**[](http://ruskline.ru/) Русская народная линия**

информационно-аналитическая служба

**Православие  Самодержавие  Народность**

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

**Воинская православная традиция ратоборства "Котел"**

*Беседа с руководителем ОЦП "Спас" Игорем Константиновичем Лизуновым …*

**- В "Словаре церковнославянского и русского языка" наряду с поговоркой "заварил кашу - не жалей масла", то есть "начав дело, не жалей трудов или денег", - обособившееся от нее выражение "заварить кашу" - "начать хлопотливое дело". Иначе говоря, синонимической заменой слова "каша" оказывается слово "дело"... Что означает понятие "заварить кашу" в ратоборстве "Котел"?**- "Заварить кашу" (традиционный термин) - означает начать занятия. Соответственно тот, кто руководит этим, называется "кашевар". Почему? Потому что когда люди приходят на тренировку, 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 сокрушительную силу.   
Обучение ратоборству происходит как бы само по себе. 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. 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. 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 и сдаваться. 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. Всё зависит от количества людей. В результате, когда люди приспосабливаются, они понимают, что ничего нельзя делать жестко, иначе сразу же будут страшные травмы. Поэтому каждый боец приучается работать мягко, пластично, спокойно, не дергаясь. Он понимает, что это - игра.  
"Без котла каши не сваришь", - говорит пословица, и в этой очевидности сомневаться не приходится. Котел - древний образ, олицетворяющий общность, единство, братство, ограду, форму, устойчивость, среду. Котел стоит на огне, в нем варится каша, то есть его содержание. От каши идет вар, то есть дух содержимого. За кашей смотрит кашевар. "Что наваришь, то и съешь", - продолжает утверждать житейская мудрость. И действительно, все здесь просто, предметно и взаимосвязано: котел, каша, кашевар, огонь, вар. Убери хоть что-нибудь из этого ряда или нарушь меру - результата не будет, каша не сварится. Поэтому и гласит старая воинская поговорка: "Котел варить - не мир смешить!"  
За годы наших занятий было замечено, что, если в обучаемой группе нет внутренней связи, взаимопонимания, общих нравственных ценностей и объединяющей идеи, то обучение идет вяло, неэффективно, рывками. Быстро пропадает интерес, наступает охлаждение, и люди перестают ходить на занятия. Даже если группа состоит из очень заинтересованных лиц, но они не ладят друг с другом, не хотят или не могут найти общий язык, то результат все равно будет отрицательный.

В основе котла заложено чувство товарищества, и, если его нет или оно постоянно попирается своекорыстием в любой форме - котел не варится, обучения не происходит, группа разваливается.

При правильной варке товарищество вырастает в братство. Из разношерстной группы постепенно вываривается дружина, артель, община или, как принято говорить, "сплоченный и спаянный коллектив". Силу и возможность такого коллектива, говорим по опыту, переоценить трудно.

Но вернемся к обучению. Приобщиться к котлу можно только изнутри, варясь в нем. Здесь ты перенимаешь коллективный опыт, овладеваешь знанием законов ратоборства через своих товарищей, ведь недаром говорят: одна голова хорошо, а две - лучше. Закономерно напрашивается вопрос: а двадцать две? Здесь все учатся друг друга, вместе и по отдельности, вольно или невольно.

Коллектив становится котлом, когда превращается в живой организм. Котел есть совокупная сила, где каждый осознает нужность и необходимость другого, может внести свою посильную лепту и занять свое место. При таком условии котел постепенно создает идеальную среду для обучения, коррекции и оздоровления. Только тогда можно начать играть по-боевому, всерьез, и игра будет приносить свои "прикладные" плоды по-настоящему. Но, конечно, не все сразу. Сначала формируется группа участников по интересам. Затем происходит сплачивание коллектива, и только потом кропотливая, требующая большой самоотдачи, варка котла.

**- Как долго Вы практикуете "Котел" и какое основное назначение этого боевого искусства?**

- На протяжении 13 лет в Общинном Центре педагогики "Спас" велись исследования по изучению и практическому применению русской воинской православной традиции ратоборства. Плодом совместной работы стала коллективная игровая методика "Котел", направленная на восстановление целостности личности и развитие ее творческих способностей.  
Методика основана на древнейшей традиции коллективных воинских игр (забав). Эти игры являлись своеобразной формой обучения и воспитания воинов, способствовали быстрому сплачиванию коллективов (дружин), являлись оригинальным способом "кадрового отбора", а также оказывали благотворное оздоровительное и реабилитационное воздействие.

Их участники в короткие сроки получали не только необходимые навыки рукопашного боя (с оружием или без него), но и отрабатывали в процессе игры взаимодействие, согласованность и взаимопомощь.

Сама методика представляет собой мощный игровой психофизический тренинг, за одно занятие восстанавливающий физические силы и эмоциональное состояние личности. "Котел" создает вокруг себя здоровую духовно-нравственную среду и не может мыслиться без неё.

В результате комплексного и системного применения методики происходит постепенное восстановление, зачастую "собирание" целостности личности через стимулирование ее творческих способностей.

Практика показала, что "Котел", не являясь законченной школой или стилем боевого искусства, тем не менее, может существовать как самостоятельная оригинальная система обучения рукопашному бою, в первую очередь, групповому (ратоборству). Но мы считаем, что ее основное предназначение - служебное, а именно: коррекция, дополнение, восполнение и повышение эффективности обучения различным направлениям спортивных и боевых единоборств. В этой же роли методика может успешно выступать в процессе общей и специальной подготовки личного состава в армейских частях, подразделениях МВД, в различных охранных структурах, в проведении разнообразных психотренингов, в реабилитации как военнослужащих (участников локальных конфликтов), так и всех категорий социально неблагополучных лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию. Она ни в коей мере не подменяет собой основных методов работы в перечисленных выше направлениях, а только усиливает и повышает их коэффициент полезного действия.

Мы уверены, что применение методики "Котел" просто необходимо в обучении групповому рукопашному бою, в подготовке молодёжи к службе в армии, в улучшении морально-психологического климата в воинских коллективах, в профилактике правонарушений среди несовершеннолетних и просто в воспитании мальчиков, в тренингах по сплачиванию групп для работы в экстремальных условиях.

Так как методика является саморазвивающейся системой и направлена на раскрытие творческого потенциала личности, она не может быть стандартной, унифицированной, законченной. Имея общие организационные принципы, "Котел" везде и у всех разный, имеет свой собственный "вар" (традиционный термин). Это зависит от различных факторов, а именно: от конкретных лиц-участников, территории, целей, установок и задач. Этим и подтверждается тот исторический факт, что на Руси в любой деревне и городе бились по-своему, но "зело борзо".

"Заварить кашу", то есть начать занятия, довольно просто, сложнее организовать и удержать среду "Котла". Несмотря на это, опыт показывает, что это вполне по силам "и старым, и младым", имеющим предварительно какую-либо физическую подготовку или не имеющим ее вовсе.

**- Любое единоборство имеет свою философию. На каких понятиях базируется ратоборство "Котел"?**

- Чтобы овладеть методикой "Котел", вначале надо осознать и прочувствовать, какое место в ней занимают такие фундаментальные понятия, как традиция, вера, игра, движение, творчество, коллектив, среда, и какую роль они издревле играли в воспитании и обучении воинов.

По сути, испокон веков на Руси существовала одна главная и основная традиция - держаться за Веру православную и жить по ней. Исповедание этой спасительной веры накладывало обязательство защищать ее. С молоком матери человек впитывал очевидность, что Русская земля вся под Богом, и является основанием Его престола. Для него это была такая же реальность, как небо, поля, леса, звезды. Все это слилось во единое: вера, земля, русскость; преобразилось и вылилось во все времена сердцем понятное, что если ты русский, то обязан стоять за Веру, этим самым ты и защищаешь свою землю. А если ты защищаешь свою землю, то и ограждаешь, и сохраняешь свою Веру. "Встань за Веру, Русская земля!" Кратко, просто и понятно. А кому непонятно, то и объяснять бесполезно. Здесь не рассудок должен работать, а сердце отзываться.  
Поэтому нет русской воинской традиции без Веры и без защиты Отечества.

