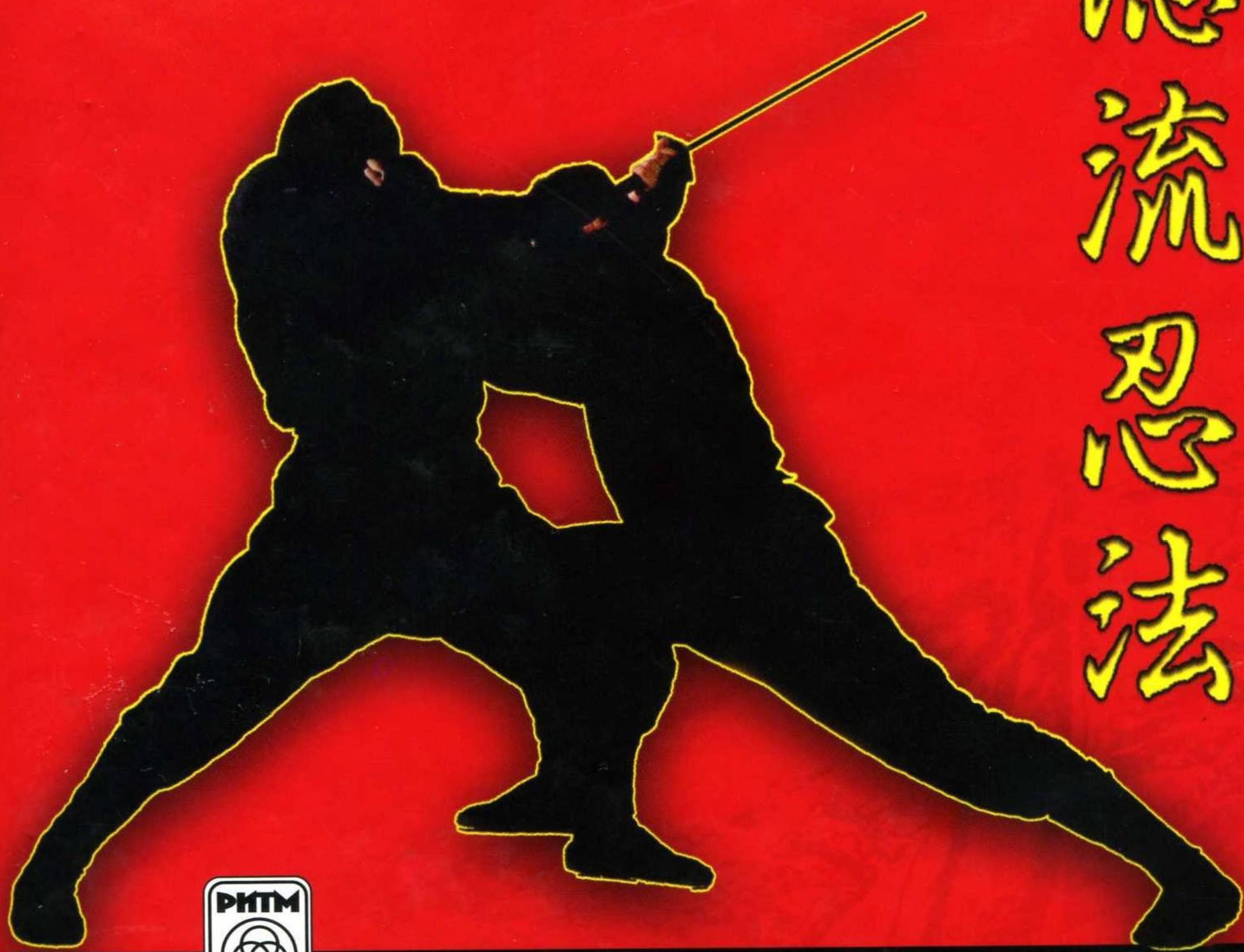


В. В. Момот
**Традиционное
оружие
ниндзя**

戸
隠
流
忍
心
法



УДК 796
ББК 75.715
М 74

Момот В.В.

М 74 Традиционное оружие ниндзя. Водный курс (Практическое
руководство). - Харьков: СПДФЛ Дудукчан И.М. 2005. - 268 стр.: ил.
ISBN 966-8472-29-2

Книга, которую вы держите в руках, — это попытка системно изложить
- основы практического владения традиционным оружием ниндзя в той форме,
в которой это искусство дошло до нас, и в тех пределах, которые возможно
наложить без искажений на бумаге. При написании этой работы автор поста-
рался избежать часто встречающегося в литературе способа изложения ма-
териала — «обо всем и ни о чем», когда авторы сами, возможно, этого не
желая, не только не проясняют вопросов, на которые хотят ответить, но и еще
больше запутывают читателей огромным количеством видов, форм и названий
оружия ниндзя, встречающегося в действительности, или же вымышленного
уже в наше время неумной фантазией авторов. О принципах и технике
использования в таких учебниках обычно сказано крайне мало, если
вообще что-либо сказано.

Автор искренне надеется, что книга «Традиционное оружие ниндзя. Вводный
курс» поможет сделать новый шаг на пути к мастерству всем, кто стремится
постичь искусство ниндзюцу во всей его полноте и многогранности.

УДК 796
ББК 75.715

*Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть
воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разреше-
ния владельцев авторских прав.*

ISBN 966-8472-29-2

© Момот В.В., 2005

© Редакция Дудукчан И. М., 2005

Содержание

Вместо предисловия.....	5
Часть первая. Принципы владения оружием ниндзя	9
Часть вторая. Принципы тренировки с оружием ниндзя	17
Часть третья. Искусство боя короткой палкой — [Ханбо- дзюцу]	
Глава 1. Внешний вид и правильный захват ханбо.....	23
Глава 2. Боевые позиции с ханбо — [Ханбо-камаэ-но ката]	24
Глава 3. Восемь базовых ударов ханбо — [Хаппо-но ханбо- ката].....	27
Глава 4. Жесткие ударные комбинации с использованием ханбо — [Го-куми-но ханбо].....	32
Глава 5. «Мягкая» техника ханбо — [Дзю-куми-но ханбо].	35
Программа обучения Кукисин-рю ханбо дзюцу (в соответ- ствии с аттестационными требованиями Международной Независимой Ассоциации ниндзюцу «Будзинкан» (СНГ))	55
Часть четвертая. Искусство боя короткой цепью — [Ку- саридзюцу]	
Глава 1. История и строение манрики-гусари.....	63
Глава 2. Общие принципы работы с цепью.....	64
Глава 3. Основные навыки для овладения техникой цепи	65
Глава 4. Боевые позиции с цепью - [Кусари дзюцу-но камаэ]	67
Глава 5. Основная техника работы с цепью — [Кусари кихон- гата).....	72
Глава 6. Основы тактического рисунка боя с цепью — [Куса- ри-хэйхо]. . .	98
Глава 7. Болевые точки, используемые в технике цепи — [кюсе]	100
Часть пятая. Искусство владения мечом ниндзя [Сино- би кэндзюцу]	
Глава 1. Искусство владения мечом ниндзя — [Синоби кэн- дзюцу].....	106
Глава 2. Внешний вид и устройство меча ниндзя.....	107
Глава 3. Правильный хват меча. Выхватывание и вкладывание меча в ножны.....	115
Глава 4. Базовое упражнение с мечом — (Субури).....	119
Глава 5. Боевые позиции с мечом — [Кэн-камаэ-но ката] . .	121

Глава 6. Десять базовых ударов мечом ниндзя — [Синоби кэндзюцу-но кихон-вадза].....	129
Глава 7. Базовые формы мгновенного обнажения меча с последующим ударом в технике ниндзя — [Синоби-яйдзюцу-но кихон-гата].....	142
Глава 8. Техника вариативного использования меча ниндзя [Синоби-кэн-но хэнка-вадза].....	147
Часть шестая. Искусство владения ножом ниндзя — [Синоби-тантодзюцу]	
Глава 1. История, внешний вид и способы захвата синоби-танто.....	155
Глава 2. Боевые позиции с танто— [Танто-камаэ-но ката]. .	158
Глава 3. Техника работы с ножом — [Танто-но ката].....	160
Глава 4. Принципы комбинирования в технике танто [Рэндзоку-вадза].....	173
Глава 5. Искусство мгновенного выхвата ножа с немедленным нанесением удара — [Танто-яйдзюцу].....	179
Глава 6. Снятие часового с использованием танто — [Асигару-са-но ката]. Смертельные удары ножом.	180
Глава 7. Танто-хэйхо — стратегия и тактика боя с ножом....	183
Часть седьмая. Искусство метания звезд и стрелок — [Сюрикэндзюцу]	
Глава 1. История сюрикэн.....	186
Глава 2. Виды сюрикэн — внешний вид, строение и применение . . .	188
Глава 3. Техника метания — [Сюрикэн-нагэ-ката].....	194
Глава 4. Ближний бой с использованием сюрикэн и сякэн .	216
Глава 5. Тактика использования сюрикэн — [Сюрикэндзюцу-хэйхо].....	217
Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу	219

Вместо предисловия

Около десяти лет назад, в 1997 году, вышло в свет первое издание книги «Традиционного оружия ниндзя». Это была первая попытка *системно* изложить основы практического владения традиционным оружием ниндзя на русском языке.

Не претендуя на абсолютную полноту освещения вопроса, автор, тем не менее, постарался тогда избежать часто встречающегося в литературе, посвященной ниндзя и ниндзюцу, способа изложения материала — «обо всем и ни о чем», когда авторы, сами, возможно, этого не желая, не только не проясняют вопросов, на которые хотят ответить своими книгами, но еще больше запутывают читателей огромным количеством видов, форм и названий оружия ниндзя, встречавшегося в действительности или же вымышленного уже в наше время неумейной фантазией «специалистов». О принципах и технике использования в таких учебниках обычно сказано крайне мало, *если* вообще что-нибудь сказано.

Ярким примером подобных работ является хорошо известное в определенных кругах коммерческое издание А. Горбылева «Когти невидимок», вышедшее на пару лет позже, в 1999 году, в которой приведено огромное количество разнообразных видов оружия и инструментов ниндзя, но техники работы с ним не представлено вообще, не считая пары традиционных *ката* школы *Катори Синто рю*, назвать которую «школой ниндзюцу» у автора просто не поворачивается язык. При этом автор «Когтей», претендуя на свою исключительность и абсолютное знание вопроса (судя по аннотации к книге), с легкой иронией, а иногда и с прямой насмешкой, критикует автора данных строк, обвиняя его то в незнании, то в изготовлении «новоделов», т. е. оружия, которого никогда, по мнению А. Горбылева, не существовало в действительности. При этом он сам якобы опирался на «древние японские трактаты и первоисточники», «практически неизвестные ни на Западе, ни, тем более, у нас». Берусь утверждать, что практически *все* иллюстрации в этой книге, подписанные «А. Астафьев», буквально скопированы с фотографий из книги Хацуми Масааки «*Ниндзюцу — история и традиции*», а остальные можно без особого труда найти в Интернете, если приложить чуточку усилий в этом направлении.

Уважаемый читатель! Эта книга основана на той информации, которую можно достаточно легко проверить не только А. Горбылеву (с большим уважением), но и простому читателю, который в силу магического слова «ниндзюцу» заинтересовался этой темой. *Всю* технику, изложенную в книге, можно увидеть в книгах и видеофильмах Хацуми Масааки, Нава Юмио, Танэмура Сето и других известнейших специалистов в области не только теории, но и практики, как будо, так и нинпо. Я не считаю нужным скрывать это и всегда подчеркиваю, так как с легкой руки определенных деятелей меня могут обвинить еще и в «придумывании техники». Список использованной при составлении этого пособия литературы и видеофильмов каждый читатель может найти в конце книги.

Она также *не является* исчерпывающей энциклопедией или чем-то еще в этом роде — за прошедшее десятилетие автором было накоплено гораздо больше знаний и информации (и это естественно), чем представлено в данной книге, поэтому ее название изменилось: теперь она называется «*Традиционное оружие ниндзя. Вводный курс*». Текст и иллюстрации мы решили оставить почти без изменений, лишь немного уменьшив их для того, чтобы весь материал уместился в одном томе — это намного удобнее именно с практической точки зрения. О *каждом* виде оружия, представленном в данном пособии, в ближайшем будущем будет выпущена отдельная книга, гораздо шире освещающая вопросы теории и практики работы с тем или иным видом — в контексте как будо, так и нинпо.

Не считая указанной выше работы А. Горбылева, с глубочайшим уважением к последнему, у нас в стране не было издано ничего не только хорошего, но и просто стоящего, посвященного работе с традиционными видами оружия средневековых японских воинов — как буси, так и ниндзя. Как десять лет назад, так и сейчас, автор считает такое положение вещей абсолютно неприемлемым, в особенности у нас в стране, где интерес к ниндзюцу не угасает, и учитывая, что хороших квалифицированных инструкторов все еще очень и очень мало, мне кажется, что книга, написанная в простой и доступной форме, является уместной. Она сможет помочь множеству людей если не овладеть, то хотя бы разобраться в вопросе, связанном с *техникой* владения оружием ниндзя, дошедшей до нас

в основном благодаря великодушию Великого Мастера в тридцать четвертом поколении школы *Тогакурэрю ниндзюцу* доктора Масааки Хацуми, основателя и руководителя *Будзинкан додзе* — единственной современной школы, где все еще сохраняются традиции *синоби* в их наиболее полной форме. Она также поможет вдумчивому читателю отделить «зерна от плевел», правду от домысла и предвзятых высказываний и, отбросив все ненужное, напрямую приблизиться к истине понимания и осознания того наследия, которое известно нам сегодня под названием «Ниндзюцу».

Книга включает в себя основы практики (*кихон-гата*) наиболее важных и первостепенных видов, которые, согласно древней классификации (см. первую главу), дают понимание принципов и методов использования *любого* оружия, встречающегося в традиционном ниндзюцу. Мы также сочли своим долгом включить в учебник обширный, не имеющий аналогов иллюстрированный словарь терминов и понятий ниндзюцу, призванный помочь читателю разобраться с обширным комплексом расхождений и разночтений, часто встречающихся в книгах о ниндзя и их искусстве, а также вводные главы о принципах и тренировке, позволяющих овладеть искусством ниндзя как *системой*, а не набором разнонаправленных приемов, не имеющих между собой ничего общего как в технике, так и методах их освоения.

Но нужно учитывать, что, во-первых, изложить любую реальную боевую технику на бумаге крайне трудно, если не невозможно — теряется динамика исполнения приема, исчезает чувство наполненности и т. д., а во-вторых, законы современного социального устройства нашего общества таковы, что излишнее проявление крайней жестокости или даже изощренности, которым изобилует традиционная техника боя ниндзя, воспринимаются крайне негативно. Исходя из этого, не лишним будет напомнить читателю, что мы живем не в средневековой Японии, и использование большинства из описанных техник на практике принесет больше вреда именно исполнителю, а не его противнику. Техника ниндзя предназначена не для обыденной самозащиты. Оружие и методы, которые традиционно принадлежат ниндзюцу, — это смертоносное искусство, к которому нужно соответственно относиться. Ниндзя использовали свое мастерство только в случае опасности для собственной жизни, жизни их семей или клана. Цель ниндзюцу — не

Принципы владения оружием ниндзя

Суть любого боевого искусства заключена в принципах, заложенных в него при его создании и непрерывно совершенствующихся в процессе их использования в реальном бою и повседневной жизни адептами данной школы или стиля. Принципы — это главное; техника или приемы — лишь средства, инструменты для воплощения идеи в жизнь, кисть и краски для художника боя.

Отличие одного стиля или школы от другого заключается именно в принципах, а не, в конкретных движениях. Движения могут быть одни и те же, но исполняться они будут абсолютно по-разному, исходя из основных принципов того, кто эти движения использует. Принципы возникают из индивидуального или, гораздо реже, коллективного осознания, осмысления и взгляда на ту или иную проблему, движение или позицию. Они отражают отношение исполнителя, его сущность, а техника или адекватное реагирование на то или иное явление есть только производное от этого процесса. Это нужно понять в первую очередь тем, кто сводит изучение боевого искусства к банальному коллекционированию приемов и тупому копированию внешних форм, жалко пародируя действительную сущность искусства боя.

Нужно жить тем искусством, которое исповедуешь. У воина принципы его боевого искусства и жизненные установки не противоречат друг другу. На социальные или бытовые проблемы он смотрит сквозь призму реалий схватки, а бой воспринимает как неотрывную часть собственной жизни. Только полное слияние боевого искусства и самого существования воина могут дать ему истинное мастерство и позволить достичь высочайших вершин в духовном и физическом совершенстве на пути, однажды им избранном. В жизненных перипетиях он находит утешение и поддержку в своем искусстве, а жизнь дает ему основу для дальнейшего роста его мастерства как воина.

Начиная изучать искусство владения оружием ниндзя, прежде всего необходимо уяснить, что, как это ни парадоксально звучит, в ниндзюцу нет такого понятия как «оружие». Вместо этого используется понятие «орудие» (*Гу*), что в корне меняет отношение практикующего к тому предмету, с которым он занимается. Дейст-

показать свое превосходство в поединке, а, наоборот, избежать кровопролития любыми способами. Поэтому если вас оскорбили на улице — это еще не повод для того, чтобы применять свое искусство на обидчике. Только в случае реальной угрозы жизни и здоровые человек может позволить себе использовать те знания и методы, которые мы скромно предлагаем вашему вниманию в этой и последующих за ней книгах.

Главная цель этой книги — реальная помощь практикам разобратся с принципами, приемами и методами, действительно присущими ниндзя, а не придуманными в наше время авторами, часто не имеющими к ниндзюцу вообще никакого отношения. Книга — это помощник, а не учитель. Для того чтобы не только в теории, но и на практике овладеть даже основами любого боевого искусства, вам необходим серьезный учитель, обладающий должными знаниями и опытом обучения.

Работа с оружием — лишь одна, далеко не самая большая или важная часть в духовном и физическом самосовершенствовании ниндзя, однако без нее само понятие боевого искусства синоби потеряет всякий смысл. Чтобы действительно разобраться в этом сложном и многогранном понятии, необходимо изучить все его части — без каких-либо условностей или недомолвок в его изложении.

Автор искренне надеется, что книга «Традиционное оружие ниндзя. Вводный курс» поможет сделать новый шаг на пути к мастерству всем тем, кто стремится постичь искусство ниндзюцу во всей его полноте и многогранности, а знания, предложенные в ней, будут служить лишь одной цели — полному самораскрытию воина на пути к Вечному Знанию, имя которому — Просветление.

С пожеланием успехов на избранном пути!

Нинпо Иккан!

В. Момот

вительно, если в слово «оружие» изначально заложено понятие какого-либо предмета, предназначенного *только* для охоты или убийства себе подобных, то «орудие» носит гораздо более широкий смысл, прежде всего касающийся его *полезности* и *необходимости* для жизни. В ниндзюцу такое отличие от других боевых искусств вовсе не случайно и обусловлено множеством причин. Первая и наиболее важная сторона вопроса касается психологических установок самого человека. Когда в его руках оказывается «оружие», человек начинает всецело полагаться на его смертоносную силу, часто забывая о том, что еще он может или умеет. И если вдруг он лишается этого «предмета, дающего силу» по обстоятельствам, от него не зависящим, он оказывается абсолютно беспомощным перед лицом надвигающейся опасности, так как находится в этот момент в состоянии, близком к *«бонно»* (термин, взятый из практики Дзэн, обозначающий буквально «ментальная пауза» или «застывший (зациклившийся на чем-либо) ум»). Его сознание фиксируется на потере и не может мгновенно переключиться на работу в безоружном режиме. Исход один — он терпит поражение. Для ниндзя главным оружием является он сам — его тело и сознание, а орудия (*нин гу*) лишь улучшают те или иные механические, силовые или пространственные качества, ему свойственные. Так, например, веревкой удобно душить или связывать, ножом резать, мечом рубить или колоть, сюрикэн прекрасно поражает цель на дальней дистанции — но и только. Все это отнюдь не означает, что необходимо отдавать предпочтение одному в ущерб другому или вообще делать из какого-либо предмета культ, подобно культу самурайского меча. Руководят и направляют любой предмет человеческий разум и тело, его умения, знания и опыт.

Кроме того, оружием не принято пользоваться для чего-либо иного, кроме его прямого назначения — убийства, орудие же предполагает всестороннее, равно полезное использование предмета по собственному усмотрению его владельца. Другими словами, если шашкой не очень удобно рубить дрова, то топором полено и голову можно разрубить с одинаковой эффективностью. Это непосредственно относится практически ко всему арсеналу ниндзя — начиная от меча и заканчивая, к примеру, *кагинавой* (крюком на длинной веревке). Любой предмет, который попадал ниндзя в руки, мог стать оружием, так же как любое оружие, имевшееся при нем,

могло заменить целый ряд слесарных инструментов, сельскохозяйственных орудий или плотницкого инвентаря, в зависимости от целей и желаний хозяина.

Издrevле в ниндзюцу принято разделять все виды предметов, которые можно использовать как оружие, на пять больших разделов:

- палки;
- клинки;
- веревки и цепи;
- метательное оружие;
- комбинированное оружие.

К **«палкам»** обычно относят все виды шестов, палок или дубинок, которые можно использовать для боя. Прежде всего, это *ханбо* (палка длиной около 1 м), так как подобной длины палку использовать (т. е. найти, носить с собой и т. д.) удобнее и эффективнее всего. Сюда же относят маленькие палочки различной длины (но не более 20 см) — *явара*, *конго*, *эда-коппо* и т. д., эффективные на ближней дистанции, и варианты *бо* (шест длиной около 1 м 80 см), действенные на дальней дистанции. Любой сходный по длине и толщине предмет (шест, весло, трость, палочки для еды и т. д.) — все это соотносится с «палками».

К **«клинкам»** относят любые мечи, ножи, секиры, копья, алебарды и другие предметы, имеющие стальное лезвие, заточенное или заостренное. Тренировки проходят с мечом ниндзя (*ниндзя-то*), ножом (*танто*), копьем (*яри*), алебардой (*бицен-то*), а также серпами (*кама*), шипами и когтями (*тэцубиси* и *сюко*, *кумадэ* и *тэкаги*).

Гибкое оружие — **«веревки и цепи»** — имеют множество модификаций, но чаще всего это цепь с грузиками (*манрики-гусари*) и веревка с грузиками (*торинава* или *мусубинава*).

«Метательное оружие» — это не только хорошо известные *сюрикэн*, но и лук со стрелами (*юми* и *я*), и миниатюрные гранаты (*нагэ-тэппо*), и ослепляющая смесь (*мэцубуси*), и духовая трубка (*фукия*), и, конечно, огнестрельное оружие.

К **«комбинированному оружию»** чаще всего принято относить *кусарикама* (серп с цепью), *кёкэцу сёгё* (двухлезвийный кинжал с веревкой), *кагинава* (крюк с веревкой) и *синоби-дзуэ* (полый шест со скрытым в нем лезвием, цепью и др.).

Как видно даже из этого беглого просмотра, арсенал ниндзя включает в себя практически все известные виды оружия, техника работы с которым строится на аналогии, унификации и единых принципах использования.

Принцип аналогии предполагает, что *любой* предмет, *похожий* на тот, с которым ниндзя тренировался, может быть аналогично использован в бою. К примеру, для ниндзя не имеет значения, «классической» у него в руках формы *танто* или же это подвернувшиеся вовремя ножницы — воин с одинаковым успехом может, не задумываясь, использовать и то, и другое. Это отвергает концепцию «канонических» видов оружия — формы, веса или размеров — с ее непримиримой позицией по отношению к другим, «неканоническим» видам. Конечно, определенные размеры или требования к оружию ниндзя существуют, но только в той мере, в которой предмет будет соответствовать принципам работы с ним, изначально заложенным в самом искусстве.

Принцип унификации, или универсализации, основывается на той идее, что в основе любых боевых действий ниндзя лежит динамика его собственного тела. Не предмет диктует исполнителю те или иные движения, а исполнитель придает движению оружия ту или иную форму. То же касается позиции его сознания и его отношения к совершаемым действиям. Не имеет значения, бьет ниндзя кулаком или ножом, метает *сюрикэн* или наносит удар ногой — любая техника ниндзя основана на одних и тех же законах рациональности, действенности и эффективности.

Какие же это законы? Какие принципы лежат в основе техники владения оружием ниндзя?

Первый принцип — **«Естественность» (Сидзэн)**. Естественность во всем — технике, движениях и мыслях. Правильнее было бы назвать этот принцип *«привычностью»*, так как человек не может совершать несвойственных ему движений — например, повернуть голову на 360 градусов — все дело в том, насколько привычны, обыденны для него эти движения. Если вы будете рубить мечом так же, как подносить ко рту ложку с супом — абсолютно не задумываясь и совершенно естественно, — вы станете мастером удара мечом. Только превратив свою жизнь в тренировку, а окружающий мир — в тренировочный зал, можно достичь полной естественности и раскованности в бою, необходимой для ниндзя.

Второй принцип — **«Минимальными усилиями [достичь] максимальных результатов» (Инсин тонкэй)** — учит ниндзя побеждать не силой, а умением, не напором, а хитростью и знанием слабостей противника. Кроме того, он подразумевает постоянную экономичность любых движений, строгую рациональность и точный интуитивный расчет, основанный на рефлекторном реагировании на действия противника. Использовать *инсин тонкэй* невозможно, если этот принцип так же, как и принцип Естественности, не станет одним из принципов вашей жизни.

«Оружие и тело — одно и то же» (**Кэнтай ити йо**) — еще один важный принцип, о котором мы уже говорили несколько ранее. Неправильно толковать его как «Оружие является продолжением тела» или «Оружие и тело неразделимы». Этот принцип *не противопоставляет* или *объединяет*, но *сравнивает* тело с оружием, а оружие — с телом. Другими словами, прежде всего необходимо осознать свое тело и разум как самое главное оружие, которым вы владеете, а к оружию относиться просто как к инструменту, полезному на момент смертельной схватки и абсолютно не нужному в обычной жизни (именно из этого принципа проистекает традиция изготовления оружия самим ниндзя непосредственно перед или даже во время исполнения его миссии — палка или шест, найденный в лесу, веревка, срезанная где-нибудь по дороге, крюк, украденный в хозяйственной пристройке, гвоздь или штырь, плохо сидящий в стене, — такое «оружие» было не то что не жаль потерять, его тут же выбрасывали после завершения задания).

Тело же оружием делает знание законов оптимизации его работы в боевой обстановке, которые можно свести к восьми принципам:

1. *Кикэнтай* (энергия тела как оружие);
2. *Хэйко* (равновесие);
3. *Кухо* (девять направлений);
4. *Маай* (оптимальная дистанция);
5. *Доай* (защита как атака);
6. *Нагарэ* (текучесть движений);
7. *Ришудо* (ритм);
8. *Коцу* (сущность техники).

Кикэнтай, в отличие от общепринятого в различных боевых искусствах *сидзэнтай* («естественного положения тела»), подразумевает нефиксированность бедер и плеч в момент нанесения удара,

а также небольшой наклон корпуса вслед выполняемому движению с одновременным очень небольшим, практически незаметным отрывом стопы впереди расположенной ноги от пола. Подобное действие позволяет максимально использовать силу инерции тела, развиваемой во время выполнения движения и, объединив бьющую конечность, тело и позади расположенную ногу в единый вектор силы, поразить противника с наибольшим эффектом. *Кикэнтай* — живое воплощение физического закона, который гласит, что сила равна массе, помноженной на скорость движения этой массы в пространстве в квадрате. Этот принцип равно справедлив как для безоружного, так и вооруженного боя ниндзя.

Хэйко (равновесие) — принцип, тесно связанный с предыдущим. Какие движения ни совершал бы ниндзя в бою, он всегда должен сохранять равновесие, независимо от силы, скорости или направления удара. Очень трудно сохранять равновесие на начальном, этапе практики *кикэнтай* (по сути, представляющего собой контролируемое выведение из равновесия самого себя в направлении нанесения удара), однако, чтобы сделать свою технику максимально эффективной, ученику необходимо посвятить тренировке этого движения достаточно большое количество времени. Контроль баланса и силы движения — вот цель, преследуемая первыми двумя принципами.

Күхо, или «девять направлений», дает ниндзя понимание пространственно-силовых линий, по которым он может эффективно перемещаться и наносить удары. Эти девять линий представляют собой основные направляющие, все остальные движения — лишь производные от них или их комбинации.

Маай (оптимальная дистанция для боя) — один из основных принципов, которые позволяют сделать технику, используемую ниндзя в бою, действенной и эффективной. Существуют три основные дистанции — *кома* (ближняя дистанция), когда расстояние между противниками не превышает 1 м, собственно *маай* (букв. «гармоничная дистанция») или *тикама* (средняя дистанция) — расстояние между бойцами от 1 до 1,5 м и *тоома* (дальняя дистанция), когда противники находятся на расстоянии более 1,5 м. Для любой из трех основных дистанций существует своя тактика и стратегия (*хэйхо буряку*), но основным правилом является такая позиция по отношению к противнику, в которой он не может

эффективно атаковать ниндзя, так же как и сколько-нибудь действительно защищаться. Чаще всего такой позицией считается выход «наружу» по отношению к одной из конечностей противника, осуществляемый во время его атаки, или перемещение к нему за спину. В книге читатель сможет найти немало примеров оптимального использования принципа *маай*.

Доай (другое название — *Укэ кимэ ити йо*) означает, что защита не должна быть просто отведением или парированием атаки противника. Основная цель защиты ниндзя — травмирование атакующей конечности, независимо от того, безоружен он или вооружен. Этим достигается несколько весьма важных преимуществ ниндзя над противником — тот не может нормально атаковать и защищаться, раскрывается для последующей контратаки, роняет оружие, теряет равновесие и т. д. Поэтому необходимо запомнить — главной целью в начале боя для ниндзя являются конечности противника, а уж затем — все остальное (кстати, это позволяет еще одним способом использовать принцип *маай*: поражая конечности противника, мы остаемся вне его досягаемости на дальней дистанции; другими словами, «мы можем достать противника, а он нас — нет»). Кроме того, *доай* подразумевает также своевременность выполнения защиты — так как это исключительно важно в реальном бою. Нет смысла защищаться, если противник еще не атакует, как и после того, как его удар достиг цели. Подводя итог, сформулируем понятие *доай* двумя словами — «эффективность и своевременность» (защиты).

Нагарэ (текучесть движений) — очень важный принцип, часто неправильно понимаемый. Текучесть, плавность движений отнюдь не означает некую *замедленность* или *слабость*; прежде всего под «нагарэ» подразумевается плавный (т. е. рациональный, легкий и эффективный) переход от одного приема к другому, а также «нефиксированность» сознания в бою, что, в свою очередь, позволяет *легко* видоизменять рисунок боя по собственному желанию, не стремясь завершать каждый прием по отработанному на тренировке шаблону. Этот принцип можно осуществить на практике, только владея максимально большим комплексом базовых действий — ударов, бросков и т. д. Ни о каком «нагарэ» не может быть и речи там, где нет отшлифованной до совершенства базовой техники (*кихон-гата*). В этой книге вы найдете большинство движений *кихон-гата*, относящихся к базовым видам оружия ниндзя.

Рицудо (ритм) — понятие, присутствующее практически во всем, что нас окружает, и в нас самих. Так же и бой: не чувствуя ритма противника, ниндзя никогда не сможет действовать с ним в унисон, а значит, захватить инициативу, в свою очередь навязывая ему собственный ритм, намеренно ускоряя или замедляя движения тела или оружия. Хорошо известно, что человек, не придающий работе с ритмом никакого значения, не может мгновенно перестроиться, а значит, некоторое время он будет продолжать действовать в том же ритме, который однажды сам себе задал. Его движения будут поражать пустоту или наткаться на жесточайшую контратаку со стороны воина, понимающего необходимость и важность боевого ритма

Сущность техники (*коцу*) — наиболее важный принцип на продвинутом этапе изучения любого боевого искусства. Понимание целей или динамики движения — далеко не все, что требуется для овладения ею. Необходимо, чтобы техника стала вашим интуитивным ответом на действия противника, абсолютно естественной, ненапряженной, адекватной реакцией, а не «логическим ответом». В бою нет места логике; о ней необходимо помнить и использовать ее на тренировке, чтобы сделать свою практику максимально эффективной.

И еще. Помните, что «война — это путь обмана» (*Сунь-цзы*). Искусство ниндзя не приемлет прямых путей. Поразмышляйте над тем, что имели древние мастера в виду, когда утверждали, что истинное ниндзюцу всегда *«Кёдзицу тэнкан хо»* (*Искусство, в котором обман представлен правдой, а правда — обманом*). Не забывайте об общей *Ин* (скрытой, темной) направленности искусства воинов-теней, и тогда вы сможете извлечь из своей практики максимум эффективности, сделав ее не просто «физическими упражнениями для укрепления здоровья», но реальным жизненным искусством, в котором сам бой станет для вас жизнью, а жизнь — вещью, в которой всегда есть место смертельной битве.

Принцип тренировки с оружием ниндзя

Тренинг с любым оружием ниндзя (впрочем, как и без оружия) условно разделяется на четыре этапа:

- 1) этап «привыкания к оружию»;
- 2) этап овладения движением;
- 3) этап совмещения с передвижением;
- 4) этап полного постижения.

Каждый из этапов очень важен для правильного овладения техникой, и ни один из них не может быть сокращен или отброшен: это тут же отразится не только на технике, которой вы, собственно, пытаетесь овладеть, но и на вашей остальной боевой практике. Прежде всего в тренировке боевого искусства должны присутствовать терпение и постепенность на общем фоне постоянных непрерывных занятий, лучше всего ежедневно без каких-либо пропусков или перерывов. Стремление к поставленной цели и достижение ее любыми средствами, оптимальными для этого, — одна из характерных черт искусства ниндзюцу вообще, а не только его тренировки. Об этом необходимо помнить постоянно и культивировать в себе это качество для использования в повседневной жизни, для решения обыденных проблем, часто возникающих перед нами.

Этап «привыкания к оружию» предваряет собственно тренировку, по сути являясь ее началом. Подобно тому как, приобретая меч, человек внимательно рассматривает его достоинства и недостатки, вкладывает и вытаскивает его из ножен, пробует его остроту и т. д., необходимо отнестись к любому оружию, которым вы хотите реально овладеть. Берите его в руки как можно чаще, привыкая к его весу и размерам. Почувствуйте температуру его рукояти или лезвия. Со временем появится особое чувство, которое будет вызвано постоянным «общением» с предметом. Только когда вы сможете ощутить оружие как часть своего тела, а не как некий чужеродный предмет, можно переходить к тренировке основных базовых движений с ним.

Отработка базовых движений (*кихон-гата*) — важнейший этап в тренировке с оружием, к которому необходимо периодически возвращаться и на более поздних ступенях тренировки для того, чтобы «вернуть первоначальную остроту клинку», то есть совершенствовать чистоту исполнения самых элементарных форм, явля-

ющихся залогом успешного овладения сложнокоординированными действиями и приемами.

К кихон-гата обычно относят методы хватов и перехватов, доставания и вкладывания в ножны, а также базовые удары по девяти основным траекториям: сверху, снизу, слева направо и справа налево, по диагоналям сверху и снизу и прямо вперед.

Все основные формы кихон-гата, касающиеся ханбо, манрики-гусари, ниндзя-то, танто и сюрикэн представлены нами в том виде, в котором они должны быть отработаны. Это — залог вашего дальнейшего роста мастерства, которому необходимо уделить как можно больше времени. Каждое движение кихон-гата должно быть повторено десятки тысяч раз с тем, чтобы сделать движение «своим». Внимательно следите за правильностью траектории, не используйте силу во время отработки форм. Сила придет сама, вырастая из правильной координации рук и тела. То же правило справедливо и для скорости — никакой спешки не должно быть во время базовой (формальной) тренировки.

Нужно всегда помнить, что «большой Инь порождает малый Ян», то есть чем более медленно и плавно вы сможете выполнять базовые движения, тем больше скорости и силы вы сможете вложить в них на следующих этапах практики.

Одновременно с работой над кихон-гата весьма необходимы сопутствующие упражнения, направленные на увеличение силы мышц и подвижности суставов — такие, как махи тяжелым деревянным мечом (субури), сгибание и выпрямление рук в запястьях с удерживанием тяжелой палки за один конец (котэ-ундо), висы на перекладине с грузом, подвешенным к поясу (какудзин) и др. Подобная практика может намного ускорить ваше продвижение вперед, так как повышает общую выносливость, а значит, сократить время, которое вы можете уделить непосредственно тренировке базовых движений.

Не забывайте о правильном дыхании во время тренировок. Фаза напряжения должна совпадать с выдохом и краткой задержкой воздуха в брюшной полости, фаза расслабления — соответствовать вдоху. Для отработки одиночных ударов лучше всего подходит резкий короткий выдох через рот, совпадающий с концом выполняемого удара. Для серии ударов необходимо сделать вдох животом и задержать воздух, одновременно напрягая переднюю стенку жи-

вота и оставляя незначительную щель в гортани во избежание перенапряжения и повышения давления крови (в это время вы можете издавать звук, отдаленно напоминающий «УГМММ!», подобный тому, который человек издает при поднятии тяжестей). После выполнения тренируемой серии движений, необходимо выполнить очищающее и мобилизующее дыхание (о дыхательных упражнениях ниндзя вы можете подробно узнать из книги автора «В гармонии со Вселенной» — Харьков: «Катана-Сай, ЛТД», 1993).

Очень постепенно наращивайте объем как тренируемых движений, так и количество повторений за один раз — иначе вы не сможете избежать очень грубой ошибки: хронического переутомления мышц рук, что, в свою очередь, приведет к нарушению общей координированности выполняемых движений и, естественно, снижению их боевой эффективности. Для начала можно порекомендовать отрабатывать 5-6 движений за одну тренировку не более ста раз для каждой руки.

Когда движение достаточно хорошо отработано на месте, приходит время для совмещения техники с перемещением. Необходимо понять, что под «перемещением» имеются в виду не только собственно шаги ногами, но и поворот бедер, наклон корпуса, сознательное выведение себя из равновесия в направлении движения (кикэнтай) и др. Отрабатывайте формы кихон-гата с движением как вперед, так и назад, влево и вправо, используя восемь направлений движения. Для начала подходят наиболее простые перемещения, не включающие в себя больше одного шага или скрещивания ног. Очень постепенно добавляйте усложнения в этот вид практики, так как от правильного перемещения будет зависеть ваш маай, т. е. способность мгновенно сблизиться с противником для нанесения решающего удара или проведения захвата или, наоборот, разрыва дистанции и уклонения от атаки противника.

Когда вы свободно владеете боевым движением, имея возможность реально использовать его, перемещаясь в любом направлении, можно переходить к следующему этапу тренировки: отработке с партнером. Именно для того, чтобы иметь возможность нормально работать с живым человеком, а не манекеном или макиварой, необходима длительная практика самостоятельной отработки как самих базовых приемов, так и перемещений. Вначале работайте медленно, используя для тренировки только имитации оружия (деревянный меч или нож, резиновые сюрикэн, веревку вместо цепи), так как на

этом этапе вы еще не обладаете достаточным опытом для того, чтобы не наносить тяжелых увечий своему партнеру на каждой тренировке, практикуясь с боевым, оружием. Когда большинство базовых форм будет проработано в условном виде (то, что именуется «ката»), наступает время «вадза», или «приема». Что это означает? Нужно понять, что те формы боевых движений, которые дошли до нас в неизменной форме, являются только матрицей, условной схемой того, как это движение будет работать. Собственную же форму, естественно, несколько отличающуюся от базовой, ученику предоставляется право найти самому, используя для этого тренировочный принцип «хэнкан», или «хэнка-вадза».

Что подразумевает этот термин и какие цели преследует тренировка, имеющая такое название?

«Хэнкан», или «хэнка-вадза», можно перевести как «вариативность», «разнообразие», «варианты техники». Однако в контексте ниндзюцу это не совсем та вариативность, которая присуща многим другим боевым искусствам — изменение базовой техники в каких-то деталях, но в целом легко угадываемой во внешнем рисунке поединка. Такая вариативность, конечно, безусловно необходима, и ее также следует практиковать, но здесь нам бы хотелось остановиться именно на специфическом хэнкан ниндзя.

Он подразумевает не появление лишь новых деталей приема, а изменение подхода к выполняемым движениям, взгляда на их суть изнутри (*коцу*), совершенно по-новому, как бы «в первый раз», без предшествующего опыта переживаний от выполняемых ранее приемов на логическом уровне мышления.

Подобная работа возможна лишь в том случае, если соблюдены два главных условия: кропотливая отработка множества различных приемов (*кихон-гата*) в целях накопления «мышечной» памяти и приобретения специфической культуры движения и интуитивный подход к действию, «слушание» собственных ощущений. Если оба этих условия соблюдены, то во время работы над хэнкан сознание освобождается от логических стопоров обдумывания приема (т. к. тело работает автоматически), рождая совершенно новое понимание исполняемого ранее базового движения, лежащего в основе данной группы хэнка-вадза.

Именно работая с вариативностью, ученик приходит к свободному, непредвзятому пониманию техники, открывая для себя тысячи приемов, скрытых в ничего, казалось бы, не значащем движении.

«Отпущенное» сознание полностью наполняется переживанием от работы, делая базовую технику «своей», абсолютно естественной для исполнителя. Это чувство глобального знания, полнейшего понимания сути без возможности передать ее словами — и есть истинный хэнкан ниндзя. Он сродни переживанию сатори мастером дзэн, где он в один миг постигает мириады вещей во Вселенной через озарение от ничего не значащих, обыденных вещей или действий.

Воин не может позволить себе только сидячую медитацию как средство достижения Просветления. Его путь — пробуждение через боевую практику как основной способ работы сознания.

Естественно, это отнюдь не исключает или заменяет духовно-медитативные занятия, но нельзя практиковать боевые движения в отрыве от общей цели — достижения Просветления.

По собственному опыту автора можно сказать, что работа в манере хэнкан является не только мощнейшим средством для повышения боевого уровня воина, но и существенно помогает самораскрытию и избавлению от оков, привязывающих нас к сансаре.

Теперь несколько конкретных практических рекомендаций.

1. Взяв одну из базовых форм *кихон-гата*, повторите его 10—15 раз. На данном этапе главное — полностью проанализировать прием с точки зрения логики: динамика движений тела и конечностей, цель приема, как оптимально должен двигаться (нападать) противник и т. д.

2. Периодически следует возвращаться к базовому приему, прорабатывая его с сопротивлением партнера (например, в начале или конце движения), изменяя заданную атаку, условия (нападение неожиданно, в темноте, сзади и т. д.).

3. Каждое движение *кихон-гата* должно быть «подогнано» под исполнителя, следуя принципу «Сидзэн» — «Естественность». Одновременно очень полезным является тренинг с разными по росту, весу и силе партнерами.

4. Необходимо перейти от «зубрежки» к творчеству — менять отрабатываемые приемы, условия тренинга и т. д. - без этого переходить к работе в стиле *хэнкан* не просто нельзя, это невозможно подобно тому, как невозможно первокласснику решить задачу из курса геометрии для десятого класса.

5. Процесс подобного перехода строго индивидуален как по времени, так и по эмоционально-психологическому фону данной работы - у одних это будет идти легко и быстро, у других медленно и «со скрипом».

Дело в том, что многие люди, практикующие боевые искусства, как ни странно, не хотят и не умеют работать творчески — гораздо проще изучить нечто уже данное и отгородиться этими рамками псевдоумения от неохватного океана боевого искусства. Но подобный путь никуда не ведет — это ремесленничество, а не искусство. Не нужно думать, что вам необходимо придумывать что-то свое, совершенно особенное, нет, для этого еще слишком рано. Но естественное выполнение любого приема, рефлекторное реагирование возможно только тогда, когда то, что вы отрабатывали, идет не из сознания, а из подсознания. Говоря проще, без мыслей типа «это такой-то удар и он, по-моему, у меня не получился», поскольку, если подобная ассоциация мелькнет у вас в сознании в реальном бою, можете ставить крест на себе и своем «боевом» мастерстве — вы проиграли.

6. Краткая схема «изучить — забыть (на логическом уровне) вновь породить в процессе боя» — вот основа *хэнкан*. В каратэ на уровне мастеров существует подобное понятие, обозначенное термином «Сю-Ха-Ри», т. е. «Изучение формы — разрушение формы создание новой формы». Брюс Ли как-то сказал по поводу этого принципа очень емкую фразу, которую мне хотелось бы здесь процитировать: *«Когда я ничего не знал о боевых искусствах, удар рукой был для меня просто ударом рукой, а удар ногой — ударом ногой. Когда я начал изучать боевые искусства, удар рукой перестал быть для меня просто ударом рукой, а удар ногой — просто ударом ногой. Теперь, когда я понял, в чем заключена сущность боевого искусства, удар рукой вновь стал для меня просто ударом рукой, а удар ногой — просто ударом ногой».*

Еще раз напомним читателю, что приведенные в книгах приемы — лишь примеры возможностей, скрытых в фундаментальных движениях *кихон-гата*. Не стоит фиксироваться на них, как на чем-то данном, незыблемом и неизменяемом. Наоборот, стремитесь расширить свое сознание до уровня, превосходящего уровень понимания автора данных строк. Только таким способом вы когда-нибудь дойдете до той призрачной черты, за которой лежит безбрежный океан знаний и опыта, имя которому — мастерство.

Искусство боя короткой палкой - [Ханбодзюцу]

Глава 1. Внешний вид и правильный захват ханбо

Ханбо представляет собой деревянную палку около 1 м длиной, диаметром 2,5—3 см. Ханбо бывает в сечении круглой (*мару-бо*), квадратной (*каку-бо*), шестигранной (*роккаку-бо*), восьмигранной (*хаккаку-бо*) или бамбуковой (*такэ-бо*) рис. 3.1. Независимо от толщины или сечения оружия техника боя с его использованием не изменяется.

