласил перспективных детей — 13-летнего Сашу Карпова, 10-летнего Сашу Поливаху, его сверстницу Наташу Зубкову, имеющих квалификацию 9-й кю.

Дни, проведенные в замечательном санатории «Алатау» близ знаменитого Медео, вряд ли можно забыть. И не только

из-за прелестей весенней казахстанской природы. Поразила подготовка сенсея (учителя, мастера) Катерины Бакстер.

Все знали громкие титулы женщины-легенды. Однако, когда перед рослыми, многоопытными бойцами предсталла миниатюрная улыбчивая женщина, многие не скрывали своего разочарования. Зачем ехали? Чему она может научить? Но сенсей быстро доказала, что не зря занимается каратэ 24 года. Что перед ней неспроста робеют даже отчаянные головорезы из морской пехоты США, прозывавшие своего неутомимого инструктора спецподготовки — леди "Дракон".

-- Темпы и интенсивность тренировок (трижды в день 8-10 часов) были ошеломляющими, -- делилась впечатлениями чемпионка России по ката Светлана Крючкова. -- Шутливо ссылаясь на излюбленное выражение окинавцев "токи ва камена вари" (время — деньги), мастер занималась с нами до тех пор, пока мы не валились с ног. Ей подвластны, кажется, любые движения, а традиционным оружием окинавских крестьян -- тонфа и бо (шест длиной 1 метр 82 сантиметра) она владеет виртуозно. Несмотря на свои сорок лет, не знает усталости, и скоро все мастера превратились в прилежных учеников, боящихся пропустить то или иное открытие, технического прием, рожденный и в течение веков сохраняемый поколениями в Древнем Китае и на много-

страдальной земле Окинавы.

Краткая историческая информация:

В 1606 году тысячи самураев из клана Симадзу на ста кораблях подплыли к Окинаве и, подавив сопротивление небольшого гарнизона, оккупировали насе-



ление, превратив остров в протекторат Японской империи. Люди подвергались поборам и жестокой дискриминации. Был издан строжайший указ, запрещающий носить оружие. Началась настоящая "охота за мечами". Ослушавшихся казнили. В деревнях были закрыты кузницы. Для убоя скота и разделки туш выдавался один-единственный нож, который хранился на центральной площади села...

Невелик был шанс у безоружного человека победить в схватке с искушенным воином-

самураем. Появился лозунг "одним ударом -- наповал" (иккенхиссацу). После многих лет упорных тренировок сила удара мастера превышала 700 килограммов рукой, и тонны -- ногой. В грозное оружие превратились безобидные с виду палочки на цепочке или крепкой нити -- нунтяку. В руках профессионала сила удара достигала полутора тонн. Такой "игрушкой" можно было расколоть стальной шлем самурая, как грецкий орех. С двумя нунтяку крестьянин-мастер побеждал нескольких самураев, вооруженных мечами...

Только самая суровая нужда пробудила фантазию деревенских тружеников, создавших грозное боевое оружие из обыкновенной деревянной чурки -- тонфу. Две полуметровые палки с рукоятками служили и для нападения, и для защиты от меча. Эффект был не меньший, чем с нунтяку.

Виртуозное владение вот этими-то экзотическими видами оружия окинавских крестьян и демонстрировала с подлинным блеском Катерина Бакстер -- достойная ученица знаменитого в Японии и на Окинаве сенсея 98-летнего Акаимэ, начавшего постигать мастерство кемпо почти 90 лет назад, учившегося у легендарного основателя школы гюдзю-рю, одного из пионеров японского каратэ Мияги Тедзюна.

Уникальный случай произошел с другим учеником Мияги-Ямагути Гогеном. По молодости

его послали разведчиком в го-миндановский Китай. Там он был схвачен. И падкие до зрелищ китайцы предложили выбор: или пулю в лоб, или поединок с голодным тигром. На рассвете его вывели связанным во двор тюрьмы, где стояла клетка из бамбука. Наскоро развязав руки и ноги, пленника втокнули в клетку. Толпа любопытных ждала, что будет. Но гладиаторского боя не получилось. Пока тигр, ошалев от дерзости непрошеного гостя, отступал в угол клетки, прижимал уши, приседал на задние лапы, готовясь к решающему прыжку, Ямагути сам прыгнул вперед и одним ударом кулака в переносицу поверг хищника на землю. Исполинская кошка, видимо, не ожидая подобной резвости от двуногого существа, издохла в страшных мучениях... Ямагути был с почетом отпущен на родину. Позднее он многое сделал для развития школы гюдзю-рю...

...На прощальном вечере, когда восхищенные ученики осыпали Катерину Бакстер цветами и объявили ее "королевой бала", растроганная теплотой леди "Дракон" стала обычной милой и доброй женщиной. В прощальной речи она просила учеников быть человечными и добрыми, работать до "седьмого пота", ибо путь к мастерству тяжел и тернист, а соблазны все время уведут нас в сторону... Встреча с подлинным мастером не только праздник, но и всегда урок. Будем надеяться, что и для юных томичей тоже.

Владимир ФЕДОРОВ.