Традиция - это древо жизни. Оно растет, раскидывает свои ветви, приносит плоды на протяжении веков. Корни уходят в далекое прошлое, но продолжают питать своими соками все сущее. "Корни есть у меня, слава Богу, жив я!" - гласит народная мудрость. Подруби корни, засохнет древо, и даже если оно некоторое время еще будет зеленеть, - оно уже мертво. Так и люди, суетящиеся и толкущиеся, как рой комаров, в этой мимолетной жизни, забывающие, кто они и откуда. Живы ли они? Корни дают внутренний стержень, основу, постоянство, привычку, порядок в душе и теле. Как растет дерево, так и развивается традиция. Оставаясь сама собой, она впитывает в себя все новое, перерабатывая и преображая его. Это жизнь, а жизнь никогда не останавливается, течет и изменяется. Да, жизнь быстротекуща, и это приносит печаль. Она временна. Но традиция замедляет время, пресекая суету, упорядочивая хаос, устанавливая свои ритмы жизни.

Сегодня многие традиции неумолимо иссякают. Уже произошла подмена русского образа жизни. Под натиском чужих эрзац-культур кругом безудержно разливается чуждый дух. Но все же свою исконную традицию можно восстановить. Если ты берешь корешок, то из него опять может вырасти дерево. Если ты берешь традиционное начало и из него начинаешь выращивать древо традиции, то оно обязательно вырастет, лишь бы не нарушить сущность, естественность, органичность в ее развитии. Надо понимать, что эта традиция будет осуществляться в новой среде, в новых проявлениях. Но суть традиции останется, хотя внешняя форма может измениться. Современная жизнь требует и современных форм жизни, а многие формы прошлого уже ушли безвозвратно. Восстановить их невозможно, да, наверное, и не нужно. Через наши традиционные боевые системы мы должны возродить наш дух и укорениться на пути воинского служения. "Здесь Русь, здесь русским духом пахнет!" Внешние формы могут меняться, содержание - никогда!

Говоря о воинской традиции, мы убеждены, что религиозная подготовка должна быть основополагающей. Это стержень, на который нанизывается всё остальное. Имей веру и живи по ней. Исполняй заповеди, соблюдай церковный устав, соответственно своему воинскому образу жизни, участвуй в таинствах, молись и уповай на Всевышнего. Только вдумайтесь в глубину пословицы: "Казачья доля - Божья воля!". Ну, нельзя веру заменить "психологией"! Как нельзя духовный внутренний настрой заменить установками сознания, а молитву - аутотренингом. Великий полководец Александр Суворов говорил: "Молись Богу - от Него победа!" А раз Он даёт победу, значит, всё к Нему, через Него и Им. Поэтому в боевой традиции духовная доминанта пронизывает всю систему сверху донизу, связывая все уровни подготовки в единое целое.

**- Каковы основные трудности в обучении воинской традиции?**

- В современную эпоху тотального рационализма и крайнего индивидуализма традиционный подход, основанный на вере, принято считать устаревшим. Современный человек нетерпелив. Он требует результата здесь и сейчас. У него нет уважения к авторитету наставника вообще. Он имеет свое собственное мнение обо всем, даже о том, чего не знает и не пережил. Дух сегодняшнего времени, дух упрощения и примитивизма, уродливая однобокость развития накладывают отпечаток на всю личность человека и сказываются на его обучении.

Человек не живет глубиной, жизнь, выстроенная в сторону потребления и комфорта, опошляет его, делает ненужной потребность задумываться. Недоразвитость чувств человеческой души сегодня поражает. Неспособность к самопознанию, к изучению собственного духа, движений сердца заставляет его скользить по поверхности в поиске истины. Человек не напрягается, он ленится, чужд вообще какому-либо познанию, не связанному с личным удовольствием. Он тщательно избегает напряжения духовных и физических сил своей личности. Эта комфортность души делает многих неспособными к научению. Личность современного человека разбросана, растрепана, не может собраться в единое целое. Все эти особенности крайне осложняют передачу живого знания, необходим фундамент - личный духовный опыт обучаемого. Верующему человеку, живущему духовной жизнью, гораздо легче передать свой внутренний опыт, ведь старший должен подобрать ключик к душе младшего, настроить свой "передатчик" на его волну, найти нужные слова и образы. Несмотря на градацию духовного опыта, он должен выйти на тот уровень взаимопонимания, найти тот язык, на котором младший сможет понять его. Сейчас это крайне сложно, и требует большого искусства доверия, но все же доверие быстрее возникает между людьми верующими.

Современный уровень обучаемости вообще очень низкий из-за отсутствия мотивации, познавательного интереса, глубины и постоянства. Трудности в обучении связаны с сегодняшней духовной неустроенностью и недостаточностью. Личность катастрофически перестает быть творческой, творчество замирает в современном человеке, оно угнетено и завалено поведенческими и рассудочными стереотипами, навязанными модой, средствами массовой информации, пропагандирующими потребительский образ жизни. Человек мыслит штампами, выдержками из роликов и рекламы. Творческий мыслительный процесс заменяется скачиванием информации и принятием подготовленных чужих решений.

Сегодня сохранить традицию может только вера. Мы, как люди православные, должны изучать воинскую православную традицию. Она заключается не только в изучении и овладении боевого опыта прошлого, но и в служении Богу и людям, а не самому себе. В воинской традиции надо тоже подвизаться, это такой же подвижнический труд. Но это начинают понимать лишь те, кто уже прошел определенный путь. Глубина понимания раскрывается в процессе, надо идти. В жизни важен процесс, движение. Если ты взялся, то неси. Неслучайно воина иногда называли яремник, то есть взявший воинское ярмо. Если воин падает и погибает, в этом нет ничего необычного и удивительного. Это простые понятия воинской морали, которые перекликаются со словами апостола Павла, что все мы рабы "неключимые". То есть, что я должен сделать, я сделал, и нет для меня за это никакой награды. Я ступил на путь воинского служения и обязан служить. Что же необычного в простом понятии воинского долга? Я обязан служить верой и правдой, по чести и совести.

Воин в первую очередь предназначен для того, чтобы сохранять бытийность, закон и порядок, данные Богом. Поэтому он страж. Порядок должен сказываться на внутреннем устроении воина, где все должно быть в гармонии и согласии. Если он приводит в порядок себя, то это изменение сказывается и на окружающем его мире. С приведением в порядок себя воин познает, каким должен быть порядок и вовне. И он должен стремиться к этому. Он не может быть равнодушным. В нем горит воинский дух - дух горения, дух порядка и желания послужить. Сегодня подобные рассуждения могут показаться недостижимо высоким идеалом, но это ничего не меняет, каждый мужчина должен к нему стремиться.

Наличие тысячелетнего аскетического опыта православной церкви не позволит нам сойти с правильного пути, попасть под власть нечистых духов, впасть в прелесть (самообольщение). Глядя на языческие, оккультные и современные школы боевых искусств, где основной акцент ставится на работу с сознанием, на развитие экстрасенсорных способностей, выявление скрытых возможностей человека, мы видим печальные плоды. Эти люди, не подготовленные духовно, самонадеянно "работают" со своим сознанием. Не зная себя, они взламывают психику другому, стараясь залезть в его душу. Это потенциальные сумасшедшие, духовно погибающие люди. Не сама рукопашка свела их с ума, а неправильная ориентация в выборе духовных начал. Все это можно отнести и к практикующим восточные культы. Люди идут не тем путем, но их можно вернуть, упредить, и вместо боевого восточного ритуала показать свое, здоровое, правильное и духовно полезное. Нельзя лишать сегодняшнее молодое поколение физической и воинской подготовки, её нужно лишь направить в правильное русло.