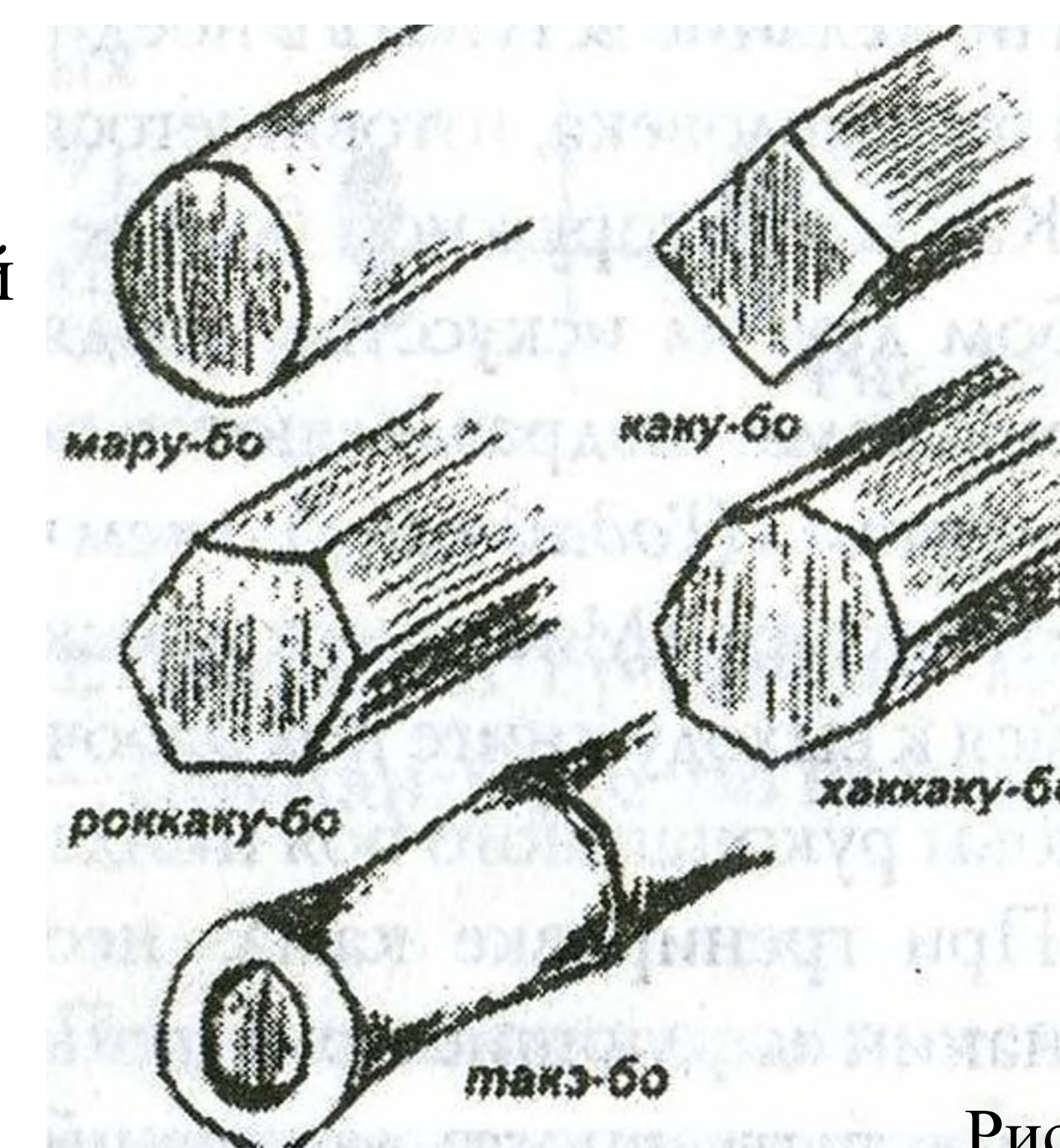


Рис. 3.1

От правильного захвата ханбо (хонтэ-моти) зависит эффективность проведения той или иной техники, поэтому уделите изучению легкого, ненапряженного захвата достаточное количество времени.

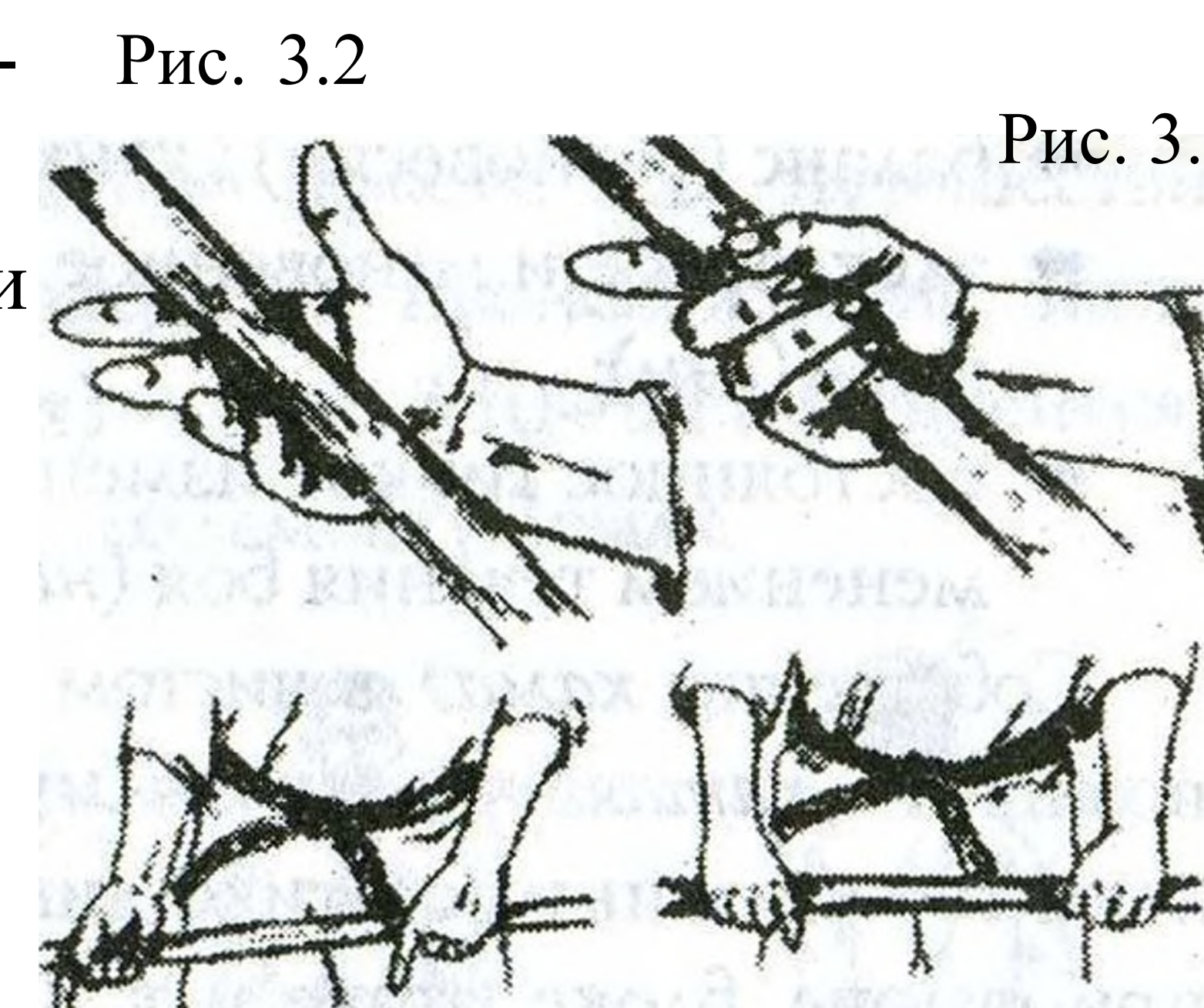


Рис. 3.2

Рис. 3.3

Правильный захват ханбо показан на рис. 3.2—3.5. Удерживайте оружие крепко, но ненапряженно. Палка расположена по диагонали ладони, указательные пальцы почти выпрямлены.

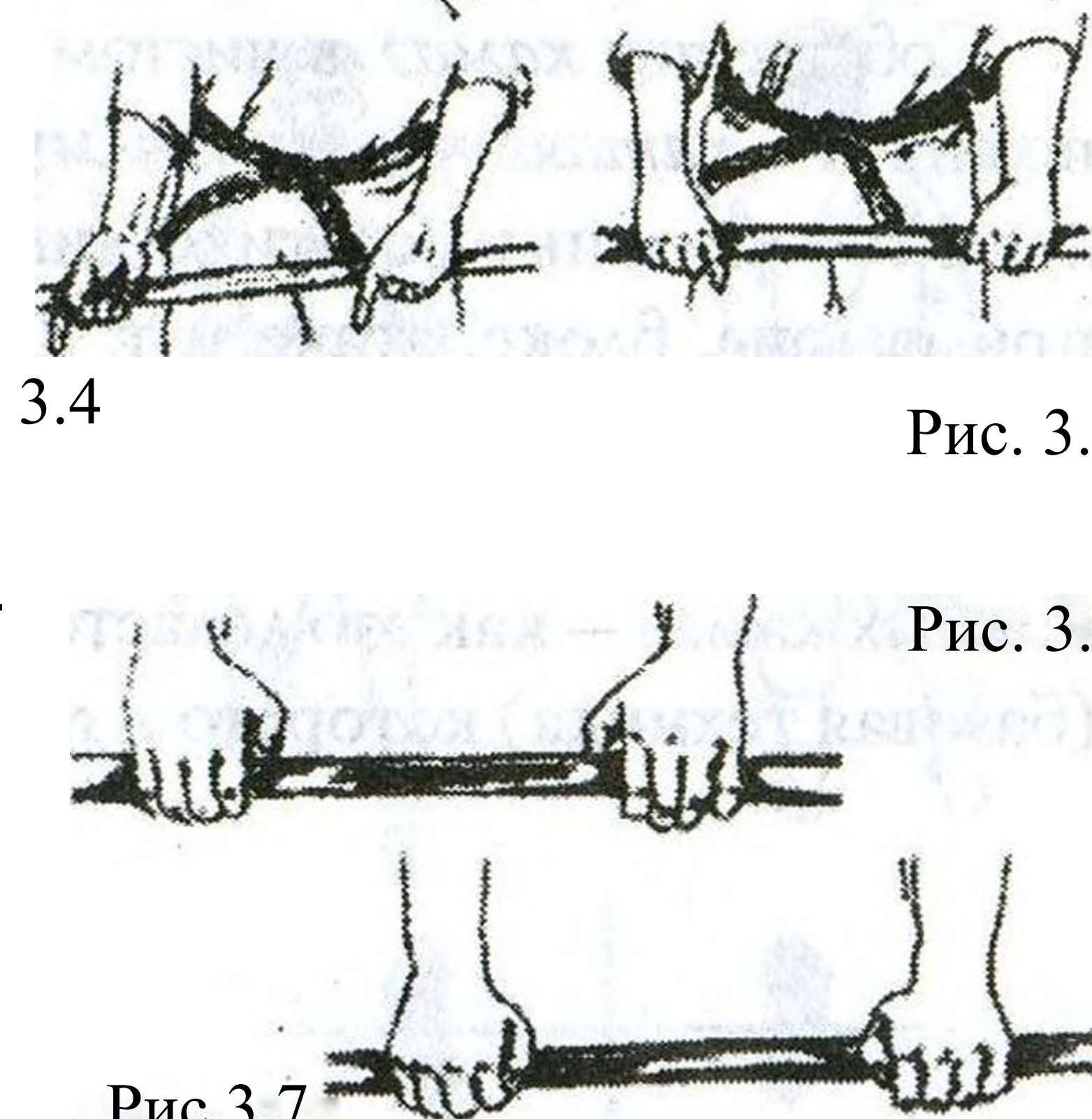


Рис 3.4

Рис. 3.5

Рис. 3.6

Неправильные захваты, часто встречающиеся у новичков, показаны на рис. 3.6—3.7.

Рис 3.7

Глава 2. Боевые позиции с ханбо - [Ханбо-камаэ-но ката]

Боевые позиции (*камаэ*) являются первым видом движений, которыми необходимо овладеть при изучении любого традиционного боевого искусства.

Камаэ — это отражение вовне внутреннего состояния бойца, его «позиция духа». Спокойствие или неуверенность, агрессивность или нежелание вступать в поединок — все это отражается во внешней позе человека, готовящегося к бою.

Как и в безоружной борьбе ниндзя (*нинпо тайдзюцу*), так и в любом другом искусстве, входящем в обширный комплекс ниндзюцу, камаэ подразделяются по их соотношению с пятью Первоэлементами (*Годай-сэцу*), о чем читатель может подробно узнать из книги автора «Мистическое искусство ниндзя», а также из готовящейся к выходу книги под рабочим названием «Нинпо тайдзюцу - основы рукопашного боя ниндзя».

При тренировке *камаэ* необходимо все время удерживать в сознании следующие принципы:

- естественность движений и позы (*сидзэн*);
- соответствие внешнего и внутреннего (*ва*);
- баланс (равновесие) (*хэйко*);
- адекватное и мгновенное реагирование на действие противника (*сэн*);
- постоянное гибкое изменение позиции в соответствии с изменением течения боя (*нагарэ*).

Собственно *камаэ* в чистом виде являются только первые три позиции — *катаябури*, *мунэн-мусо* и *отонаси*, остальные представляют собой лишь их статико-динамические варианты, занимаемые при уклоне, блоке, атаке и т. п. Но, поскольку всю технику, а не только *камаэ*, можно представить просто как динамическую смену поз, мы рассматриваем ниже и основные варианты измененных основных камаэ — как это делается в стиле *Кукусиндэнрю*, *кихонгата* (базовая техника) которого и представлена в этой книге.

1. Позиция «плоской единицы» — [Хира-итимондзи-но камаэ (катаябури-но камаэ)].

Стойте естественно и ненапряженно, спина выпрямлена, колени слегка согнуты, стопы параллельны. Палка удерживается в опущенных руках перед собой (рис. 3.8-3.9). Хира-итимондзи-но камаэ относится к первоэлементу *Ти* (Земля).

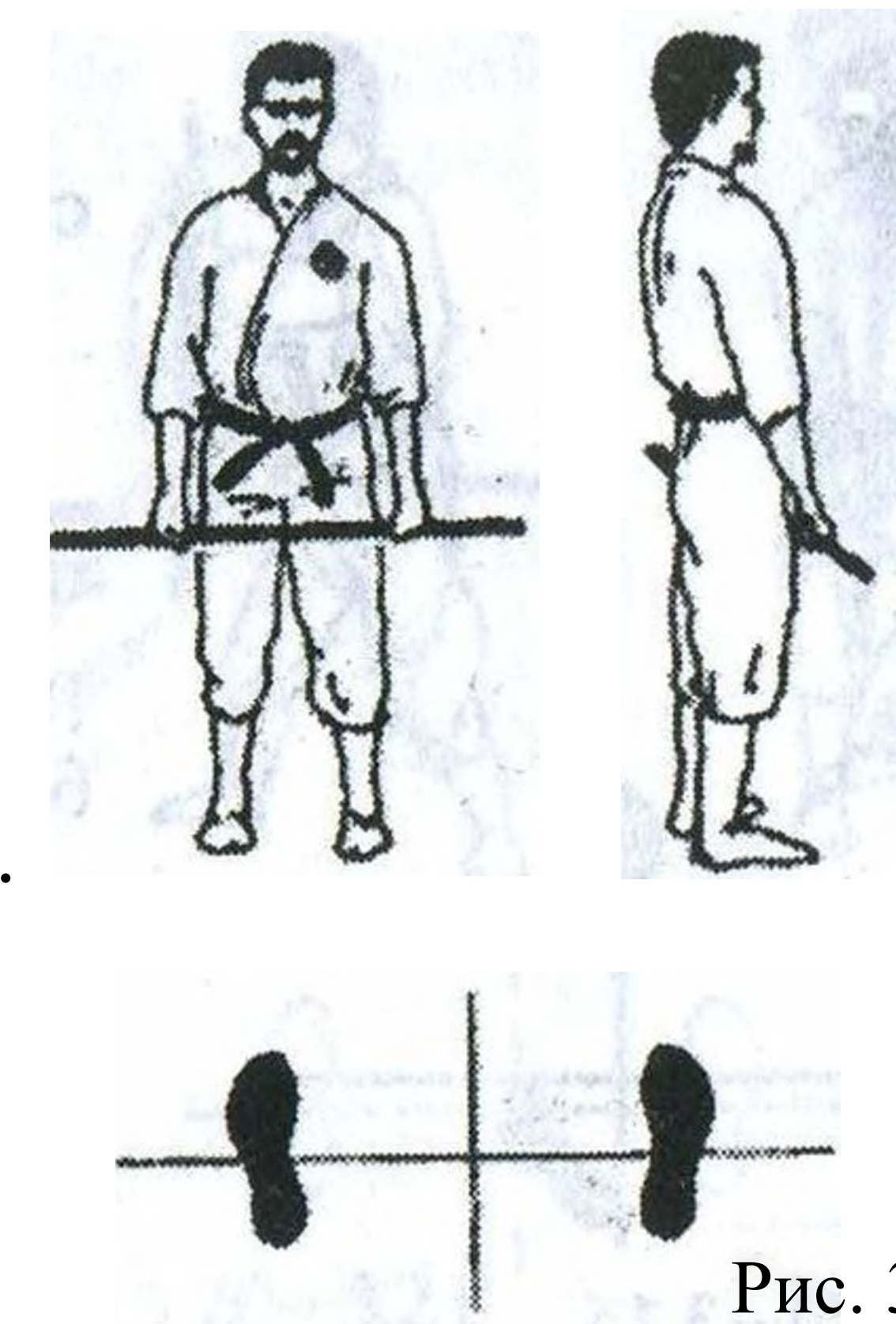


Рис. 3.8—3.9

2. Позиция бродячего монаха — [Мунэн-мусо-но камаэ].

Положение тела практически не отличается от предыдущей позиции. Но ханбо удерживается одной рукой подобно трости для путешествий (отсюда и происхождение названия) — рис. 3.10—3.11. Относится к первоэлементу Земля.

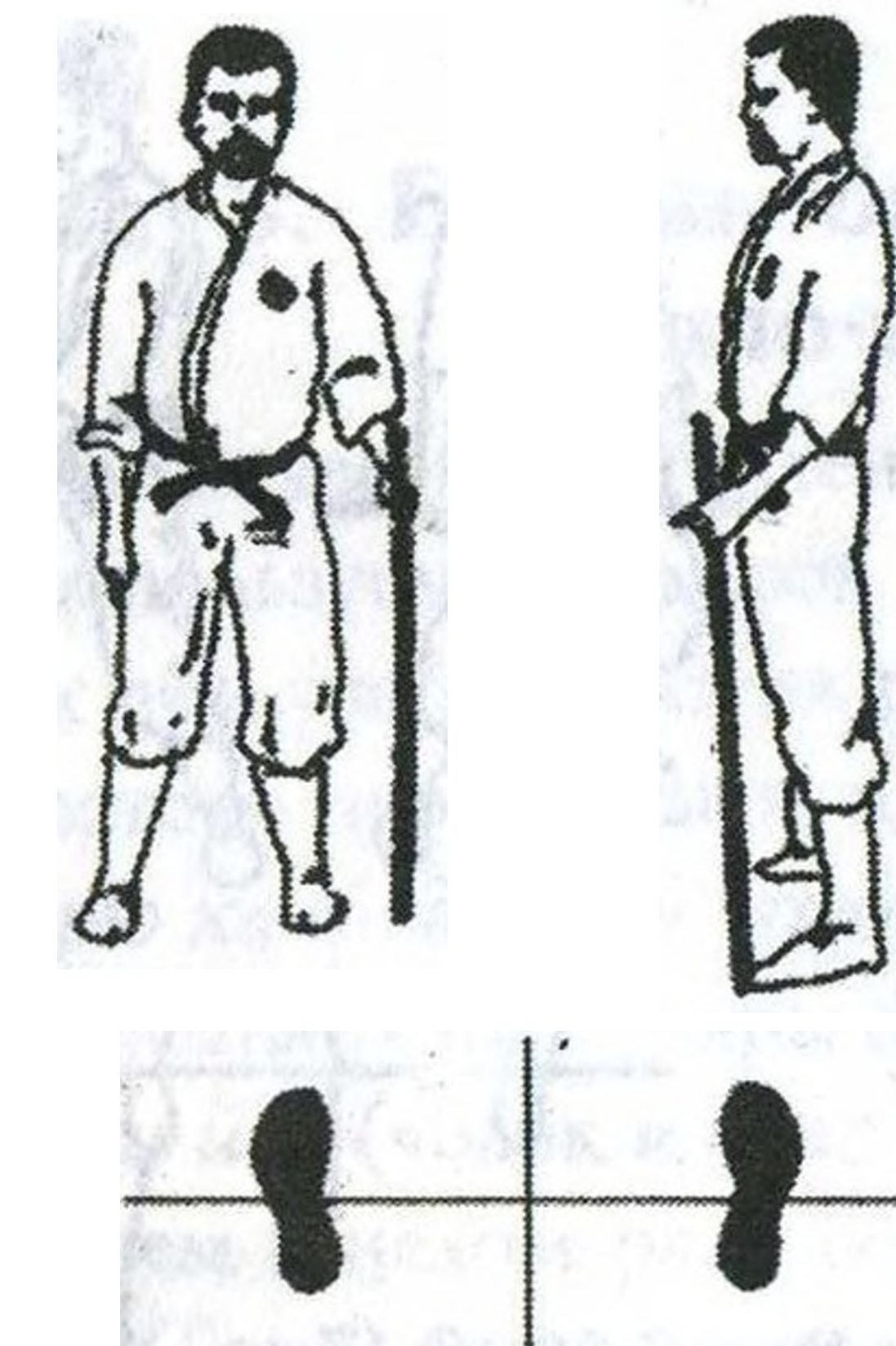


Рис. 3.10—3.11

3. Позиция с палкой за спиной — [Отонаси-но камаэ].

Как и в предыдущих позициях, относящихся к элементу Земля, сохраняйте естественное положение ног и туловища. Палка удерживается за спиной в обеих руках на уровне ягодиц - рис. 3.12—3.13.

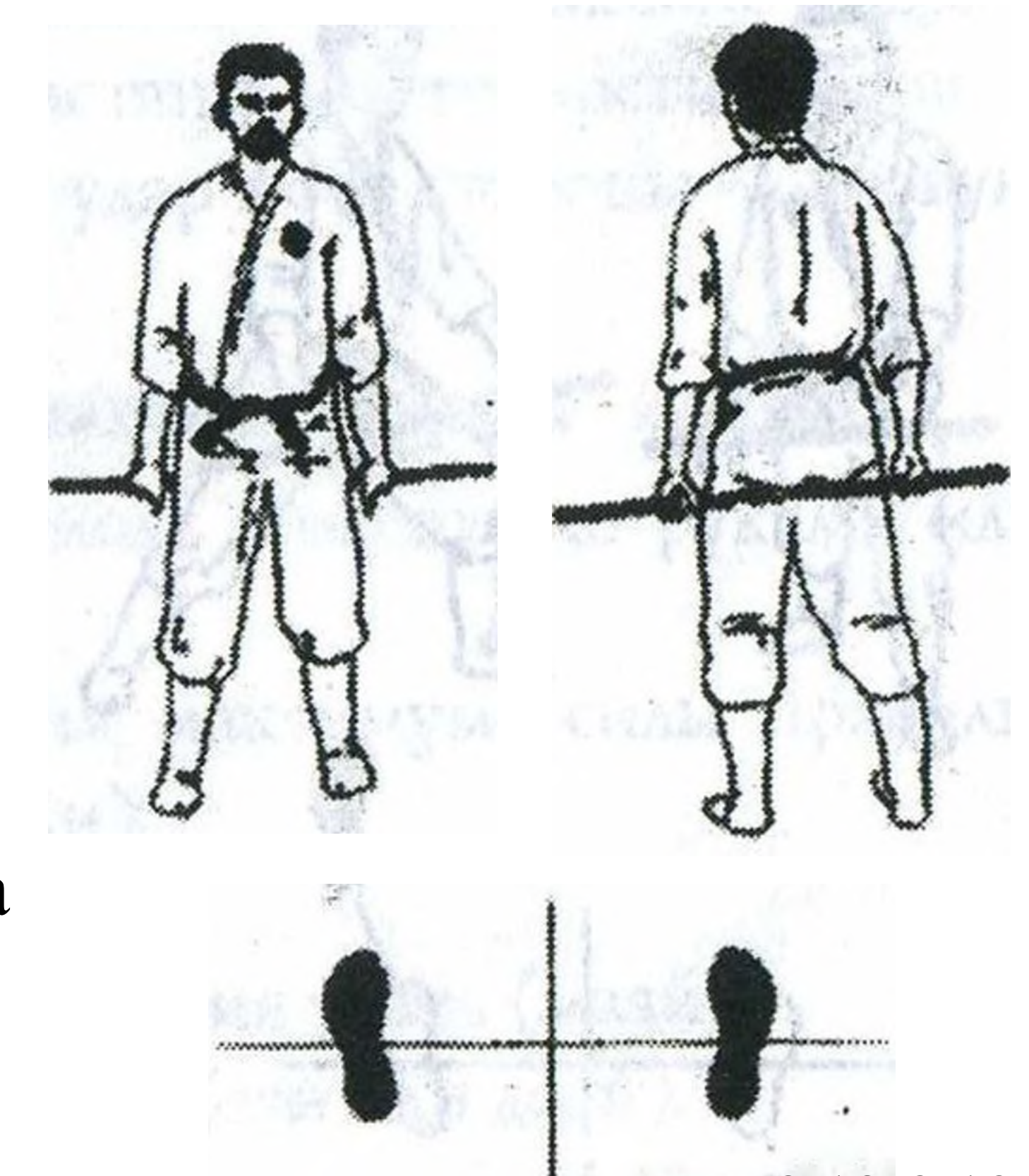


Рис. 3.12-3.13

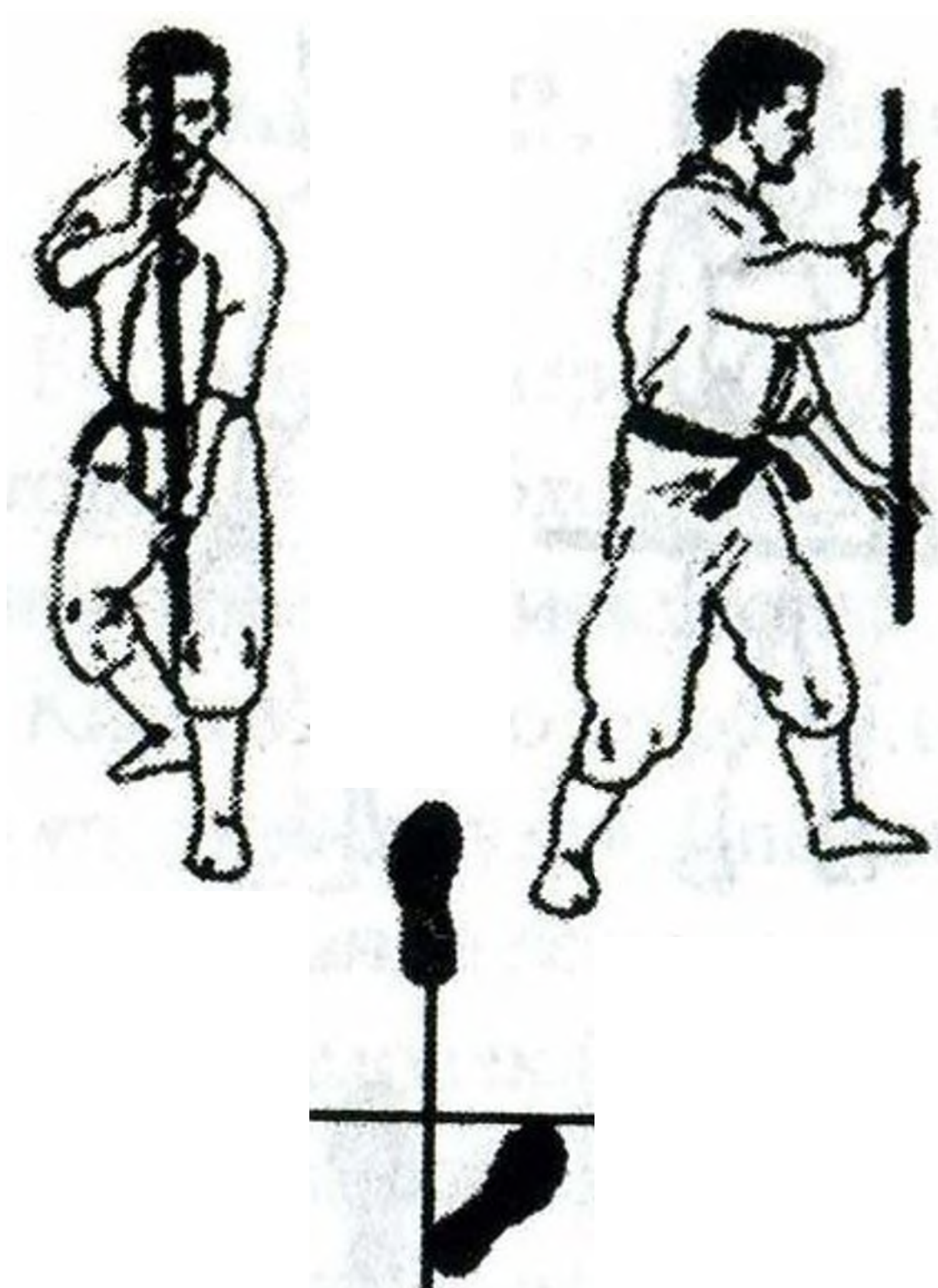


Рис. 3.14—3.15

4. Защитная позиция «телесной силы» — [Дан-реку-но камаэ].

Из естественной позиции сделайте шаг назад, перенося вес тела на сзади расположенную ногу (около 70%). Ханбо расположите прямо перед собой вертикально. Рука, расположенная сверху, лишь слегка удерживает оружие — основной захват выполняет нижняя рука — рис. 3.14—3.15. Камаэ относится к первоэлементу Вода (*Суй*).

5. Диагональная защитная позиция — [Сагуру-но камаэ].

Из естественной стойки сделайте широкий диагональный шаг назад. Руки сохраняют позицию хира-итимондзи, лишь немного подаются вперед (рис. 3.16—3.17). Соответствует первоэлементу Вода.

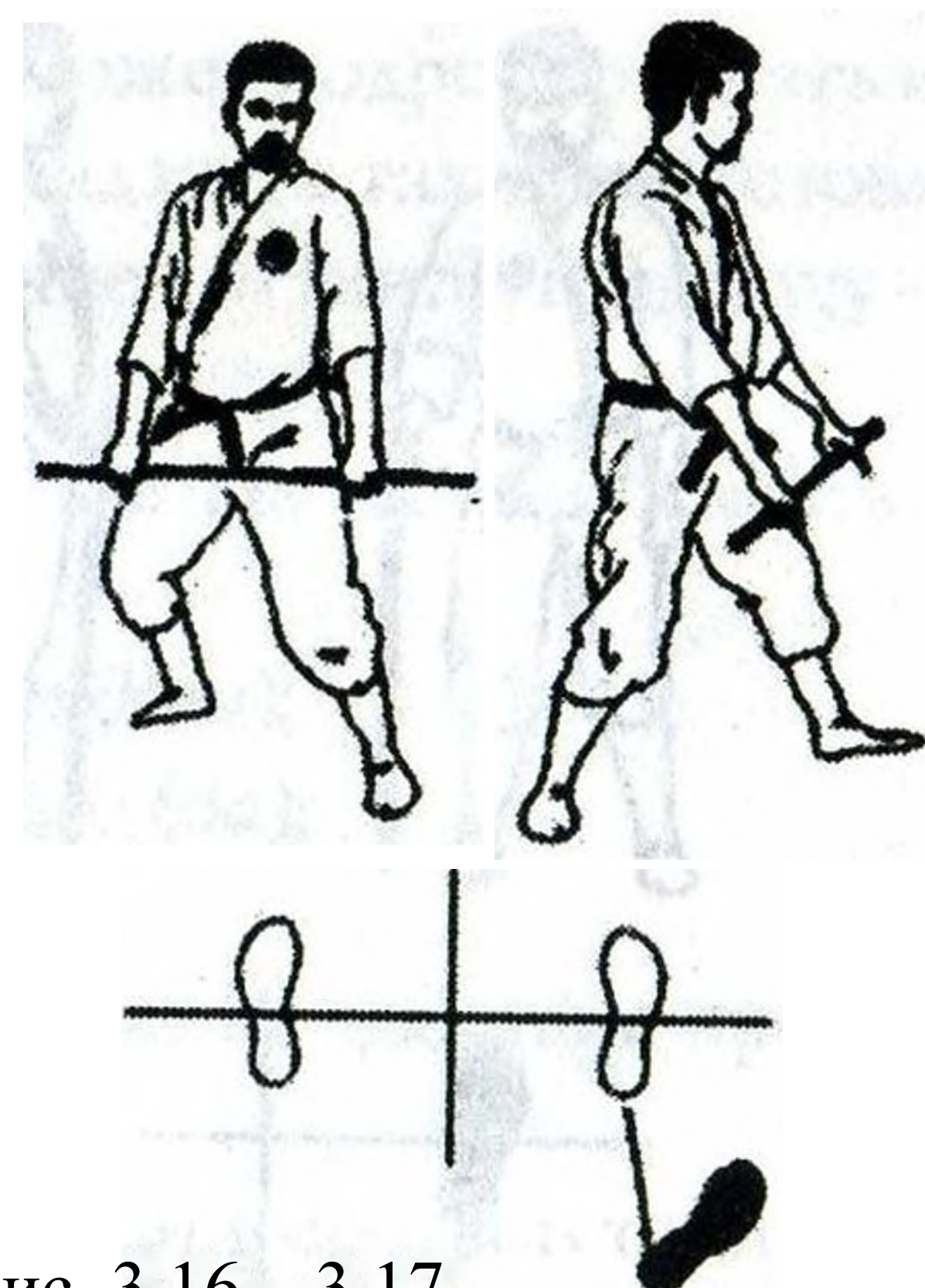


Рис. 3.16—3.17

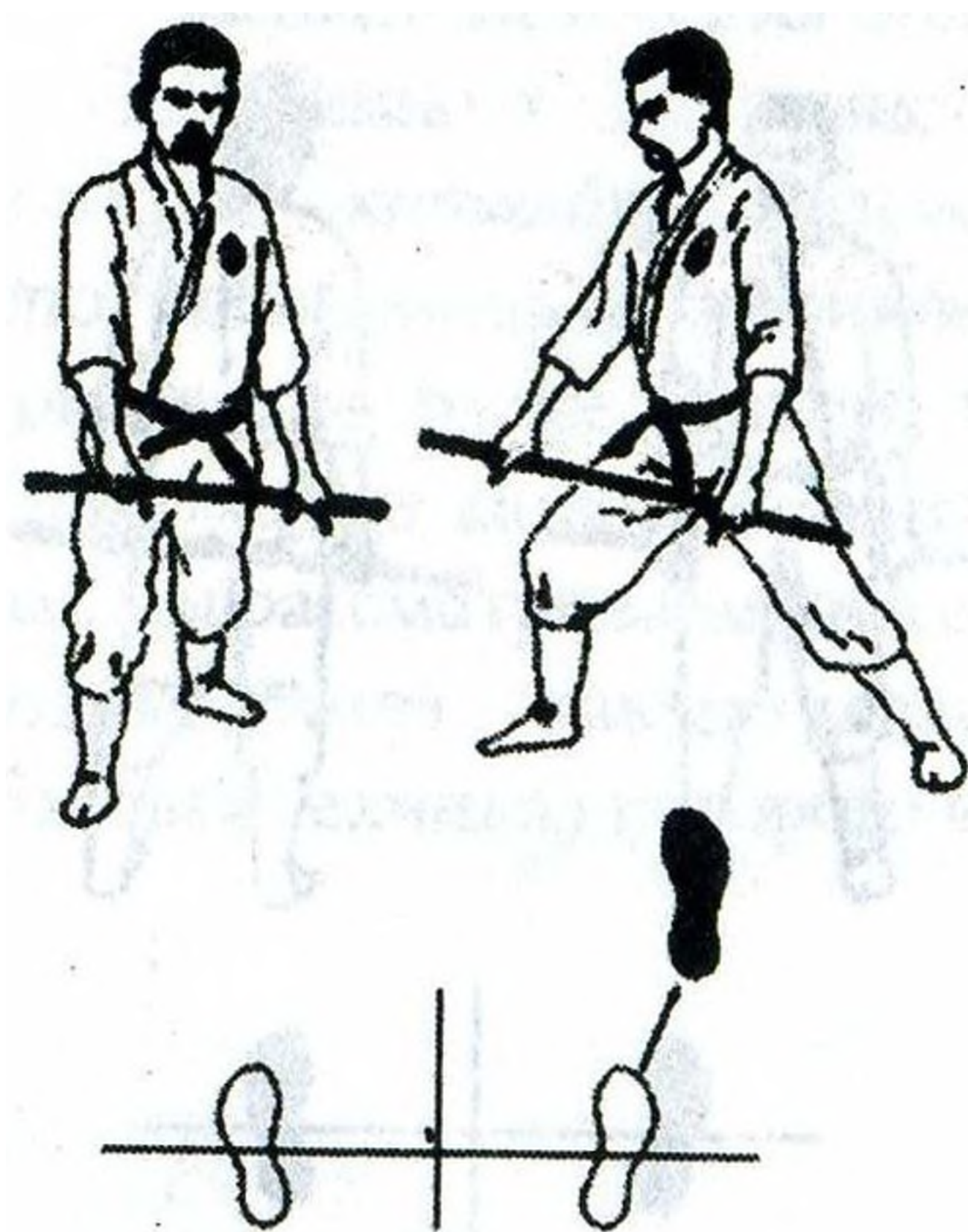


Рис. 3.18—3.19

6. Передняя атакующая стойка — [Дасу-но камаэ].

Из хира-итимондзи-но камаэ сделайте шаг вперед и займите широкую переднюю стойку. Руки сохраняют позицию «плоской единицы», лишь слегка подавая оружие вперед — рис. 3.18—3.19. Камаэ соответствует первоэлементу Огонь (*Ко*).

7. Боковая воспринимающая позиция — [Йоко-но камаэ].

Из естественной стойки (хира-итимондзи) сделайте шаг в сторону и слегка согните шагнувшую ногу в коленном суставе. Руки не меняют положения — рис. 3.20—3.21. Йоко-но камаэ соответствует первоэлементу Воздух (*Фу*).

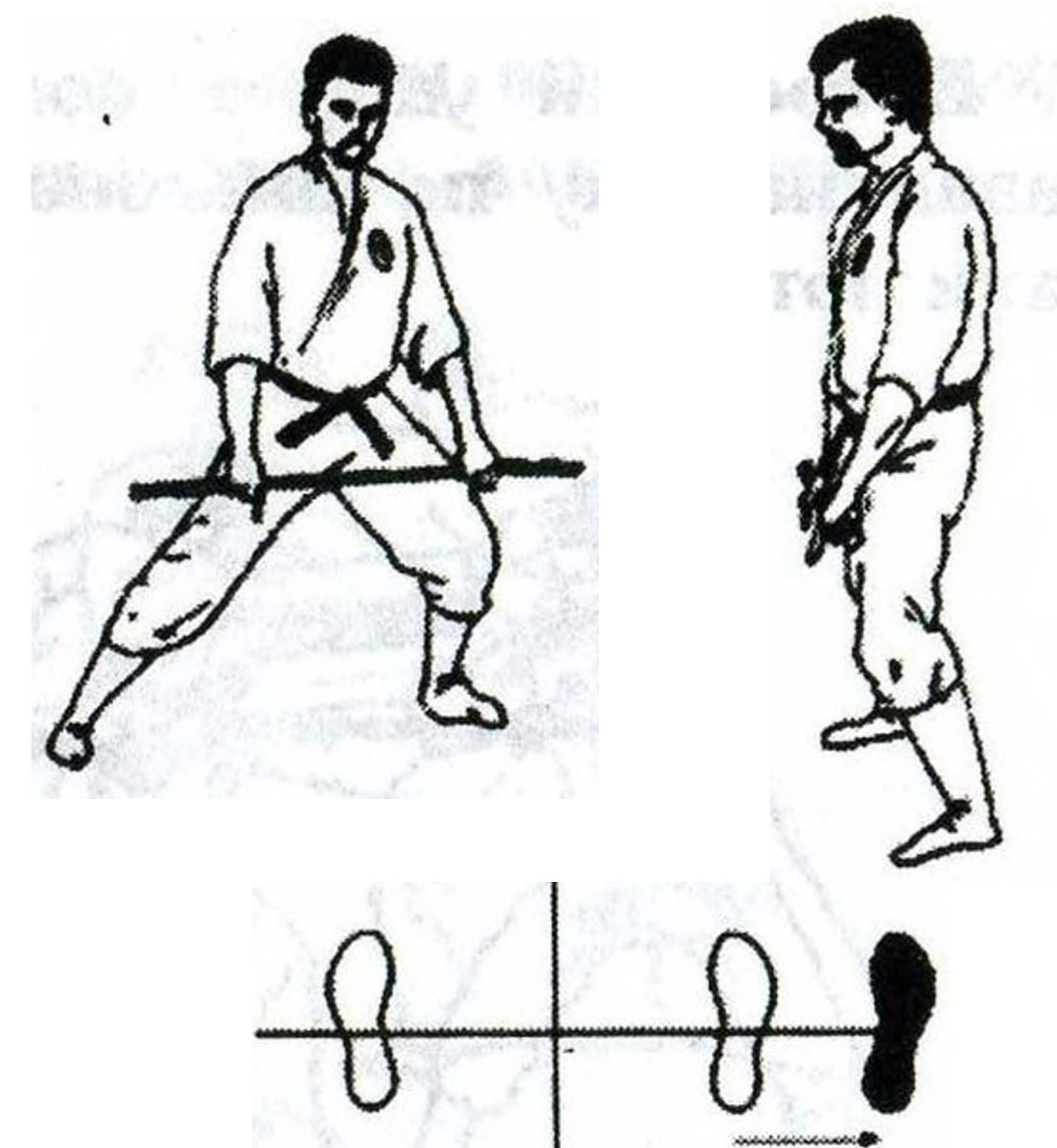


Рис. 3.20—3.21

Глава 3. Восемь базовых ударов ханбо — [Хаппо-но ханбо-ката]

В этой главе представлены только восемь основных, наиболее часто используемых ударов в *Кукисиндэнрю ханбодзюцу*, исполняемых при участии обеих рук. Маховые удары прямым и обратным хватом, перехваты и т.д. будут рассмотрены в книге «*Кукисиндэнрю ханбодзюцу*», готовящейся к выпуску.

Описанные ниже удары применяются согласно принципу «*укэ-кимэ ити йо*» («блок и удар — одно и то же») и являются первым движением в целом ряду более сложных техник — как жестких, ударных (*Гохо*), так и «мягких» (*Дзюхо*).

Отрабатывать эти движения необходимо как можно чаще с партнером, добиваясь правильной дистанции и точности ударов.

Обязательно тренируйте каждый удар в обе стороны — правую и левую.

Принципы правильной техники удара ханбо:

- сила удара рождается всем телом, а не только руками или оружием (кэн-тай-ити-йо);
- использование для достижения максимума силы правильного передвижения (аси-сабаки);
- скорость и точность удара;
- правильная дистанция для нанесения удара (маай);
- своевременность нанесения удара (сэн или доай).

1. Встречный удар в солнечное сплетение с шагом назад наружу по диагонали — [Нанамэ усиро омотэ ваки юти].

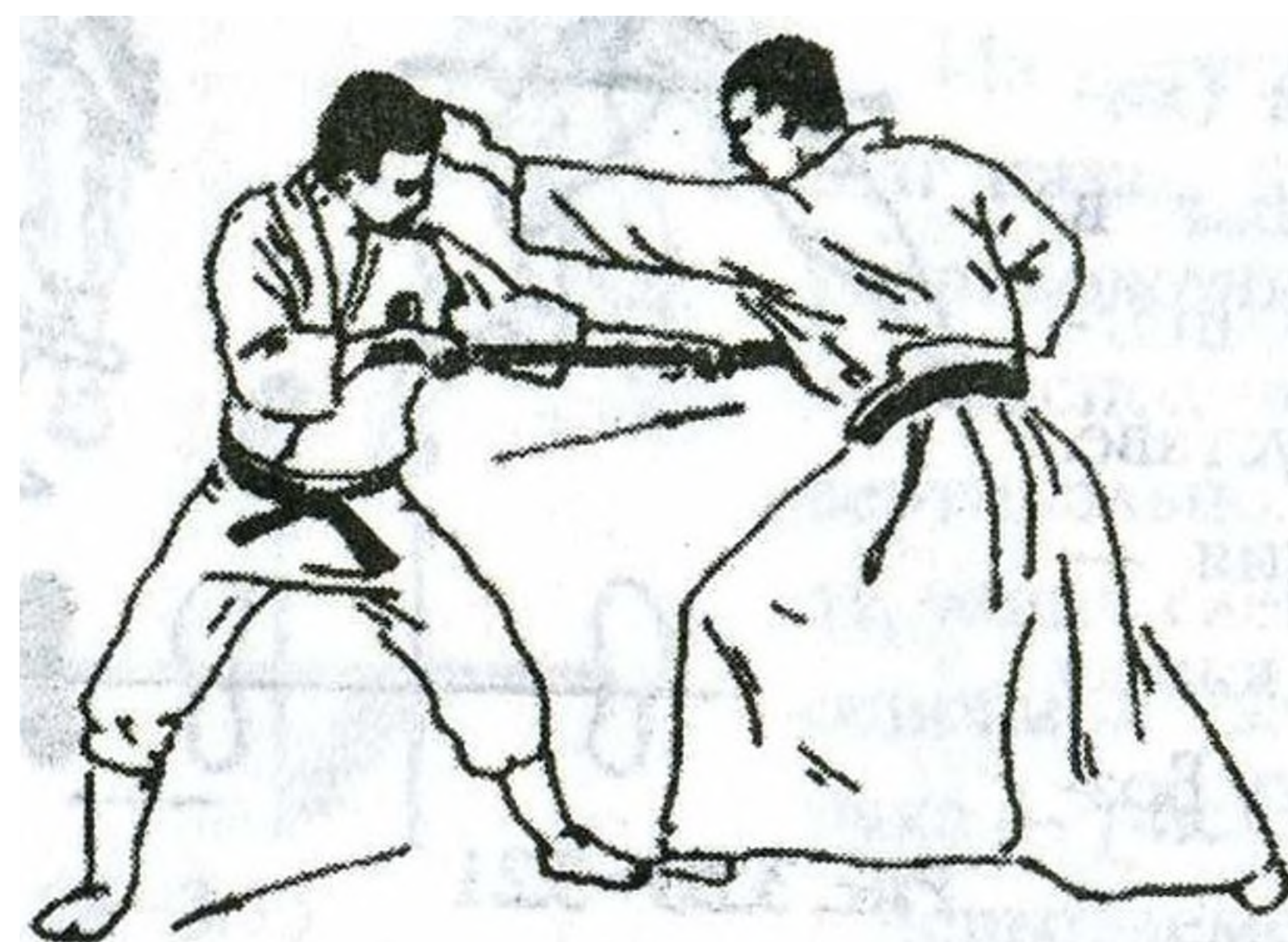


Рис. 3.22



Рис. 3.23

2. Встречный удар по ребрам с уходом вперед внутрь по диагонали — [Нанамэ маэ ура ваки юти].

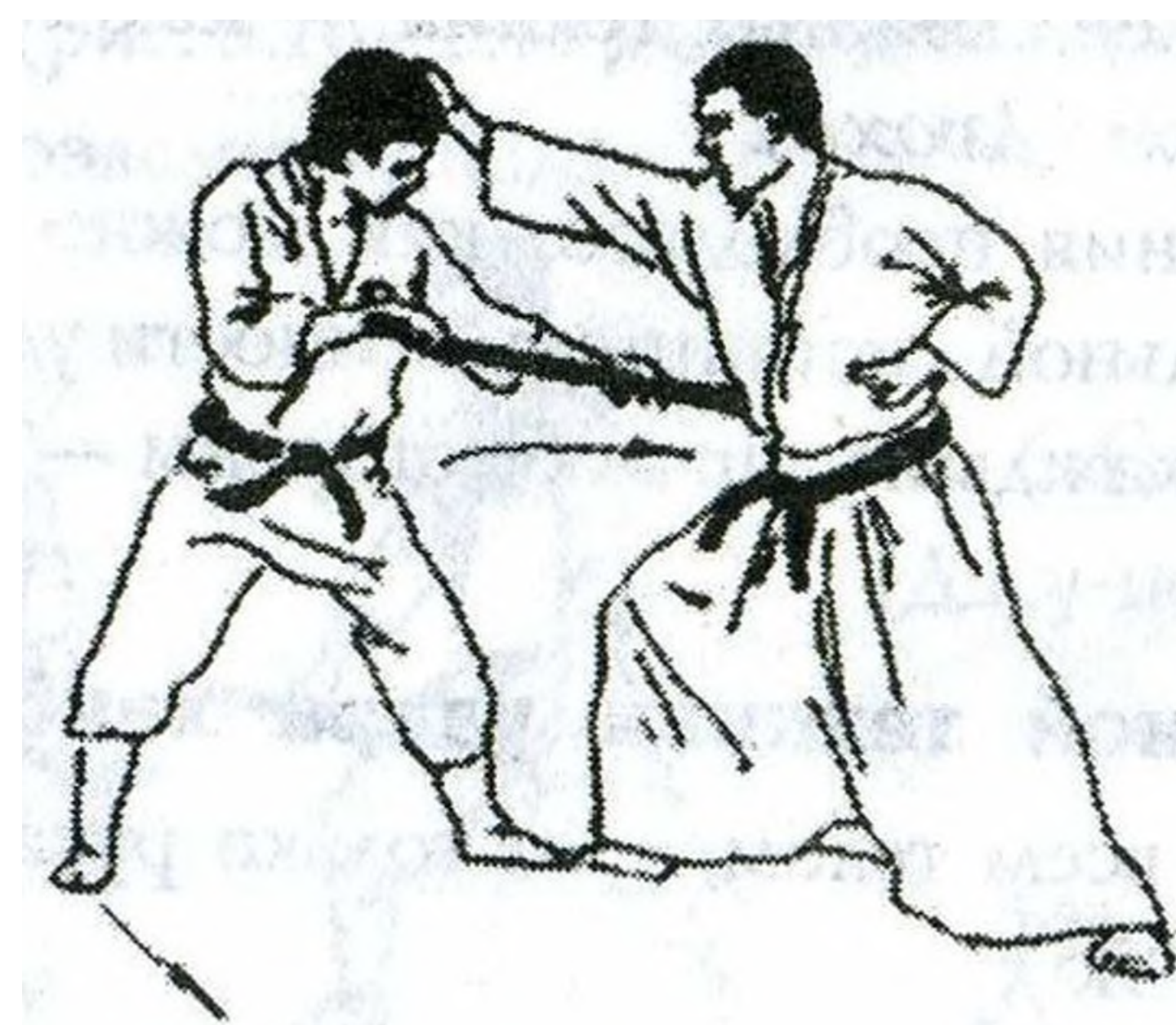


Рис. 3.24



Рис. 3.25

Противник атакует прямым ударом рукой в голову (дзе-дан-дзюн-цуки). Шагните ногой назад по диагонали, уходя от удара противника. Одновременно с шагом нанесите удар ханбо снаружи внутрь в горизонтальной плоскости в солнечное сплетение под атакующей рукой противника (рис. 3.22-3.23).

3. Встречный удар в ребра с уходом вперед наружу по диагонали - [Нанамэ маэ омотэ ваки юти]

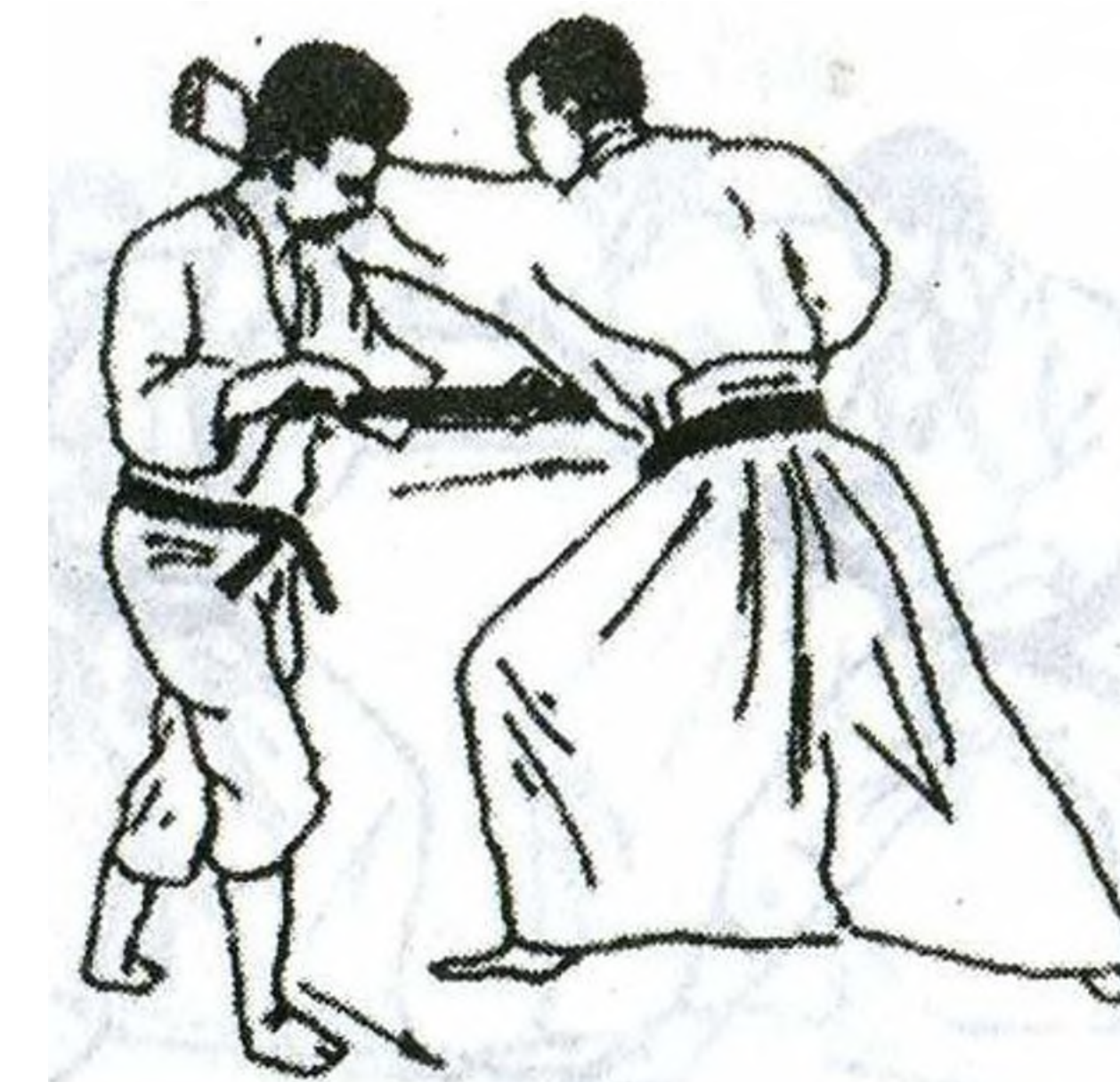


Рис. 3.26

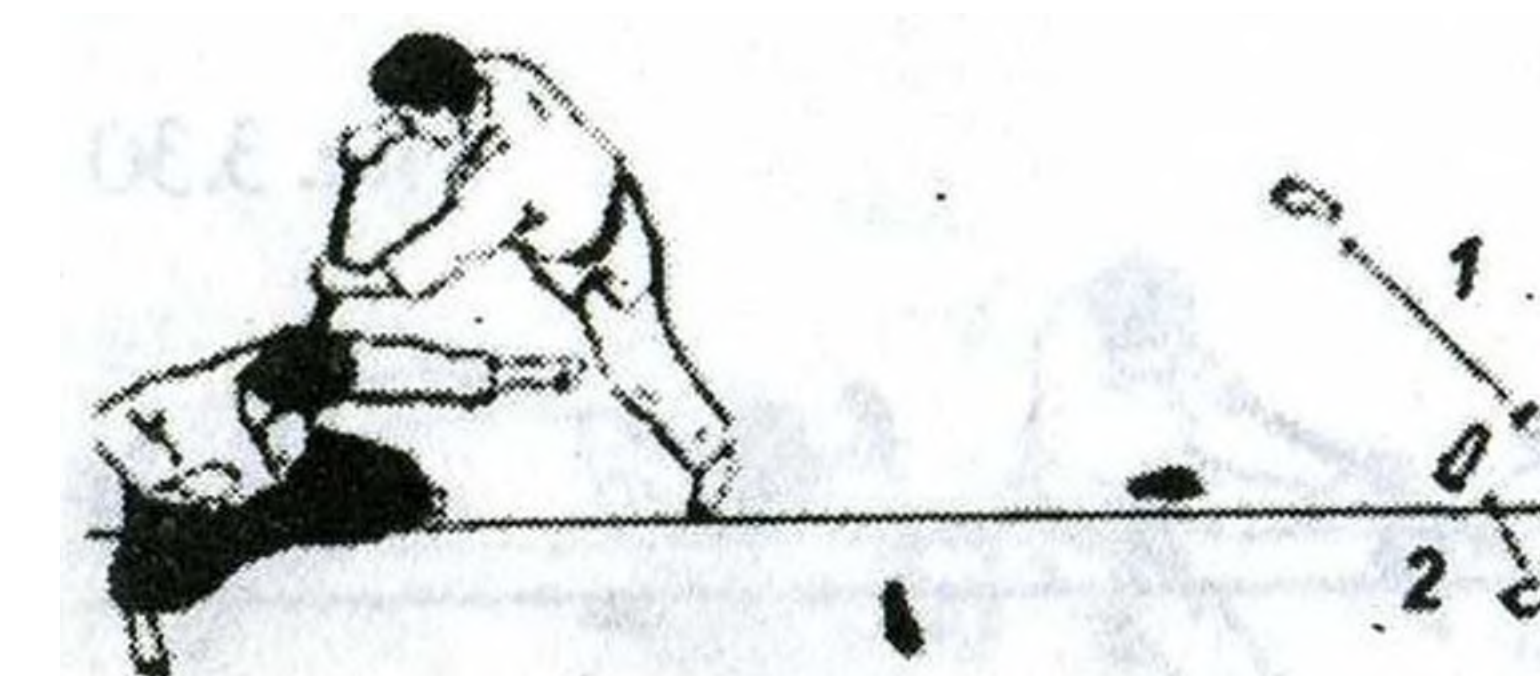


Рис. 3.27

Этот удар внешне очень напоминает технику *нанамэ у сиро омотэ ваки юти*, но уход от удара противника совершается не назад, а вперед (рис. 3.26—3.27). Естественно, что из-за изменения перемещения изменяется и цель поражения для удара.

4. Дуговой удар по предплечью с уходом наружу - [Маваси котэ юти омотэ].

Противник атакует так же, как и в предыдущих случаях. Уходя подшагиванием в сторону (наружу) по отношению к атакующей конечности, нанесите сильный дуговой удар ханбо сверху вниз по верхней части предплечья бьющей руки противника с целью нанесения травмы и (или) обезоруживания - рис. 3.28-3.29.

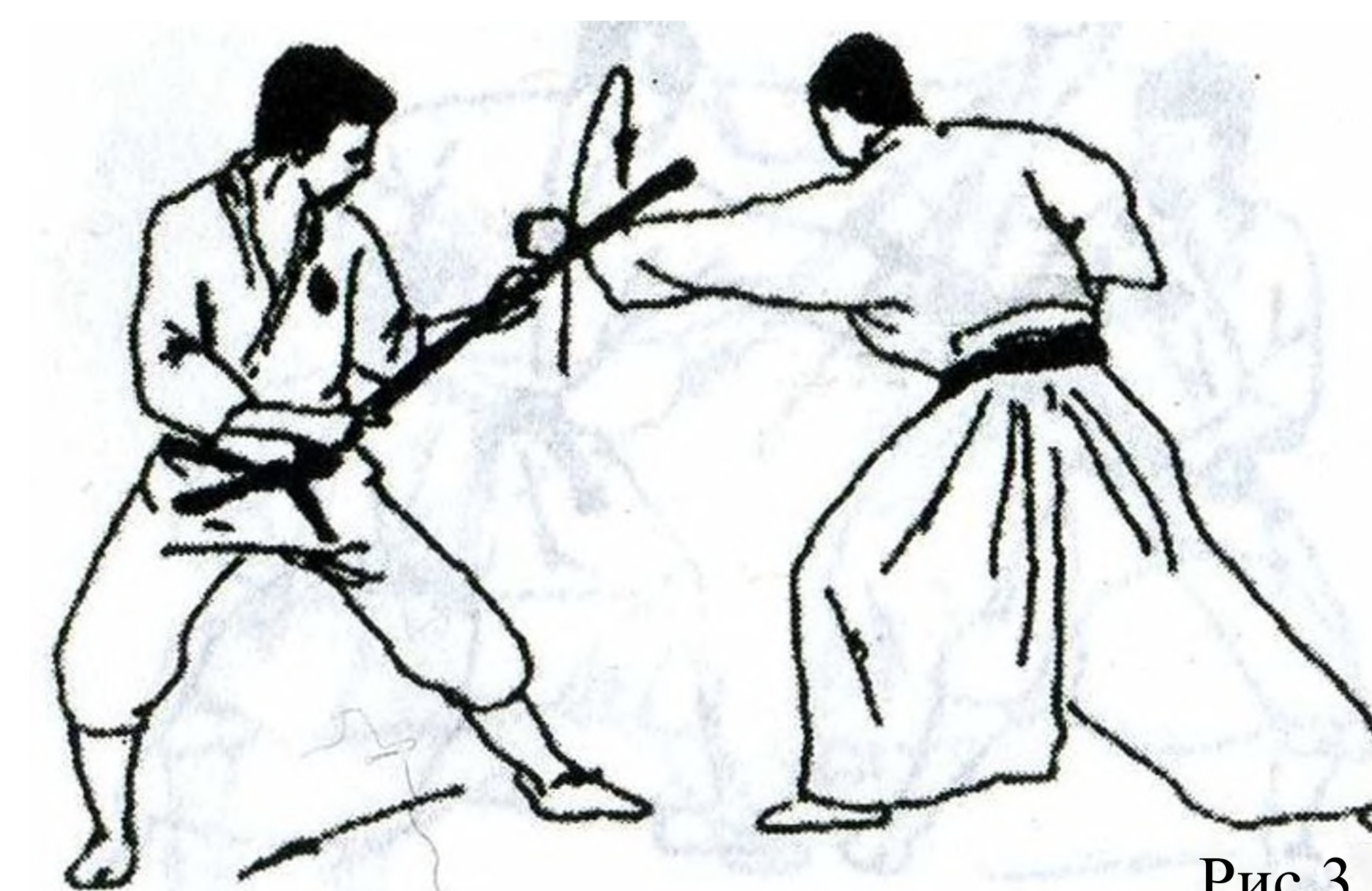


Рис 3.28

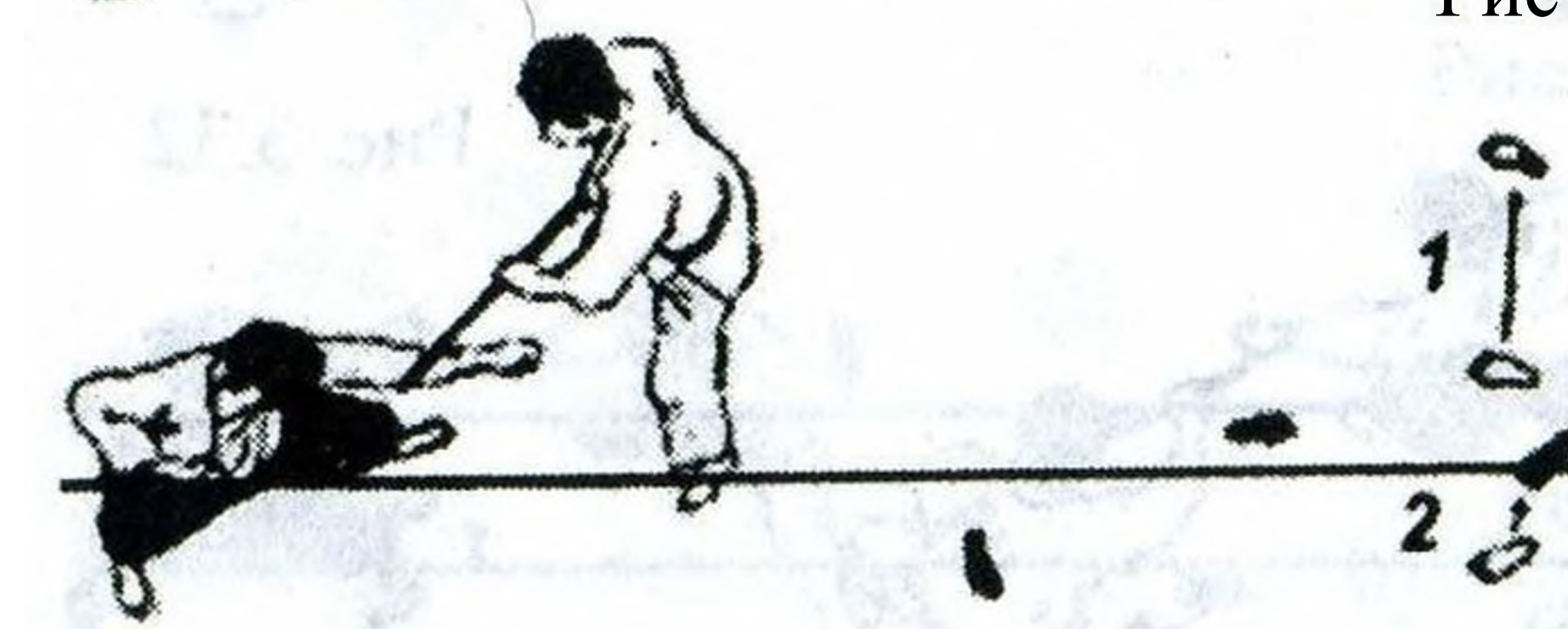


Рис. 3.29

Противник атакует так же, как и в предыдущем случае. Шагните внутрь вперед по отношению к атакующей руке противника и нанесите удар по плавающим (последним) ребрам противника - рис. 3.24-3.25.

5. Дуговой удар по предплечью с уходом внутрь — [Маваси котэ юти ура].

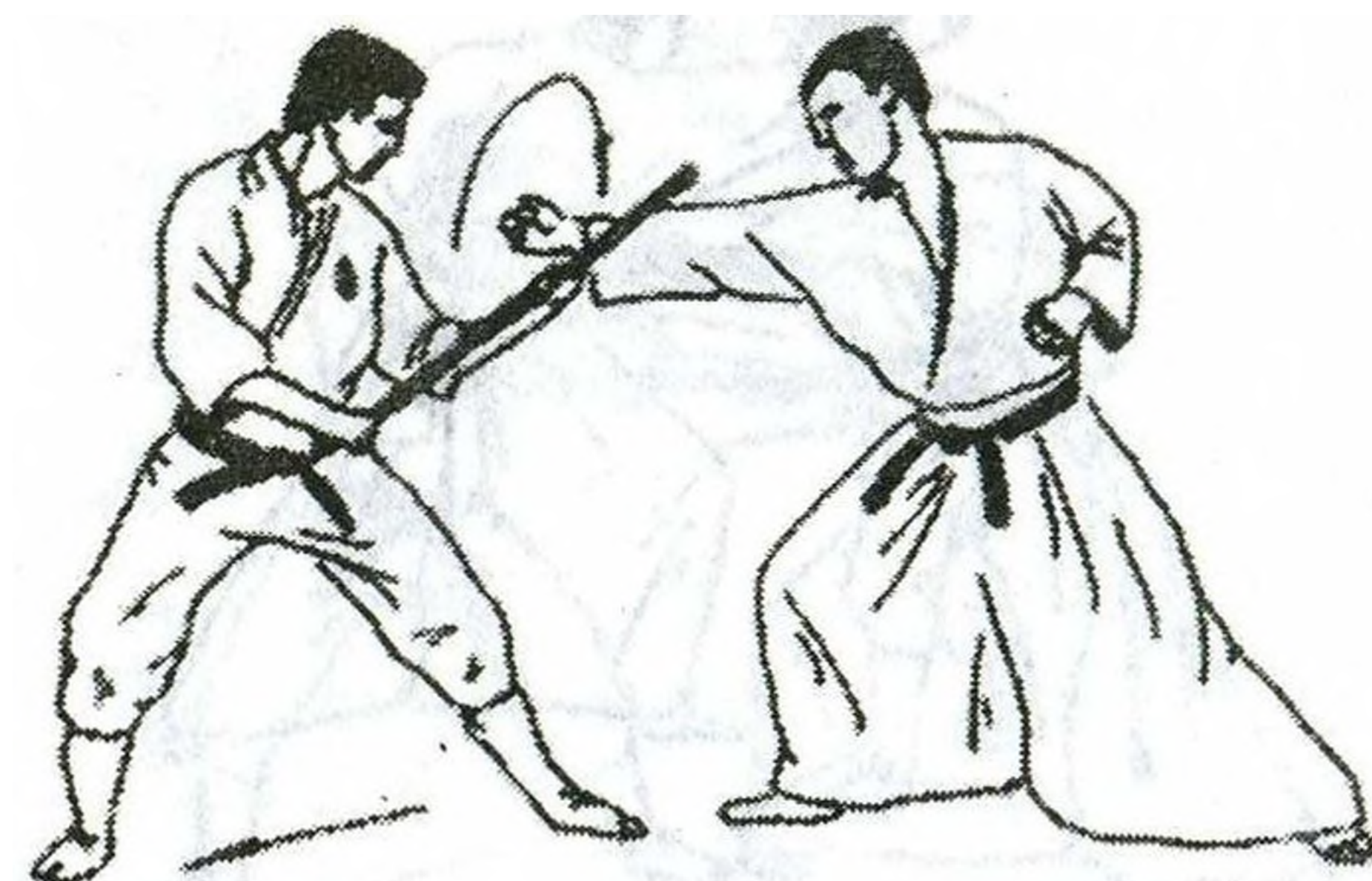


Рис. 3.30



Рис. 3.31

6. Прямой удар по предплечью сверху с уходом наружу — [Котэ юти омотэ].

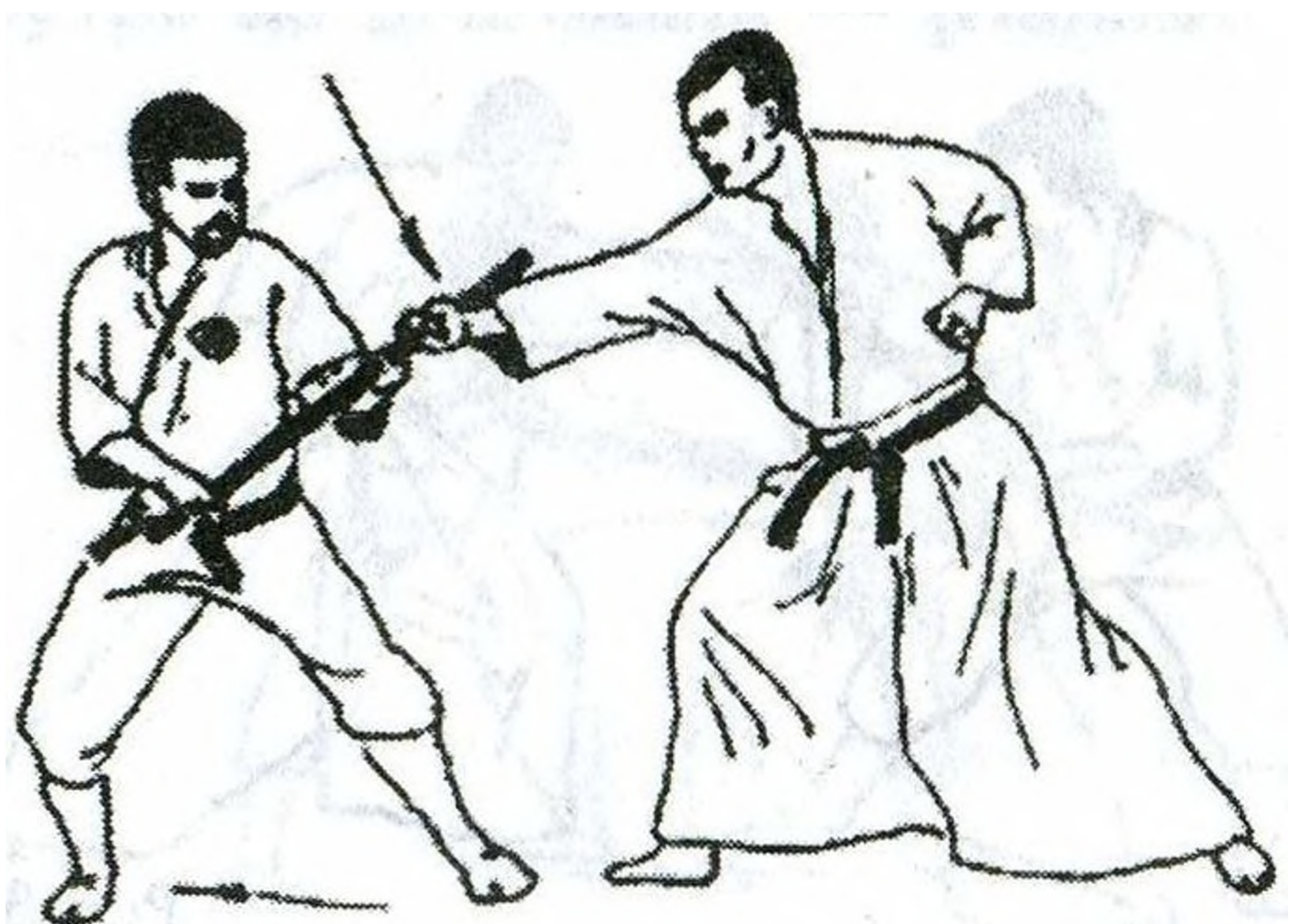


Рис. 3.32

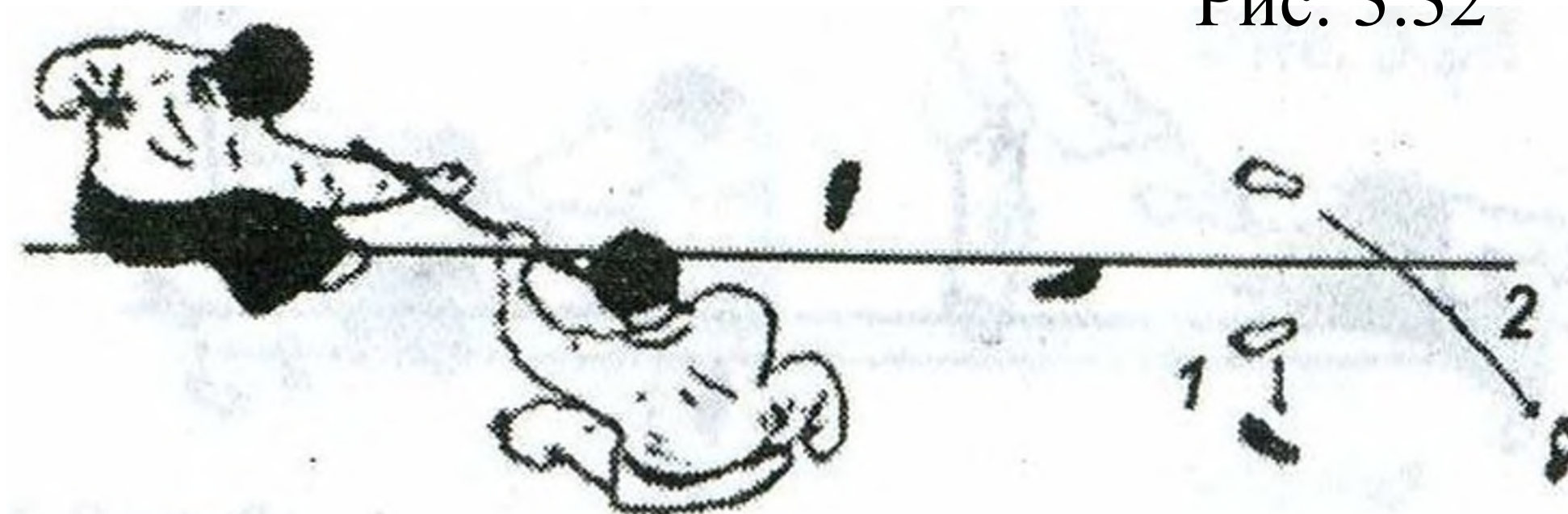


Рис. 3.33

Используя технику *маваси котэ юти* (дугового накрывающего удара по предплечью), нанесите удар по атакующей руке противника, уходя внутрь по отношению к линии атаки — рис. 3.30-3.31.

Когда противник наносит прямой удар кулаком (в любой уровень), шагните своей одноименной ногой с его ударной рукой в сторону своей противоположной ноги назад и нанесите прямой рубящий удар ханбо сверху по верхней части предплечья противника — рис. 3.32—3.33.

7. Прямой удар сверху по предплечью с уходом внутрь — [Котэ юти ура].

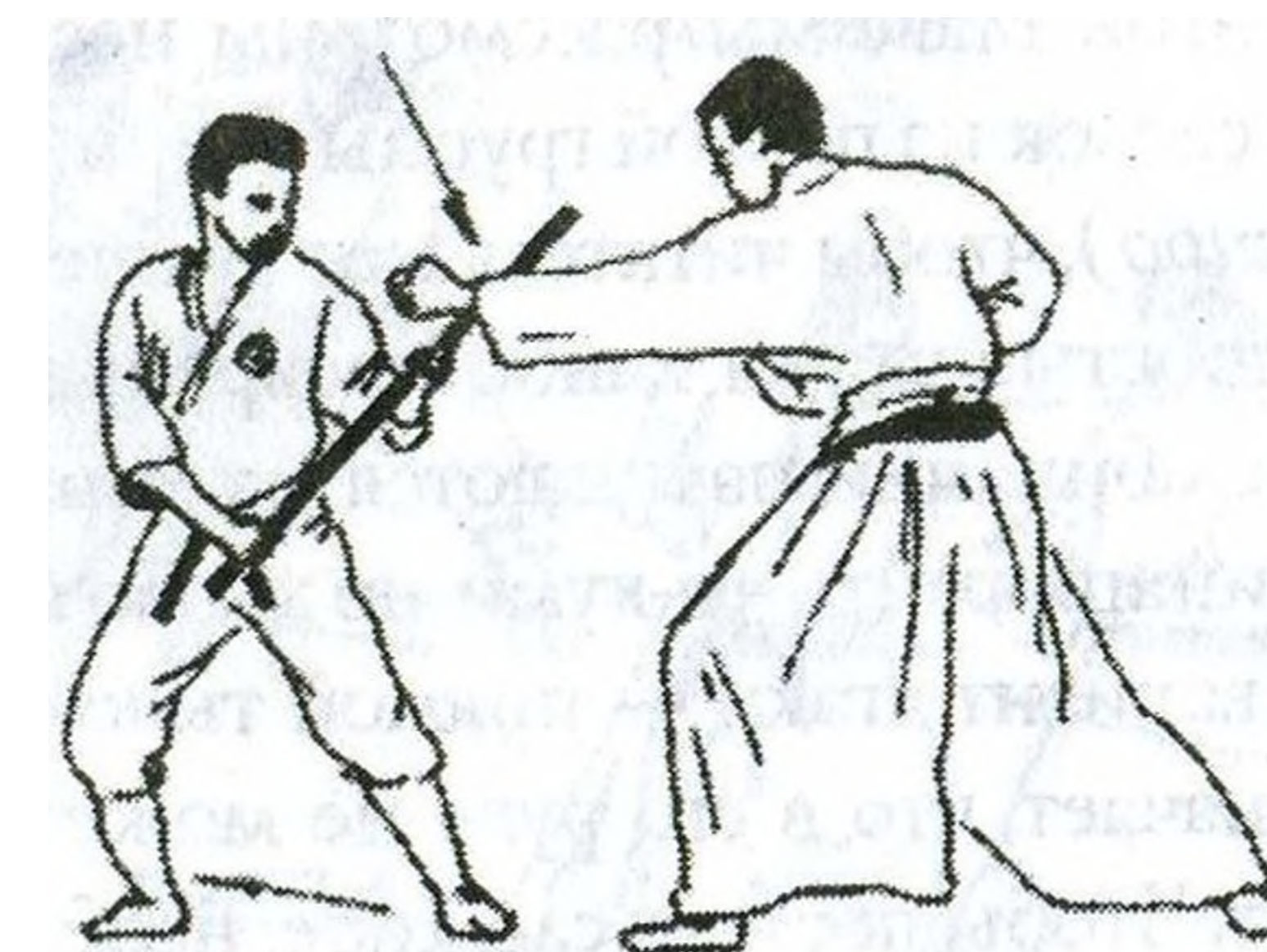


Рис. 3.34



Рис. 3.35

Выполните технику *котэ юти*, уходя не наружу, а внутрь по отношению к атакующей руке противника — рис. 3.34-3.35.

8. Тычок палкой, удерживаемой одной рукой [Кататэ цуки].

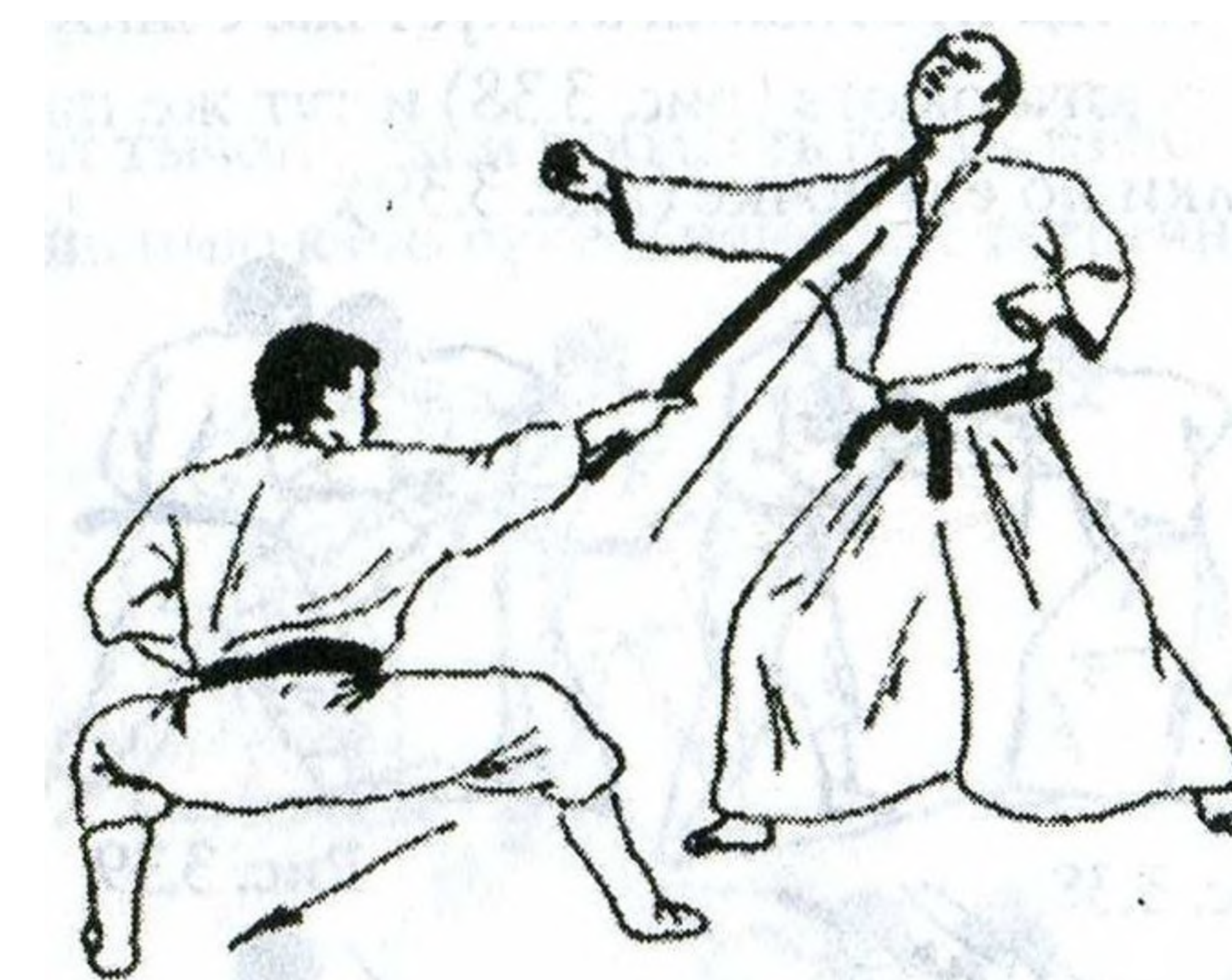


Рис. 3.36

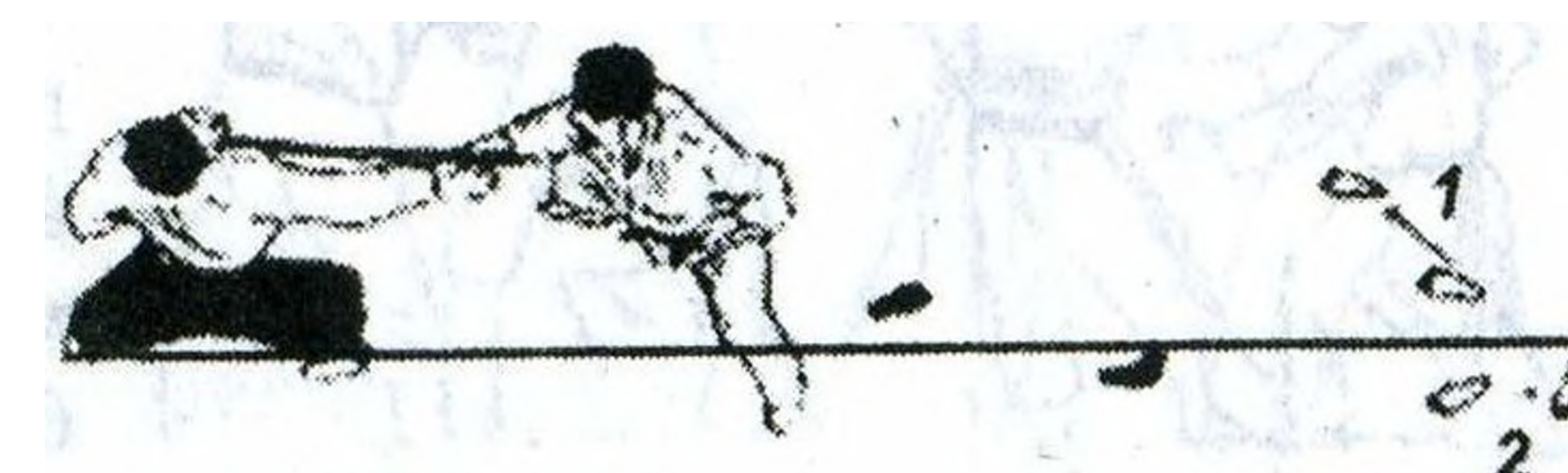


Рис. 3.37

В момент, когда противник наносит прямой удар кулаком, сделайте небольшой диагональный шаг ногой назад, одновременно резко опуская тело (приседая) и нанося сильный и точный тычок концом ханбо в его горло — рис. 3.36—3.37.

Глава 4. Жесткие ударные комбинации с использованием ханбо — [Го-куми-но ханбо]

В этой главе мы рассмотрим несколько так называемых «ударных» связок из первой группы ударных комбинаций (*Ити-го-куми-но ханбо*), чтобы читатель мог лучше представить себе, каким образом простые удары ханбо превращаются в смертоносную технику. Все комбинации начинаются из хира-итимондзи-но камаэ. Во всех комбинациях ити-го-куми-но ханбо нападающий выполняет только один вариант атаки — прямой тычок (*дзюн-цуки*), однако это вовсе не означает, что в его руке не может быть зажат нож, камень или кастет. Чтобы постичь сложное, необходимо начинать с простого.

Главным в любой ударной комбинации является плавное перетекание одного удара (движения) в другой, последующее действие, а также скорость и точность выполнения всего движения в целом.

Во время нанесения ударов резко выдыхайте, напрягая переднюю стенку живота и, на долю секунды, все тело (*кимэ*).

Старайтесь не разучивать комбинации по элементам. Лучше выполнять их медленно, но слитно, чем быстро, но искаженно.

Комбинация 1. [Маваси котэ юти омотэ/тюдан кирицу фури/дзедан о хира риотэ фури]

Когда противник атакует вас с шагом вперед, проведите маваси котэ юти омотэ (рис. 3.38) и тут же нанесите удар другим концом палки по его почке (рис. 3.39).