**- Проиллюстрируйте, пожалуйста, примером духовную практику ратоборства "Котел".**

- Для примера приведем организацию начала и конца каждого занятия по ратоборству. Они начинаются с обряда. Всегда надо помнить, что суть обряда - молитва, а не просто внешний ритуал. Ратоборцы выстраиваются в линию перед воинским иконостасом (иконы Спасителя, святых покровителей воинства и самих воинов). Зажигается лампада.

После того как все перекрестились и сделали поясной поклон, начинается воинское молитвенное правило.

**- Какие молитвы вы читаете?**

- "Царю Небесный", "Отче наш", "Символ веры, "Взбранной Воеводе", "Богородице Дево, радуйся", - общеизвестные, все поем. Обязательно обращаемся к святым воинам. Молитвенно просим, чтобы вразумили и обучили ратному искусству, соединили нас всех вместе. Молимся, примерно, десять минут. В начале занятий - общее молитвенное пение и в конце тоже - кратко. Молитвенное пение сопровождается поклонами. После молитв, в которых испрашивается помощь о научении, выражается просьба к Господу о даровании знания и силы для единения и изучения ратного дела... После происходит обряд братания. Все поочередно обнимаются друг с другом (братаются) и лицом к лицу просят друг у друга, называя каждого по имени, прощение за возможные синяки и шишки. Тут же происходит знакомство и запоминание, если человек пришел на занятие первый раз. Затем все становятся по кругу, слушают правило будущей забавы (воинской игры), предлагаемой кашеваром, уточняют условия (куда и как можно бить, а куда нельзя). Затем, обнявшись за плечи, с громким криком-выдохом стремятся к центру круга... и начинается живой коллективный бой!

Сегодня существует множество различных специальных методик регулирования дыхания, усиления концентрации внимания, соединения движения с пением и проговариванием текстов, непонятных мантр, звуков, подбор ключей сознания через формирование определенного образа и т.д. и т.п. Но посмотрите, как все просто и естественно учитывает наша традиция.

Напомним, что сутью обряда является молитва. Чтобы привести себя в молитвенное состояние, надо с психологической точки зрения включить процессы саморегуляции. Успокоиться внешне и внутренне, отбросить, отсечь ненужные мысли и течение образов. Настроиться, вызвать в себе необходимые чувства (смирение, покаяние, благодарение), осознавая, к Кому ты обращаешься.

Сконцентрировав внимание на словах молитвы, понимая, что ты говоришь, от всего сердца, ибо оно является центральным духовным органом в человеке, взывать к Всевышнему, несомненно веря, что ты получишь просимое, если на то будет Его святая воля. Молитва, а точнее молитвословие, сопровождается поклонами, которые с психофизической стороны, являются удивительной по своей функциональности формой единения сознания и тела... Совокупность этих действий приводит к тому, что ратоборцам после молитвенного пения не надо разминаться в общепринятом смысле. По мере привычки "включение" и "настрой" происходят очень быстро, что является важнейшим фактором психологической подготовки бойца.

Воцерковленный человек знает, что молитва в первую очередь предназначена для испрошения у Бога милости и благословения, что она так же необходима для духа, как воздух для тела. Если есть молитва - дух живет, а нет - он умаляется, и человек постепенно умирает, становясь живым мертвецом. Воин молится о сохранении своей жизни, о даровании знаний, успехов в его воинском ремесле.

Призвав помощь Свыше, духовно укрепившись, попросив друг у друга прощение, ратоборцы вступают в бой. Хотя он и ведется в виде игры, тем не менее, атмосфера этого боя очень реальная. Удары руками, ногами и головой сыплются как из рога изобилия. Стоять невозможно - собьют и затопчут. Броски, сбивания, опрокидывания... и никаких средств защиты! Ковры, маты, татами отсутствуют в принципе. Какая голова (рассудок) сможет выдержать натиск схватки, когда решение надо принимать в доли секунды? Само тело - этот удивительно тонкий организм - хочет жить и само себя защищает. И голова в этом смысле здесь занимает хоть и главенствующее положение, но все же не имеет абсолютного значения. Победу дает Господь. Обеспечивает победу правое дело. "За правое дело стой смело!" Православный воин, вступающий в бой, не думает о победе. Будет она одержана или нет, это уже не его дело. Он отдает ее на волю Божию. Дело воина биться, как говорят, "стоять", а если его выбили, то он не плачет в раздевалке от досады, гнева и жалости к самому себе, а смиряется, встает и опять идет в круг. Не думая о победе, он освобождает свой мозг и сердце от ненужных размышлений и чувств. С психологической точки зрения ратоборец перекладывает весь этот груз на Бога. Он психологически освобождается от всего ненужного, и это дает возможность сконцентрироваться на настоящем и раскрепоститься. Поэтому, если даже говорить о вступительной части занятия, мы видим наличие всего комплекса воздействий на тело, психику и дух человека, необходимого для обучения любой боевой или спортивной системы. То же самое можно сказать и о концовке занятия.

Двухчасовая, очень динамичная игра-бой заканчивается. Каждый получил "под завязку". Всеобщее возбуждение достигло своего предела, и под команду кашевара начинается "выход из боя". Братание на кругу, построение, благодарственная молитва Богу, что "никого не повредили, и никто не повредился", окропление святой водой, прощение обид у каждого. При всей кажущейся простоте дело это нелегкое. Во-первых, сразу трудно успокоиться и хотя бы организованно построиться. Во-вторых, надо петь, а "дыхалку сбило". В-третьих, прося прощение, надо назвать каждого по имени, а имя от перевозбуждения забывается, даже если ты знаешь человека много лет. В-четвертых, в кратком обсуждении на кругу надо собрать "мозги в кучу", а они "не собираются". Опять нужна саморегуляция, опять нужны время и навык. Занятия заканчиваются братским чаепитием - этой прекрасной расслабляющей, доверительной формой общения друг с другом, предназначенной для прямой воспитательной работы.

Смотришь, все вроде естественно, ничего необычного, но самое удивительное, что любое действие в традиционном обучении многофункциональное и многосмысловое. Здесь все учтено и выверено до мелочей. Именно славянская культура, мировосприятие, глубоко одухотворенное православием, породило такую форму. Поэтому неудивительно, что будучи глубоко религиозным по своему психотипу, русский человек и взращивает такие соответствующие ему боевые системы. Для примера возьмем какую-нибудь восточную систему. Она "сделана" под восточного человека, и дело здесь не только во внешнем заимствовании. У всех у нас две руки и две ноги, туловище и одна голова, и двигаются они по одинаковым законам. Но если мы будем перенимать систему полностью, то мы должны будем перенять весь пласт восточной культуры, духовность, религиозные ценности, поменять свое мироощущение, склонности, характер. То есть, практически изменить свой генетический код, предрасположенность, изначальную заданность, что сделать очень трудно, да и зачем? Это все равно, что поменять свое лицо, сдвинуть свое сердце! Все наше, что Господь вложил в нас, изначально находится внутри нас. Задача традиционного обучения - разбудить эти дары, и они сами проявятся в натуре человека.

Важно приучить ратоборцев к молитве. По мере их роста приходит осознание, что без молитвы воин перестает быть воином Христовым. Духовная жизнь является такой же неотъемлемой частью ратоборства, как и физическая. Посещение богослужений, исповедь, причастие, молитвенное правило, постоянное, пусть даже маленькое, ущемление личных желаний, борьба с греховными наклонностями так же необходимы, как и постоянное посещение занятий. Ведь как говорили древние, настоящим воином достоин назваться не тот, кто победил тысячу врагов, а тот, кто победил себя. А это без веры сделать невозможно. Данная параллель с духовной жизнью предлагается начинающему, и через некоторое время он начинает понимать, что боевую традицию нельзя перенять без жизни по вере. Сама традиция становится как бы миссионерским инструментом.

Молодые люди легко увлекаются, им интересно. Правда, для них воинские обряды и обычаи являются в большей мере экзотикой. Они быстро начинают носить крест, покупать молитвословы, разучивать необходимые молитвы. Некоторые начинают читать утреннее и вечернее правило, ходить вместе с нами в церковь, но как только дело доходит до непосредственной работы над самим собой, отступают или плавают на поверхности, исполняют внешний обряд, не изменяя образа жизни. На этой ступени духовного развития без священника не обойтись.