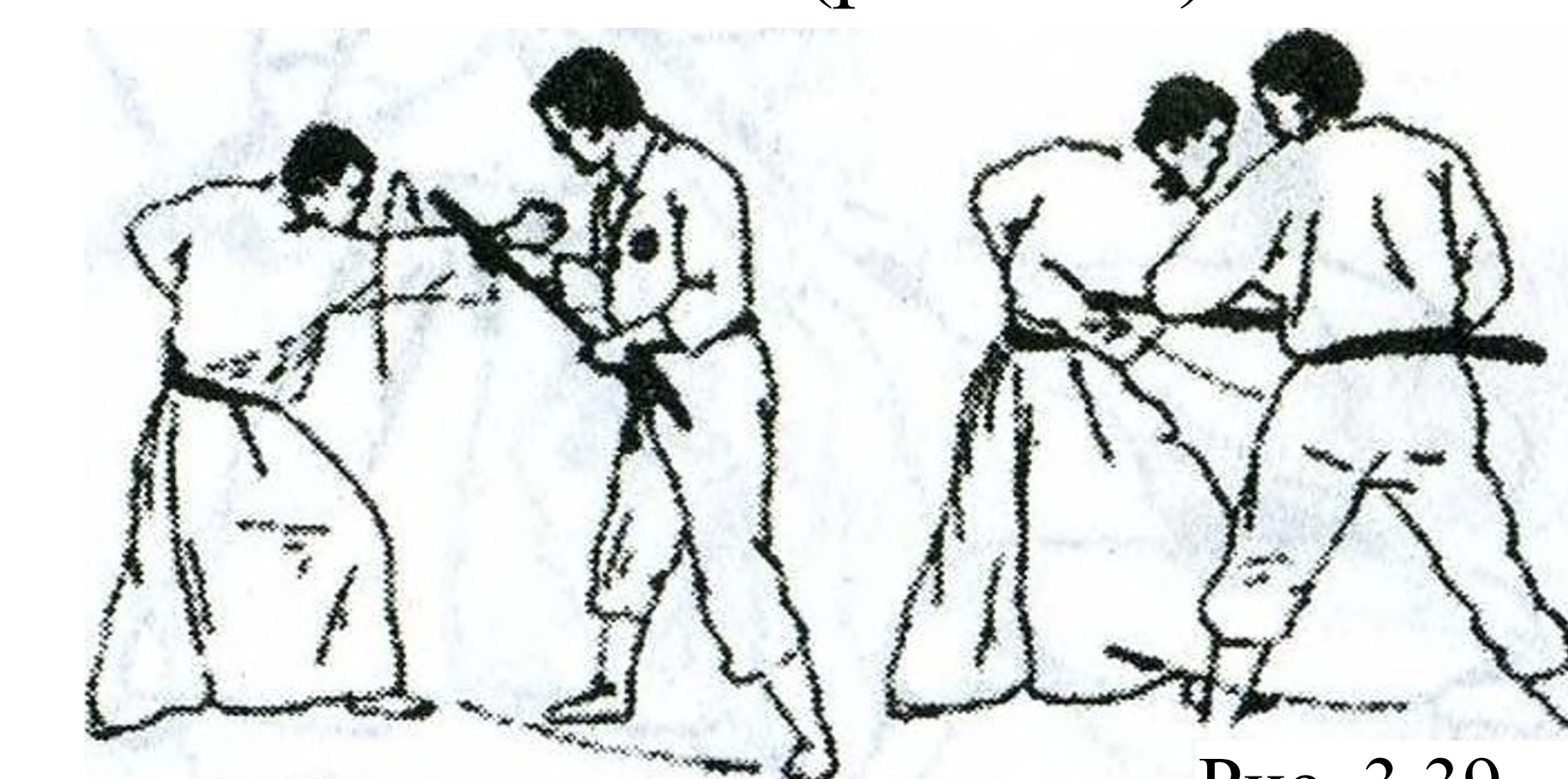


Рис. 3.38

Рис. 3.39

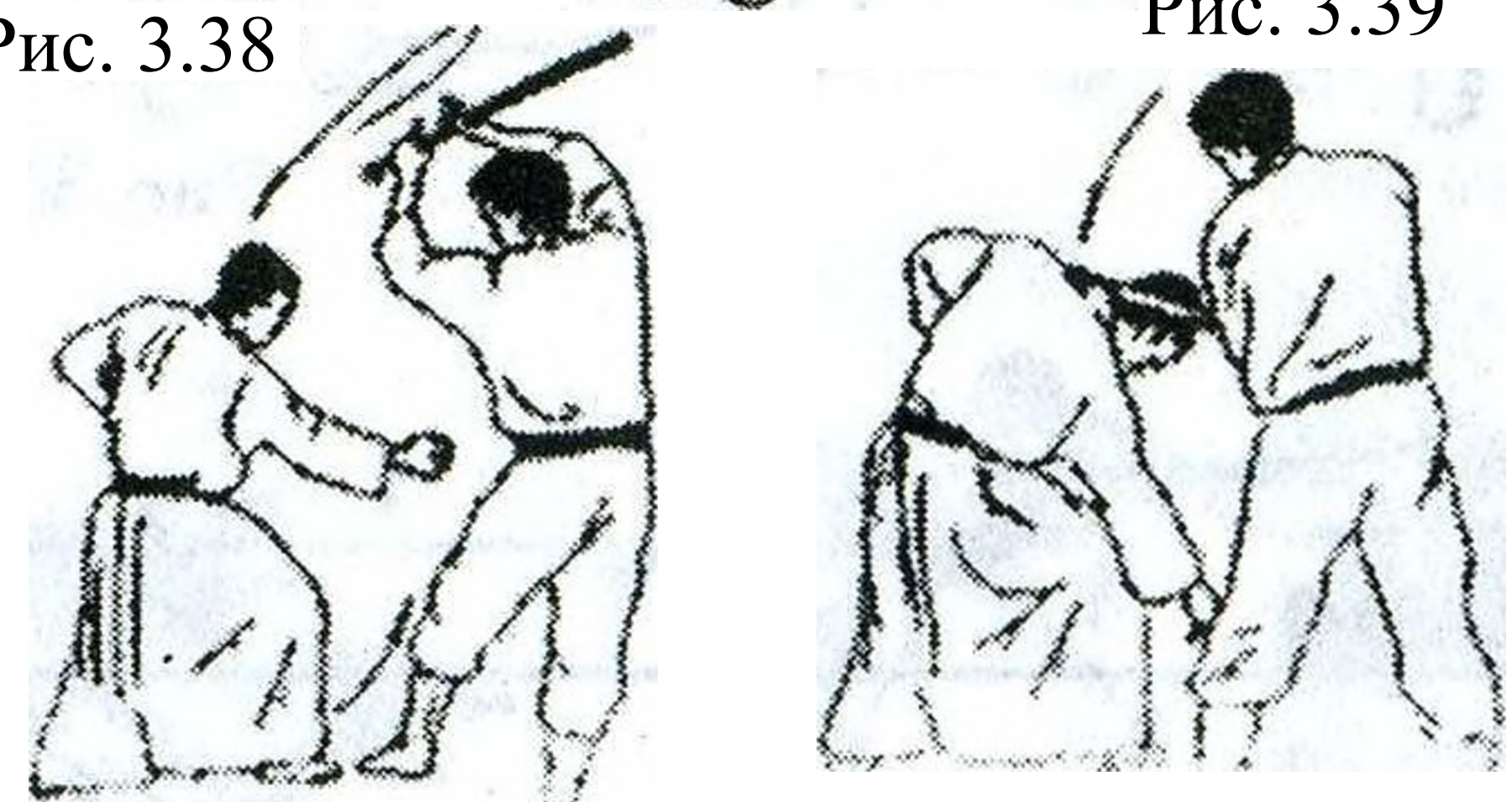


Рис. 3.40

Рис. 3.41

Скользнув рукой по телу оружия, сведите руки вместе у левого конца ханбо, немного отшагивая при этом назад (волнообразным движением) — рис. 3.40. Не прерывая общего ритма техники, резко нанесите рубящий удар ханбо по затылку противника, вложив в него всю силу тела и используя *кэн-о* (выдох с криком, больше известный как *киай*) — рис. 3.41.

Комбинация 2. [Йоко укэ/ко фури агэ/дзедан кататэ фури ура]

Сбивая руку противника серединой вертикально расположенного ханбо (между своих рук) изнутри наружу (рис. 3.42), тут же нанесите резкий короткий удар нижней частью оружия в пах (рис. 3.43). Отпустите верхний конец палки, чтобы он, подобно выпрямляющейся гибкой ветви, ударил противника в висок — рис. 3.44.

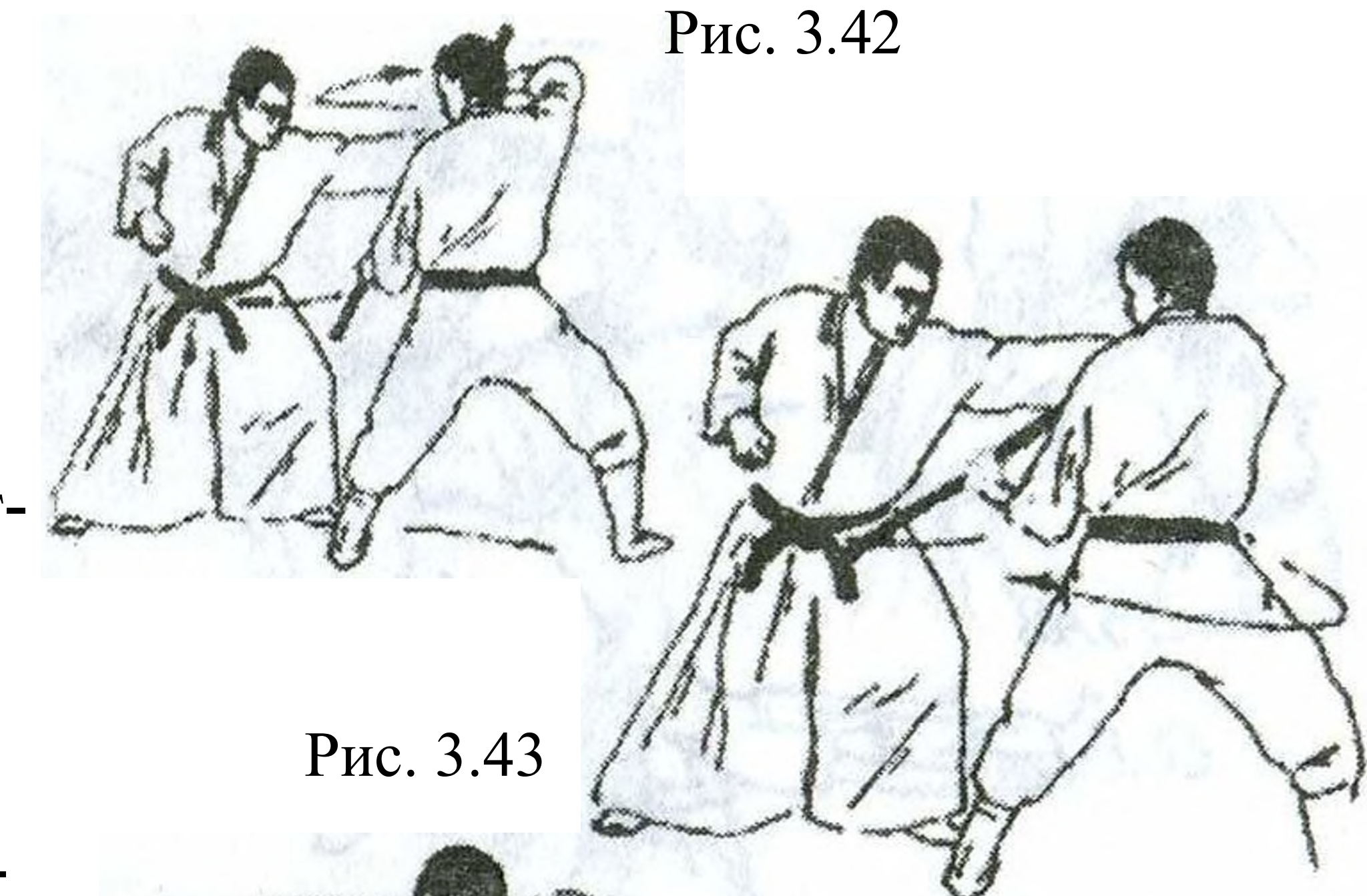


Рис. 3.42

Рис. 3.43



Рис. 3.44

Комбинация 3. [Маваси котэ юти омотэ/дзедан кирицу фури/хира нанамэцуки (нагэ)]

Когда противник наносит тычок рукой в область груди, сделайте шаг вперед наружу по отношению к его руке и нанесите встречный

удар палкой в висок (рис. 3.45). Не прерывая движения, заведите палку за его тело, как показано на рис. 3.46, и, сделав шаг ему за спину, перехватите оружие другой рукой. Нанесите своей ногой «штампующий» удар под его колено сзади, одновременно выводя его из равновесия с помощью палки (рис. 3.47—3.49).

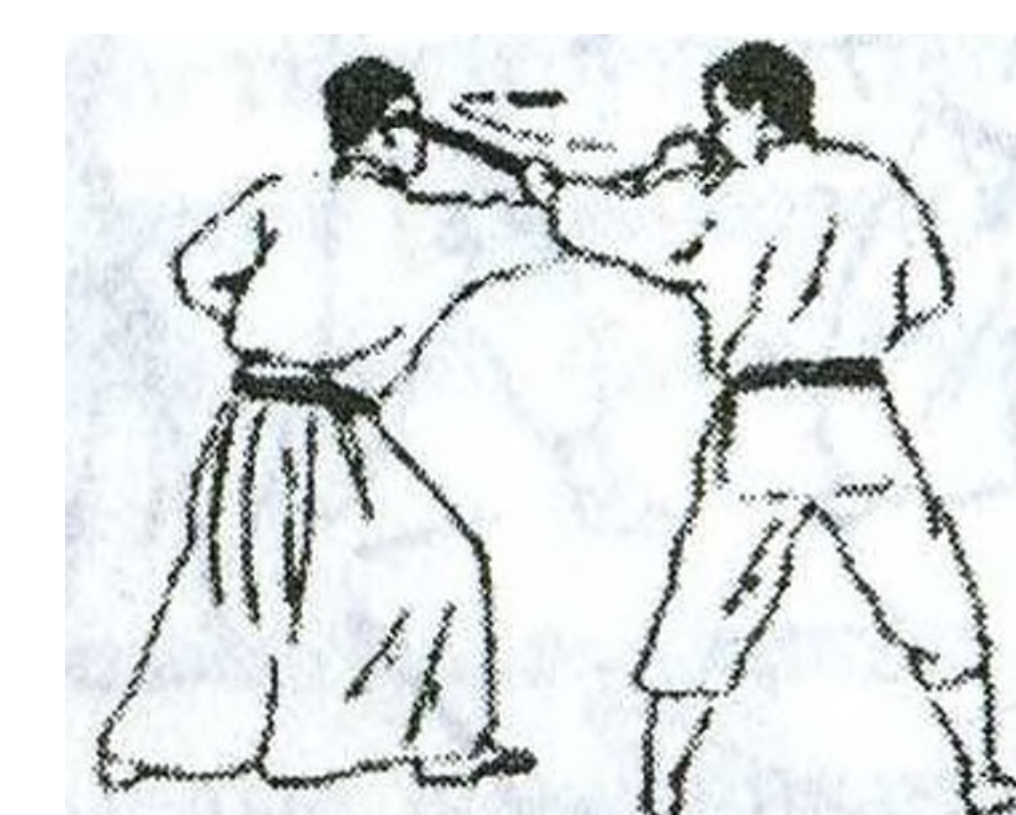


Рис. 3.45



Рис. 3.46

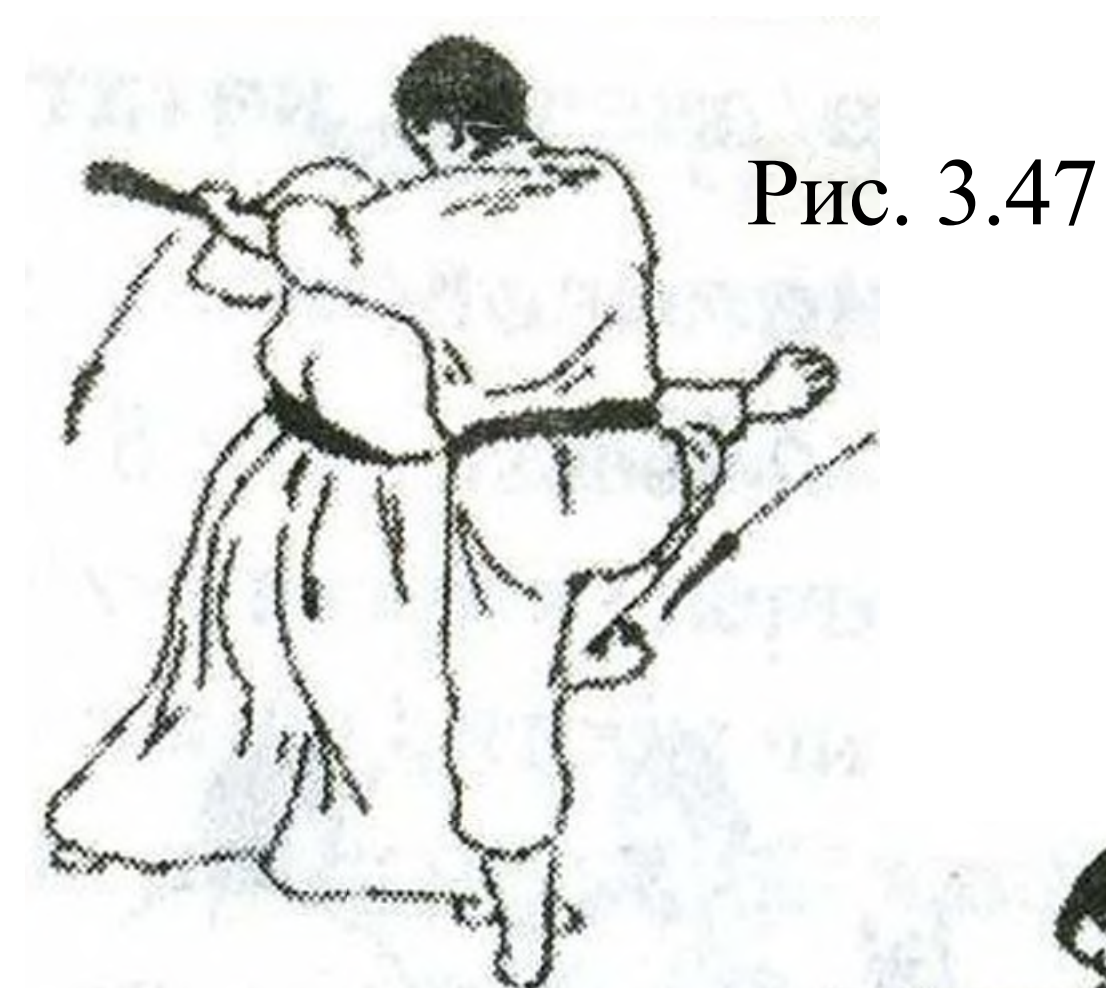


Рис. 3.47



Рис. 3.48

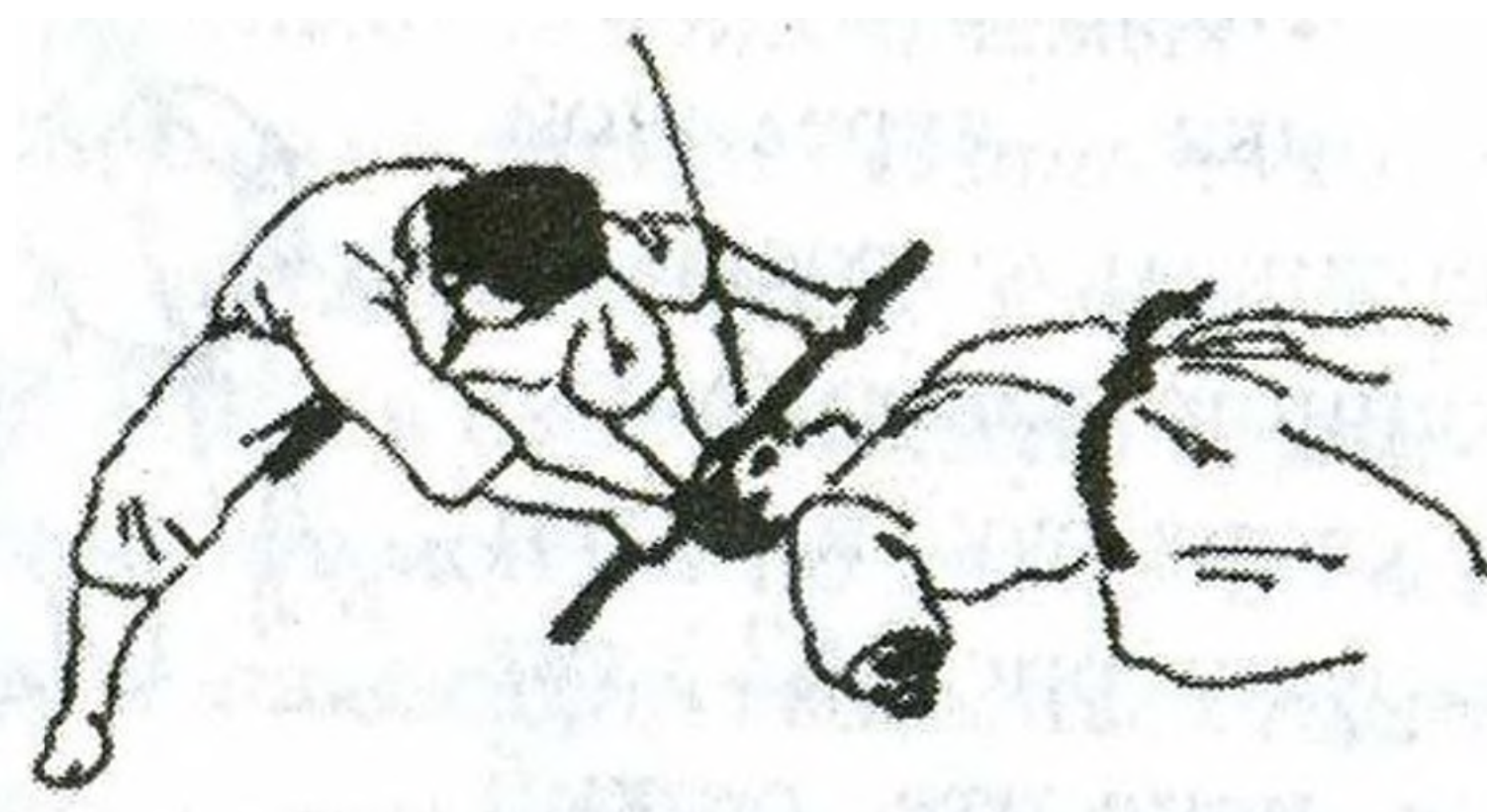


Рис. 3.49

Комбинация 4. [Дзедан кататэ фури-укэ/гюдан хира риотэ фури/гэдан хира фури]

Отступая назад от удара противника, нанесите резкий удар палкой, удерживаемой одной рукой, по его предплечью изнутри (рис 3.50). Не прерывая движения, перехватите ханбо другой рукой рядом с уже имеющимся захватом (подобно захвату меча) и нанесите рубящий удар по ребрам снаружи (рис 3.51). Слегка размахнувшись (рис. 3.52), нанесите еще один удар по голени противника снаружи (по щиколотке), сбивая его с ног (рис. 3.53).

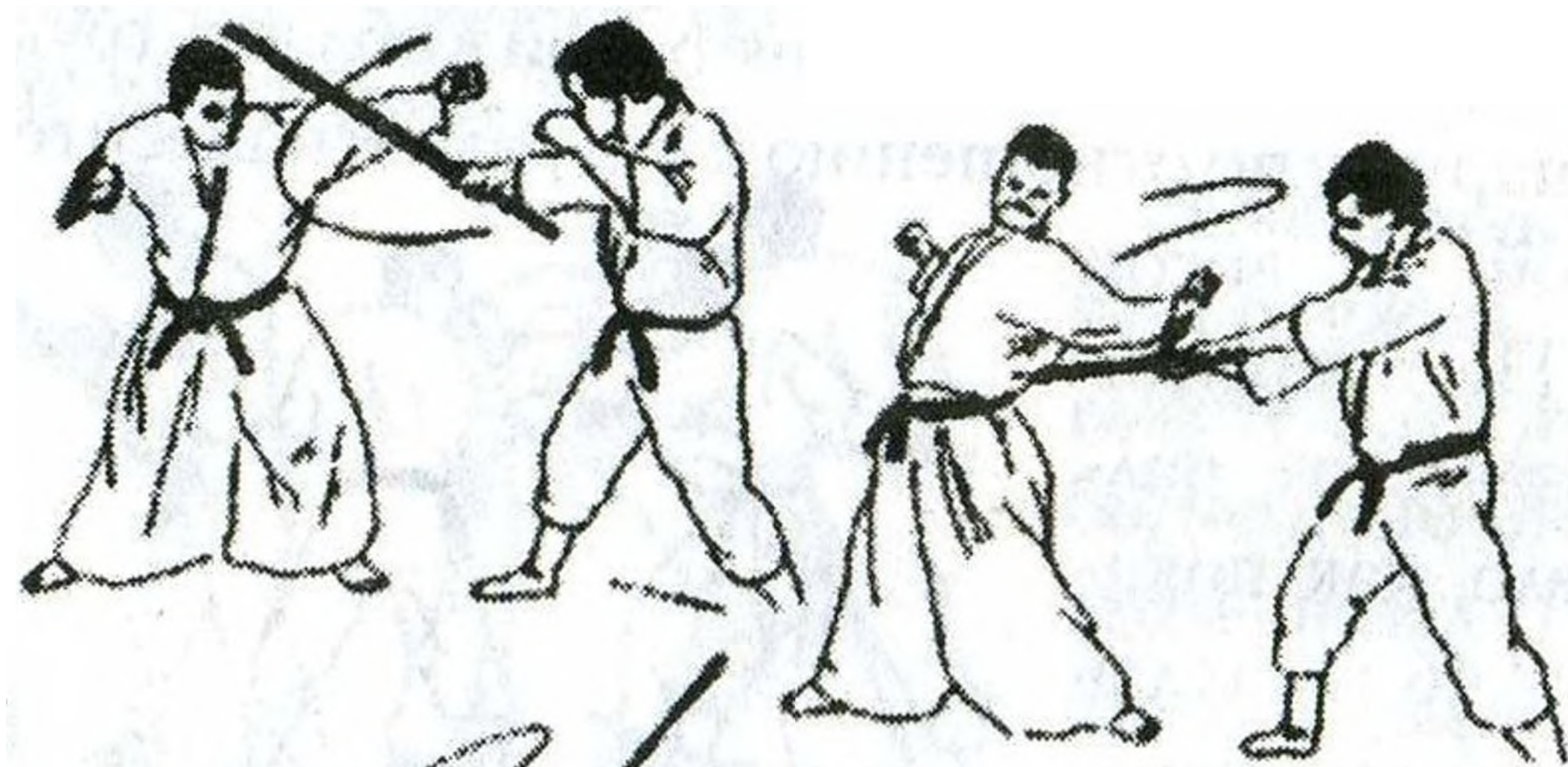


Рис. 3.50



Рис. 3.51

Рис. 3.52



Рис. 3.53

Комбинация 5. [Йоко укэ/кирицу нанамэ цуки ура (нагэ)]

Сбивая атакующую руку противника внутрь серединой ханбо (между рук) — рис. 3.54, нанесите удар концом ханбо в межключичную впадину противника, как показано на рис. 3.55. Не меняя направления усилия, перейдите к давяще-сваливающему действию (рис 3.56), сбивающему противника на землю. Добейте противника на земле резким и коротким тычком в горло (рис. 3.57).

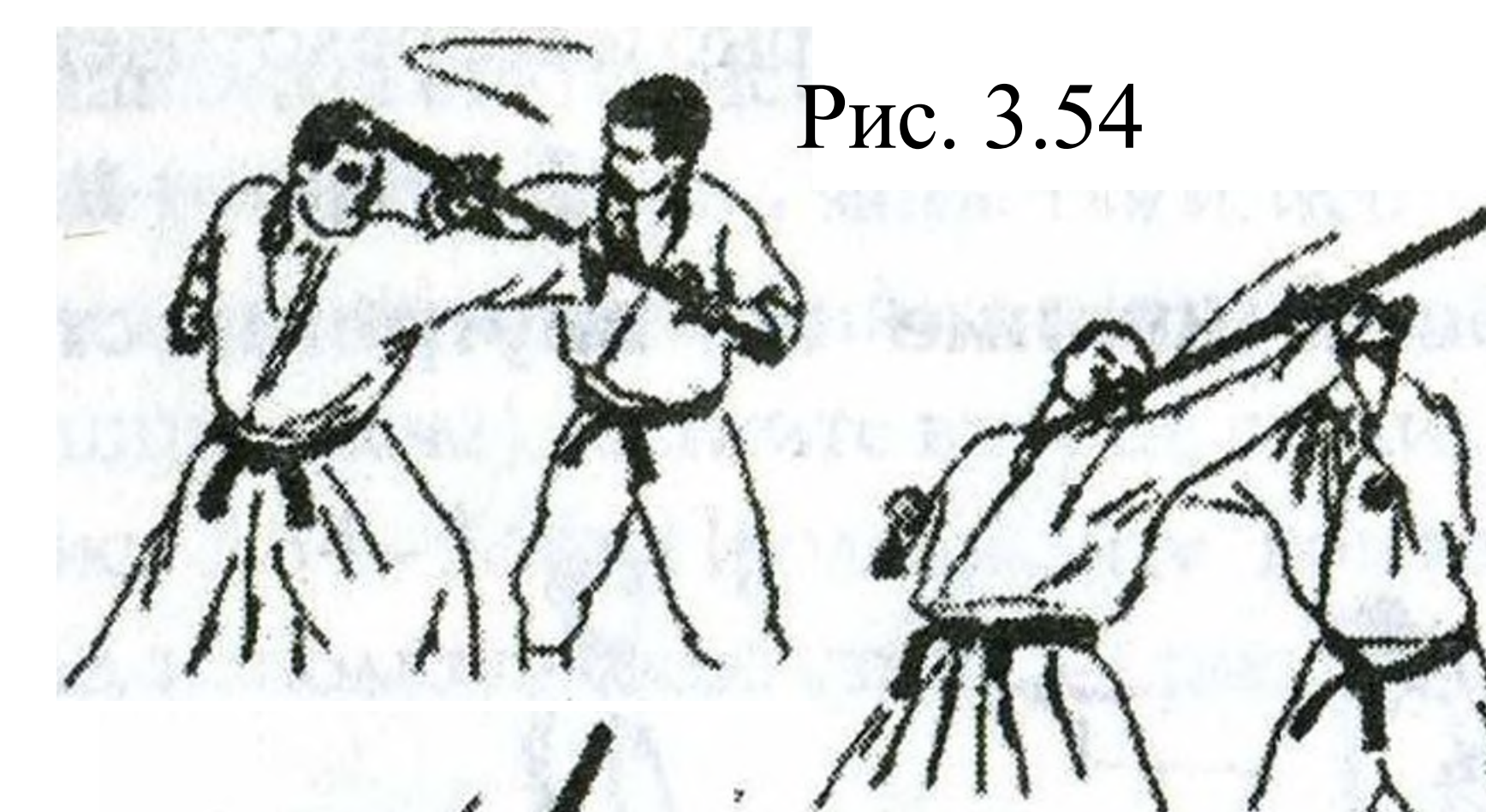


Рис. 3.54



Рис. 3.55

Рис. 3.56



Рис. 3.57

Глава 5. «Мягкая» техника ханбо — [Дзю-куми-но ханбо]

В этой главе мы рассмотрим основные «мягкие» техники с использованием ханбо от следующих видов нападения:

- контртехника от прямого тычка рукой (*цуки-каэси*);
- контртехника от удара ногой (*кэри-каэси*);
- контртехника от захвата за руки, одежду на груди и обхватов туловища (*нуки-каэси*);
- контртехника от захватов за палку (*ханбо-дори-каэси*).

«Мягкие» техники — болевые выкручивания, перегибания и сваливания — требуют от исполнителя гораздо большей координированности, точности и силы, чем удары или толчки ханбо. Именно поэтому мы отвели данному виду техники *большую* часть раздела этой книги, посвященного искусству ханбо.

Тренировке данной группы движений с партнером также должна отводиться главная роль в занятиях по овладению техникой боя с короткой палкой.

Внимательно следуя инструкциям, данным в этой книге, можно добиться хороших результатов в достаточно короткие сроки, если заниматься регулярно и сосредоточенно.

1. [Цуки-каэси]

«Ввинчивание во внутренности» — [Цукэ ири]

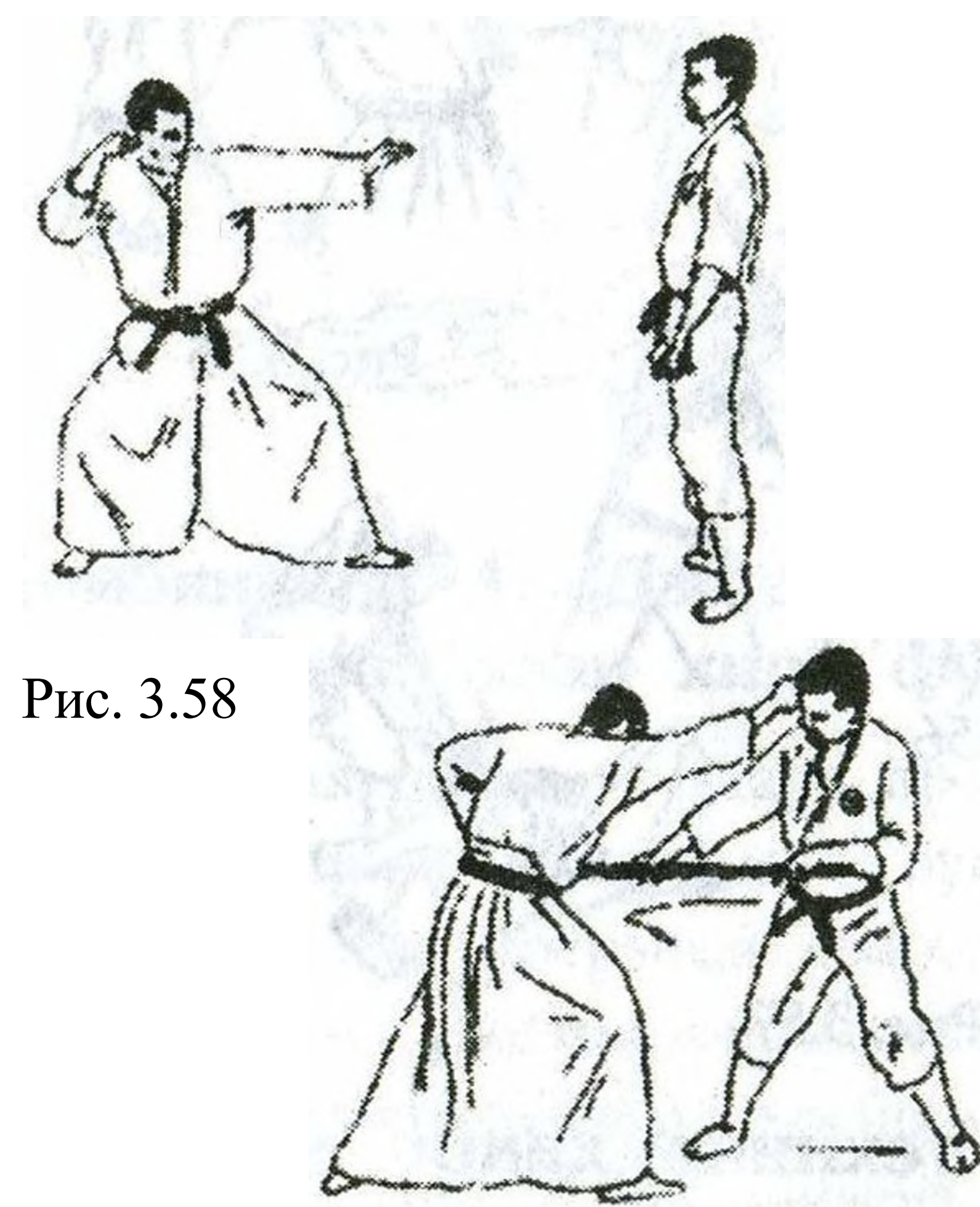


Рис. 3.58

Рис. 3.59

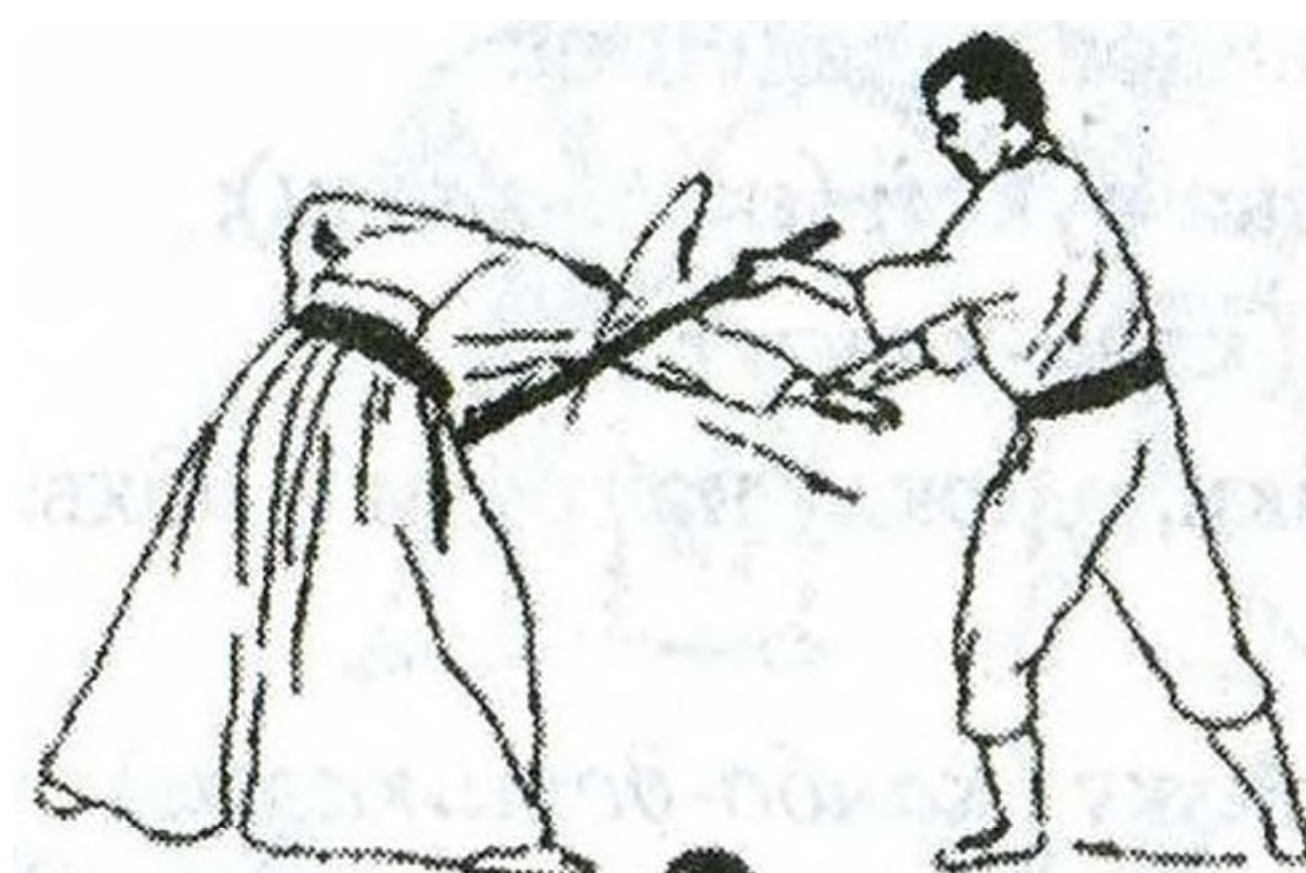


Рис. 3.60

Рис. 3.61



Рис. 3.62

Противник атакует прямым ударом кулака в голову. Из хира-итимондзи-но камаэ выполните *нанамэ усиро омотэ ваки юти* (рис. 3.58—3.59). Перехватите своей рукой атаковую руку противника у запястья и, уперев конец ханбо ему в живот или пах, проведите ею перегибание руки противника в локтевом суставе, как показано на рис. 3.60—3.61. Кисть удерживающей оружие руки выворачивается

таким образом, чтобы ладонь была направлена вверх. Свалив противника на землю лицом вниз, продолжайте контролировать его, используя давление ногой на палку (палка расположена в районе точек *вансюн* и *хидзидзумэ*) — рис. 3.62.

«Переламывание бедра» — [Коси ори]

Противник атакует, как в предыдущей технике. Выполните *нанамэ маэ ура ваки юти*, останавливая его натиск — рис. 3.63. Перехватите руку противника своей рукой изнутри у запястья и, используя палку как упор для создания болевого давления на точку *вансюн* (трехглавая или двуглавая мышцы плеча), шагните вперед, сваливая противника на землю, — рис. 3.64—3.65. Продолжайте контролировать противника на земле, используя свою стопу — рис. 3.66.

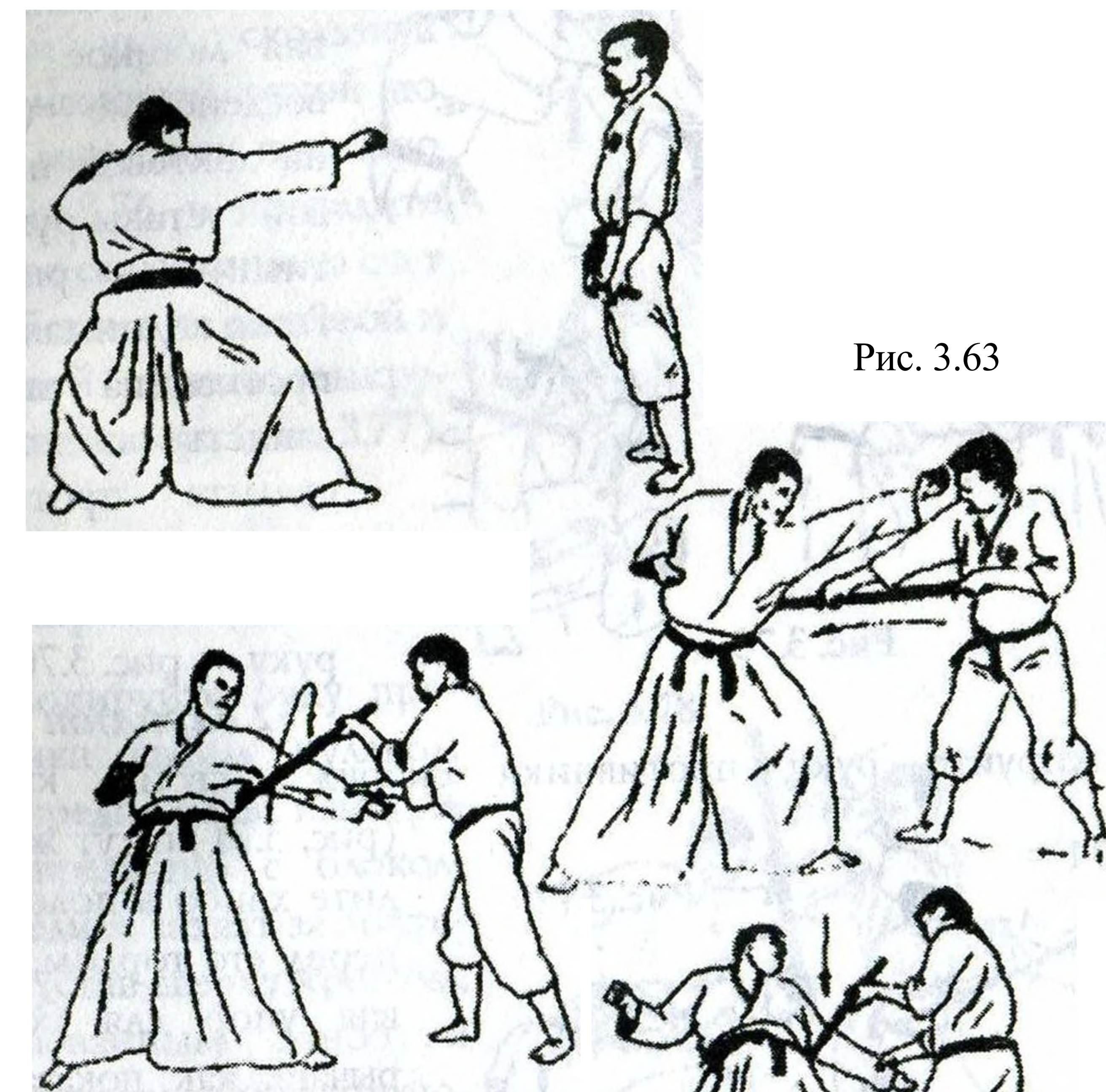


Рис. 3.63

Рис. 3.64

Рис. 3.65

Рис. 3.66

«Разрушитель демона» — [Они кудаки]

1 вариант

Когда противник наносит удар, блокируйте его руку своим кулаком в области сгиба запястья. Ханбо находится в противоположной руке (рис 3.67). Заведите ханбо под атакующую руку про-

Рис. 3.67



Рис. 3.68

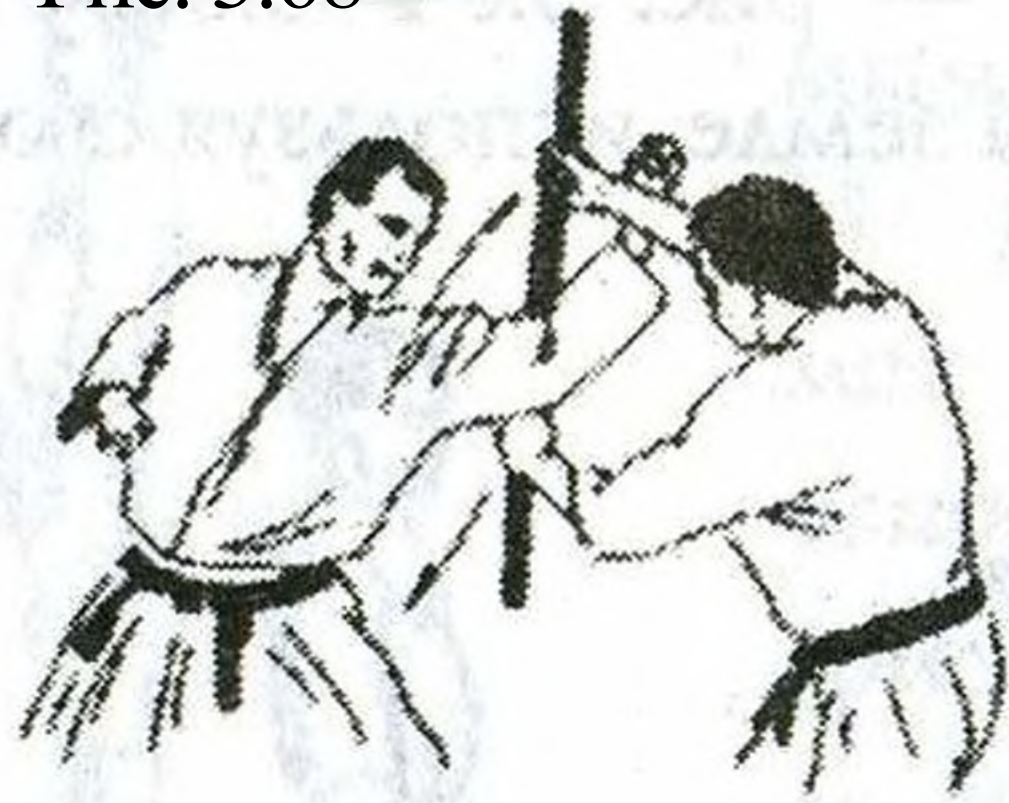


Рис. 3.69

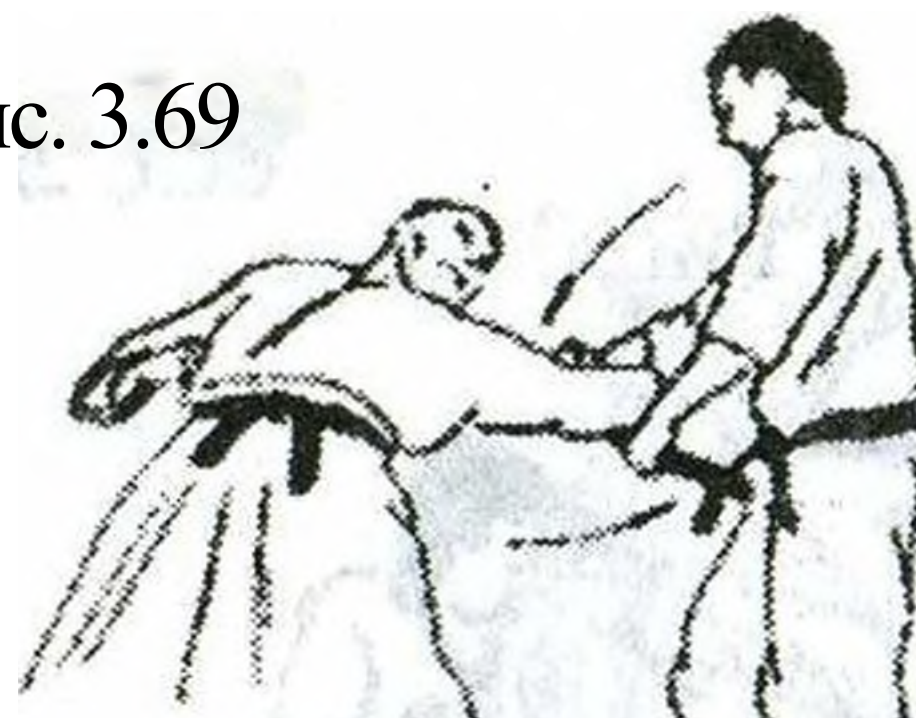


Рис. 3.70



тивника, как показано на рис. 3.68, и перехватите оружие блокировавшей рукой, создавая мощное болевое воздействие («узел») на локтевой и плечевой суставы руки противника — рис. 3.69. Резко поднимая локоть противника вверх, а запястье опуская вниз, свалите противника на землю, продолжая воздействовать на его руку — рис. 3.70.