Где, как не в ратоборстве, понимаешь, что плоть немощна, а дух животворит. Дух определяет боевую готовность тела. Духовное делание самое трудное, потому что с ним связана перемена жизни, приложение огромного труда. Не каждый может идти по столь сложному пути. Легче просто отжиматься от пола, подтягиваться на турнике, бегать по 15 км и биться вдурную в спарринге. Люди всегда выбирают более легкий путь. Это главная особенность в овладении методикой традиционного ратоборства. Данную особенность мало кто осознает по-настоящему, еще меньше старается осилить. Боевой аспект воинского внутреннего делания для многих кажется непонятным и, как следствие, мыслится неважным. Как правило, почти все не видят в этом сочетании конечного плода. А он многолетен, венец жизни.

**- Что такое игра для ратоборцев?**

- Не смотря на кажущуюся простоту, ответить на этот вопрос однозначно довольно трудно....  
Согласно древней традиции воины оттачивали свое мастерство, поддерживали свою боевую форму, обучали молодых или просто отдыхали, именно играя, забавляясь друг с другом. Почему наисерьезнейшие и наисложнейшие навыки, необходимые для защиты и нападения, напрямую связанные с тяжелейшими телесными повреждениями или даже отъятием жизни у своего соперника, мы должны нарабатывать "играючи"? Почему именно игра?

Игра - это своего рода феномен, над раскрытием тайны которого ведутся научные споры до сегодняшнего времени. Одно можно сказать с полной уверенностью: игра - это универсальное и неотъемлемое свойство всех живых существ (вспомним, как играют животные, птицы, рыбы), предназначенное, в том числе, для внутреннего становления, связи с внешним миром и общения.

Человеку игра присуща изначально. Поэтому между такими понятиями как "человек разумный" и "человек играющий" можно смело поставить знак равенства. Желание человека вовлекаться в процесс игры и в ней реализоваться носит некий метафизический характер. Тем более, что игра сама по себе многофункциональна и охватывает все сферы нашей жизни. Но мы сейчас будем говорить преимущественно о воинских коллективных играх.

Безусловно, игра - это не только форма общения, передача опыта, способ обучения и воспитания, но и отличное средство психологической разгрузки с оздоровительным и восстанавливающим эффектом. Не менее важное значение в процессе игры имеет эмоциональный настрой, царящий в коллективе. Ведь люди играются только тогда, когда испытывают друг к другу доверие, интерес и благорасположенность, когда им интересно и хорошо быть вместе. Можно считать, что игра получилась, если соблюдено необходимое условие - согласие. Если в коллективе появляется человек, который обязательно хочет настоять на своем и сделать игру "своей", тогда возникает помеха общему настрою, эмоциональный фон изменяется, и игра перестает получаться. Если люди находятся в каком-либо конфликте, к примеру, обижаются друг на друга, игры не происходит, и они расходятся. Полноценная игра возможна только при определенном сосложении душ, когда люди симпатизируют друг другу. В связи с этим можно сказать, что игра является минимальной формой любви: "я отношусь к другому человеку с уважением и интересом, в игре я оберегаю его, не хочу обидеть, понимая, что иначе совместной игры не будет".

В игровом процессе между людьми выявляются симпатии и антипатии, снимаются все тормозящие зажимы, блокировки, тревожность. Увлекшись игрой, человек, сам того не замечая, становится самим собой, показывает все грани своей личности, совлекая с себя личины, освобождаясь от внешних и внутренних поведенческих и рассудочных стереотипов, жизненных условностей.

К примеру, если взять солидного и очень серьезного мужчину, самоуверенного и важного в своих движениях, разыграть и "раздергать" его, то можно, если, конечно, игра придется ему по душе, увидеть, как через некоторое время он превратится в обыкновенного беззаботного козленка, радостно скачущего по полянке. Станет понятным, что его независимый внешний вид есть только условная защита от той среды, в которой он вынужден находиться.

В игре человек полностью раскрывается, проявляются как положительные, так и отрицательные качества его характера, и он, становясь самим собой, виден как на ладони: добрый он или злой, мягкий или жесткий, общительный или индивидуалист, обладающий смекалкой или "тормоз". Как правило, все эти качества проявляются вместе и вперемежку. Надо только уметь разобраться, - и этому мы тоже учим.

Самое главное в игре - благожелательный настрой, симпатия к соучастникам. Надо помнить, что здесь нет противника, а есть товарищ. В случае появления психологического образа противника и соперника, между играющими возникает напряженность, которая может перерасти, если ее не регулировать, в непонимание и, в конечном счете, в ссору. Да, игра может закончиться чьей-либо победой, но если желание победить окажется сильнее, чем желание и радость быть вместе, то она опять может закончиться ссорой, а то и вовсе прекратиться под каким-либо предлогом. Девиз "победить любой ценой за счет других и во что бы то ни стало" здесь не проходит. В настоящей игре есть радость общения. Я играюсь, потому что мне хорошо с этими людьми. Эту атмосферу радости, если хотите, установку сознания, не могут нарушить даже болезненные удары и толчки, синяки и шишки. Они просто не замечаются или не берутся во внимание - это естественно, ведь мы осваиваем ратное дело! Ты разговариваешь с другими на воинском языке общения, то есть, через удар и бросок. Ты сам этого желаешь. "Ну- ка, дай мне в грудь покрепче!" - просишь ты своего товарища. Он бьет тебя, и, если это удар не злой, ты летишь счастливый и восхищенный. Ты радуешься. "Удар - Божий дар!" - наставляет пословица.

Вот именно такая радость сопровождает правильную игру, является тем положительным эмоциональным началом, позволяющим в процессе обучения осуществлять задачи боевого характера, поставленные кашеваром (старшим, варящим "котел") в виде уговоров, условий, принятых всеми перед боем на кругу. Эмоционально приподнятая, радостная атмосфера "котла" играет роль стабилизатора, снимает агрессивность, вызванную злобой, обидой, желанием отомстить или показать себя. Спонтанно возникающие очаги соперничества гасятся шуткой, вмешательством, "охотой" на наиболее "ярого", не умеющего себя контролировать. На таком игровом фоне люди могут раскрепоститься и физически, и психологически. Это не единоборство, здесь не нужно только побеждать, да это в "котле" и невозможно. Здесь ты проигрываешь или побеждаешь ежесекундно - ситуация меняется мгновенно и непредсказуемо. Вот, только что ты провел удачную атаку и опрокинул соучастника, и не успеешь оглянуться, как на тебя уже насели с двух сторон, ты отбиваешься, уходишь, выворачиваешься и срубаешь нападающего. Глядишь, и сам оказываешься на земле, по тебе прошлись ногами, тут же пришли на помощь, опять свалка, и ты выползаешь из нее непонятным образом. Живой? Слава Богу! Понеслась дальше!

Как правило, на протяжении одного занятия складывается множество ситуаций, ясно показывающих, что непобедимых нет. Разве это не отличный способ для ущемления самолюбия и излишней самоуверенности бойца? Ведь, как известно, завышенный самоцен - самый грозный внутренний противник любого воина в течение всей его жизни.

Игровой настрой и доверие к товарищу определяют и регулируют меру воздействия друг на друга, границы допуска и контроля при нанесении ударов, проведении бросков или болевых захватов, поражений рефлекторных зон. Бей куда хочешь и как хочешь, но чувствуй меру, соблюдай уговор, если договорились. Мы собрались, чтобы отдохнуть, позабавиться, а значит, не хами, не дергайся, не причиняй ущерба, бей опрятно. Сейчас главное - согласованность, общий ритм. "Не корову проигрываешь", "кряхти, но гнись, упрешься - переломишься". Если договорились о сшибке, тогда стой, не беги за круг, "и один в поле воин, если по-русски скроен", но не калечь, "сам погибай, а товарища выручай", лучше самому пострадать, чем товарища повредить. Но и нюни не распускай, если кто контроль потерял или товарища обижают в кругу, то "дураков учить - кулаков не жалеть". "Не важно, что задница красная, главное, чтобы голова была ясная". Но везде и всюду и при любой ситуации - любовь, а не яр.

Такая установка сознания дает возможность работать без ограничений и средств защиты в скоростном режиме. Конечно, не сразу, со временем, по мере "уваривания котла". Поэтому на первом этапе самое главное - научить ребят играться. Посмотрите - молодые львята играют целыми днями и незаметно вырастают в грозных и могучих львов.

Играясь, вы обыгрываете своего товарища, используя его силу и свою ловкость, умение двигаться, чувствовать и ощущать. То есть этим самым повышаете свою технику, но делаете это естественно, не специально. Навыки формируются опосредованно, через какую-либо форму забавы. То есть, я специально не нарабатываю скорость, реакцию, силу удара, уход с линии атаки или вход. Нет, я просто участвую в игре, в которой эти навыки создаются и закрепляются. Проверка, экзамен происходят тут же. Если я, к примеру, неправильно двигаюсь, то меня сразу осадят, набьют шишку или синяк, то есть поставят двойку. Только оценку ставит не столько кашевар, а такие же ученики как я сам.

Игра, тем более игра боевая, носит развивающий характер, при этом скорость обучения возрастает по мере повышения степени экстремальности. Меняя формы различных забав, мы постепенно делаем условия их исполнения более жесткими, стремительными, взрывными, непредсказуемыми и разнообразными. Говоря современным языком, в процессе обучения применяем модельно-ситуативный метод для развития важнейших боевых навыков. А это, в первую очередь, адаптация и адекватность, скорость мышления, умение увидеть в целом, интуиция, психологическая устойчивость, взаимопомощь, взаимодействие, взаимопонимание и так далее.

Надо всегда помнить, что подобные методики имеют свой предел. Мы не можем позволить себе покалечить друг друга. Реальный бой на максимальное поражение с непредсказуемым исходом - не наша тема. Мы только предуготовляем будущего бойца или обогащаем и дополняем технику уже состоявшегося. Вспомните играющихся, а потом вдруг поссорившихся котят! Что изменилось? Вдумайтесь в это.

Игра воспитывает. Здесь межличностные отношения выстраиваются мгновенно. Уважение, достоинство, честь, жертвенность и многие другие важнейшие нравственные понятия естественно прививаются и корректируются во время игры. Какая морально-психологическая атмосфера царит в коллективе, такая будет и форма и содержание выбираемой игры. "Что наваришь, то и съешь", - предупреждает воинская "котловская" поговорка. Главное, "этим варом" не отравить друзей. Игра - есть один из путей познания добра и зла.

Ко всем прочим достоинствам надо прибавить и то, что игра носит оздоровительный характер, способствует восстановлению сил души и тела. Без преувеличения можно сказать, что после двухчасовой битвы чувствуешь себя, как ни странно, будто заново родившимся. Эмоциональный и физический подъем, радостное настроение, желание быть вместе - признаки удачно проведенного занятия, слаженности, "сваренности" коллектива, формирование которого происходит в самом процессе игры. Создание здоровых воинских коллективов является наиважнейшей частью нашей методики.

Коллективные воинские игры носят ярко выраженный динамический характер. "Погибают не уставшие, а остановившиеся" - утверждает пословица. Любое движение - есть сила действовать. Поэтому рукопашный бой, в первую очередь, есть взаимодействие и противостояние сил. Мало научить бойца двигаться, не достаточно научить его двигаться непрерывно. Надо добиться, чтобы он ощущал, чувствовал, видел и предвидел внешнюю и внутреннюю силу движения, свою и противника. Достигнуть мобильности, текучести сознания и тела очень и очень сложно. Но и здесь на помощь опять приходят, так называемые, "подвижные игры" с непременным условием не останавливаться, не "залипать", постоянно двигаться, как можно больше вращаться, то есть использовать принцип объемного движения.

Понаблюдайте за динамикой человека, и вы найдете ключ к его внутреннему миру. По характеру движений тела в общей динамике мы можем определить состояние личности с большей степенью вероятности. Раскручивая и раскрепощая тело, мы раскручиваем и раскрепощаем "мозги", оказывая на них обратное воздействие. И те, в свою очередь, заставляют быстрее включаться тело. Двигаясь, мы постоянно изменяемся, осваивая пространство боя, мобилизуя все наши силы и энергию. Динамика - есть ключ к резервным фондам человеческого тела и психики. Главное здесь - разбить двигательные и рассудочные стереотипы, сложившиеся в процессе жизни. Этого мы добиваемся, используя ту же динамику, которая является катализатором в оптимизации процесса обучения.

Огромное количество информации, обрушивающейся во время многоуровневых объемных движений и воздействий, мозг зачастую просто не успевает переработать. Наступает сбой, перегруз. Человек останавливается, тормозит, впадает в ступор, становится мишенью или убегает из котла. После многих опытов и обретения психологической устойчивости, увеличения объема и скорости мышления, он, наконец, понимает, что главное не останавливаться, а продолжать двигаться, перемещаться, менять позицию. Движение в групповом бое в полном смысле слова - "жизнь", а остановка - "смерть". Надо уметь психологически, всем своим естеством отдаться движению, "заиграть", почувствовать его, раствориться в нем. Котел - это стремнина, водоворот, пенистые пороги, столкновения различных по силе и скорости течений, бурлящий поток, - и все это в одном месте и в одно время. Тебя или выносит, или затягивает, бросает на камни, или запутывает в водорослях. Надо чутко ощущать и чувствовать общее напряжение и ослабу, направление главного потока, иначе сомнут, опрокинут, затопчут и не заметят. Практически никакие технические заготовки здесь не проходят. В ход идут только общие рекомендации. Если ты один, то "спасение утопающих - дело рук самих утопающих", если в связке, то "сам погибай, а товарища выручай".

Богатство техники - это арсенал разнообразных движений. Поэтому чем больше заставлять бойца двигаться и двигаться многообразно, не повторяясь, непредсказуемо, тем качественней и богаче будет его техника.

Человек как биомеханический индивид со всеми возможными вариантами движений или "степенями свободы" генетически закодирован. Весь вопрос в распаковке этого кода, ведь главное здесь - не навредить.

К сожалению, многие современные методики и психотренинги в погоне за результатом и собственным имиджем взламывают двери во святая святых человека - внутренний мир его личности. Традиция же предлагает свой проверенный веками органический метод. Традиционная методика заставляет человека находиться в разнообразных движениях, точнее, создает вокруг него такие ситуации, в которых он сам вынужден разнообразно и целесообразно двигаться и перемещаться. Из обучаемого сначала извлекаются, как правило, хаотичные движения, которые в последствие можно окультурить, очистить, а затем предать им боевой смысл. Обучаемый на собственном опыте познает, что любое движение может иметь прикладной характер. Весь вопрос в том, что на него надо обратить внимание, осознать и уметь им распорядиться. Свобода движений, разные среды и моделирование боевых ситуаций в процессе обучения дают и накапливают индивидуальный и коллективный опыт. Распаковка в этом случае происходит хоть и постепенно, но естественно, без насилия над психикой.

Необходимо отметить, что подвижные игры стимулируют индивидуальное и коллективное творчество. Всем известно, что нет личности без творческих начал. Личность творит, созидает себя, познавая свои дарования и направляя их вовне, в социум. И наоборот, скрывая от других свои способности, превращая их в свое собственное сокровище, личность не развивается и не обогащается. Поэтому тот, кто стоит на перепутье дорог служения или потребления, пусть сам делает свой выбор.

Игра невозможна без творчества, она предназначена для всех играющих, и здесь нет секретов. Каждый вкладывает в общую творческую копилку свою лепту и обогащает всех и себя в том числе. Игру надо постоянно выдумывать, придавать ей разнообразие. Интересно и поучительно играть с теми, кто умеет придумать что-то новое, увлекательное, необычное и полезное. Каждый боец должен стать маленькой творческой лабораторией, и чем быстрее она заработает, тем лучше будут его результаты. Недаром бывалые воины говорят: "Удивил - победил!"