2 вариант

Блокируйте руку противника снаружи своим кулаком

Рис. 3.71



Рис. 3.72



Рис. 3.73



Рис. 3.74



(рис. 3.71) и тут же заведите ханбо в положение перед его горлом, создавая упор для болевого рычага, как показано на рис 3.72. Используя палку для перегибания через нее руки противника с одновременным давяще-удушающим воздействием на горло, с силой бросайте противника на землю, надавливая своим предплечьем на палку, - рис 3.73—3.74.

3 вариант

Блокируйте руку противника палкой изнутри, одновременно нанося ему удар пальцами в положении *сякокэн* («когти») в глаза — рис. 3.75. Перехватите палку под рукой противника рукой, нанося удар, скользнув удерживающей рукой по палке вверх, как показано на рис. 3.76, и проведите болевое сваливание за счет воздействия на локтевой и плечевой суставы выкручиванием вверх (рис. 3.77).



Рис 3.75

Рис. 3.76



Рис 3.77

4 вариант

Блокируйте руку противника своим кулаком или предплечьем изнутри. Одновременно с блоком проведите захват за локтевой сустав сверху крюком, образованным ханбо и предплечьем удерживающей оружие руки - рис. 3.78. Оказывая встречное болевое давление на руку противника своим предплечьем (от себя) и коротким концом палки (на себя) — рис. 3.79, выведите противника из равновесия и бросьте его на спину — рис. 3.80.

Рис. 3.78

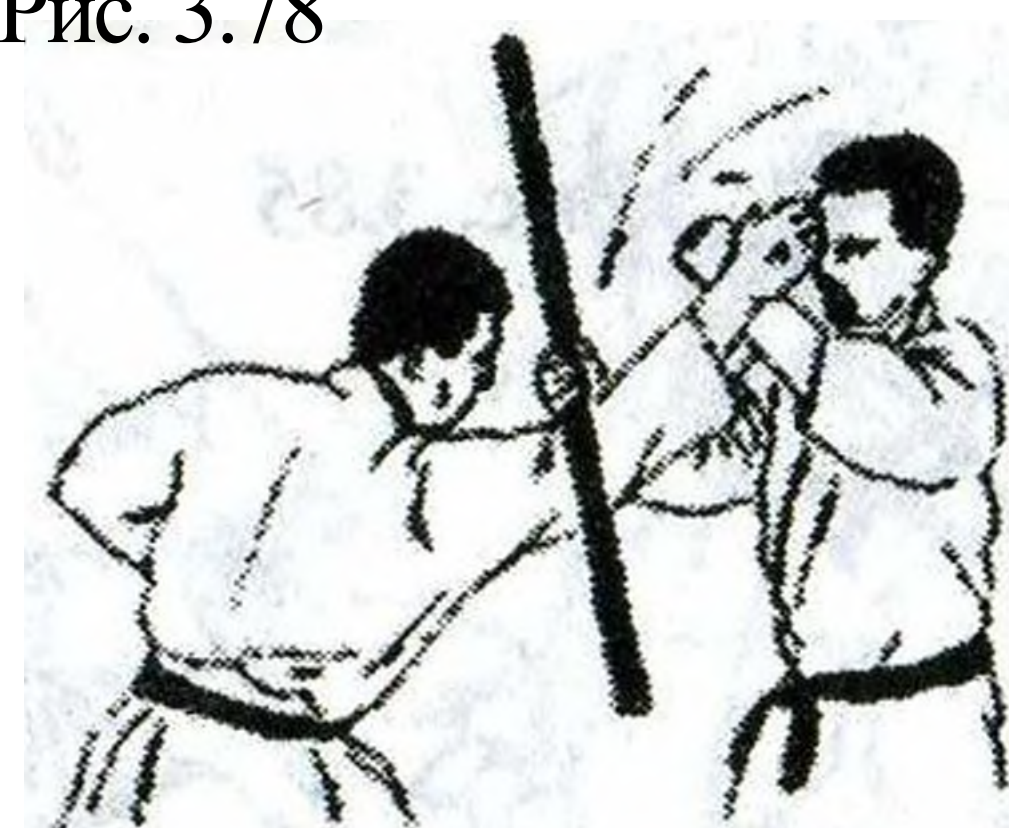


Рис. 3.79

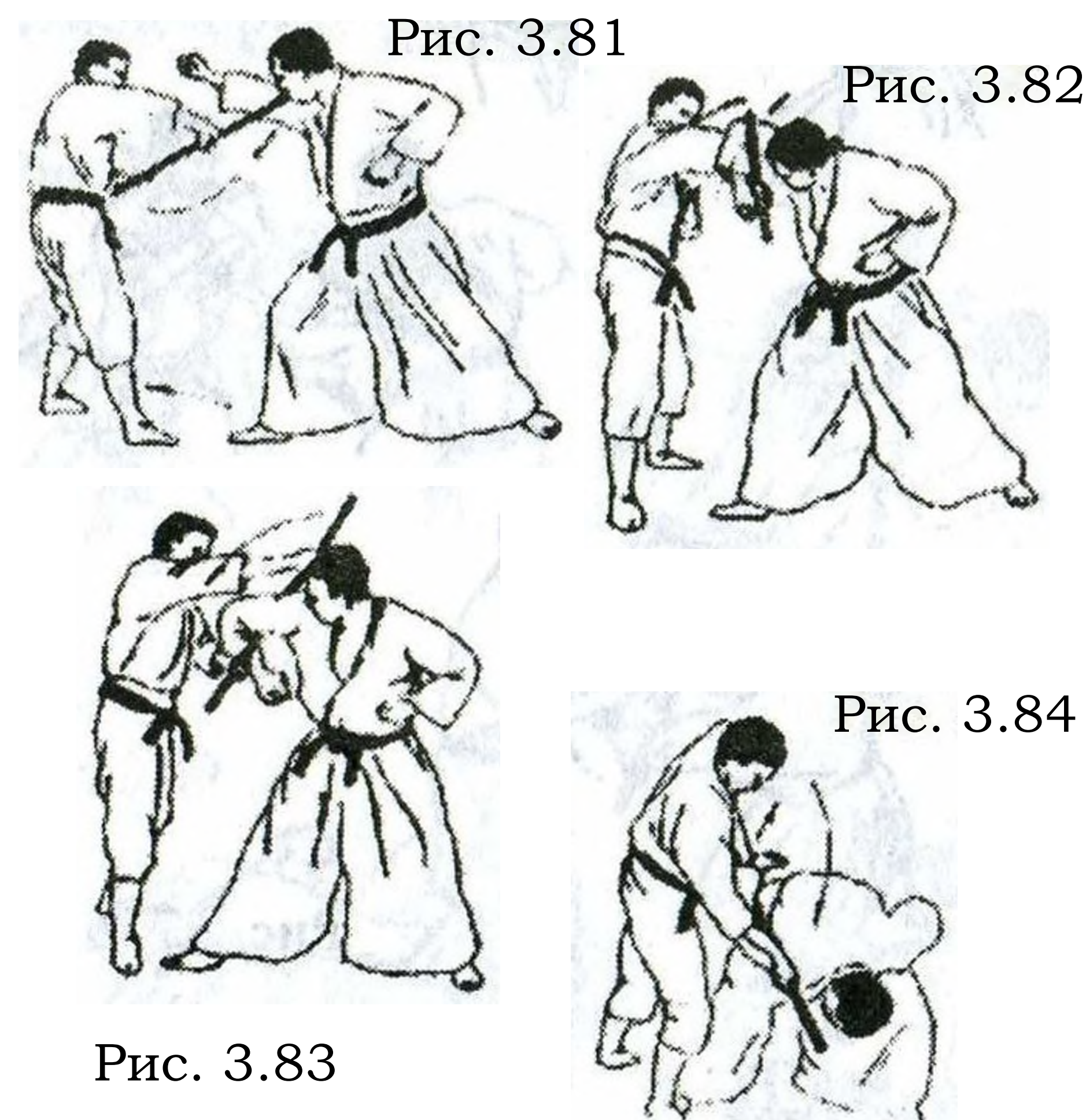


Рис. 3.80



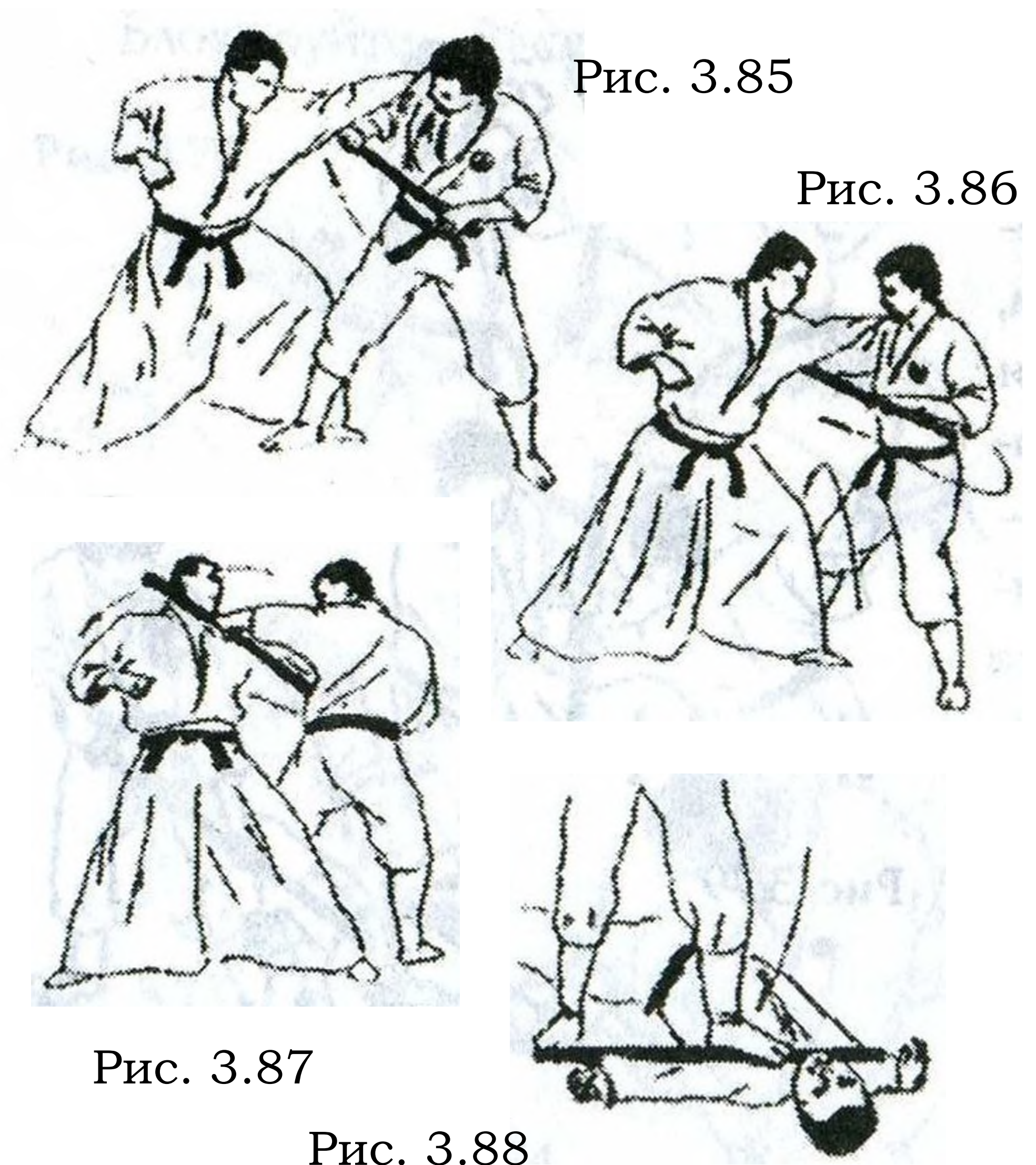
Обратное выкручивание руки — [Гяку удэ гарами]

Когда противник наносит прямой удар кулаком, нанесите ему встречный удар палкой по двуглавой мышце плеча изнутри наружу, как показано на рис. 3.81. Скользните палкой по руке противника,



одновременно зашагивая к нему за спину и перехватывая палку снизу у кисти противника — рис. 3.82. Проведите болевое выкручивание руки противника в локтевом суставе, выгибая его предплечье вверх—назад (но не за спину!) с дальнейшим сваливанием противника вперед—вниз лицом. рис. 3.83—3.84.

«Полет бабочки» — [Котё дори]

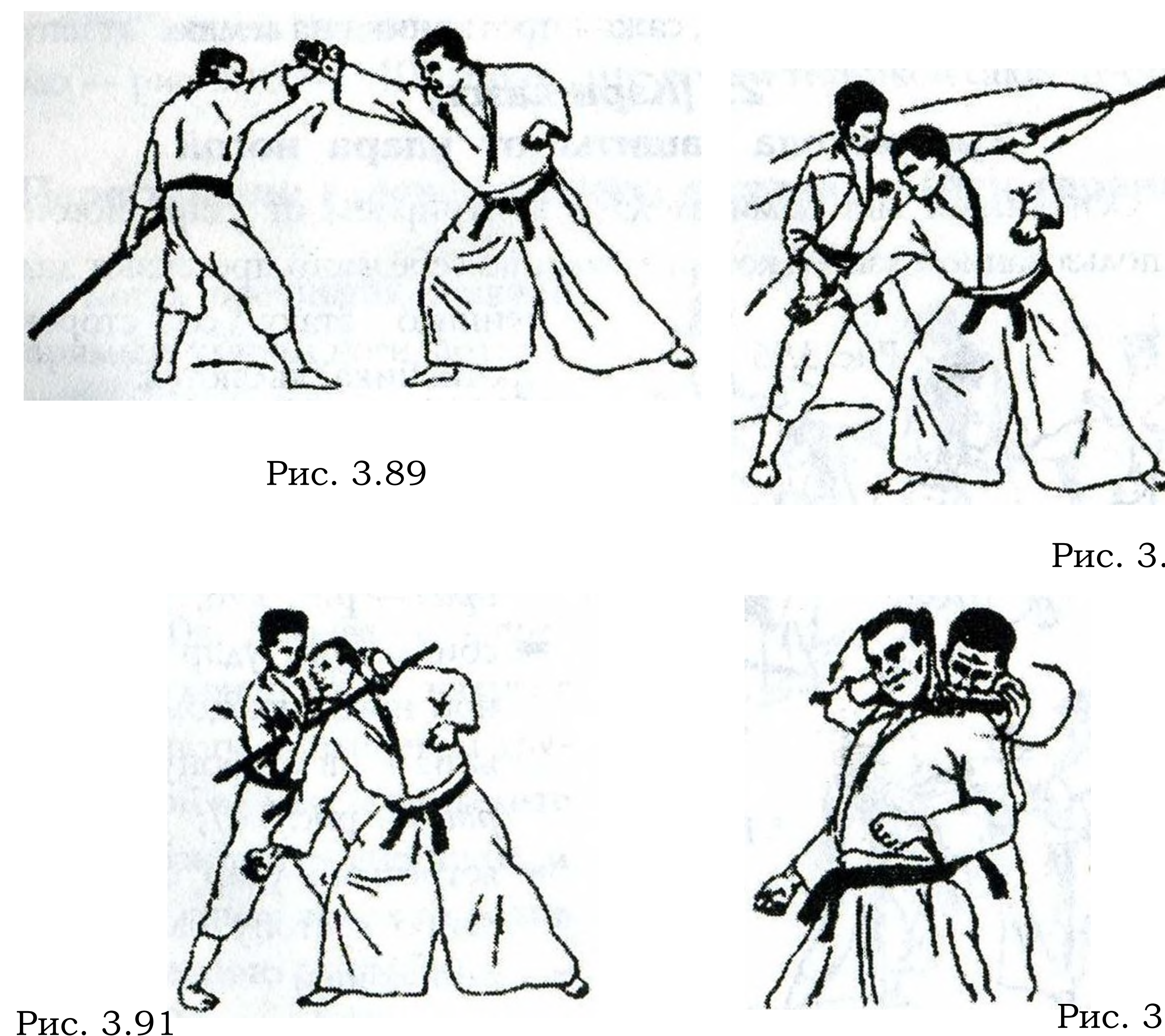


Блокируйте руку противника снизу вверх, нанося удар серединой палки в точку *вансюн* (на трехглавой мышце плеча), резко подсаживаясь и выпрямляясь — рис. 3.85. Отбросьте руку противника вверх толчком и прыжком поместите положение своих ног таким образом, чтобы оказаться в положении для броска задней подножкой. Одновременно нанесите «залипа-

ющий» удар ханбо по горлу противника — рис. 3.86. Свалите противника на землю и обезвредьте его удушающим воздействием с помощью наступания ногой на палку рис. 3.87-3.88.

Удушение петлей — [Хадака дзимэ]

Блокируйте руку противника снаружи, используя мощный удар обратной стороной кулака (*сюкокэн*) по запястным костям кисти противника, — рис. 3.89—3.90. Сделав шаг вперед, пройдите за спину противнику, маховым движением подводя ханбо к горлу противника спереди — рис. 3.91. Положите ханбо в локтевой сгиб своей руки, одновременно заводя ладонь этой руки на затылок противника. Проведите удушение, оказывая давление на затылок противника вперед одной рукой и натягивая ханбо на себя другой рукой — рис. 3.92. Чем меньше будет расстояние между рукой, удерживающей ханбо, и локтевым сгибом другой руки, тем мощнее будет воздействие.



Удушение накрест сзади — [Уси́ро дзюдзи дзимэ]



Рис. 3.93



Рис. 3.94

Рис. 3.95

Проведите *котэ юти омотэ* по атакующей руке противника — рис. 3.93. Скрещивая свои ноги (используя технику перемещения *дзюдзи-аси*) и продвигая ханбо вдоль шеи противника, уприте свое предплечье в точку *мурасамэ* или *мацукадзэ* (сонную артерию слева или справа) и зайдите к противнику за спину, как показано на рис. 3.94. Перехватите палку своей рукой накрест и проведите удушение, натягивая палку на себя, а локти обеих рук подавая вперед — рис. 3.95. Можно совместить это движение с ударом стопой в подколенный сгиб противника, сажая противника на землю.

2. [Кэри-каэси]

Три метода защиты от удара ногой

Основными методами входа в контрприем от удара ногой с использованием ханбо (которые сами по себе часто пресекают дальнейшую атаку со стороны противника) являются:

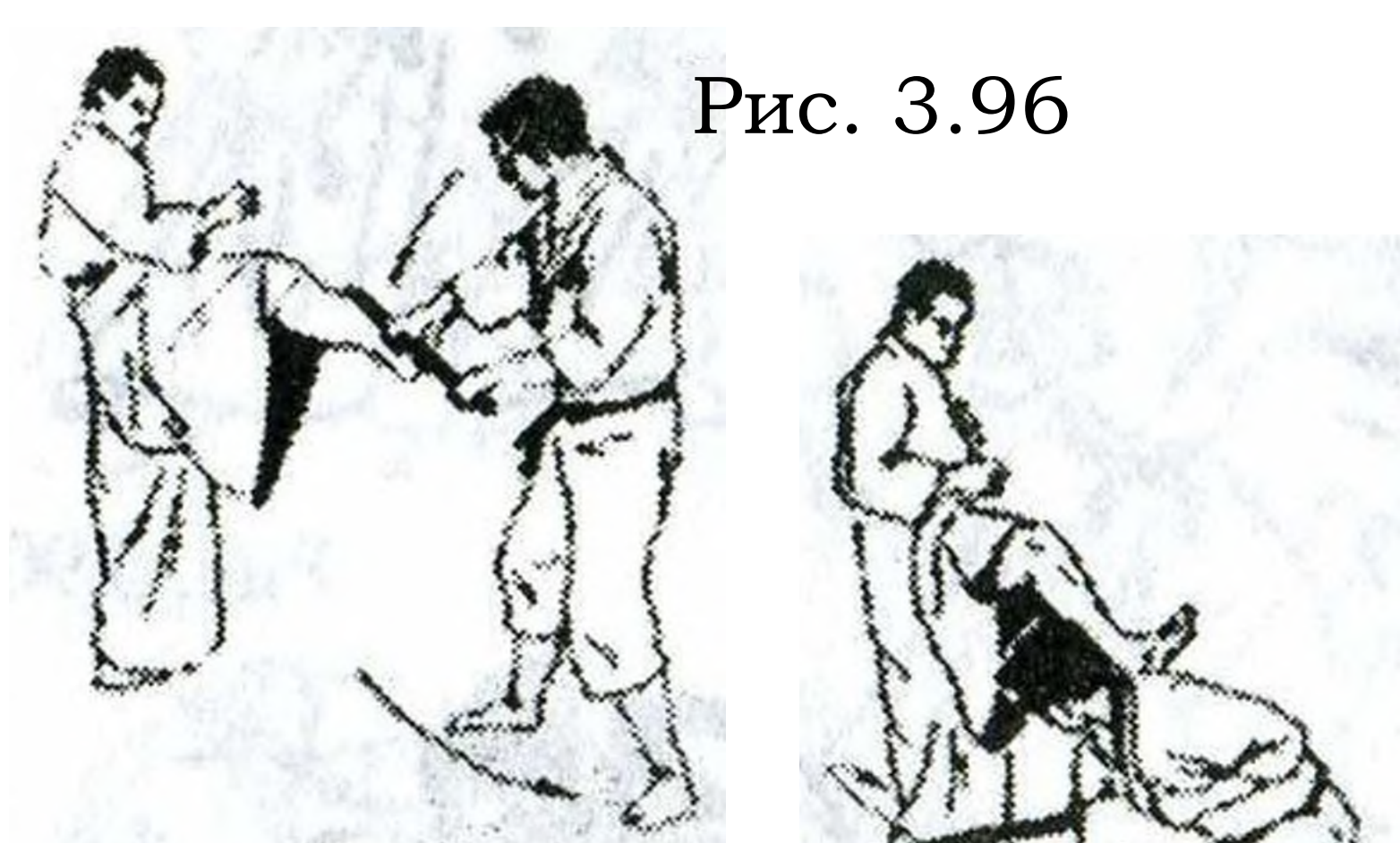


Рис. 3.96

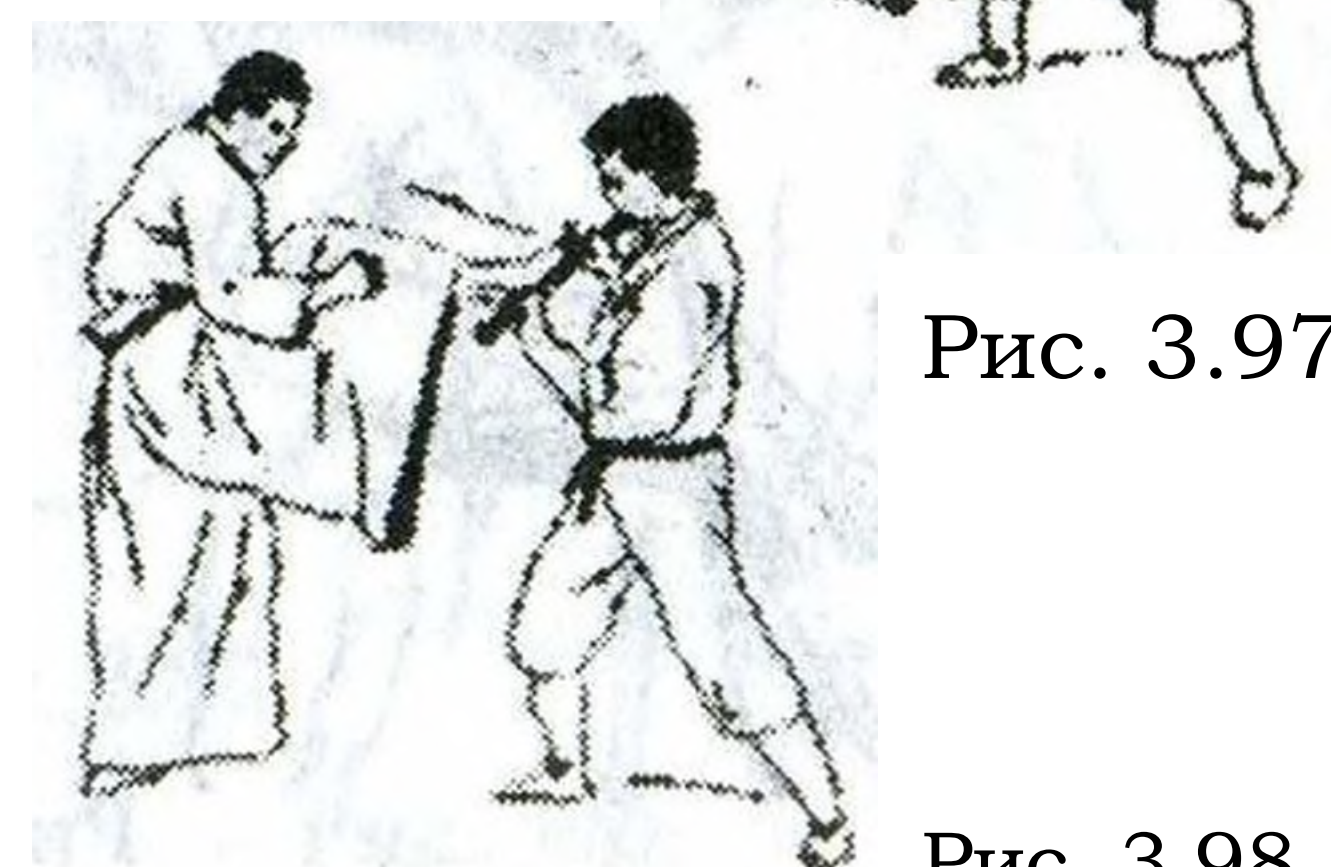


Рис. 3.97

Рис. 3.98

сильный встречный удар в голень или подъем атакующей ноги противника (*сунэ-ори*) — рис. 3.96; сбивающий удар по опорной ноге с уходом от удара вниз — в сторону (*аси-бараи*) — рис. 3.97; встречный удар серединой ханбо в стопу или подъем атакующей ноги (*соку-гаэси-ори*) — рис. 3.98.

Сжатие ахиллова сухожилия — [Аси кудзики]

Когда противник наносит прямой удар ногой (*маэ-гери*) — рис. 3.99, блокируйте ударом ханбо изнутри. Подхватите атакующую конечность палкой снизу, скрестите руки и проведите болевое ущемление, оказывая сильное давление на ногу противника в районе ахиллова сухожилия. В результате воздействия противник будет вынужден развернуться к вам спиной или вообще упасть лицом на землю — рис. 3.100—3.102. Закончите прием техникой *саккоцу-ори*.

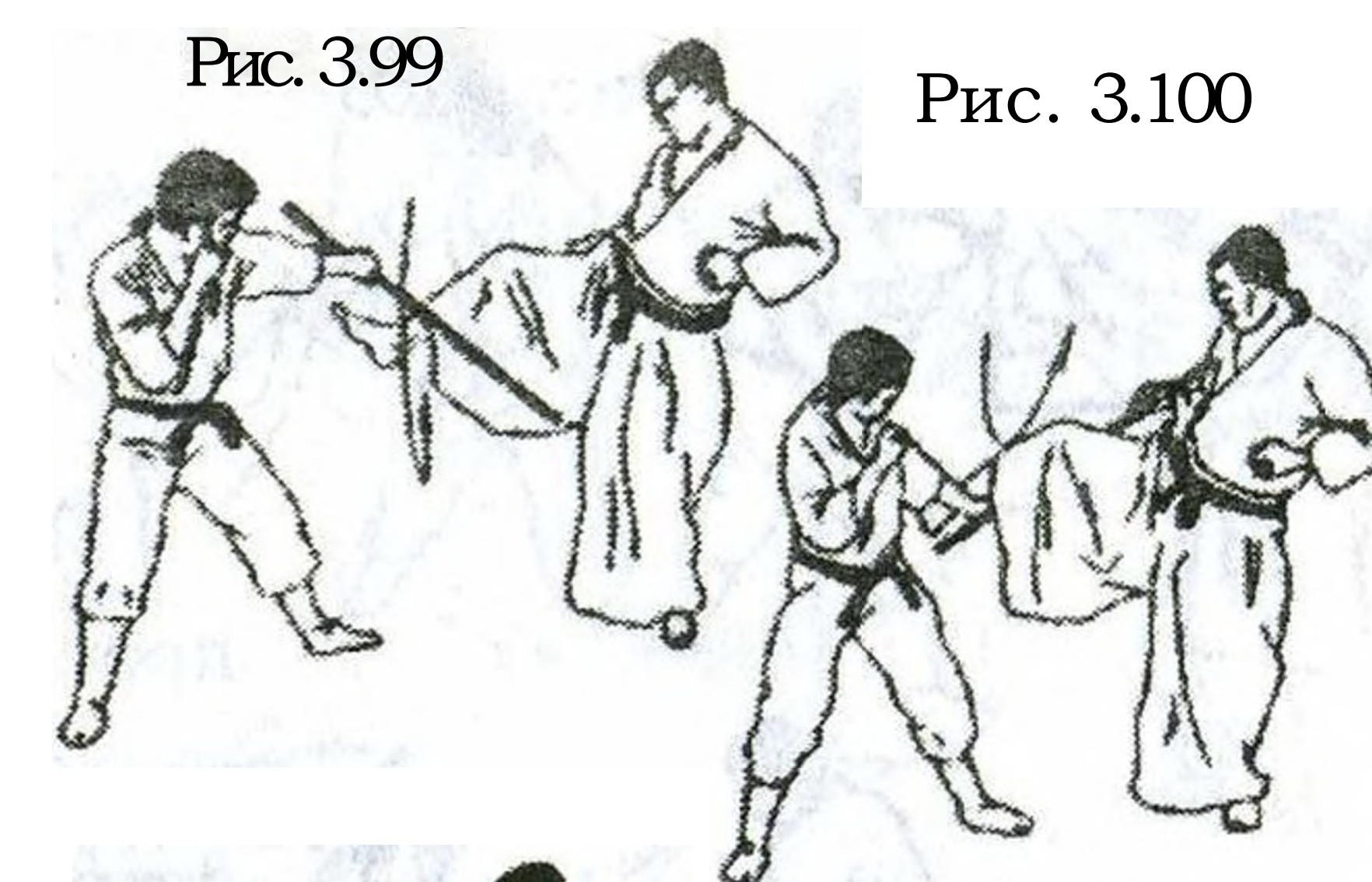


Рис. 3.99

Рис. 3.100

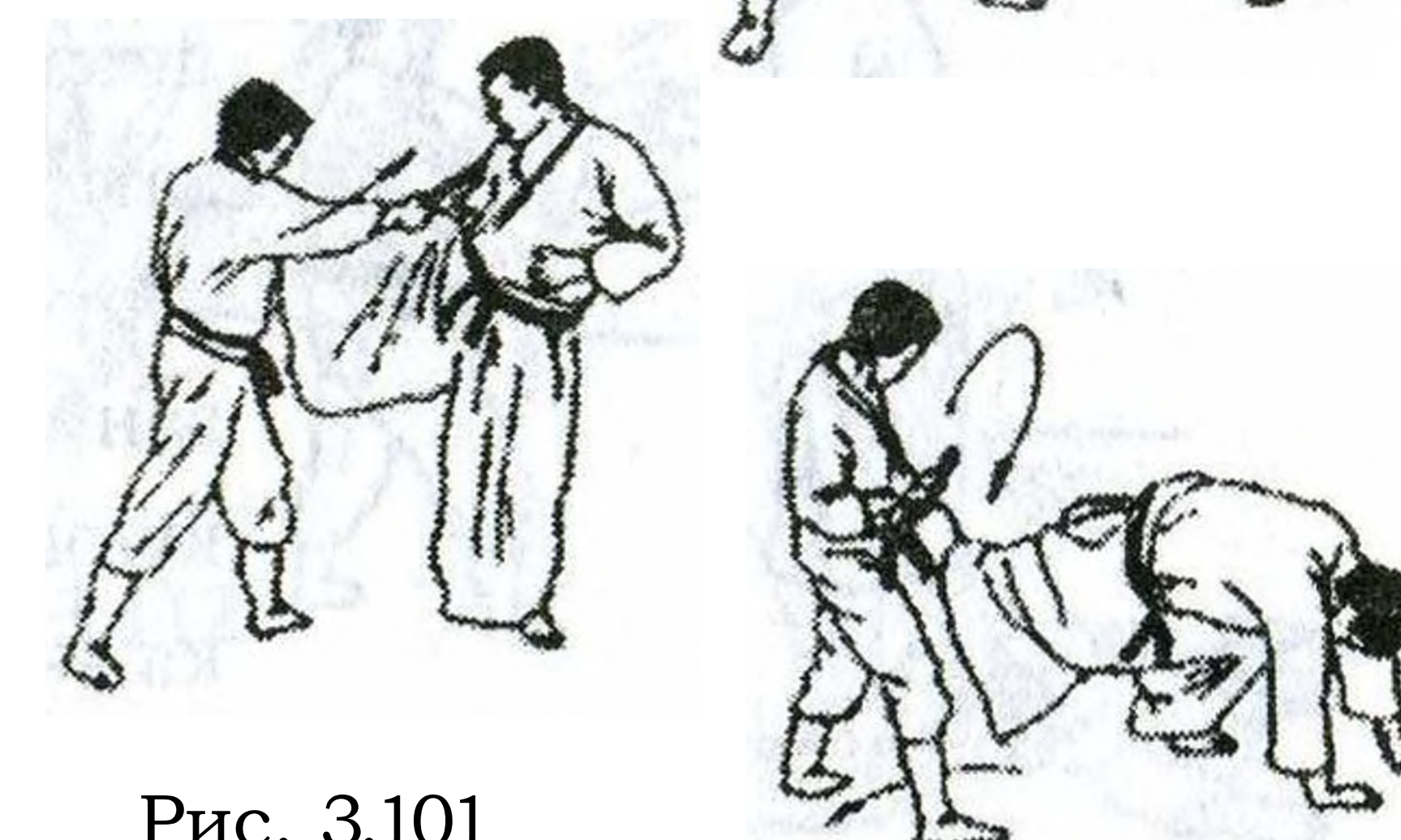


Рис. 3.101

Рис. 3.102

Перегибание голеностопного сустава — [Аси гарами]

Когда противник атакует прямым ударом ноги, подхватите атакующую конечность снаружи крюком, образованным вашим предплечьем и коротким концом ханбо — рис. 3.103. Мгновенно перехватите конец палки накрест поверх ноги противника другой рукой и рывком проведите перегибание в голеностопном суставе снизу вверх (против естественного сгиба) — рис. 3.104.

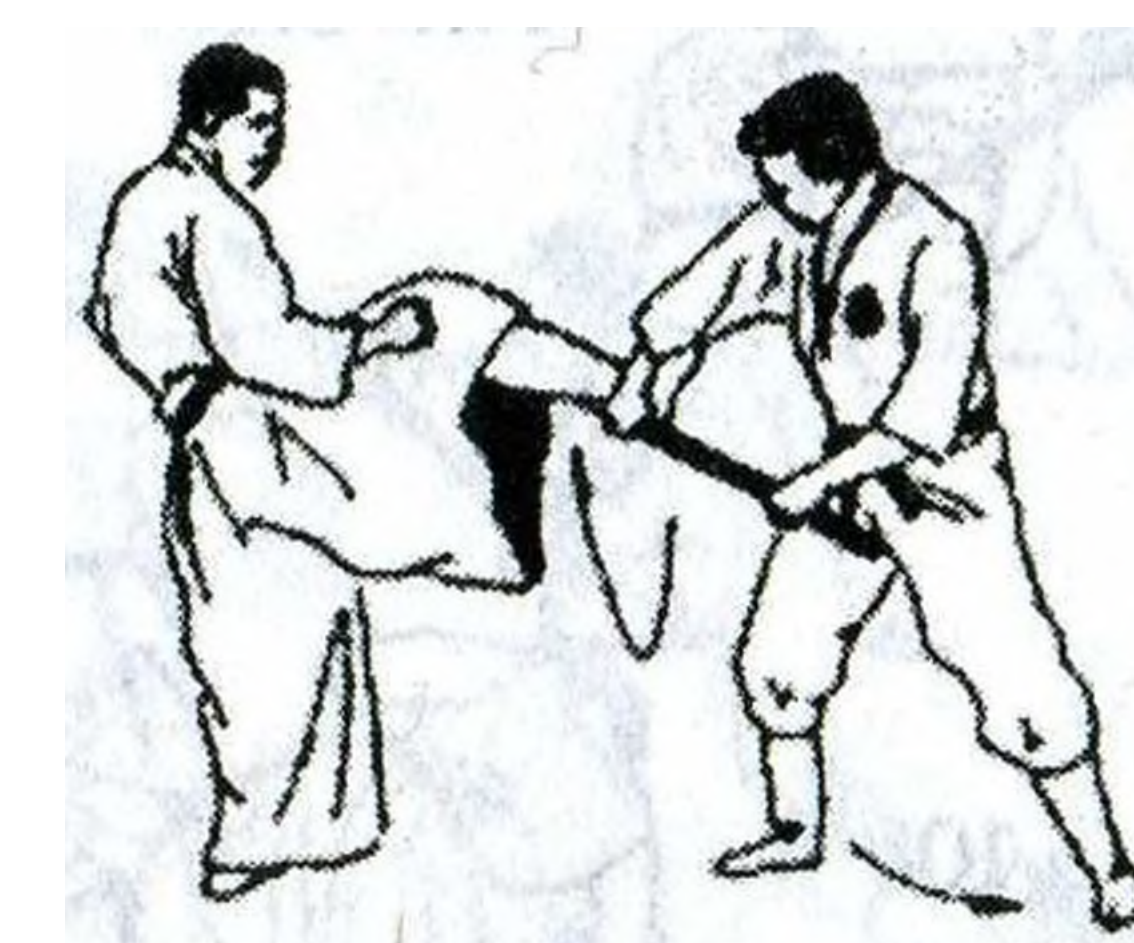


Рис. 3.103



Рис. 3.104

Болевое сжатие голени — [Аси гатамэ]

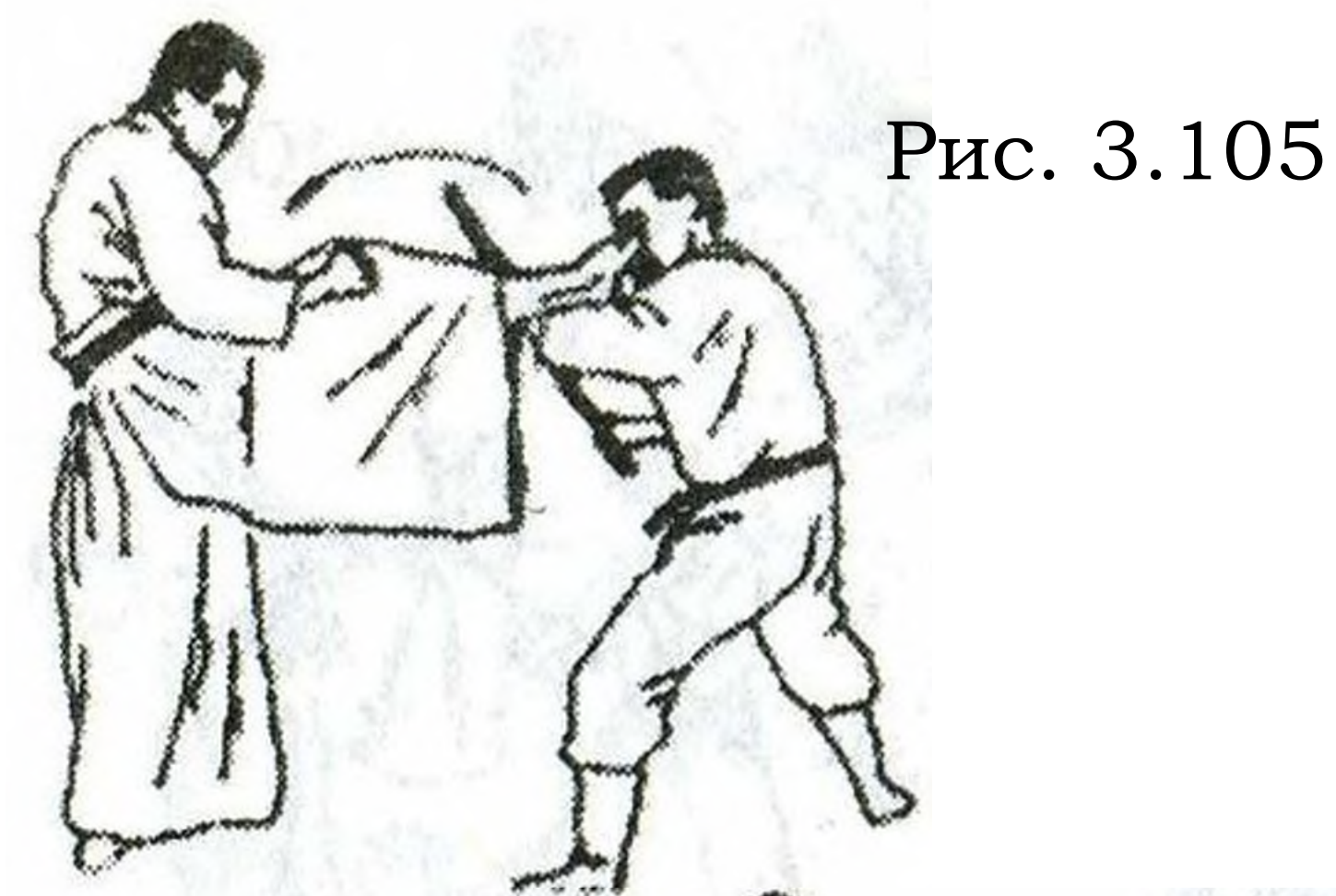


Рис. 3.105



Рис. 3.106

Подхватите ударную ногу противника снизу вверх (как бы кладя ее на свое предплечье), как показано на рис. 3.105. Перехватите конец ханбо с другой стороны и с силой сдавите основание икроножной мышцы атакующей конечности противника — рис. 3.106.

Захват ноги — [Аси дори]

Противник наносит дуговой удар ногой (*маваси-гэри*). Подхватите атакующую конечность противника изнутри с помощью ханбо и, кругообразным движением (с силовым акцентом в последней фазе приема) выкручивая ногу в коленном суставе снаружи внутрь, бросьте противника вперед лицом вниз. Закончите технику перегибанием ноги в коленном суставе через палку (*хидза-гарами*) — рис 3.107—3.109.