Любую боевую ситуацию надо осваивать творчески, решая её не стандартно, без повторов. Технические заготовки берутся на вооружение позже, при специализации, а пока - никаких стереотипов. Ведь на все случаи жизни заготовок не хватит. Говорят, что из любого безвыходного положения есть выход. От обучаемого надо добиться поиска не единственного выхода, а минимум трех, и тогда его творчество заработает быстрее. Еще эффективнее оно будет вынуждено проявиться, когда к данной установке добавится воздействие в виде удара, сбивания, болевого захвата. Сработает инстинкт самосохранения, ведь никто не хочет погибнуть.

Воин - это человек, обладающий нестандартным мышлением, творческим восприятием, соответствующим умственным развитием, иначе он просто будет не способен выполнить поставленную задачу. Этакая сильная, но туповатая торпеда или горилла - всего лишь в корне неверный, навязанный современным кино стереотип. Испокон веков воин обладал высоким интеллектом и глубоким внутренним миром. И это не случайно, так как он познает мир в таких ситуациях, в которых простой обыватель не смог бы выжить. Воин тоньше и острее воспринимает действительность. Чем длиннее его воинский путь, тем больше он начинает ценить красоту жизни, богатство природы, человеческой души и тела.

Замечено, что люди, всерьез занимающиеся ратоборством, начинают испытывать приливы вдохновения не только в овладении воинским искусством, но и в других сферах жизни. У кого-то появляется желание заниматься писательским творчеством или сочинять стихи, у другого открываются художественные и ремесленные способности. Словом, наблюдается некий взрыв творческой энергии. Её, в принципе, можно сублимировать в любое направление, но поразителен тот факт, что человек на данный момент даже не подозревал о существовании у него способностей к какому- либо виду творчества. Издревле традиционный подход в научении воина сравнивали с горящим факелом, когда сосуд не только необходимо наполнить знаниями, но и зажечь, и научить гореть самого ученика.

Так или иначе, но основной задачей в обучении остается активизация творческих начал. Пробуждению и развитию творчества в человеке способствует игра. Используя в игре принцип объемной динамики, можно усилить и ускорить этот процесс. Чтобы добиться максимального результата, игру надо сделать коллективной, и каждый раз менять её форму и условия.

Там, где нет творчества, вступают в ход зубрежка, схоластика, стереотипность, бездумность, безынициативность. Боец в своих движениях становится читаем, виден, предсказуем, а значит, легко побеждаем. Активизация творческих начал полагает основу процессу собирания личности, восстановлению ее целостности и гармоничности, когда все силы просто обязаны находиться в согласии и взаимодействии. Иными словами, в правильно организованном процессе обучения раскрывается сама суть первоначальной природы личности. Обретение целостности, гармонии духа, души и тела являются важнейшей задачей и необходимым условием наитруднейшего воинского делания.

**- Как молодежь и современные мужчины воспринимает эту русскую воинскую традицию?**

- Занимаясь ратоборством на протяжении многих лет с представителями мужского пола самых разных возрастов и социальных слоев, мы столкнулись с нарастающей деградацией мужского начала. Это ясно проявляется в отношении подрастающего поколения к игре. Мальчики перестают играть вместе, а если и собираются, то их игры принимают недобрый, а зачастую и жестокий характер. В них просматриваются незатейливые сюжеты боевиков, триллеров, тюремных сериалов. Оно и понятно: чего насмотрелся, в то и играю.

В других случаях удивляет отсутствие интереса друг к другу. Ребята не играются, им не интересно быть вместе. Особенно это касается домашних "компьютерных" мальчиков. Состояние общей подростковой тревожности вызывает недоверие между ними. Все больше и больше слышатся разговоры о том, что настоящих друзей сегодня нет, что дружба носит поверхностный характер знакомства или принадлежности к какой-либо группировке. Конечно, неформальные группы были и будут всегда, но какой дух царит в них? Если так называемые игры носят характер коллективного унижения, то это очень тревожный знак, а само вырождение потребности к игре ведет в конечном итоге к психическим отклонениям.

Но вернемся к истории. Каждый мужчина в традиционной культуре проходил период воинских игр. Именно в этот момент закладывались и развивались его основные мужские качества. Фундамент оказывался настолько долговечным, что по рассказам очевидцев, до второй половины двадцатого века по деревням даже старики по праздникам ходили в стенку, подпирая себя сзади клюкой для устойчивости.

Сегодня, как показывает опыт, взрослые 40-50 - летние мужчины играют охотней и добрей, чем подростки и молодежь. Конечно, генетическая память долговечна, но порой бывает страшно от мысли, что и она имеет свой предел.

Как ни странно это звучит, но первой трудностью в обучении и воспитании воинской традиции коллективных игр является неумение ребят играть вместе и в силу процветания современного индивидуализма научить их этому становится все сложнее.

К сожалению, виртуальный мир компьютерного обмена информацией заменил живое общение. Возможность всегда быть на связи с "дальним" преобладает над желанием находиться рядом с "ближним". Мы перестаем быть нужными друг другу. Человеку становится интереснее быть одному - перед ним открывается окно во весь мир. Отношения упрощаются до обыденных "Привет, как дела?" - ответ: "Все путем!". И наши дети стали играть в другие игры, где в центре стоит "Я", а не "Мы".

Для примера приведем один из часто встречающихся типов представителей молодого поколения. Он весь напряжен до предела, буквально окутан неосознанными тревогами и страхами. Вследствие чего агрессивен, так как не хочет показать, что боится. Желание преобладать над всеми доминирует. Он не понимает, что в игре надо уметь уступать, ибо воспринимает игру как поприще для дальнейшего утверждения своего победоносного "Я". Дерганный и бесконтрольный в своих рваных и порывистых движениях, он запросто может повредить товарища и даже не заметить. Просить прощение не научен, считая это ниже своего достоинства. Он крут в своих глазах, и не хочет видеть свои ошибки, обвиняя во всем других. Страх, агрессия, самость наполняют каждое его движение. Играть с подобным типажом очень трудно и душевно тяжело. Игры по существу нет. Все силы уходят на нейтрализацию разрушительных действий такого индивида. Он или товарищей повредит или себя покалечит. В таких случаях главное - успокоить и умирить парня, постараться внушить ему: "Здесь все свои, не дергайся, не бойся, не обидят". Необходимо вызвать доверие у этого, по сути дела перепуганного, но, тем не менее, больно кусающегося зверька. Надо бдительно блюсти меру. Если его желание показать себя будет сильнее внутреннего страха - зажима, он будет опасен в "котле". Ситуация стабилизируется жестким, но справедливым ударом, необходимым вразумляющим броском, действующим на зарвавшегося юнца, как ушат холодной воды.

Постепенно человек приходит в себя и начинает понимать простую истину, что своих товарищей обижать нельзя ни словом, ни делом даже в кругу, где удары сыплются с частотой осеннего звездопада. Кстати, о слове.

О какой игре, товариществе и дружбе можно говорить, если с языка слетают повсеместно слышимые: "урод, козел, придурок" и самое ласковое "дебил"? За это у нас бьют очень сильно и заставляют отжиматься от пола. Гнилое слово - начало худого дела. Говоря "рукопашным" языком - отрицательная установка сознания. Отсюда очень трудно научить сквернословов просить прощения - "язык западает".

Еще один тип представителя молодого поколения на первый взгляд кажется антиподом первого - это что-то "невыразимое никакое". Он вял, дрябл, запуган, медлителен. Именно во внешней бесформенности выражается его страх, он хочет оторваться от "котла", зажимается. Удивительно, но при всем этом он проявляет признаки агрессивности, если, конечно, перед ним еще более слабый противник или отсутствует прямая угроза. Игры здесь тоже не получается - не с кем!

И такого надо успокаивать, поддерживать, вызывать доверие. Так как он боится ударить и получить в ответ, ему надо дать возможность побить кашевара. В работе с таким контингентом главное помочь обрести психологическую устойчивость, дать почувствовать товарищеское плечо.

Дух нашего времени - дух комфорта и потребления - разрушают человеческую личность, здоровые межличностные отношения. Поэтому через совместную игру мы стараемся научить ребят настоящей мужской дружбе, необходимому товариществу, боевому братству. Но неумение играть, непонимание самой сути игры, как раз и является самой главной трудностью в процессе приобщения детей и взрослых к воинской традиции. Это неумение является следствием неправильного воспитания и негативного воздействия современного образа жизни, который все больше и необратимо отсекает людей от их родовых корней.

Игра невозможна без творчества, а мы уже говорили, что оно замирает в современном человеке. Коллективное творчество невозможно без согласия, без взаимопонимания. Но навыки жизни, направленной в сторону индивидуальной самодостаточности, духовной замкнутости, мешают развитию со-творчества. Для этого надо сдружиться, побрататься, стать со-товарищами, единым целым, а дальше, как мудро говорят в народе: "Не можешь - научим, не хочешь - заставим".

С другой стороны коллективное развитие творческих способностей активизирует, подтягивает до своего уровня индивидуальное. Если индивидуальное перерастает групповое и не мешает, не противоречит ему, то прорезается и начинает расти новый заводила, возможно, будущий кашевар или, как сейчас принято говорить, лидер.

На самом деле, все очень просто. Вдруг неожиданно раздается: "Не спи - замерзнешь!" - и получаешь удар "в дых". Рефлекторно согнувшись, нарываешься на подставленный локоть, дергаешься и попадаешь в очень плотный захват, где тебя сворачивают в бараний рог и притом в общем движении. От страха начинаешь зажиматься и слышишь тут же назидательное: "кряхти, но гнись, упрешься - переломишься". Затем еще один отеческий удар, чтобы не блажил, а делал правильно, и уже на земле из тебя начинают вить веревки или на тебе плясать чечетку.

Тут даже совсем тупой задумается, и совершенно бездарный начнет лихорадочно искать выход из создавшегося критического положения. Другими словами, на лицо активизация творческого начала через создание сложных экстремальных ситуаций в коллективе. Вот и весь сказ.

Еще раз повторимся: "Удар - Божий дар!". Иногда так одарят, что бока трещат, но ничего, лишь бы впрок. А в этом и сложность! Так как мы сегодня люди обидчивые, а дары надо принимать со смирением и благодарностью. Ну, а с обиженными "кашу не сваришь", на них только воду возить можно, да и то недолго - разбегутся.

"Рукопашное" творчество выражается в управлении своим противником. Управление осуществляется и словом, и делом. Выработка правильных действий и культуры движений - важнейшая задача в обучении. Но и здесь мы опять сталкиваемся с современными, специфическими трудностями.

Нельзя не отметить, что между мышлением и движением существует взаимная связь. Можно сказать, что как человек думает, так он и двигается и наоборот. Именно этот принцип взаимосвязи внешнего и внутреннего используется в традиционном ратоборстве. Вначале осуществляется воздействие на внешние формы, а затем на внутреннее содержание. Приводя человека в порядок через развитие культуры его движений, мы структурируем его мышление. После вывода движений обучаемого на естественные и органичные нормы, дается соответствующая установка сознания. После этого "рукопашник" начинает восстанавливать арсенал врожденных, но неосознанных движений, усложняется и его динамика вследствие более сознательного управления своим телом.

Внутреннее состояние человека выражается его внешними движениями. Анализируя внешние движения человека в целом, можно проводить его психологическое тестирование и диагностику. Чем богаче внутренний мир человека, чем устойчивей его психика и развито его мышление, тем быстрее происходит его адаптация к экстремальным условиям, тем адекватней становится его поведение и реакция на раздражающие внешние факторы, тем целесообразнее и естественнее он двигается. Внешние сбои говорят о внутренней разбалансировке, дегармонизации личности, о скрытых повреждениях и негативных состояниях психики и тела.

Говоря о тесной взаимосвязи внешнего и внутреннего надо подчеркнуть, что сегодня процесс упрощения и обнищания духовного мира современного человека идет на всех фронтах. Наш внутренний мир становится все более примитивным. А плоская душа порождает плоские движения. Как правило, в процессе обучения мы сталкиваемся с уродливой, однотипной, убогой и не координированной динамикой. В ней нет внутренней связи, одно движение не перетекает в другое. Человек действует нескладно, отрывисто, как плохо смазанный механизм или испорченный робот. Особенно это видно в коллективной игре, где перечисленные выше недостатки могут привести к повреждению как самого обучаемого, так и окружающих товарищей.

Кроме того, сама среда обитания современного человека лишает его движения или умаляет его естественные возможности. Потребность человека двигаться натыкается на замкнутое пространство городов с их стеклобетоном и асфальтом. Органичным, правильным движениям человеческого естества препятствует мода и уродливые формы различных субкультур. Спорт становится достоянием немногих. Да и зачем напрягаться, когда всеобщее существование выстраивается по одной только заповеди: "живи в свое удовольствие!" Подобная деградация постепенно охватывает всего человека, его дух, душу и тело. А так как человек не может существовать без движения, то весь негатив сказывается на его общей динамике. Научить современного "цивилизованного" человека правильно, то есть естественно, двигаться - задача не из легких! "Движение - это жизнь!" - говорили древние. Так и хочется к этому добавить, что правильные движения - это правильная жизнь!

Хочется обратить внимание на то, что движение есть необходимое условие и способ протекания коллективной игры. И если ты не умеешь двигаться, или твои движения вносят диссонанс в общую динамику, тем более, если они бесконтрольны, а значит, опасны для окружающих, то кто будет с тобой играть?

Подводя итог, можно сделать краткий вывод, что основной трудностью в обучении и воспитании воинской традиции сегодня являются непонимание сути игры и неумение играть вместе, низкий творческий потенциал и вырождение генетически заложенной динамической базы человека. То есть, обучаемые в своей основной массе не умеют играть, не хотят думать, не могут двигаться.

**- Все лучше познается на примере. Как у вас проходят занятия по ратоборству?**

- Для примера приведем одну из забав, как правило, играемую перед "варкой" котла. Если подобное занятие проходит в зале, выбирается самый большой из трех концентрических кругов, нарисованных на полу краской. За него не выходить - запрет! Побратавшись на круг, участники по команде кашевара начинают "летать", то есть двигаться в кругу, не задевая друг друга, плавно и пластично. Движения должны быть естественными, без вычурности. Двигающегося навстречу товарища надо, не дотрагиваясь до него, обкатать или уйти с линии любым удобным способом. Традиционщик - вращающийся воин, поэтому объемные, волновые движения - одно из главных его орудий. Запрещается останавливаться. В случае столкновения необходимо "разлететься". Постепенно кашевар начинает "заводить" участников, настраивая их на общий ритм, согласованность движений, создавая положительный эмоциональный фон и потихоньку усложняет игру.

"Ну-ка, распушили крылья"! - звучит команда, и играющие поднимают руки на уровне плеч, в стороны. Теперь им неудобно, начинаются касания, сцепки, столкновения, а они запрещены. Значит "крылья" в зависимости от ситуации надо "ломать", чтобы не зацепиться, но потом опять их расправлять. Руки начинают мелькать, скручиваться, складываться. Маховые движения переходят в ломаные, нестандартные. Делай, что хочешь и как можешь, но выполняй условия! А условия начинают стремительно усложняться.

"Подзатыльники!" - кричит кашевар и дает "леща" ближайшему "летуну". Тот, не останавливаясь, отмахивается и ныряет в сторону, рефлекторно втягивая голову в плечи и подсаживая корпус. "В пузо!" - и живот обжигает хлестом ладонь или пробивает тычок и "обратка" кулаком. Удары наносятся несильные - все-таки игра, но неожиданные, по ходу, с самой неудобной позиции. Атмосфера в кругу накаляется.