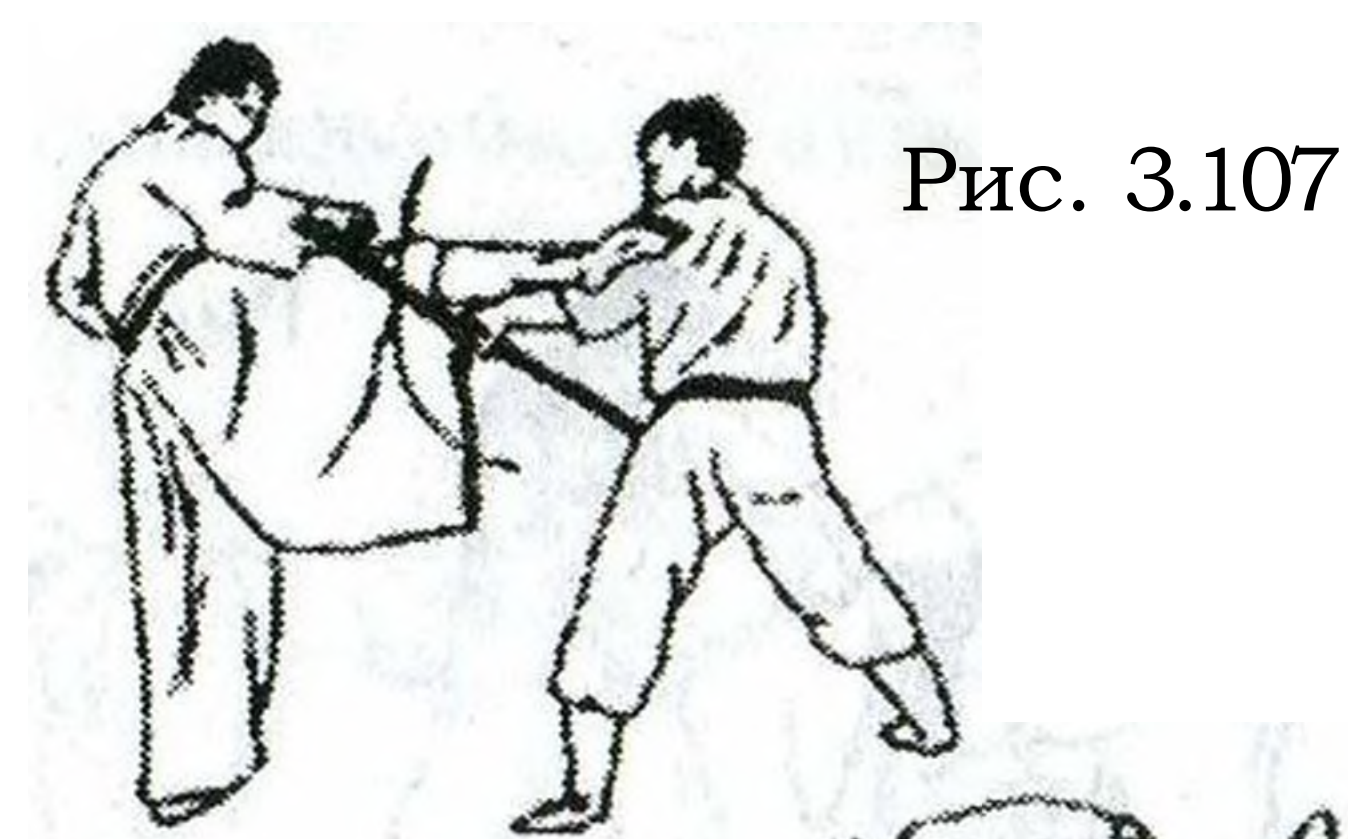


Рис. 3.107



Рис. 3.108



Рис. 3.109

«Разрушение ноги» — [Аси кулаки]

Блокируйте ногу противника снаружи маховым ударом палки — рис. 3.110. Подведите ханбо снизу вверх под ногу противника (рис. 3.111) и перехватите оружие сверху над коленом ноги противника другой рукой (рис. 3.112), одновременно начиная выкручивать атакующую конечность в коленном суставе наружу. Бросив противника на землю, продолжайте контролировать его на земле, наступив на его другую ногу своей стопой в области точки *яко*, как показано на рис. 3.113.

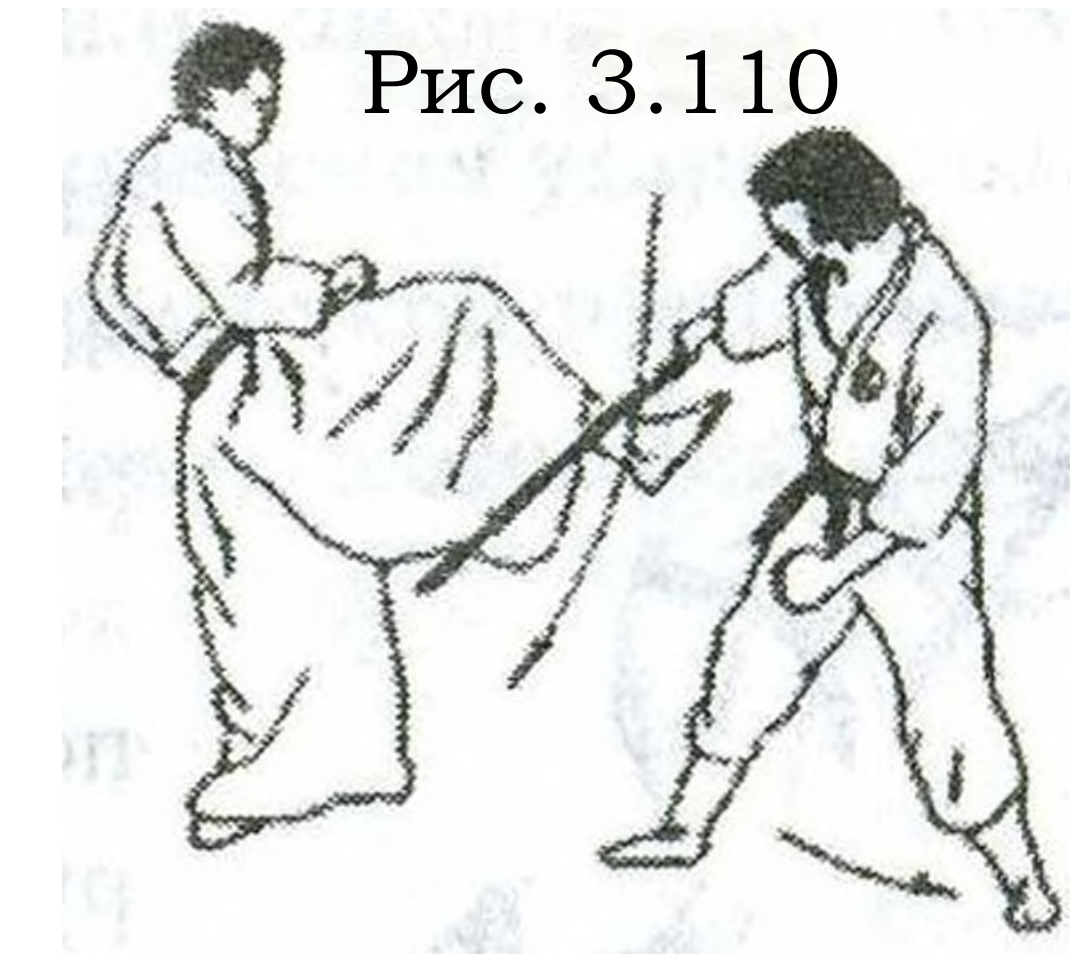


Рис. 3.110



Рис. 3.111



Рис. 3.112



Рис. 3.113

3. [Нуки-каэси]

Ущемление запястья снаружи — [Удэ гарами омотэ]

Противник пытается провести захват за горло (или удар в лицо). Блокируйте его руку, как показано на рис. 3.114. Перехватите короткий конец ханбо из-под руки противника накрест и резко опустите его на колени, воздействуя на запястье давлением палки и выкручиванием сустава наружу — рис. 3.115—3.116.

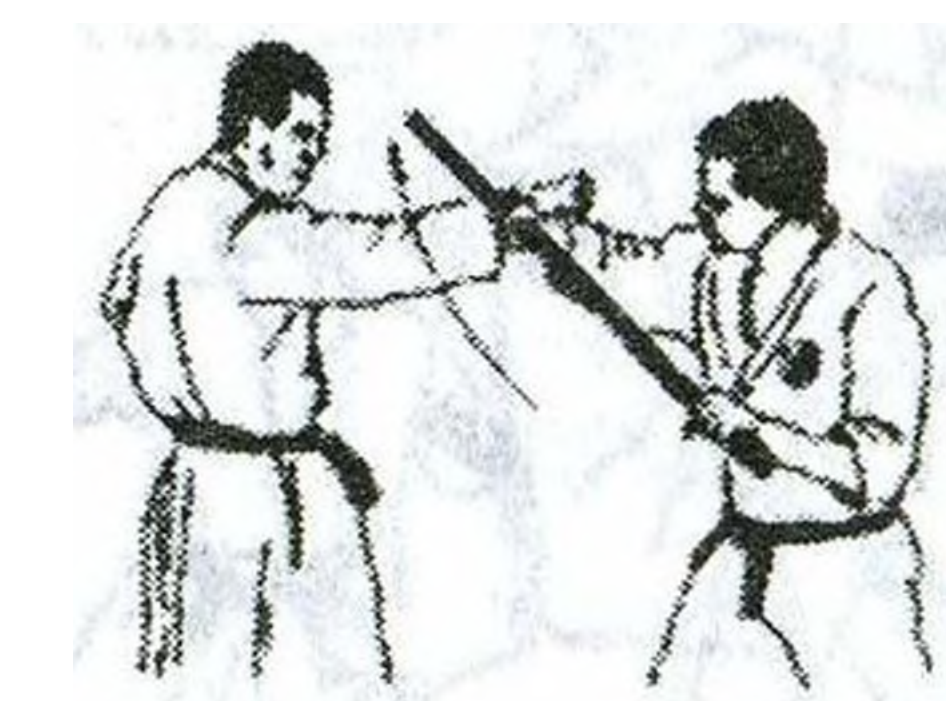


Рис. 3.114



Рис. 3.115



Рис. 3.116

Удар в висок — [Касуми юти]

Рис. 3.117

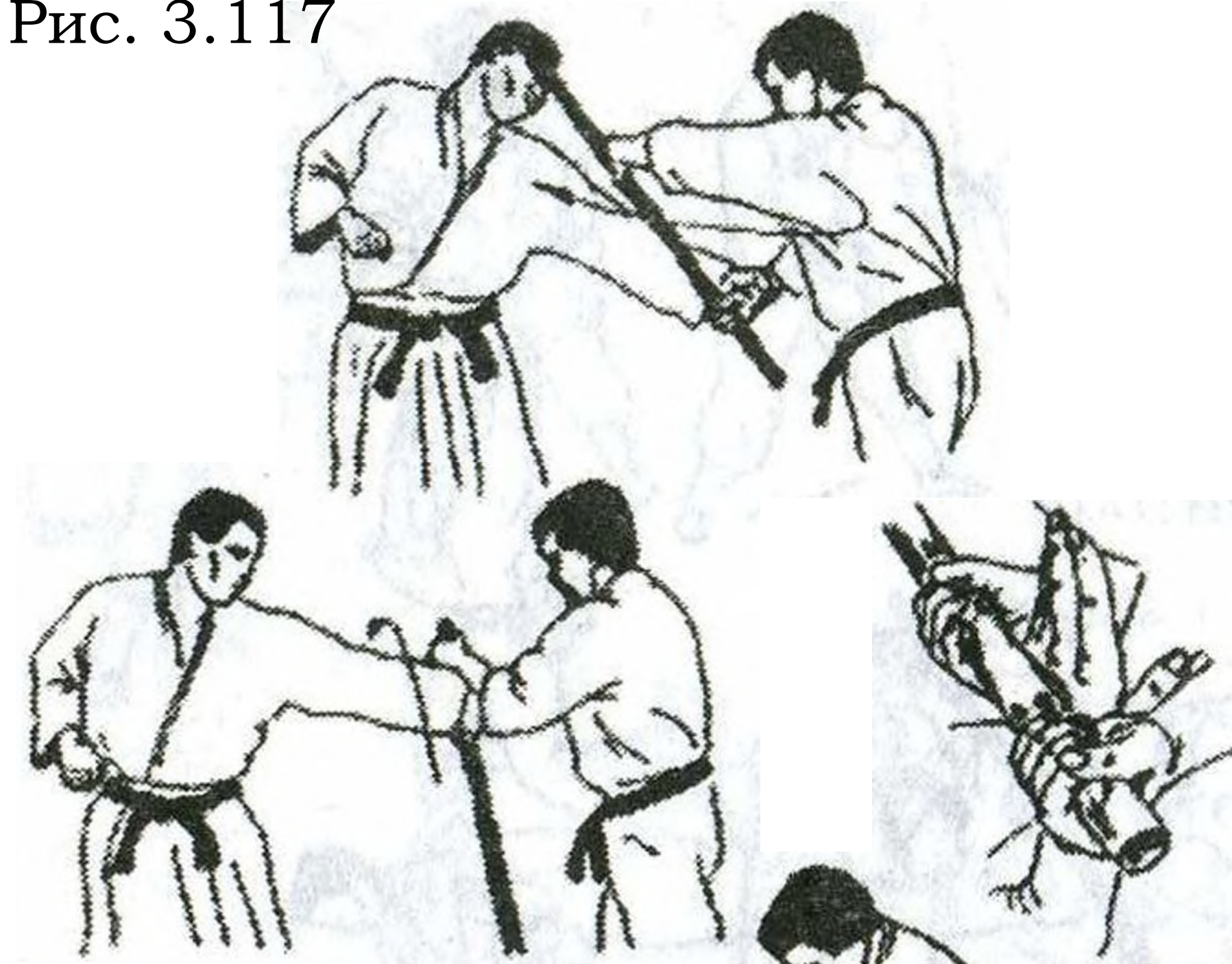


Рис. 3.118



Когда противник захватывает вашу руку, удерживающую ханбо — рис. 3.117, переведите короткий конец палки в положение над атакующей рукой противника, одновременно нанося другим концом ханбо короткий дуговой удар в висок противника. Затем перехватите короткий конец ханбо изнутри и свалите противника на землю лицом вниз, перегибая его руку в запястье против естественного сгиба, — рис. 3.118—3.119.

Рис. 3.119

Перегибание запястья после обманного удара - [Кёдзицу]

Вы наносите удар ханбо сверху вниз одной рукой. Противник

Рис. 3.120

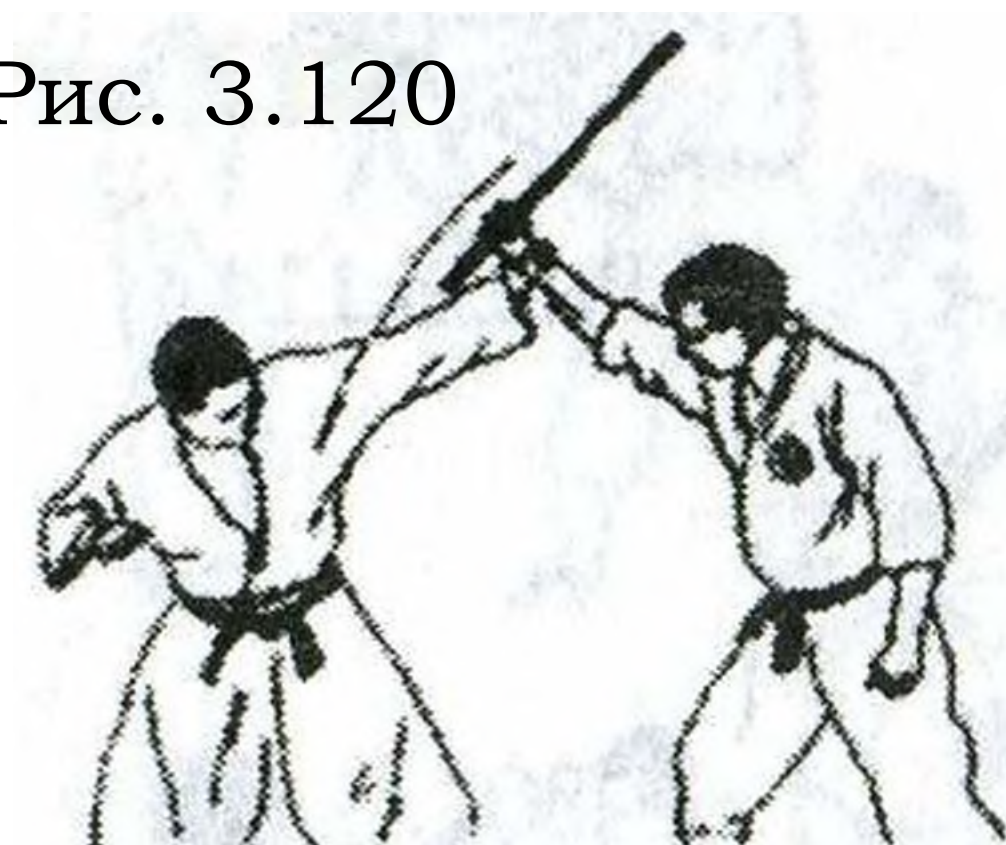


Рис. 3.121



перехватывает вашу руку и замахивается для контрудара — рис. 3.120. Перехватите короткий конец ханбо накрест, как показано на рис. 3.121, и проведите болевое перегибание в лучезапястном суставе против его естественного сгиба — рис. 3.122—3.123.

Рис. 3.122



Рис. 3.123



Ущемление запястья внутрь — [Удэ гаэси]

Начало этой техники аналогично технике *касуми юти* (рис. 3.124). Но после проведения удара резким махом переведите ханбо изнутри наружу под рукой противника (рис. 3.125) и проведите ущемление запястья, сваливая противника вниз—вперед, — рис. 3.126—3.129.

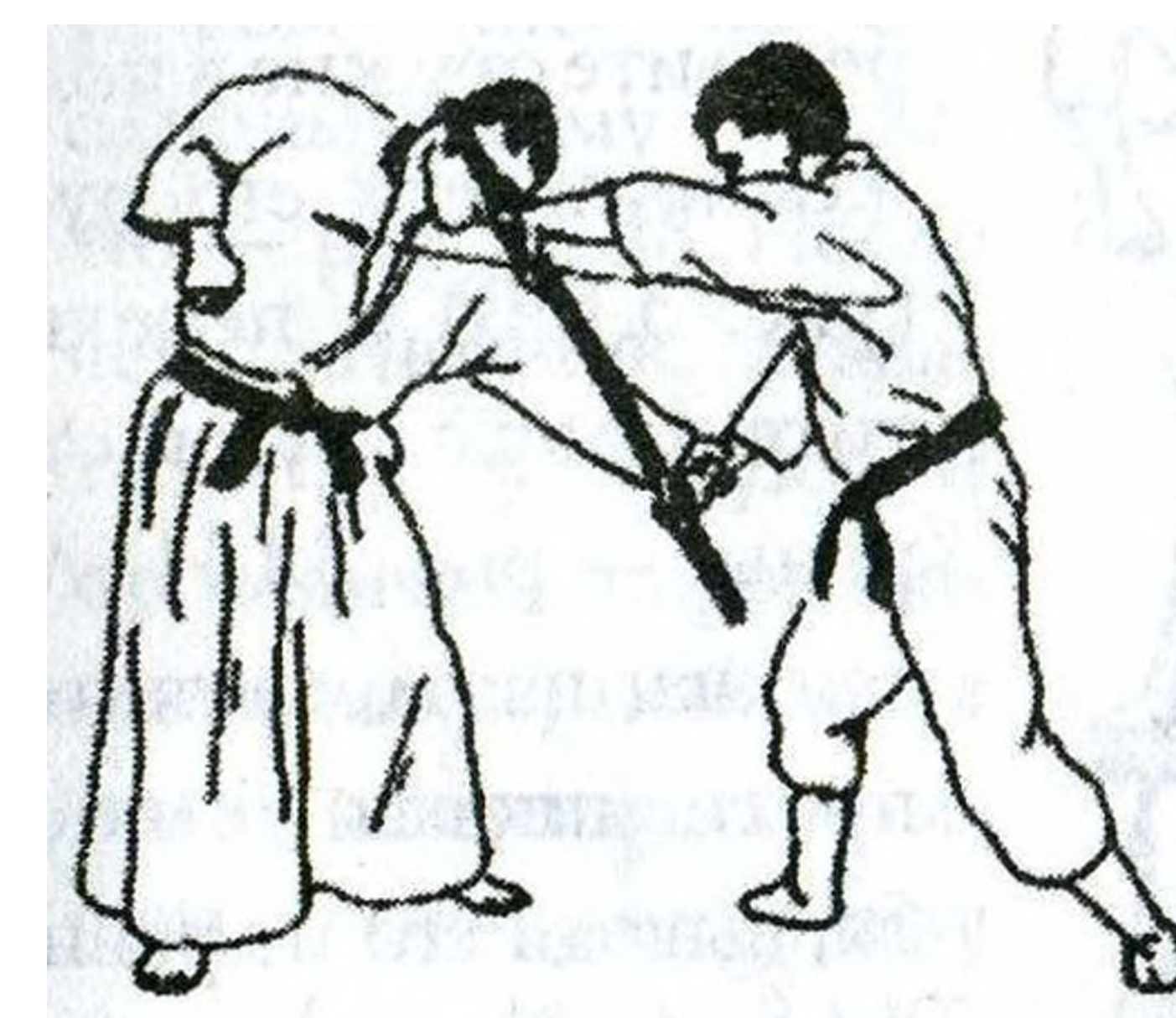


Рис. 3.124

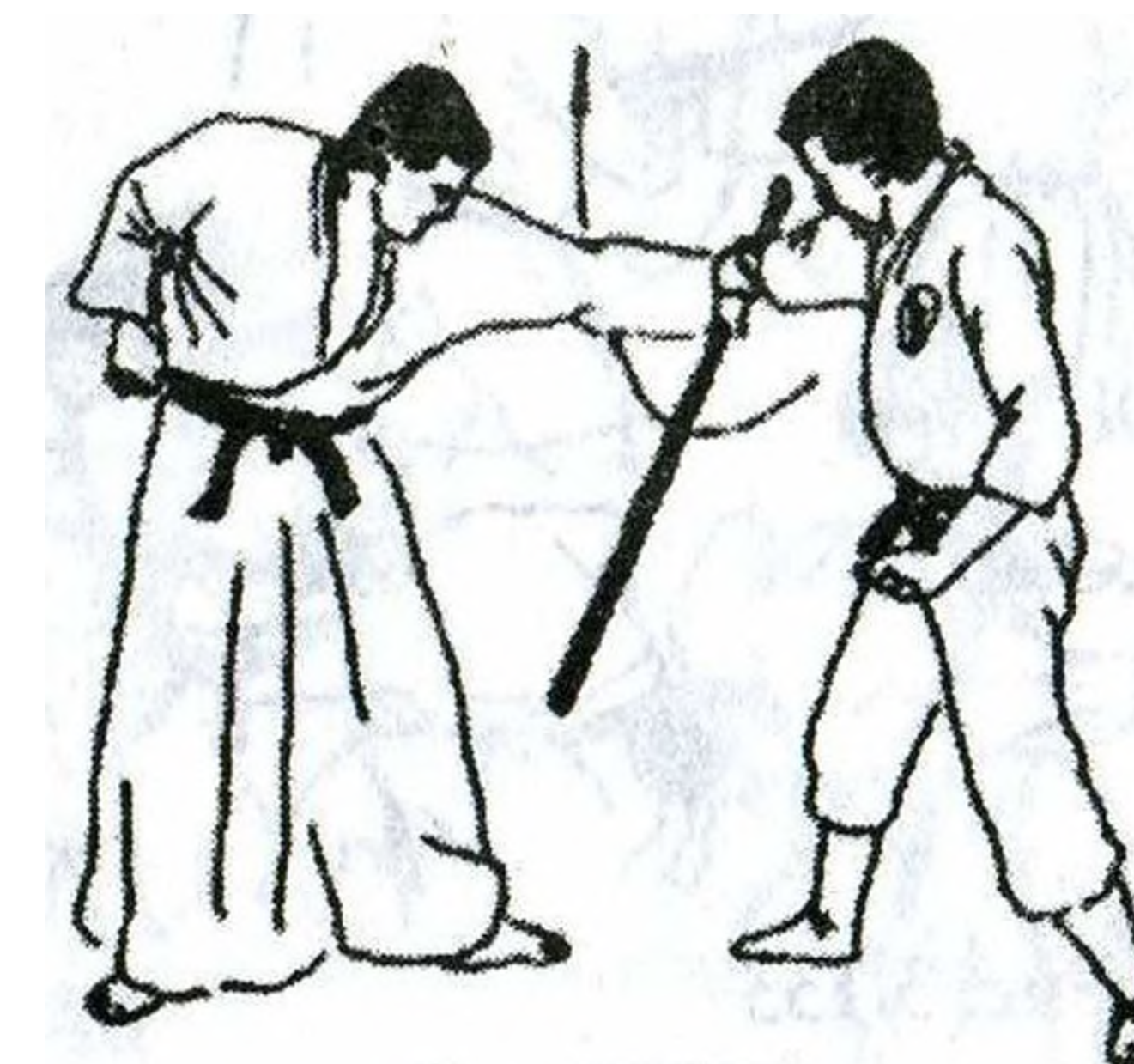


Рис. 3.125

Рис. 3.126

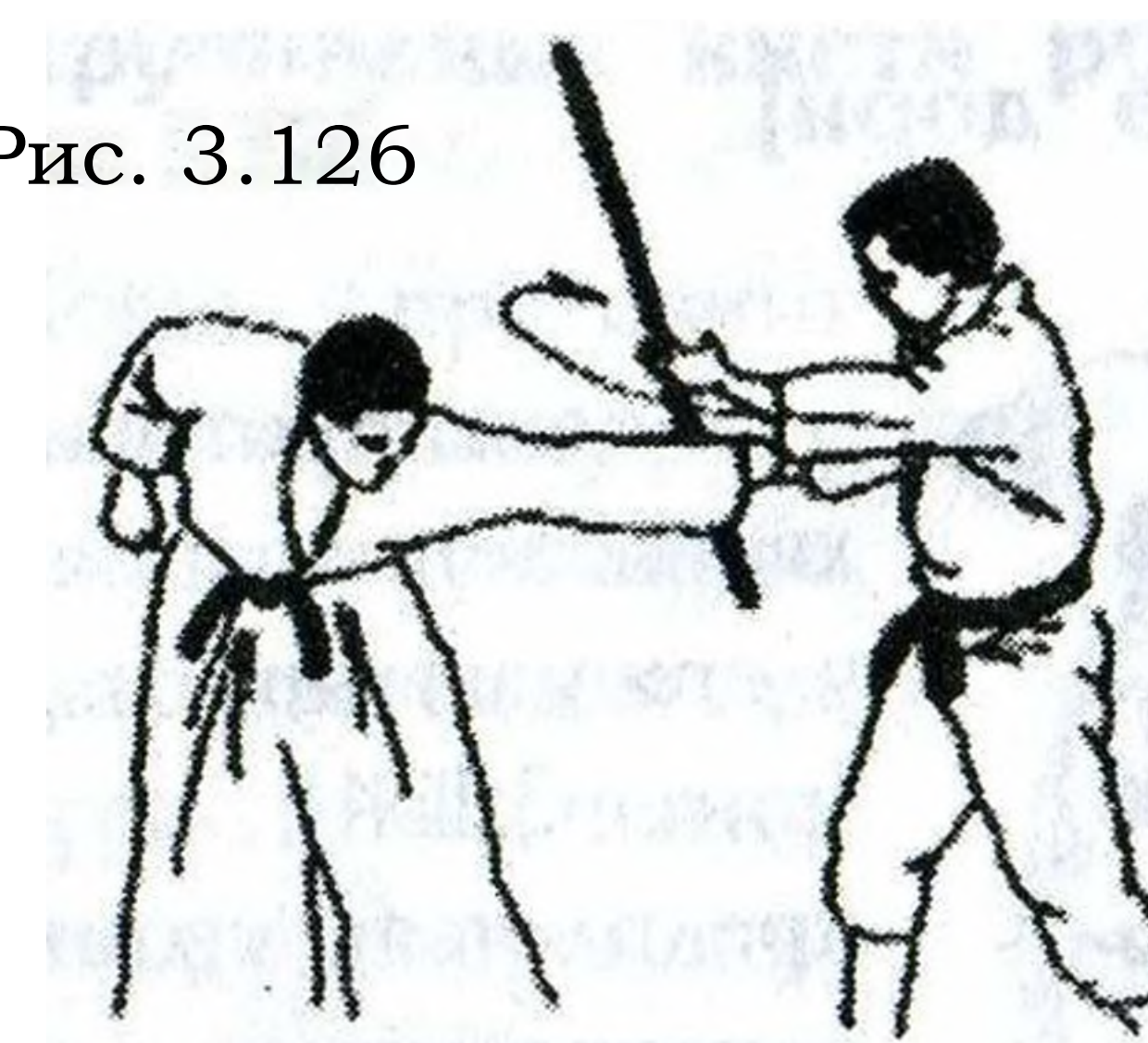


Рис. 3.127



Рис. 3.128

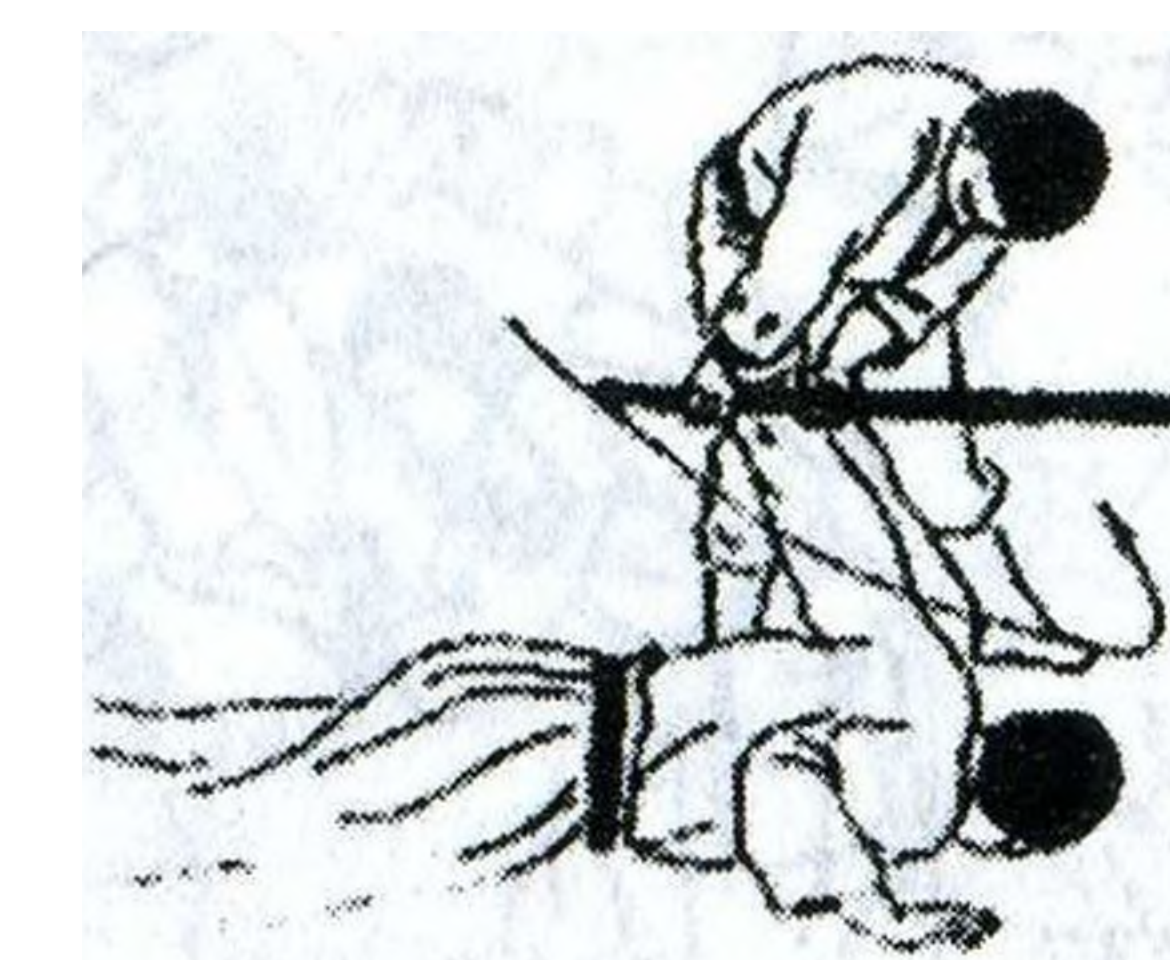


Рис. 3.129

«Ломка бамбука» — [Такэ ори]



Рис. 3.130



Рис. 3.131

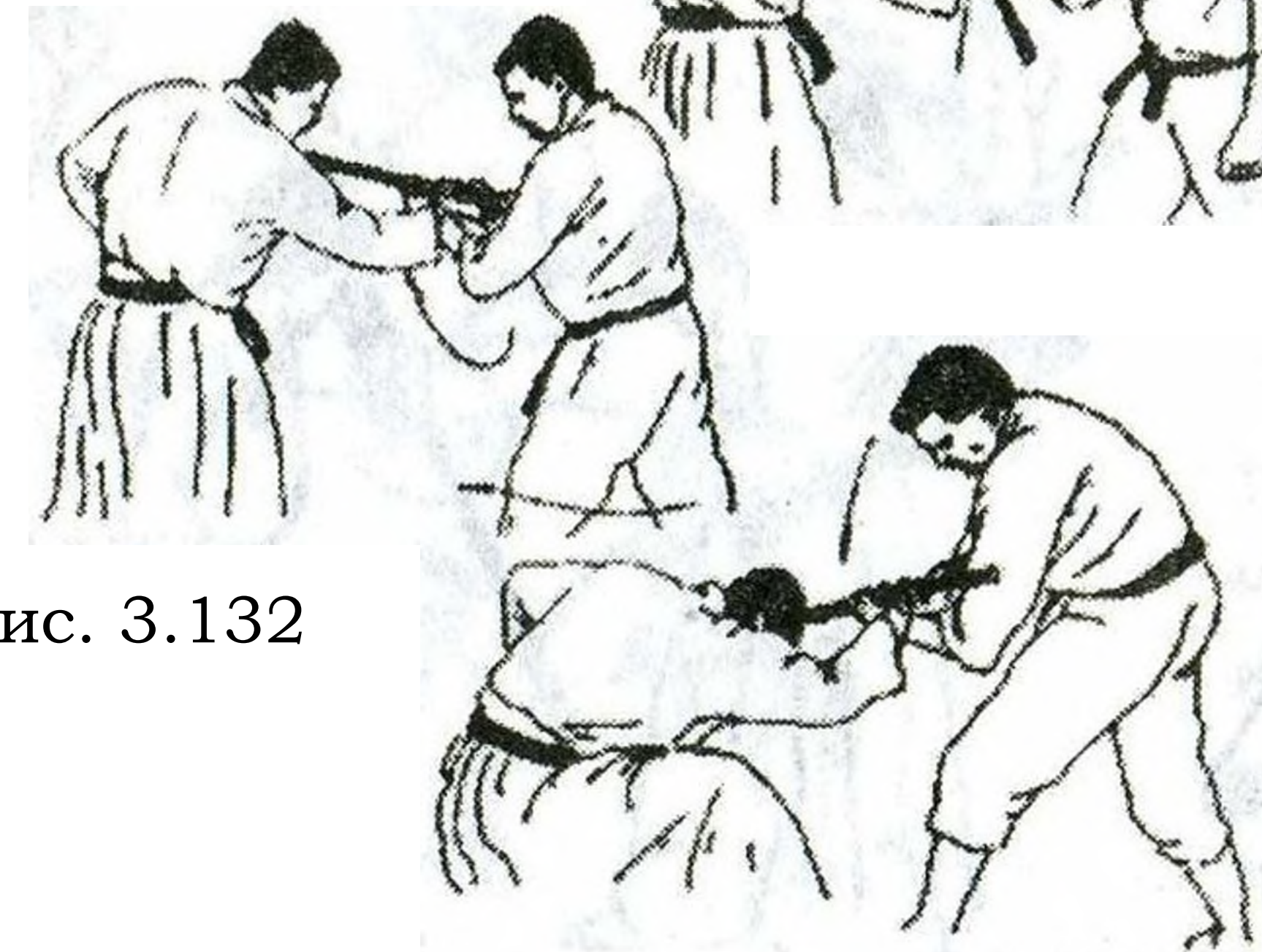


Рис. 3.132

Рис. 3.133

Противник захватывает ваше запястье. Переведите оружие в положение поверх его руки (рис. 3.130) и перехватите палку с другой стороны — рис. 3.131. Делая шаг назад, потяните противника вниз на себя, выводя его из равновесия и бросая на землю — рис. 3.132—3.133.

«Захват двух рук» — [Риотэ дори]

Рис. 3.134



Рис. 3.135



Рис. 3.136

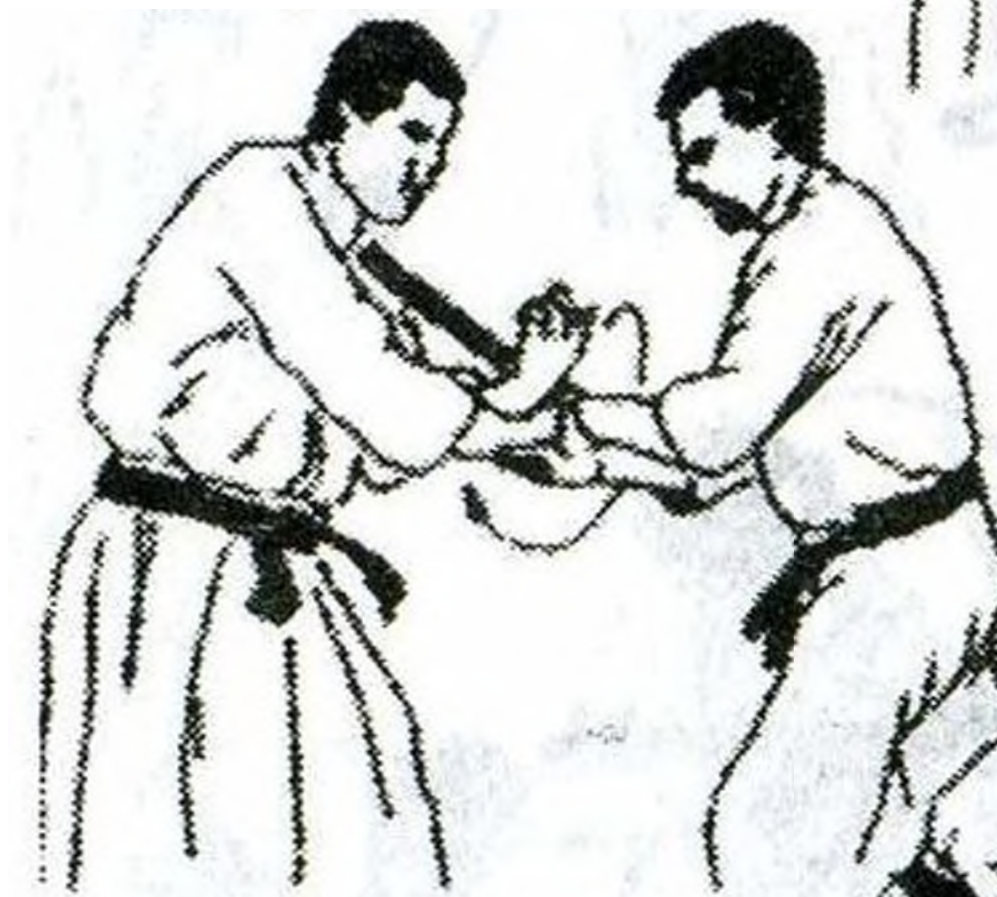


Рис. 3.137

Когда противник захватывает оба запястья, удерживающие ханбо (рис. 3.134), скрестите предплечья своих рук, одновременно отпуская хват одной рукой и освобождая руку из захвата движением в сторону большого пальца кисти противника — рис. 3.135. Перехватите палку, как показано на рис. 3.136, и проведите ущемление кисти противника (рис. 3.137).

«Ветер и дракон» («Дыхание дракона») — [Рю фу]

Когда противник пытается предпринять какие-либо агрессивные действия против вас — предупредите его движение резким ударом ханбо по его одноименному локтю — рис. 3.138. После чего мгновенно захватите другую руку и проведите перегибание в локте, используя палку как упор для рычага. вначале снизу вверх (рис. 3.139-3.140), а затем вперед (рис. 3.141).

Рис. 3.138

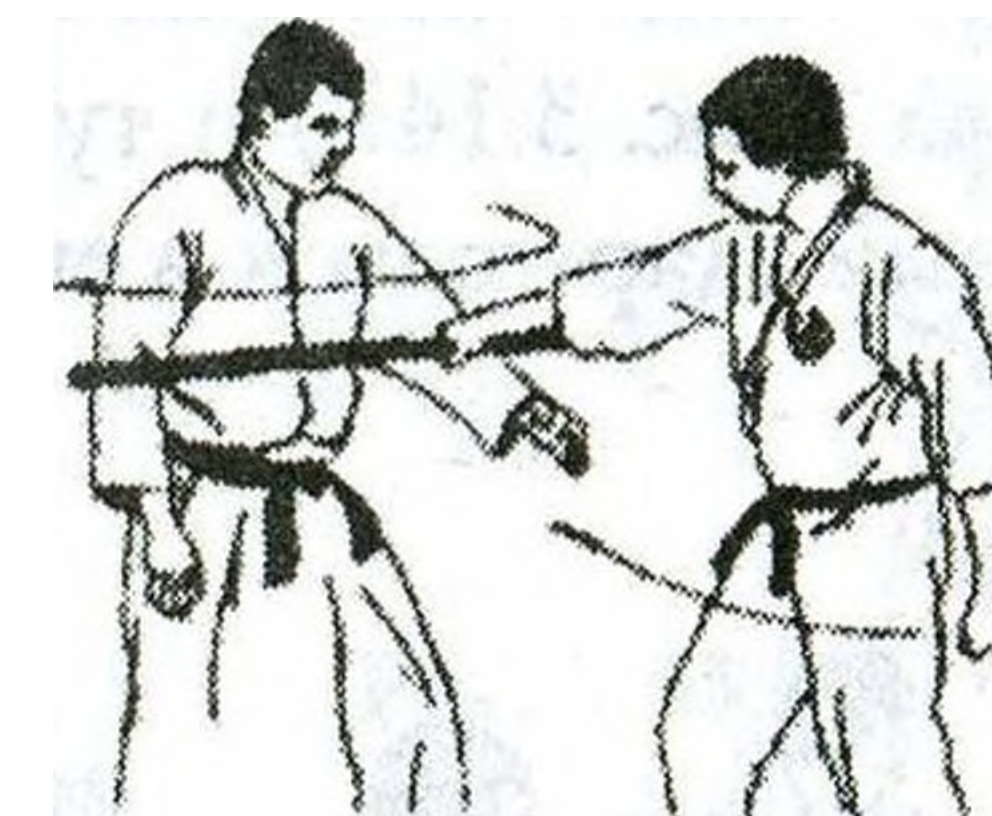


Рис. 3.139

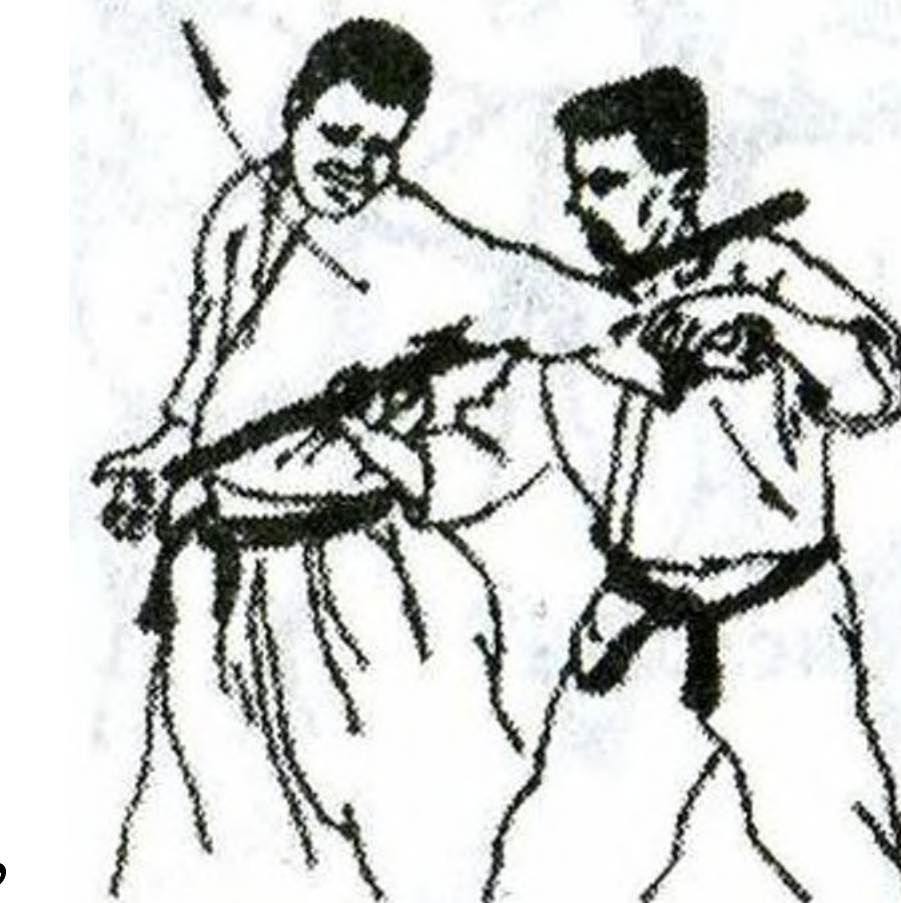
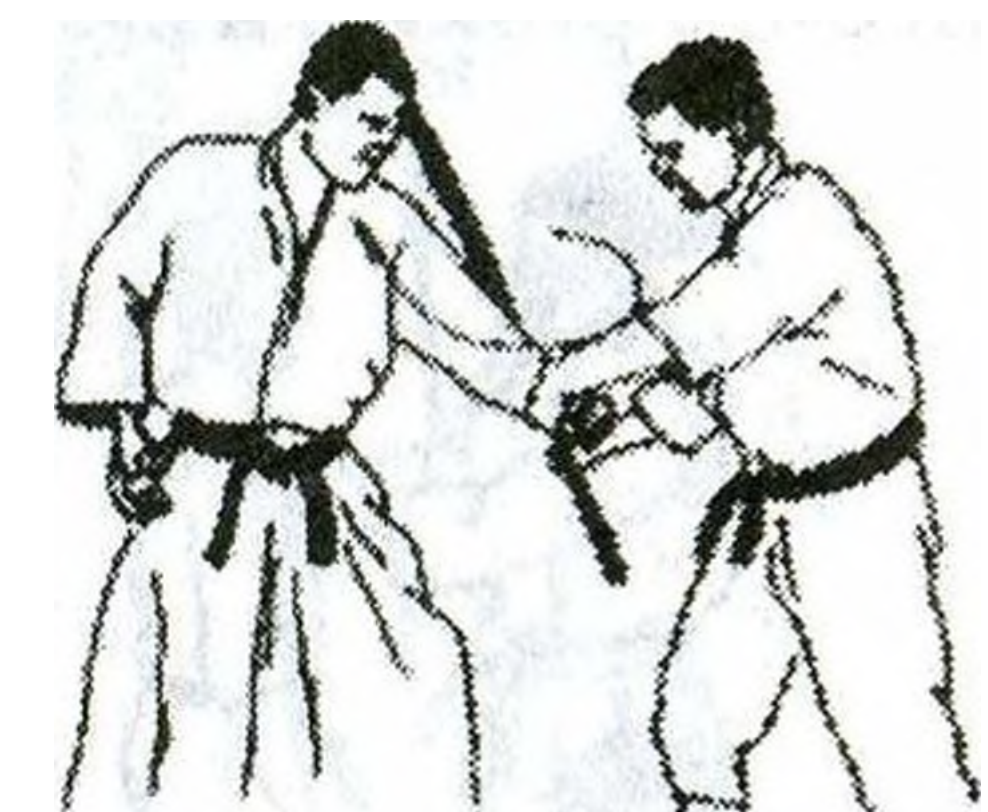


Рис. 3.140



Рис. 3.141

Выкручивание кисти руки наружу — [Котэ гаэси]

Когда противник захватывает вашу руку, удерживающую ханбо, и замахивается для удара — рис. 3.142, шагните назад, одновременно выводя руку противника в положение выкручивания наружу (*котэ гаэси*) — рис. 3.143—3.144. Свалите его на землю, заводя палку ему за спину через голову и продолжая контролировать руку болевым приемом — рис. 3.145.