"На копытца!" - и заработали ноги, но не пыром, а щечкой стопы. "Наступаем на ноги!" - и пошла чечетка! Участники увеличивают скорость. Общий ритм то и дело сбивается, возникают столкновения, остановки. Кашевар психологически раздергивает и нагружает играющих вопросами, подначками, шутками. Сам он еще в кругу, также как и все, раздает налево и направо и огребает без послаблений. Надо разводить ситуацию, а главное, заставить бойцов двигаться, не останавливаясь.

Несколько человек по команде падают на землю и начинают делать кувырки, перекаты, ползания, катания, подсечки, любые перемещения внизу, вкатывания всем телом в ноги бегающих. Растет неразбериха, начинают падать люди, поэтому надо быть очень внимательным. Обстановка все время должна быть под контролем. Для остроты ощущений те, кто внизу, бьют кулаками в бедра, ягодицы или пах по движению тем, которые вверху. Те, в свою очередь, отбиваясь друг от друга, должны не попасть под удар снизу. Крики, шум, топот, смех. Чтобы еще больше обострить ситуацию, низовым дают деревянные ножи, и они немилосердно колют всех пролетающих. Те перепрыгивают через них, раздают им оплеухи и пинают ногами.

Сейчас кашевару лучше выйти из круга для управления этим сражением, иначе не уследишь. Народ вываливается, вылетает, выкатывается из круга, и попадает под наказание. За каждый просчет назначается: десять отжиманий на кулаках или десять поднятий таза в упоре на прямых руках. Очень скоро что-либо понять становиться практически невозможно. Тебя сбивают, опрокидывают, влетают в ноги, подсекают, бьют, колют, тащат, что-то кричат и требуют членораздельного ответа. Кашевар неожиданно бросает в толпу набивные мячи или "шелюги" (набитые опилками мешки), ими и бьют и их же передают по движению. Вас могут ударить палкой со стороны, вытащить из круга и заставить отжиматься. Кашевар может подослать кого-нибудь, кто будет по его заданию незаметно "мутить", то есть нарушать правила. Это вызовет еще большую неразбериху, конфликты и дальнейшие отжимания, но все надо делать быстро, четко исполняя команды.

Пятнадцати минут этой круговерти достаточно, чтобы проверить психоустойчивость и адекватность любого и вымотать его физически. Моделирование боя можно усложнять до предела с применением оружия и изменением местности, увеличением числа играющих, комплектации их в пары или микрогруппы. Как всегда, первая "сдается голова" - мозг и нервная система просто не выдерживают такого прессинга и начинают отключаться. Участники выдыхаются, отползают за круг, садятся на лавки, перестают двигаться. Более опытные и адаптированные к таким формам работы могут "летать" довольно долго и адекватно реагировать на новые вводные, при этом усложняя и выдумывая другие условия игры.

Описанная забава является мощнейшим по своему воздействию психофизическим тренингом, психологически приближающим участников к обстановке реального боя. И опять следует подчеркнуть, что без игрового настроя провести такое занятие невозможно - участники покалечили бы друг друга. Но введя игру в эту сложную форму, мы сразу получаем возможность воздействия на весь состав человека, нарабатывая необходимые навыки физического, психологического, нравственного характера, при этом не подвергая участников опасности получения серьезных травм. Само собой очевидно, что без движения здесь не обойтись, а творчество групповое и индивидуальное просто бьет ключом, иначе в кругу не удержишься.

Интересен прикладной аспект данной забавы. Здесь, как и во всей методике, используется принцип опосредованного, не специального, многофункционального воздействия на обучаемого.

Самоконтроль и саморегуляция, наработка правильных рефлексов и управление ими, умение увидеть картину боя в целом, успеть вовремя оценить ситуацию, принять правильное решение и заставить себя его выполнить, несмотря на страх и усталость; быть внутренне готовым к неожиданным помехам и интуитивно почувствовать опасность, избежать или ликвидировать ее в зародыше; держать ситуацию под контролем во все время боя, быть охотником, а не жертвой - эти качества требуют максимального напряжения всех душевных и физических сил бойца. При этом надо учитывать, что обстановка меняется ежесекундно, тем более, если он работает в группе. Отсюда необходимы взаимопонимание и слаженность действий, взаимозаменяемость, умение слышать голос командира и выполнять его приказы в гуще боя.

Всего не перечислишь, но на выходе получается боец с гибким и быстрым телом, но самое важное - с устойчивой психикой, мобильным сознанием, скоростным творческим мышлением. А как мы знаем: "смекалка города берет", и "борец не тот, кто поборол, а тот, кто вывернулся". Так что нашего Ваньку-встаньку голыми руками не возьмешь, вертится как юла; дрыном не перешибешь, скользкий, как уж; за каждой плюхой не набегаешься и все равно в дураках останешься.

Подобные формы можно успешно применять для повышения эффективности какого-либо выбранного спортивного направления или в спецподготовке. Замечено, что спортсменам-единоборцам труднее даются такие коллективные забавы. Им требуется больше времени для адаптации к таким нестандартным ситуациям, резко отличающимся от привычных условий и правил выбранного ими стиля. Для специальной подготовки такие игры незаменимы - процесс расширения сознания происходит гораздо быстрее. Можно придумать новые забавы для этих же целей, вариантов множество. Но везде осуществляется комплексное воздействие на сознание и тело обучаемого, при этом естественно происходит сваривание коллектива.

Возраст и уровень подготовки не является помехой. Участвуют и старые и молодые, даже дети дошкольного возраста.

Еще несколько слов о динамике. В аналогичных и подобных забавах тело обучаемого начинает выстраиваться, координироваться и приобретать необходимую пластику через различные по силе ощущения, начиная от касания, заканчивая ударами, сбиваниями и бросками. Развивается умение двигаться в ограниченном пространстве, и, как следствие, быстрее осваиваются объемные движения. При этом постоянно происходит смена различных уровней и плоскостей при перемещениях.

Избегая линейных столкновений, хотя они тоже присутствуют, боец, вращаясь, обкатывает или вкручивается в своих товарищей. За счет этого он спасает себя от ударов и других воздействий. Наработав объемную технику, боец может противостоять большему количеству противников, при этом занимая активную, наступательную позицию.  
Смысл тактики бойца не просто в непрерывных движениях, а в выборе наиболее правильных, целесообразных и экономичных движений как внешних, так и внутренних (ритм).

Специально рассчитать алгоритм такой техники невозможно из-за непредсказуемости, изменчивости и неповторимости игровой ситуации. Но можно и нужно нарабатывать опыт самого нахождения в такой обстановке и решения поставленных при этом задач. Чем больше накопленного опыта, тем крепче надежда на успех, ведь как говорят в народе " за одного битого двух небитых дают".  
Эти изменения в сознании, а также раскрепощение своего тела дают ему возможность впоследствии видеть в каждом движении прикладной, боевой смысл и использовать его по назначению в зависимости от ситуации.

Надо перестать внутренне воевать, а начать играть! Не научишься играть - не сможешь воевать! - стараемся мы донести до сознания обучаемых. Именно при этом условии обучение пойдет гораздо быстрее и качественнее. При таком взращивании боевой техники, она остается в тебе навсегда, как часть характера, и не зависит напрямую ни от возраста, ни от "спортивной формы".

Одним из эффективных способов в восстановлении и приобщении к русской православной воинской традиции являются коллективные подвижные игры. Потребность в них заложена в недрах мужского естества и является его неотъемлемым свойством. Занимаясь с самого детства подвижными боевыми играми, мальчик постепенно превращается в мужчину. В процессе творческого развития личности, мужчина становится воином. Пресечение или извращение этого естественного процесса приводит, в конечном счете, к неминуемому вырождению самого мужского начала.

Не являясь основным средством воспитания, игра, тем не менее, привлекает, исправляет, назидает и направляет. Если научиться ею правильно пользоваться, игра может стать прекрасным педагогическим инструментом.

**Беседовал Андрей Сигутин**

04.09.2009