Рис. 3.142

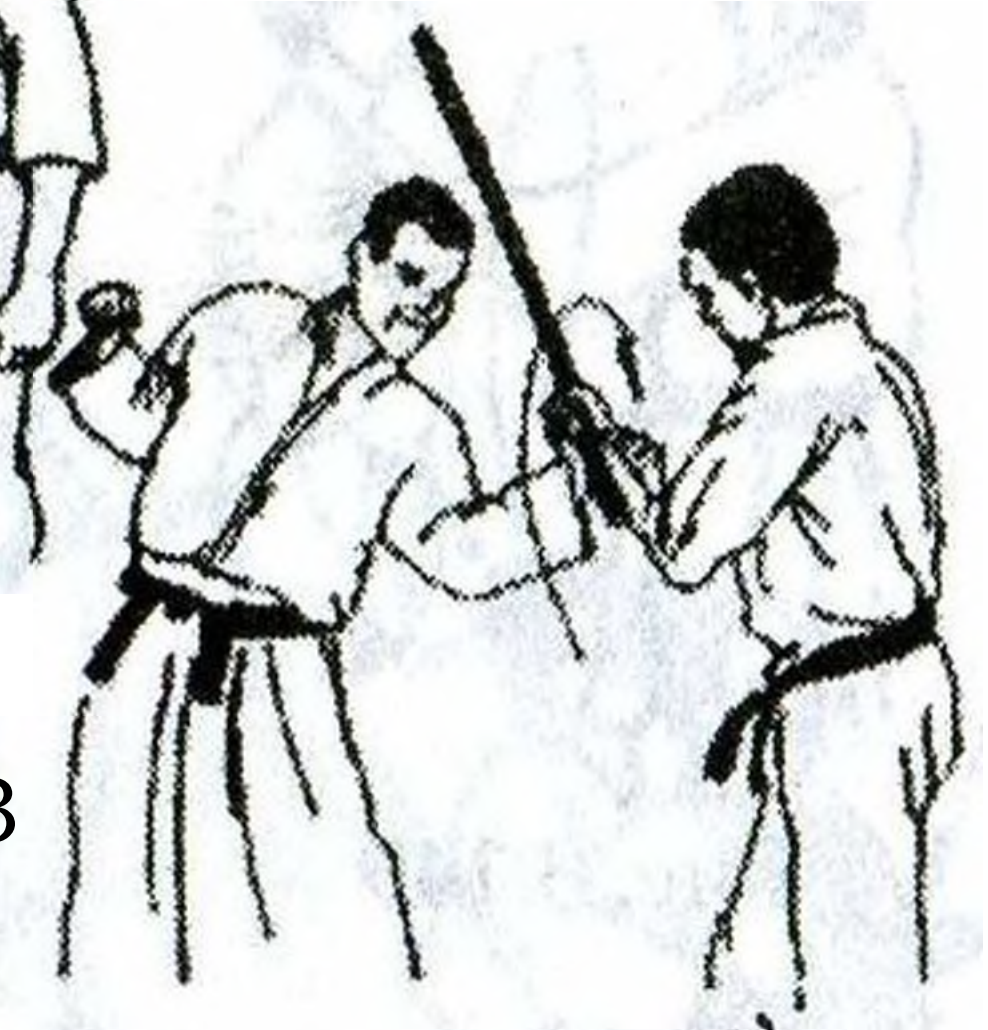
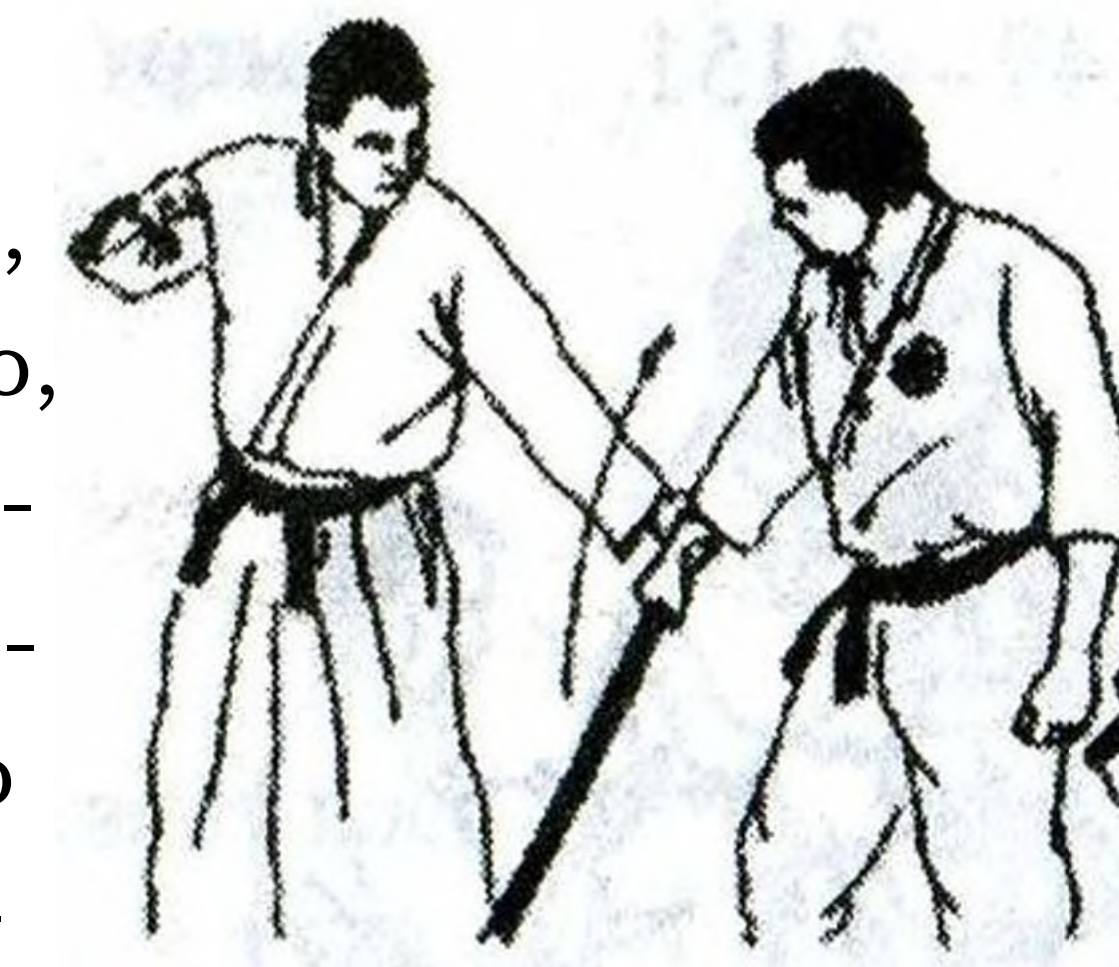


Рис. 3.143

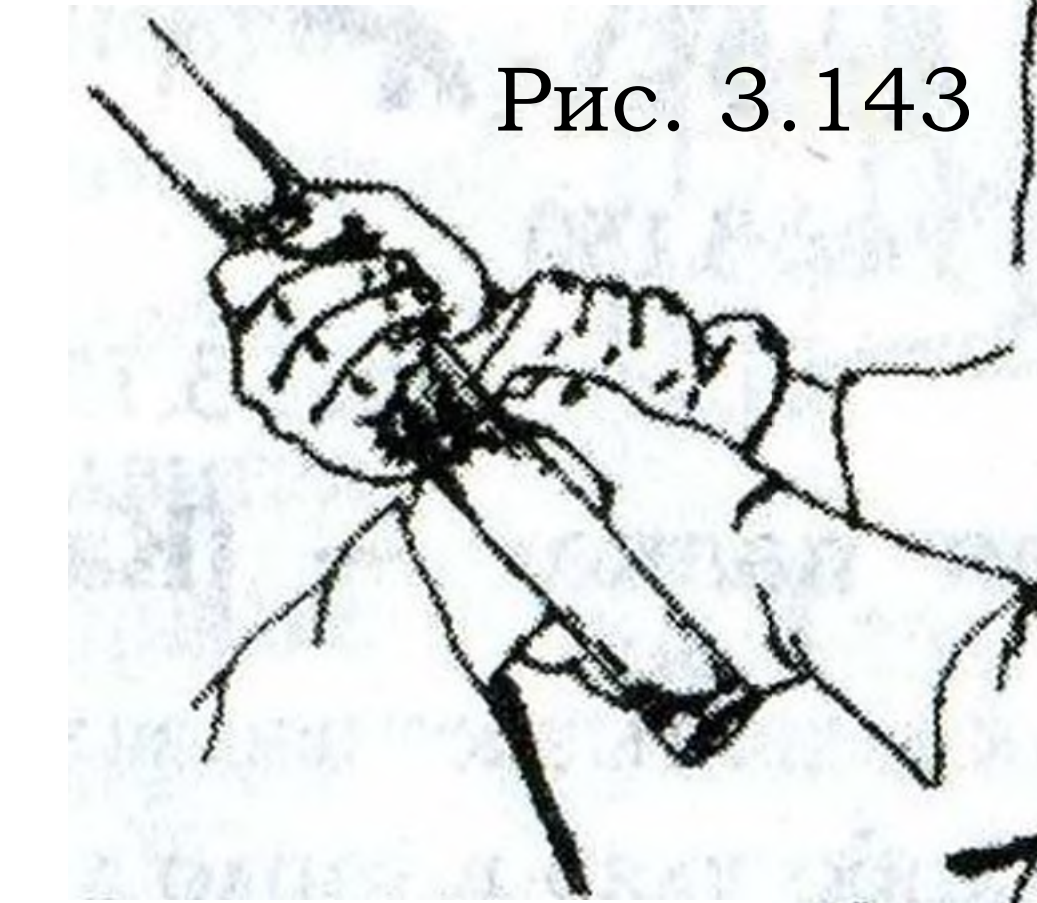


Рис. 3.144



Рис. 3.145

«Толчок изнутри» — [Ути таоси]

Противник захватывает вас за одежду на груди (*мунэ дори*) — рис. 3.146. Резким ударом ханбо снизу по точкам *хидзидзумэ* сбейте руки противника вверх (рис. 3.147) и тут же с шагом вперед нанесите резкий и сильный удар-толчок в его горло — рис. 3.148.



Рис. 3.146



Рис. 3.147



Рис. 3.148

Ущемление двух рук — [Риотэ гарами дори]

Эта техника практически полностью совпадает с техникой *риотэ дори*, но проводится она от захвата противника двумя руками за одежду на груди, и ущемление затрагивает не одно, а оба запястья — рис. 3.149—3.151.



Рис. 3.149



Рис. 3.150



Рис. 3.151

«Выкручивающая палка» — [Катагину]

Когда противник захватывает вас за одежду на груди, мгновенно нанесите концом ханбо удар в горло между его рук (рис. 3.152—3.153). После чего проведите *цукэ ири* на руку противника — рис. 3.154—3.155.



Рис. 3.152

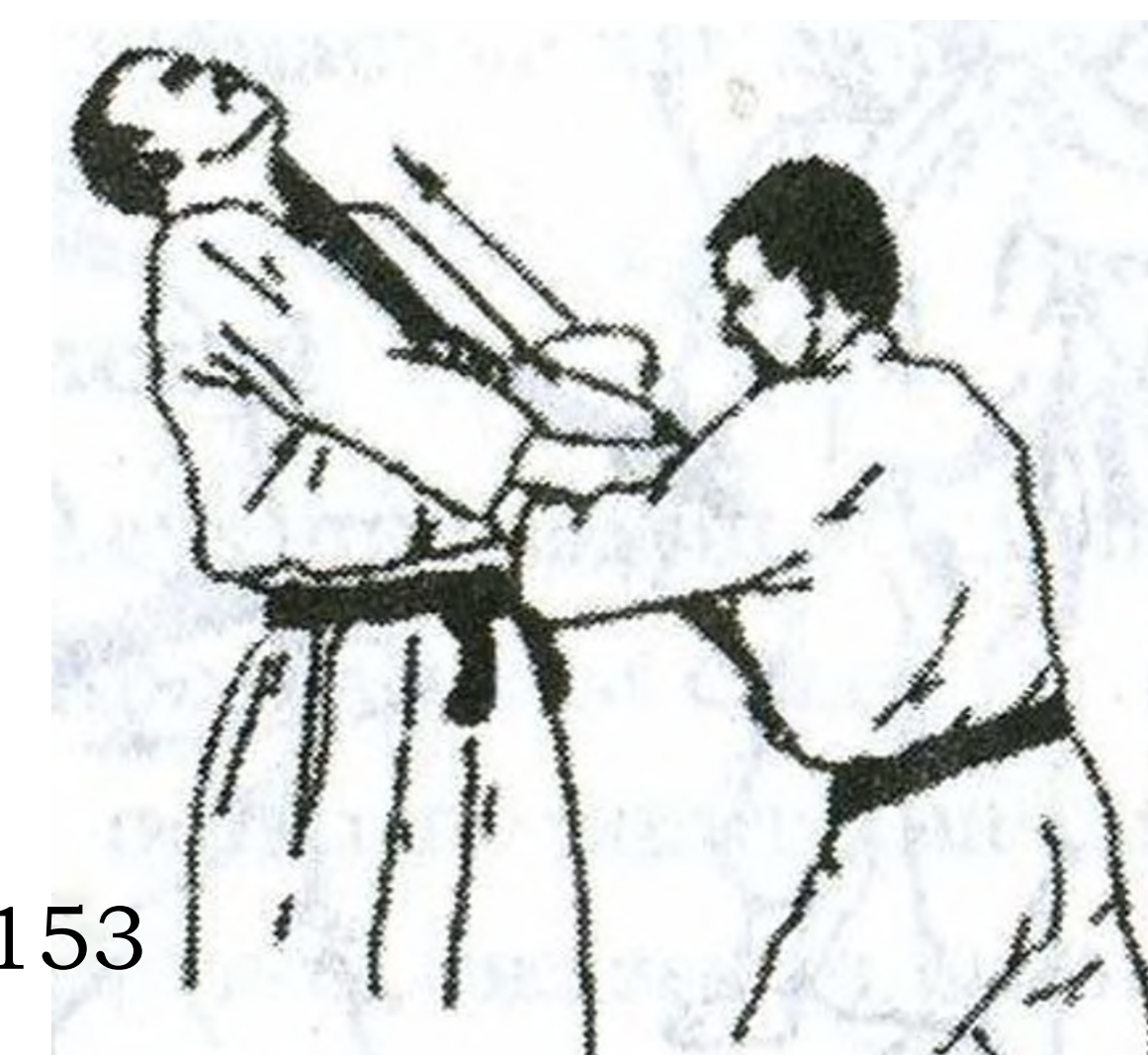


Рис. 3.153

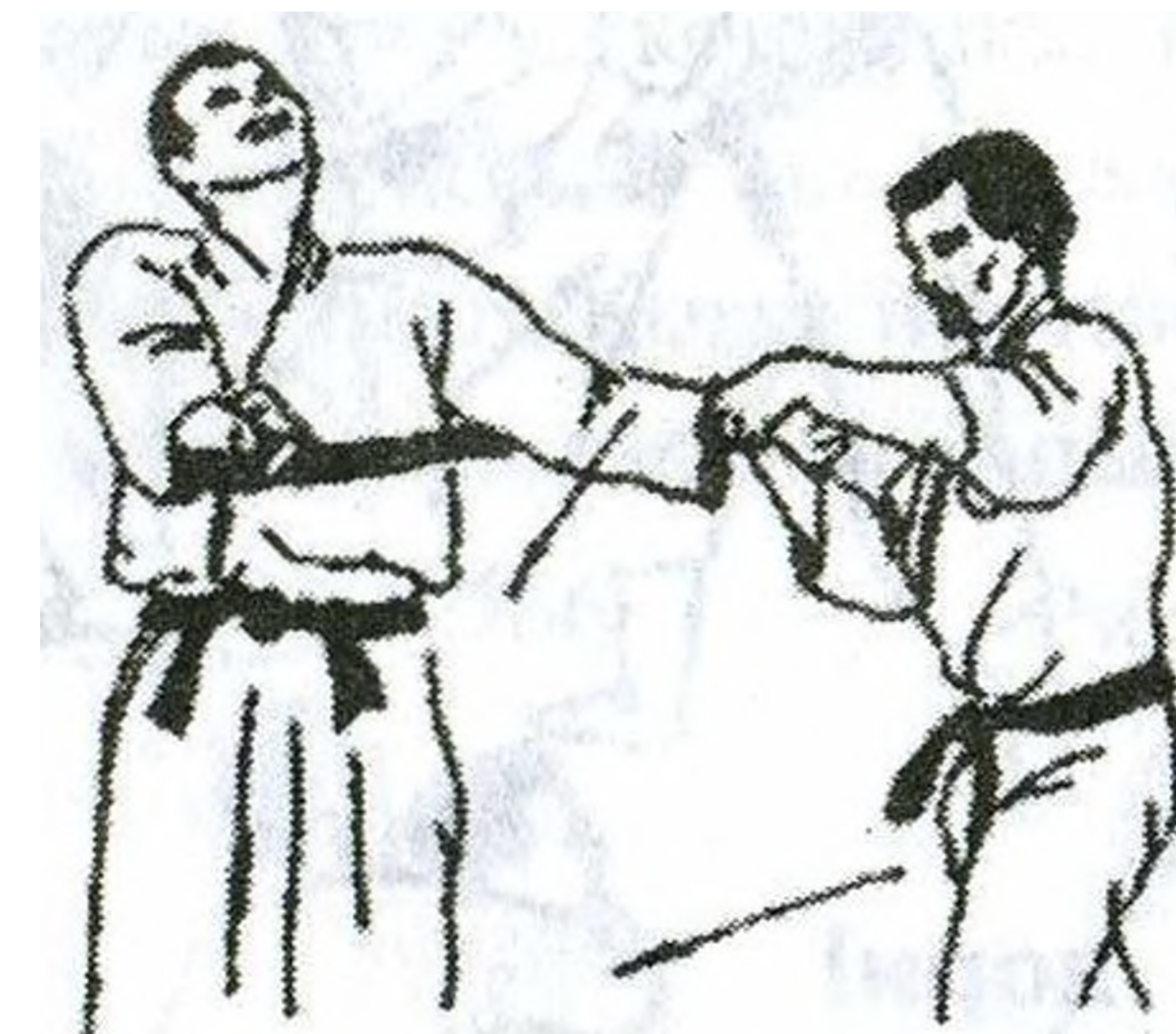


Рис. 3.154

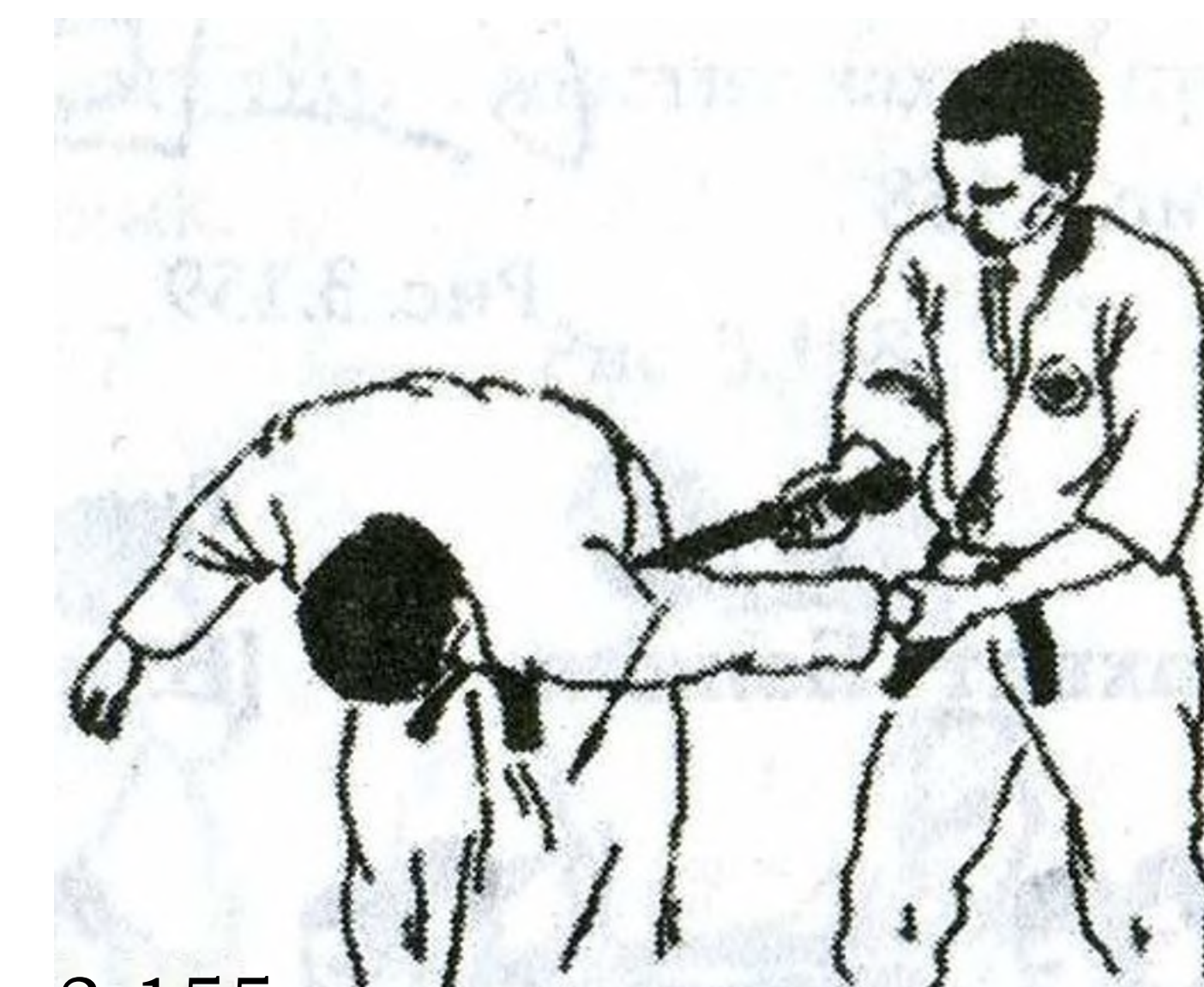


Рис. 3.155

«Ввинчивание во внутренности» от захвата сзади — [Усиро дори цукэ ири]

Противник захватывает вас сзади поверх рук (рис. 3.156). Немного присядьте, одновременно нанося удар палкой по рукам противника и головой в его лицо (рис. 3.157). Раздвигая свои руки в стороны, разорвите захват и, поворачиваясь, перехватите руку противника своей рукой, после чего проведите *цукэ ири* — рис. 3.158—3.160.



Рис. 3.156



Рис. 3.157

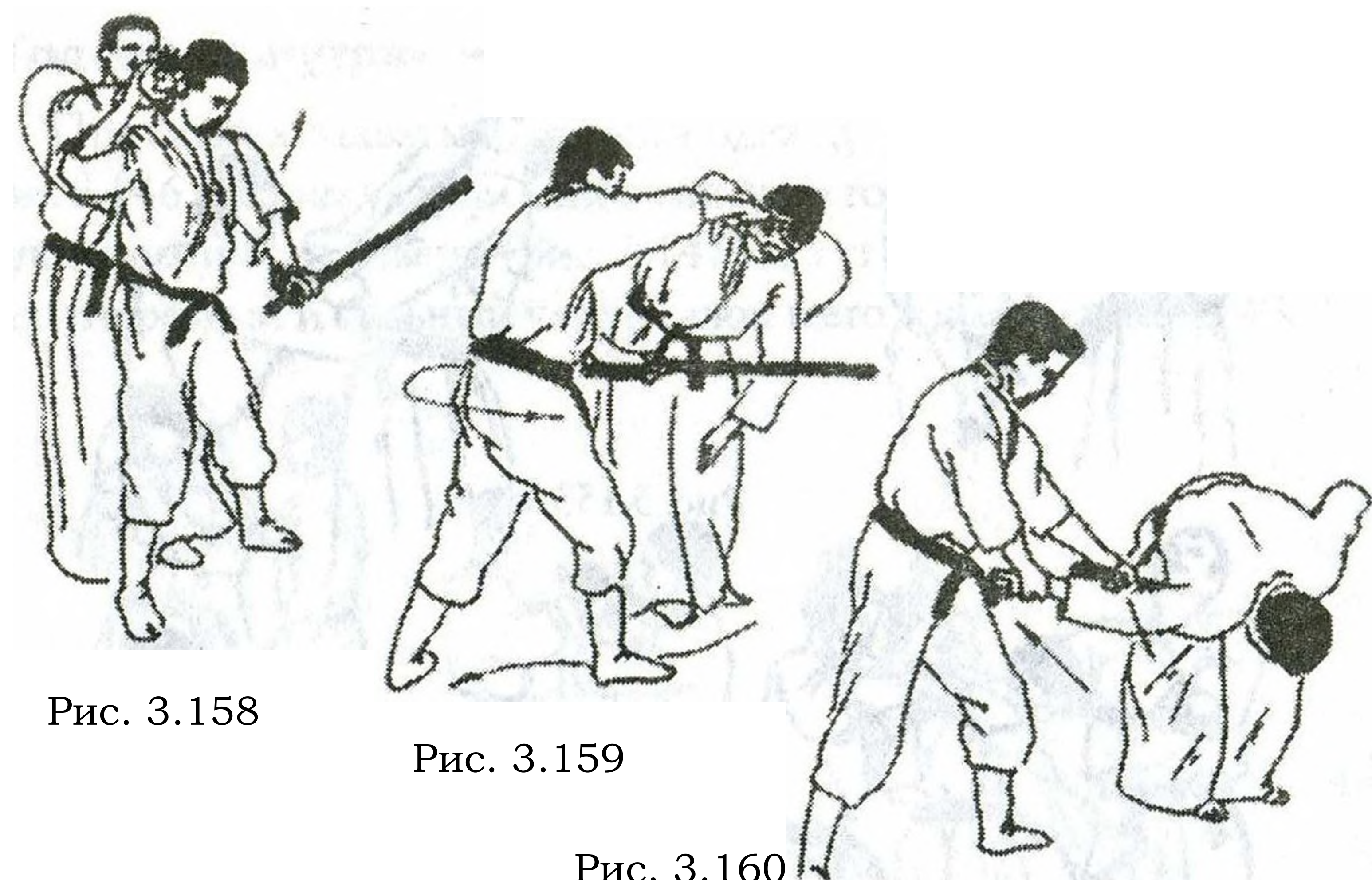


Рис. 3.158

Рис. 3.159

Рис. 3.160

«Захват Бэнкэя» — [Бэнкэй дори]

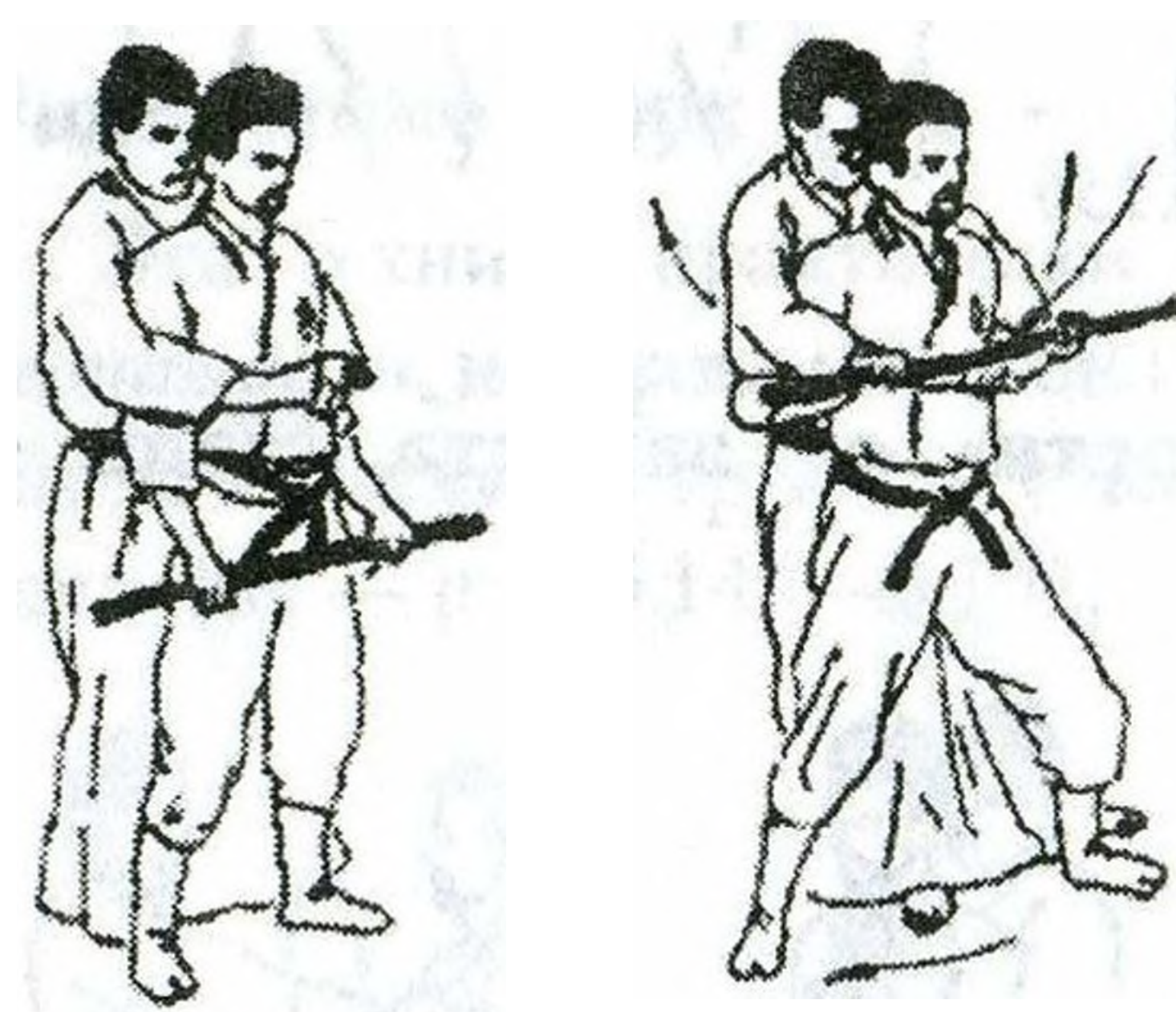


Рис. 3.161

Рис. 3.162

Противник захватывает вас сзади поверх рук (рис. 3.161), Сделайте шаг назад в сторону, одновременно широко разводя руки (рис. 3.162). В результате этого движения вы освободитесь от захвата, и нога противника окажется у вас между ног. Мгновенно наклонитесь вперед и захватите палкой ногу противника (рис 3.163). Потяните ее вверх—

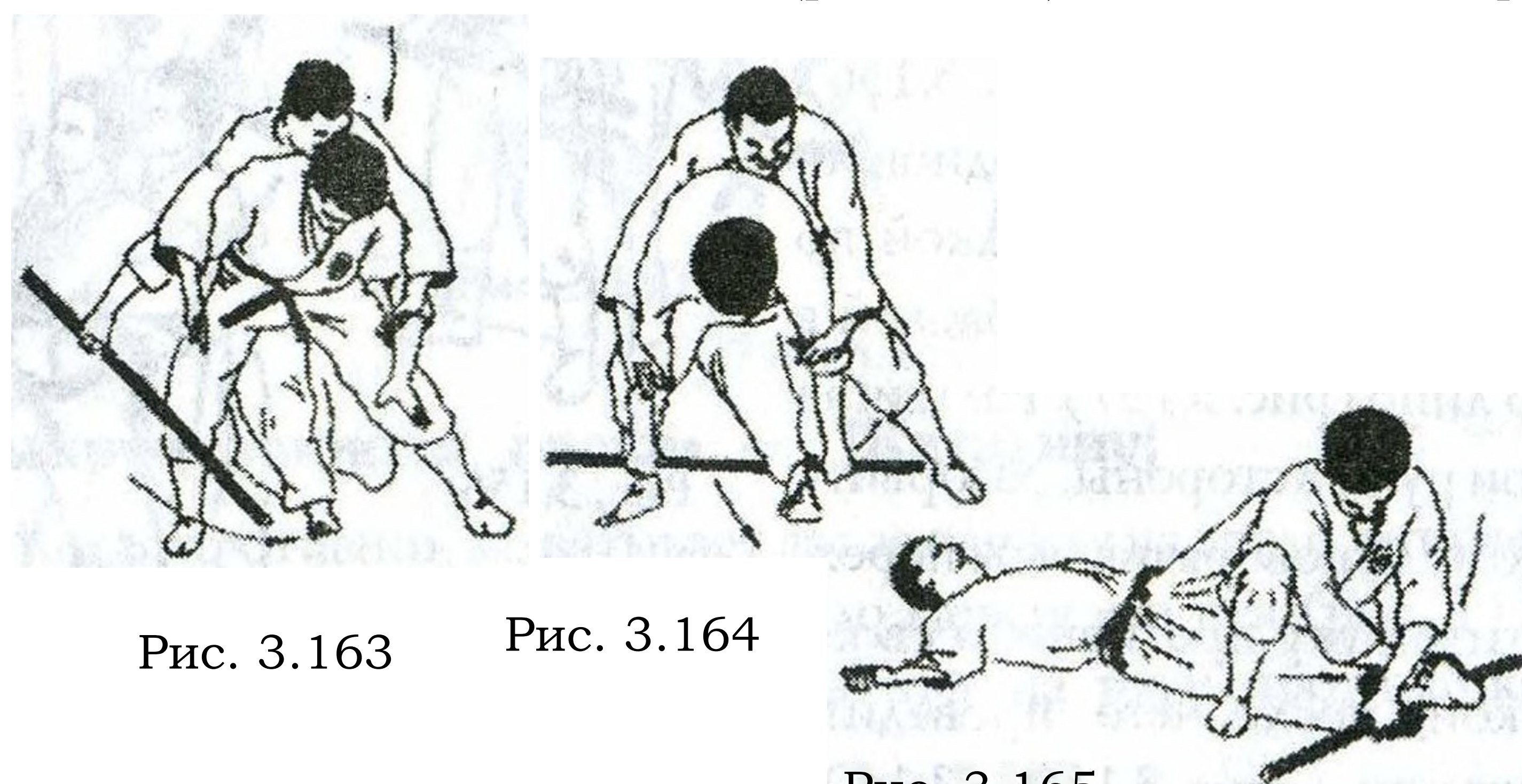


Рис. 3.163

Рис. 3.164

Рис. 3.165

вперед, одновременно садясь на колено захваченной ноги. Когда противник упадет на спину, проведите ущемление ахиллова сухожилия — рис. 3.164— 3.165.

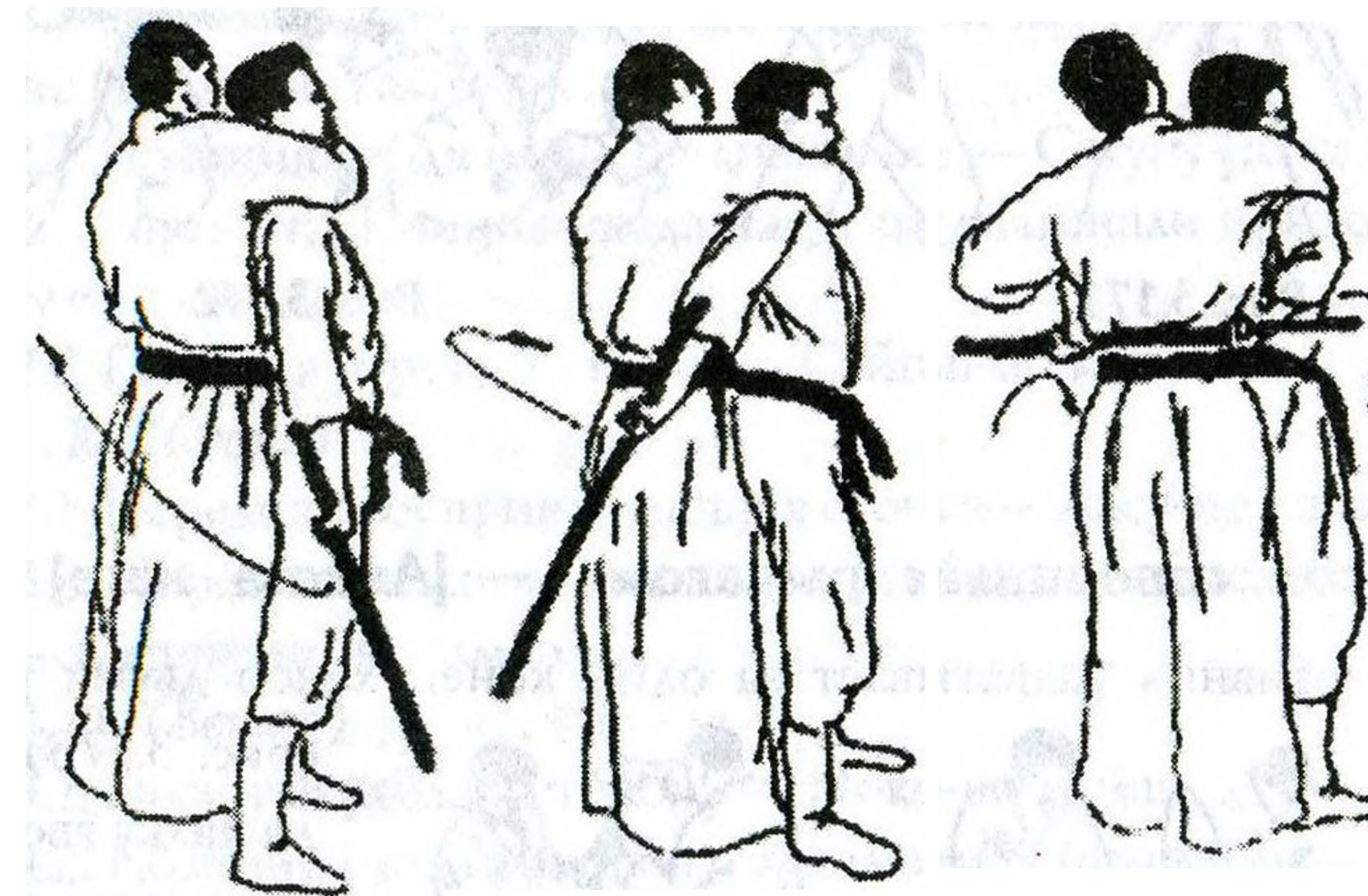
Ущемление спины — [Тавара таоси]

Противник нападает так же, как в двух предыдущих случаях (*усиро дори*). или проводит удушение предплечьем сзади (*усиро дзимэ*). Заведите ханбо за его спину и резко потяните на себя, перехватив другой конец палки второй рукой, оказывая сильное болевое воздействие на позвоночник и почки противника, — рис. 3.166—3.168. Когда противник от боли отпустит захват, проведите одну из ранее описанных техник.

Рис 3.166

Рис. 3.167

Рис. 3.168



4. [Ханбо-дори-каэси]

Освобождение палки от захвата — [Бо гаэси]

Противник захватывает за один конец ханбо, как показано на рис. 3.169. Обведите захваченный конец палки снаружи по отношению к руке противника и проведите перегибание его запястья сверху вниз (*ура котэ гяку дори*) — рис 3.170—3.171. Для лучшего контроля за рукой противника прихватите его пальцы, удерживающие ханбо, своей рукой (рис 3.172). Та же техника, но от захвата двумя руками, носит название *коку*.

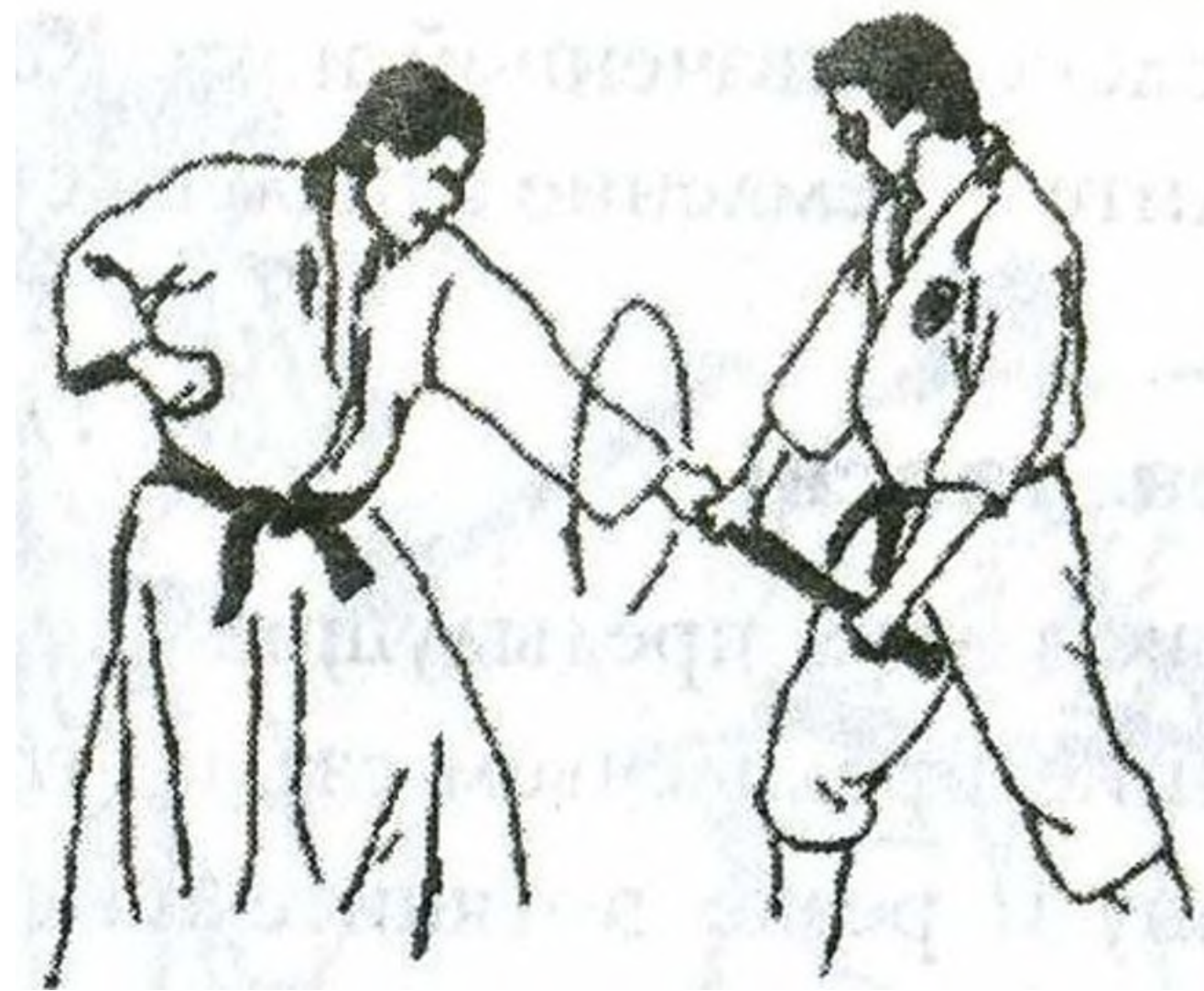


Рис. 3.169

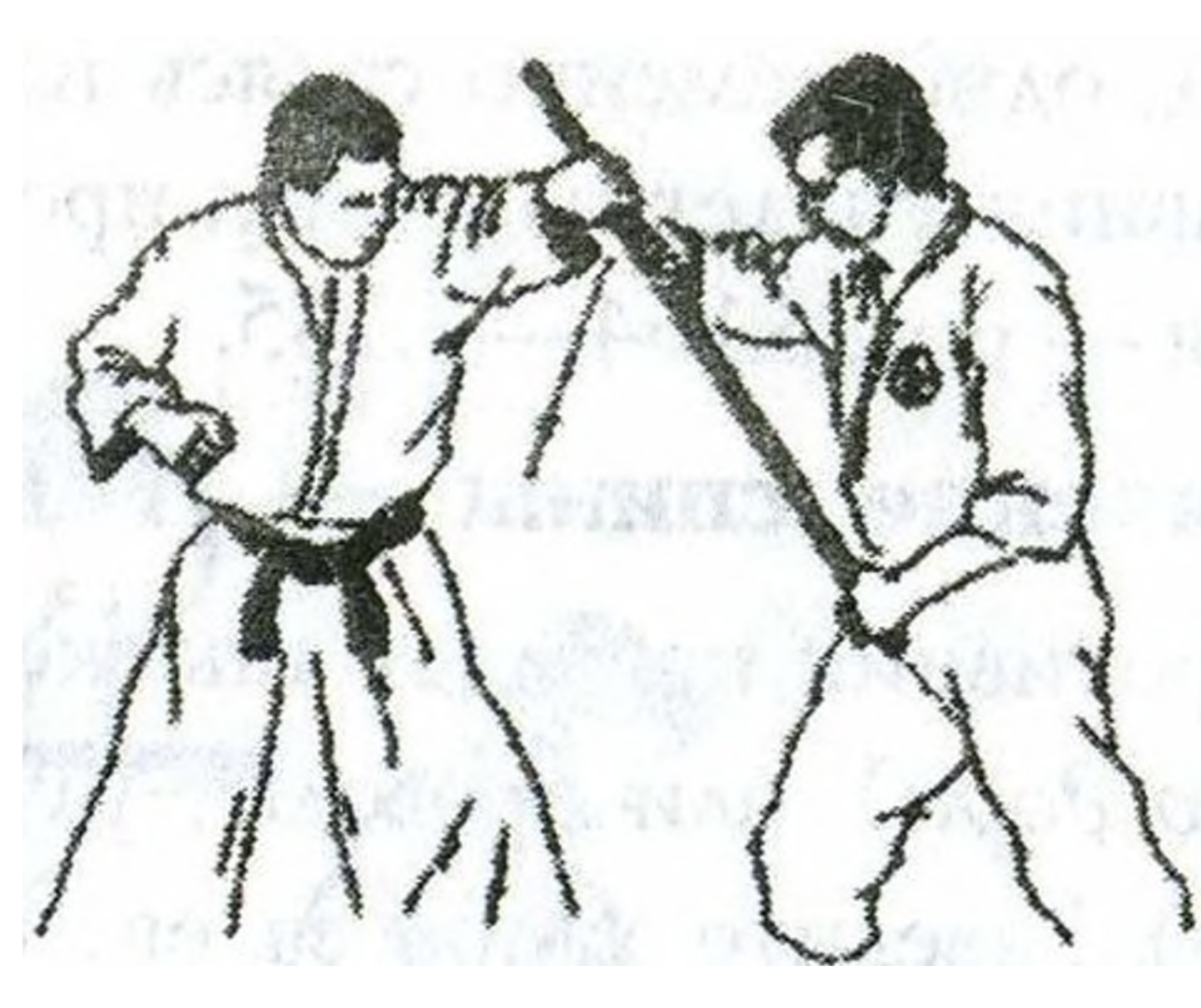


Рис 3.170



Рис. 3.171

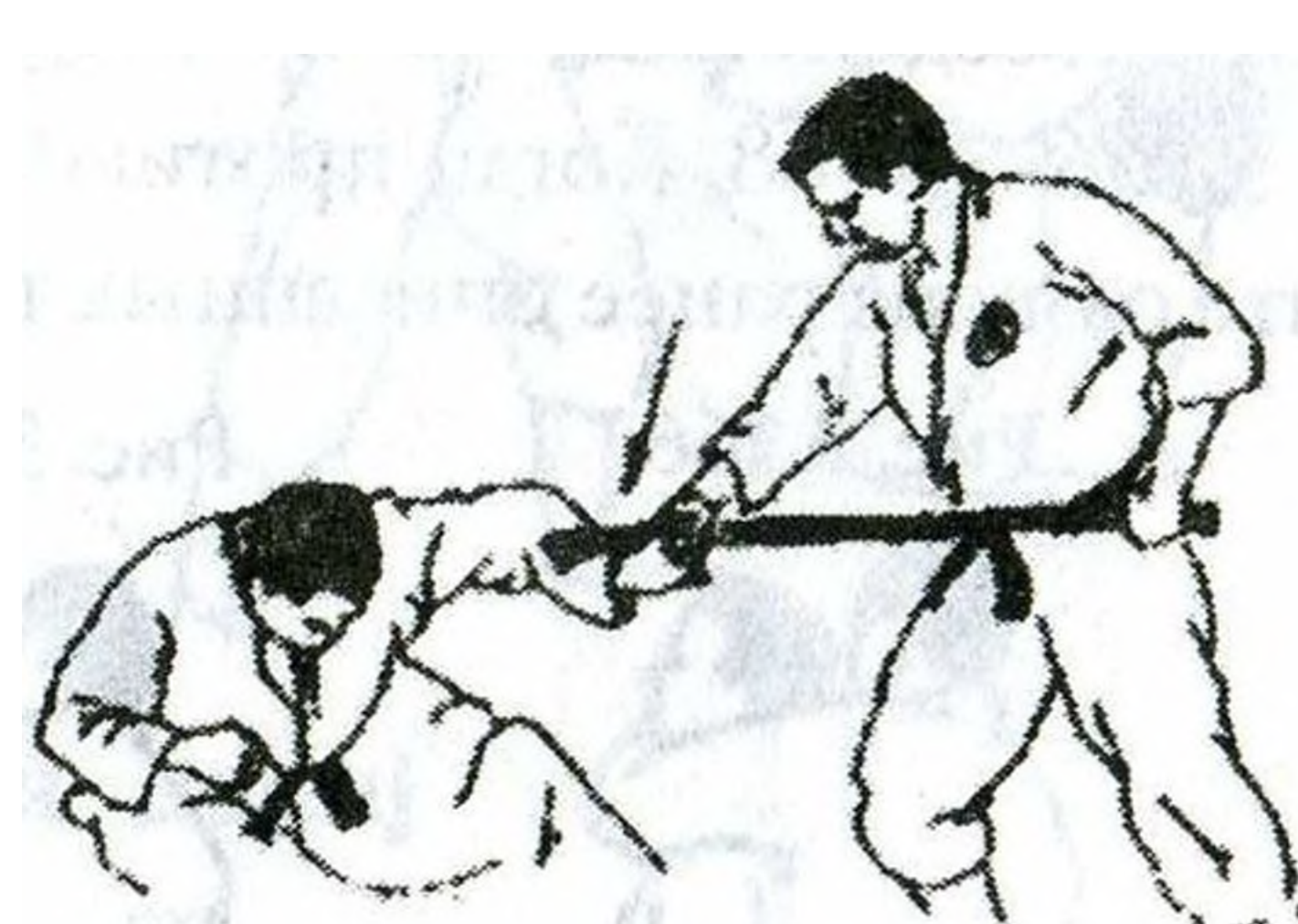


Рис 3.172

«Бросок сдвоенным рычагом» — [Авадзэ нагэ]

Противник захватывает за один конец ханбо двумя руками



Рис. 3.173



Рис 3.174



Рис. 3.175



Рис. 3.176

(рис. 3.173). Выводя палку вверх и на противника, сделайте большой шаг вначале одной, а затем другой ногой таким образом, чтобы пройти вперед за него (рис. 3.174—3.176). Если противник не отпустит ханбо, он неминуемо упадет на землю.

Программа обучения Кукисин-рю ханбодзюцу (в соответствии с аттестационными требованиями Международной Независимой Ассоциации ниндзюцу «Будзинкан» (СНГ))

1. Боевые позиции с ханбо — Ханбо-камаэ-но ката

1.1. *Tu* (Земля)

1.1.1. Воспринимающая позиция — Хира-итимондзи (катаябури) —но камаэ

1.1.2. Позиция бродячего монаха — Мунэн -мусо-но камаэ

1.1.3. Позиция с палкой за спиной — Отонаси-но камаэ

1.2. *Suyi* (Вода)

1.2.1. Позиция с палкой, расположенной перед собой — Дан-реку-но (тэнти-но камаэ)

1.2.2. Позиция ухода назад по диагонали — Сагуру-но камаэ

1.2.3. Вариант: Позиция ухода назад по диагонали прыжком Сагуру-тоби-но камаэ

1.2.4. Позиция «третьего глаза» — Сэйган-но камаэ

1.3. *Ka* (Огонь)

1.3.1. Передняя воспринимающая стойка — Дасу-но камаэ

1.3.2. Передняя воспринимающая стойка, занимаемая прыжком — Дасу-тоби-но камаэ

1.4. *Fu* (Ветер)

1.4.1. Позиция ухода в сторону — Йоко-но камаэ

1.4.2. Позиция ухода в сторону, занимаемая прыжком — Йоко-тоби-но камаэ

1.4.3. Воспринимающая позиция с поворотом на 90 градусов - Ко сабаки-но камаэ

1.4.4. Воспринимающая позиция с поворотом в прыжке на 90 градусов — О сабаки-но камаэ

1.4.5. Скрещенная позиция — Какэ-но камаэ. В зависимости от направления шага делится на:

1.4.5.а. Нога шагает за другую ногу сзади (носок вперед) — Йоко-какэ-но камаэ

1.4.5.б. Нога шагает за другую ногу спереди — Дасу-какэ-но камаэ

1.4.5.в. Нога шагает за другую ногу сзади (носок в сторону) Сагуру-какэ-но камаэ

1.4.6. Широкая воспринимающая стойка с незначительными прыжками вперед-назад — Рио тоби-но камаэ

2. Техника тычковых ударов ханбо — Ханбо-цуки-кё

2.1. Нагаи-цуки (тычковый удар концом палки), подразделяется на:

2.1.1. Тычок концом палки одной рукой — Кататэ-нагаи-цуки

2.1.2. Тычок концом палки двумя руками — Рио гэ-нагаи-цуки

2.1.3. Тычок концом палки вперед — Маэ-нагаи-цуки (ката-тэ/риотэ)

2.1.4. Тычок концом палки в сторону — Йоко-нагаи-цуки (ката-тэ/риотэ)

2.1.5. Тычок концом палки назад — Усиро-нагаи-цуки (ката-тэ/риотэ)

2.1.6. Тычок концом палки в верхний уровень — Дзедан-нагаи-цуки (к ататэ/риотэ)

2.1.7. Тычок концом палки в средний уровень — Тюдан-наган-цуки (кататэ/риотэ)

2.1.8. Тычок концом палки в нижний уровень — Гэдан-нагаи-цуки (кататэ/риотэ)

2.1.9. Нанамэ-цуки (тычковый удар боковой стороной палки), под разделяется на:

2.2.1. Тычок частью палки между рук — Хира-нанамэ-цуки

2.2.2. Тычок частями палки с внешней стороны от рук, удерживающих ханбо — Кирицу-нанамэ-цуки

2.2.3. Тычок в верхний уровень — Дзедан-нанамэ-цуки (хира/кирицу)

2.2.4. Тычок в средний уровень — Тюдан-нанамэ-цуки (хира/кирицу)

2.2.5. Тычок в нижний уровень — Гэдан-кирицу-цуки (хира/кирицу)

3. Техника рубящих ударов ханбо — Ханбо-фури-кё

3.1. Рубящий удар палкой хватом двумя руками — Риотэ-фури

3.2. Рубящий удар палкой хватом одной рукой — Кататэ-фури

3.3. Длинный рубящий удар палкой (маховый) — О-фури

3.4. Короткий рубящий удар палкой — Ко-фури

3.5. Рубящий удар при хвате палки за один конец (подобно мечу) — Хира-фури

3.6. Рубящий удар при широком хвате палки — Кирицу-фури

3.7. Короткий рубящий удар в голову — Дзедан-кирицу-фури

3.8. Короткий рубящий удар в корпус — Тюдан-кирицу-фури

3.9. Маховый рубящий удар в голову — Дзедан-хира-фури

3.10. Маховый рубящий удар в корпус — Тюдан-хира-фури

3.11. Маховый сметающий удар по ногам — Гэдан-хира-фури

4. Техника вращений и перехватов — Ханбо-кайтэн-кё

4.1. Вращение пальцами — Юби-кайтэн

4.2. Вращение в ладонях — Тэ-кайтэн

4.2.1. Вращение в одной руке — Кататэ-кайтэн

4.2.2. Вращение в двух руках — Риотэ-кайтэн

4.3. Вращение предплечьем — Кансэцу-кайтэн

4.4. Вращение предплечьем — Удэ-кайтэн

4.4.1. Вращение вперед — Маэ-удэ-кайтэн

4.4.2. Вращение назад — Усиро-удэ-кайтэн

4.5. Вращение телом — Тай-кайтэн

4.5.1. Вращение с разворотом на 180 градусов над головой — Дзедан -тай-кайтэн

4.5.2. Вращение вокруг корпуса — Тюдан-тай-кайтэн

4.5.3. Вращение вокруг ног (ноги) — Гэдан-тай-кайтэн

5. «Техника восьми основ», используемая для защиты и «входа» в прием — Кихон-хаппо-вадза

5.1. Встречный удар по корпусу с уходом назад — наружу по диагонали — Нанамэ усиро омотэ ваки юти

5.2. Встречный удар по корпусу с уходом в сторону — внутрь — Нанамэ маэ ура ваки юти

5.3. Встречный удар по корпусу с уходом наружу — вперед по диагонали — Нанамэ маэ омотэ ваки юти

5.4. Дуговой (накрывающий) удар по предплечью с уходом назад — наружу по диагонали — Маваси котэ юти омотэ

5.5. Дуговой (накрывающий) удар по предплечью с уходом назад — внутрь по диагонали — Маваси котэ юти ура

5.6. Прямой удар по предплечью с уходом назад — наружу по диагонали — Котэ юти омотэ

5.7. Прямой удар по предплечью с уходом назад — внутрь по диагонали — Котэ юти ура

5.8. Стоп-удар концом палки в горло одной рукой с уходом вниз, на месте прыжком (рио тоби-но камаэ) — Кататэ цуки

6. Ханбо-каэси-вадза (техника контратаки с ханбо)

6.1. Контртехника против ударов кулаком — Цуки-каэси

Часть третья

6.1.1. Перегибание локтя при помощи ханбо сверху (с упором конца палки в нижнюю часть живота и перехватом запястья противника) — Цукэ ири

6.1.2. Сваливание давлением на трицепс и упором палки в заднюю часть бедер и спины — Коси ори

6.1.3. Бросок через ногу вперед при помощи ханбо — Гансэки нагэ

6.1.4. Перегибание в локтевом суставе от неудавшегося броска — Гансэки отоси макикоми

6.1.5. Бросок выкручиванием руки в плечевом и локтевом суставах вперед при помощи ханбо — Гансэки отоси гарами

6.1.6—6.1.9. Узел руки наверху — Они кудаки (4 варианта)

Загиб руки за спину при помощи ханбо — Гяку удэ гарами

6.1.10. Удушение сжатием диафрагмы сзади - Киокотсу кудаки

6.1.11. Удушение при помощи палки сзади — Хадака дзимэ

6.1.12. Удушение сзади с помощью палки скрестным хватом — Усиро-дзюдзи-дзимэ

6.1.13. Бросок хватом двух ног сзади — Риоаси дори

6.1.14. Перегибание в локте с переходом прыжком к задней подножке упором в горло — Котё дори

6.2. Контратака против удара ногой — Кэри-каэси

6.2.1. Выкручивание атакующей ноги в коленном суставе внутрь — Аси кудзики

6.2.2. Выкручивание опорной ноги — Аси кудзики (вариант)

6.2.3. Захват атакующей ноги на плечо и гэдан-кататэ-фури по опорной ноге — Аси дори

6.2.4. Ущемление ахиллова сухожилия в стойке — Аси гарами

6.2.5. Сваливание подхватыванием и резким толчком вверх ударной конечности — Аси дори осаэ

6.2.6. Ущемление голени в стойке — Аси гатамэ

6.2.7. Выкручивание атакующей ноги наружу в коленном суставе — Аси кудаки

6.3. Контратака против захвата рук — Тэхо дори-каэси

6.3.1. Ущемление запястья перехватыванием ханбо над рукой снаружи — Удэ гарами (удэ гарами омотэ)

6.3.2. Ущемление запястья после удара в висок изнутри — Касу-ми юти

6.3.3. Перегибание запястья сверху — Киодзицу

Искусство боя короткой палкой — [Ханбодзюцу]

6.3.4. Выкручивание запястья внутрь — Удэ гаэси

6.3.5. Выкручивание и перегибание запястья сверху — Такэ ори

6.3.6. Ущемление обеих запястий скрещиванием предплечий и давлением ханбо сверху — Риотэ дори

6.3.7. Сваливание ущемлением запястья вверх — Хон гяку дзимэ

6.3.8. Ущемление запястья вверх — Кататэ дзимэ

6.3.9. Перегибание руки в локтевом суставе хватом кисти под плечо и скрестным хватом ханбо — Удэ кудзики

6.3.10. Ущемление мышц предплечья сверху — Катамэ кудзики

6.3.11. Перегибание локтя хватом руки на плечо (с броском или без) — Цурэ дори

6.3.12. Захват руки и бросок через плечо с переломом локтя — Удэ гатамэ гяку сэи

6.3.13. Перегибание в локтевом суставе через ханбо, с упором палки на свое плечо — Рюфу

6.3.14. Выкручивание запястья наружу — Котэ гаэси

6.4. Контратака от захвата за одежду на груди — Мунэ-дори-каэси (нагэ-каэси)

6.4.1. Сваливание и ущемление ребер от попытки проведения броска через плечо — До гаэси

6.4.2. Сбивание рук противника вверх и сваливающий толчок в грудь или горло — Ути таоси

6.4.3. Ущемление обеих запястий скрестным хватом ханбо сверху — Риотэ гарами дори

6.4.4. Удар в горло и цукэ ири от захвата на груди — Катагину

6.5. Контратака от захвата корпуса сзади — Усиро-тайхо-дори-каэси

6.5.1. Ущемление запястных костей и цукэ ири от захвата под руками — Усиро дори цукэ ири

6.5.2. Разрыв захвата поверх рук, бросок хватом ноги между своими ногами и ущемление ахиллова сухожилия (вариант: перегибание ноги противника в коленном суставе) — Бэнкэй дори

6.5.3. Разрыв захвата поверх рук, удушение сжатием диафрагмы (ребер) сбоку и бросок хватом двух ног — Тайбоку даоси

6.5.4. Разрыв захвата поверх рук и ущемление надпочечников противника, находящегося сзади — Тавара таоси

6.6. Контратака от захвата за ханбо — Ханбо-дори-каэси

6.6.1. Выкручивание запястья внутрь (ура котэ гяку дори) от захвата за один конец палки — Бо гаэси

6.6.2. Бросок скрещиванием рук (дзюдзи натэ, дзюдзи гарами) от захвата палки двумя руками — Коку

6.6.3. Бросок переводом рук противника за голову от захвата за палку двумя руками — Авазэ нагэ

6.6.4. Падение на спину и захват ноги противника от захвата за ханбо двумя руками — Томоэ гаэси аси дори осаэ

7. Ханбо-катамэ-ке (добивания и дожимания на земле)

7.1. Перегибание руки в локте лежащему на животе — Дзе-ван ори

7.2. Перегибание руки в локте лежащему на спине — Хидзи ори

7.3. Ущемление мышц предплечья лежащему на спине — Дзэн - ван ори

7.4. Ущемление мышц голени и ахиллова сухожилия лежащему на животе — Саккоцу ори

7.5. Ущемление бицепса одной руки при помощи ханбо и узел наверху на другой руке — Риотэ дори

7.6. Захват («двойной нельсон») при помощи ханбо и переламывание позвоночника лежащему на животе — Синто

7.7. Выкручивание двух рук в плечевых суставах лежащему на животе противнику — О гяку

8. Ханбо-куми-ке (контроль и конвоирование в стойке)

8.1. Коси ори с палкой, воткнутой за пояс или в брюки противнику — Сибари коси ори

8.2. Не отличается от основного варианта — Рюфу

8.3. Удушение сзади — Хадака дзимэ

8.4. Загиб руки за спину с дополнительным воздействием палки — Гяку уде гарами

8.5. Ущемление двух рук в локтевых суставах с помощью ханбо сзади — Риотэ усиро кудаки

9. Куми-ханбо (основные группы приемов и комбинаций)

9.1. Го-куми-ханбо — обязательные комбинации ударов, «жесткая» техника:

9.1.1. Ити-го-куми-ханбо: Атака; ои-цуки/гяку-цуки

9.1.1.1. Маваси котэ юти омотэ/тюдан кирицу-фури/дзедан о хира риотэ-фури

9.1.1.2. Йоко-укэ/кофури-агэ (поднимающийся рубящий удар в пах)/дзедан кататэ-фури ура

9.1.1.3. Маваси котэ юти омотэ/дзедан кирицу-фури/проход за спину и сваливание упором в горло по типу хира нанамэ-фури

9.1.1.4. Дзедан кататэ фури-укэ/тюдан хира риотэ-фури и/ гэдан хира-фури

9.1.1.5. Йоко укэ/кирицу-нанамэ-цуки ура (сваливание обратным тычком в горло)

9.1.1.6. Дзедан хира кататэ-фури/гэдан кататэ нагаи-цуки (удар по типу кулака-«молота» в локоть) с выворачиванием руки

9.1.1.7. Маваси котэ юти ура/котэ юти омотэ/дзедан кирицу фури /дзедан о хира риотэ-фури

9.1.2. Ни-го-куми-ханбо: Атака: маэ-гэри

9.1.2.1. Гэдан хира-нанамэ-цуки/тюдан кирицу-фури/гэдан о хира-фури

9.1.2.2. Гэдан хира-нанамэ-цуки/гэдан кирицу-фури (опускаясь на колени)/дзедан кирицу-фури (стоя на колене)

9.1.2.3. Аси дори осаэ

9.1.2.4. Аси кудзики на опорную ногу

9.1.2.5. Йоко укэ/тюдан кирицу-фури/дзедан о хира риотэ-фури

9.1.3. Сан-го-куми-ханбо: Атака: маваси-гэри

9.1.3.1. Тюдан укэ (без оружия)/кататэ-нагаи-цуки (рио тоби-но камаэ)/ аси-бараи

9.1.3.2. Йоко укэ /усиро-нагаи-цуки с разворотом на 180 градусов/риотэ хира-фури с разворотом на 90 градусов в прыжке (дзедан тай-кайтэн)

9.1.3.3. Дзинтю-дзедан-укэ (блок вверх с уходом на одно колено дзедан хира-нанамэ-цуки/риоаси дори

9.1.4. Си-го-куми-ханбо: Атака: нинин-цуки (два атакующих наносят цуки)

9.1.4.1. Усиро-риотэ-нагаи-цуки(дзедан)/йоко-риотэ-нагаи-цуки (дзедан)/кэри-хараи/сокуто-кэри тюдан

9.1.4.2. Гяку кататэ-хира-фури (удар «обратным» хватом)/дзедан риотэ-хира-фури/два гэдан хира-фури-отоси (добивающих маховых удара сверху вниз по лежащим противникам)

9.1.4.3. Кирицу-нанамэ-цуки/тюдан-кирицу-фури после тюдан тай-кайтэн с разворотом на 180 градусов/маэ дзедан риотэ-нагаи-цуки/усиро тюдан риотэ-нагаи-цуки/кохо кэри/сокуто кэри тюдан

9.1.5. Го-го-куми-ханбо: Атака: нинин-кэри (два атакующих наносят кэри)

9.1.5.1. Гэдан хира-нанамэ-цуки-сокуто укэ/дзедан тай кайтэн/риотэ-дзедан-хира-фури/дзедан усиро кататэ-о-фури/ ценпо кэри соку гяку тюдан/йоко сокуто кэри тюдан

9.1.5.2. С поворотом на 180 градусов: гэдан хира-нанамэ-цуки/дзедан хира-нанамэ-цуки/тюдан риотэ-кирицу-фури/дзедан-риотэ-кирицу-фури/ценпо кэри соку гяку тюдан/ сокуто кэри то-дан/два гэдан хира-фури-отоси (добивающих маховых удара по лежащим противникам)

9.1.53. Дзедан риотэ-кирицу-фури/дзедан тай-кайтэн/дзедан риотэ-хира-фури/дзедан тай-кайтэн с разворотом на 180 градусов за спиной у одного из противников/дзедан риотэ-хира-фури/тюдан риотэ хира-фури с поворотом на 90 градусов

9.2. Дзю-куми-ханбо — обязательные комбинации болевых приемов и бросков, «мягкая» техника:

9.2.1. Ити-дзю-куми-ханбо: Атака: цуки

9.2.1.1. Цукэ ири

9.2.1.2. Коси ори

9.2.1.3. Гяку удэ гарами

9.2.1.4—7. Они кудаки (4 варианта)

9.2.2. Ни-дзю-куми-ханбо: Атака: маэ гэри

9.2.2.1—2. Аси кудзики (два варианта)

9.2.2.3. Аси дори

9.2.2.4. Аси гарами

9.2.2.5. Аси гатамэ

9.2.3. Сан-дзю-куми-ханбо: Атака: тэ-о дори/ханбо-дори

9.2.3.1. Киодзицу

9.2.3.2. Касуми юти

9.2.3.3. Удэ гаэси

9.2.3.4. Риотэ дори

9.2.3.5. Хон гяку дзимэ

9.2.3.6. Рюфу нагэ (с броском)

9.2.3.7. Котэ гаэси

9.2.3.8. Во гаэси

9.2.3.9—10. Авазэ нагэ (2 варианта)

9.2.4. Си-дзю-куми-ханбо: Атака: мунэ-дори/нагэ-утикоми/усиро-тай-дори

9.2.4.1. До гаэси

9.2.4.2. Усиро дори цукэ ири

9.2.4.3. Бэнкэй дори

9.2.4.4. Тайбоку таоси

9.2.4.5. Тавара таоси

Часть четвертая

Искусство боя короткой цепью — [Кусаридзюцу]

Глава 1. История и строение манрики-гусари

В этой главе мы хотели бы коснуться лишь небольшой части истории развития цепи как оружия, а именно — ее японской страны. Поскольку материал в этой части книги базируется в основном на технике традиционной японской боевой цепи *манрики-гусари*, то именно этому виду оружия и будет отведена главная роль. О других видах японских, китайских, корейских и др. боевых цепей читатель сможет подробно узнать из книг и статей К. Асмолова — по мнению автора, наиболее компетентного специалиста в области истории, теории и строения дальневосточного оружия. Но вернемся к *манрики-гусари*.

Цепи подобной длины (70—100 см) и конфигурации издавна широко применялись в боевой практике не только — и даже не столько — ниндзя, как это принято предполагать у нас, но и самураев. Это объясняется целым рядом факторов — начиная от портативности и компактности (а значит, удобства в ношении) и заканчивая широкой вариативностью использования — ударов, захватов, удушений и т. д.

Создание короткой цепи манрики-гусари приписывается Данносин Тосимицу Масаки, начальнику охраны главных ворот крепости Эдо (Токио). Частые стычки с бандитами и бродягами обычно приводили к кровавому исходу, что не было продиктовано крайней необходимостью — ведь достаточно было бы лишь слегка травмировать и обездвижить противника, тем более что законы чести самурая не поощряли использование меча в столь низменных целях, как драка с каким-то бродягой. Именно поэтому Масаки предложил использовать цепь с грузиками как главное оружие для охранников. Он назвал ее «манрики-гусари», что в буквальном переводе означает «цепь, обладающая силой десяти тысяч» или в другом, более широком смысле — «всесильная цепь». И вскоре самураи, охранявшие главные ворота, стали носить эту цепь, обернув ее вокруг пояса, при необходимости в мгновение ока нанося нокаутирующий или обезоруживающий удар, либо захватывая руку или шею нарушителя спокойствия в болезненную петлю.

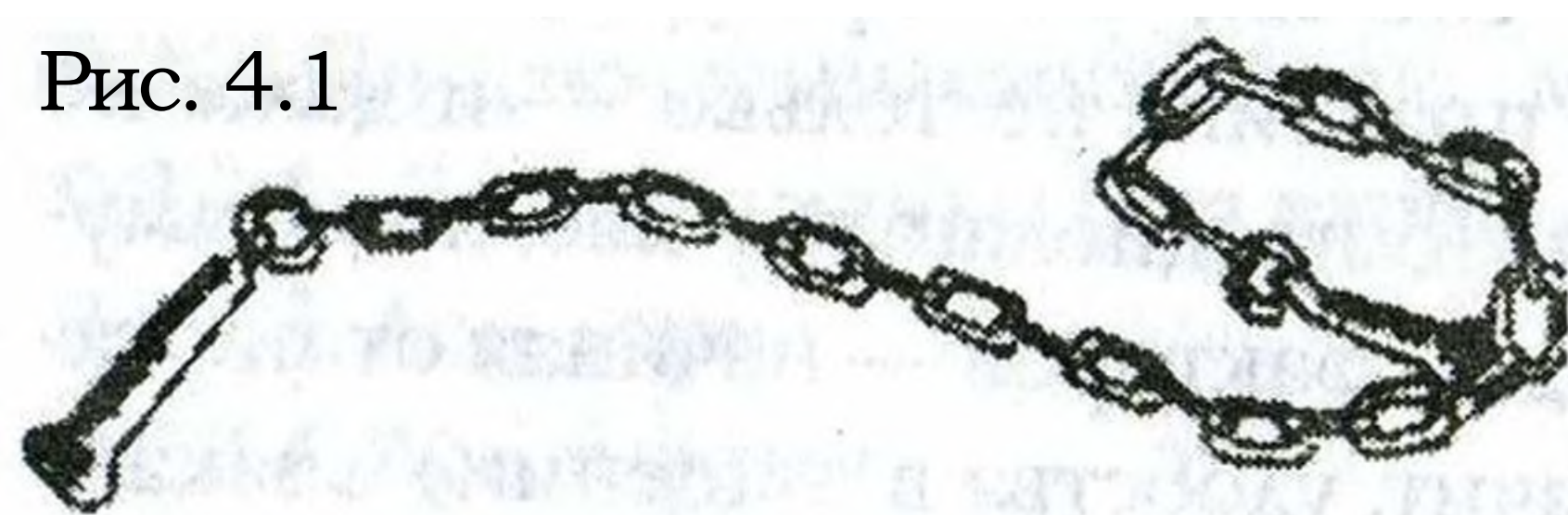
Масаки основал свою школу — Масаки-рю, в которой, наряду с изучением фехтования на мечах, большое внимание уделялось также работе с цепью. Эта школа существует и по сей день.

Вскоре работу с цепью манрики-гусари стали перенимать многие воины, и боевая цепь стала очень популярна, уступая в этом, однако, мечу, копыю, алебарде и луку со стрелами. Другими, не менее известными школами, в которых практикуется бой с цепью, являются *Хозн-рю*, *Тода-рю*, *Сютин-рю*, *Кюсин-мэйти-рю*, *Синдо-рю* и *Хикида-рю*.

Сегодня работа с цепью практикуется во многих школах боевых искусств. Наиболее известными являются школа в городе Огаки, префектура Гифу, где расположено главное додзэ *Масаки-рю* (один из центров по изучению традиционных самурайских боевых искусств) и *Будзинкан нинпо додзэ* — школа ниндзюцу, возглавляемая Масааки Хацуми, тридцать четвертым патриархом *Тогакурэ рю*.

Строение манрики-гусари очень простое: она представляет

Рис. 4.1



собой цепь, на обоих концах которой надежно закреплены два грузика весом около 100 г (рис. 4.1).

Чаще всего использовался вариант длиной около 70 см с грузиками на обоих концах, но также нередко были экземпляры длиной 1 м и даже больше с грузиком, расположенным на одном конце, — все зависело от толщины звеньев и основной задачи, ставящейся перед оружием (уничтожение или захват врага живьем).

Глава 2. Общие принципы работы с цепью

Важнейшими принципами, делающими работу с цепью эффективной, являются:

- скорость;
- точность;
- своевременность;
- наполненность движений;
- неожиданность применения.

Эти принципы необходимо все время держать в сознании на всех этапах обучения — начиная с овладения базовыми навыками и *камаэ* и заканчивая учебными схватками с партнером.

Скорости выполнения приемов можно добиться только через длительную практику базовых техник, полную концентрацию на выполняемых движениях и свободное от ненужных мыслей и рассуждений сознание.

Точность также приходит в процессе тренировки на реальных мишенях: мешках с песком, соломенных фашинах, манекенах. Кроме того, определенное время следует посвятить изучению жизненно важных Точек на теле человека (см. главу 7 в четвертой части этой книги).

Своевременности выполнения того или иного приема можно добиться лишь при постоянной работе с партнером, поскольку движения живого человека часто бывают непредсказуемы, и только интуитивное реагирование на постоянно меняющийся рисунок боя может дать бойцу реальное преимущество.

Под **наполненностью** движений следует понимать использование в бою не только физических качеств бойца, но и его внутренней энергии *Ки*. Необходимо отработать технику до такой степени, чтобы она стала полностью естественной реакцией человека на агрессию в его сторону — в этом случае действует уже не только сам боец: всеохватывающая энергия космоса начинает течь через него, намного усиливая и без того мощную технику.

Неожиданность применения цепи диктуется самим оружием — чем незаметнее и быстрее она будет пущена в ход, тем больше шансов на то, что противнику не удастся заблокировать или уклониться от удара или захвата. Во многом этот принцип сходен с техникой *яйдзюцу*, базирующейся на мгновенном выхвате и ударе мечом еще до того, как враг сумеет что-либо сообразить.

Глава 3. Основные навыки для овладения техникой цепи

Прежде чем перейти к изучению собственно техники боя с цепью, ученику необходимо овладеть некоторыми базовыми навыками обращения с этим оружием, без которых невозможно полноценно овладеть даже простейшими приемами.

1. Легкий, ненапряженный хват цепи: достигается постоянной практикой. Правильный захват заключается в создании «колец» из среднего, безымянного пальцев и мизинца (рис. 4.2—4.3), указательный и большой пальцы не напряжены и немного согнуты. Подобный захват позволяет цепи легко скользить в руках, изменяя

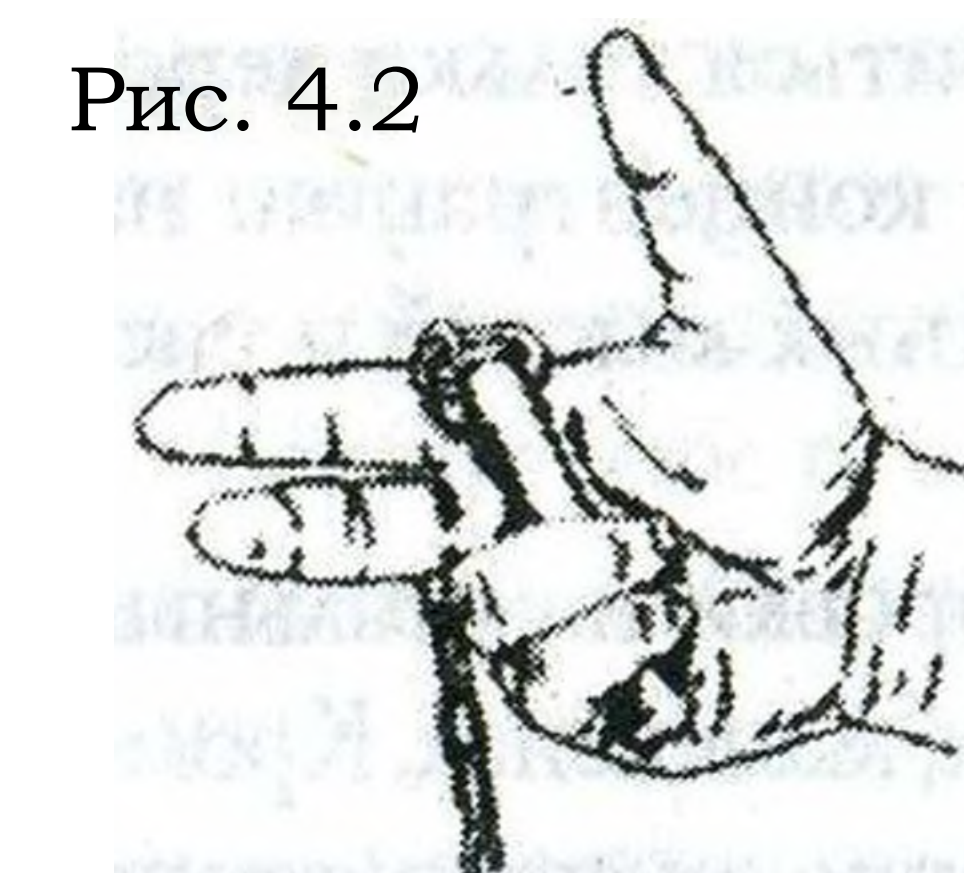


Рис. 4.2

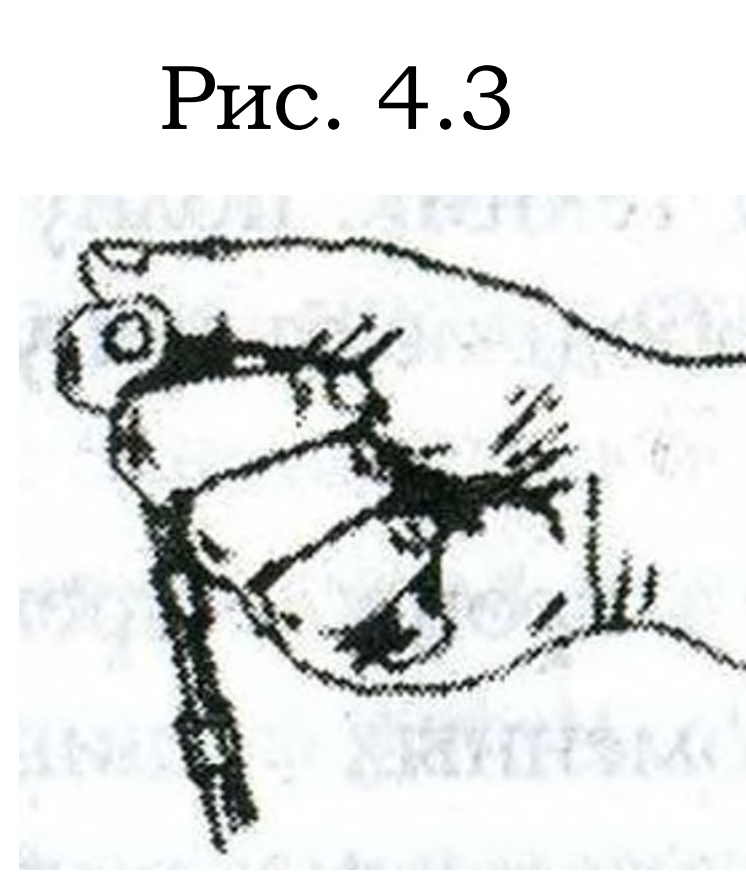


Рис. 4.3

длину ударного конца, стягивая петлю и т. п. Не сжимайте цепь в ладонях слишком сильно — это приводит к их излишней усталости и, как следствие, невозможности использовать быстрые перехваты.

2. Умение тормозить (эффект «взвешивания») цепь до, во время или после нанесения удара для изменения траектории или прекращения движения: очень важный навык, которому следует уделять большое внимание. При его наработке стремитесь изменять направление удара во всех его фазах. Хорошее овладение этим навыком позволяет проводить финты, раскрывая противника для решающего удара, или, если по какой-то причине ему удалось уйти, достать его следующим ударом, потратив на это минимум времени.

3. Умение ловить свободный конец цепи спереди, сзади и т. п., подобно перехватам нунтяку: также достигается достаточно длительной тренировкой, поскольку цепь, в отличие от нунтяку, намного более гибкое оружие, и осуществлять его перехват несколько сложнее.

4. Навык скользить руками по цепи во время махов для увеличения или уменьшения длины бьющего конца: очень важен для ведения реального боя, в котором увеличение или уменьшение дистанции происходит очень быстро и довольно часто. Для проведения данного технического действия следует ослабить захват одной руки и, нанося удар (чаще всего, по дуге внутрь или наружу), скользнуть ею к или от ударного грузика, соответственно увеличивая или уменьшая длину бьющего конца. Это действие следует освоить в обе стороны — впрочем, как и предыдущие.

5. Умение наносить удары по реальной цели (камень, дерево) без вреда для себя: важно для овладения реальной техникой боя. Если вы станете практиковать исключительно удары по воздуху, вы никогда не владеете техникой цепи, поскольку после удара цепь довольно сильно изменяет свою траекторию, вплоть до удара по исполнителю. Чтобы этого не произошло, учитесь наносить удары в полную силу по различным целям — как неподвижным, так и подвижным (подвешенный мешок, боксерские лапы, надетые на палку, и т. д.).

6. Быстрота проведения захвата петель из различных положений: важна для овладения техникой бросков, выкручиваний и удушений с помощью цепи. Этот навык следует отрабатывать на ветках дерева, а также на шесте, который ваш партнер вначале медленно, а затем все быстрее и быстрее протягивает в вашу сторону (в форме тычка).

7. Хороший уровень овладения техникой тайдзюцу (удары, броски, удушения и т. д.) и умение совмещать ее с техникой цепи.

Глава 4. Боевые позиции с цепью — (Кусаридзюцу-но камаэ)

1. Естественная позиция — [Сидзэн-но камаэ]

Займите расслабленное положение, руки естественно свисают по сторонам, ноги на ширине плеч (рис. 4.4—4.5). Цепь находится за поясом слева, как указано на рис. 4.4. Подобное расположение цепи позволяет быстро выхватить ее и перейти к защитным или атакующим действиям.

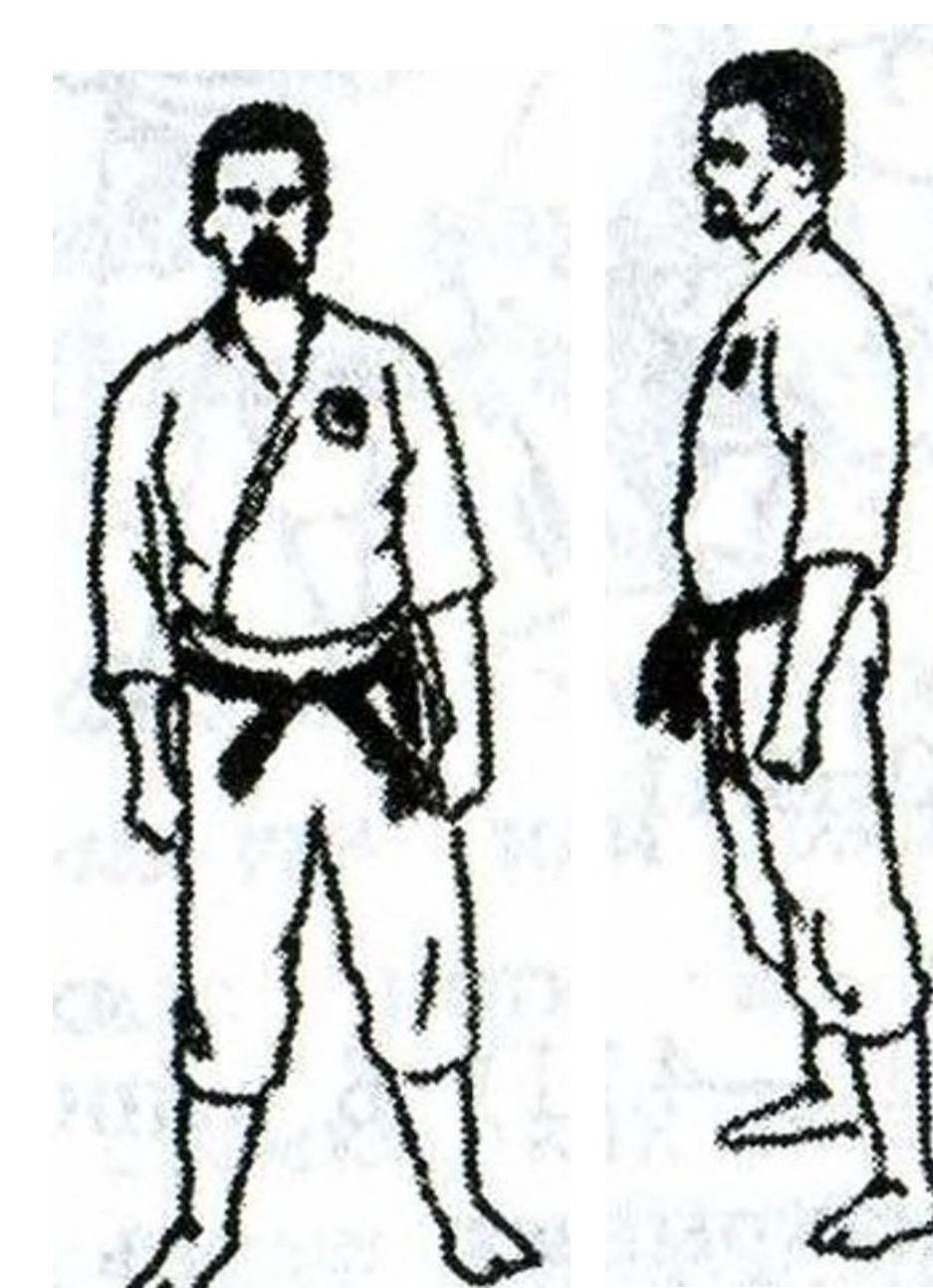


Рис. 4.4

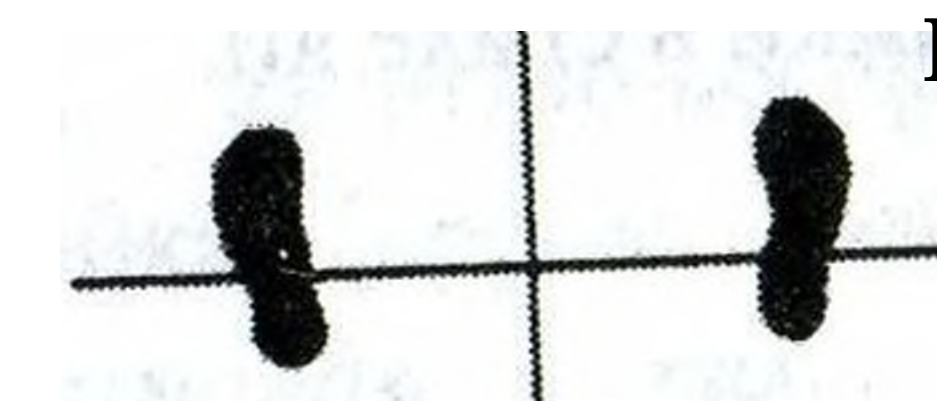


Рис. 4.5

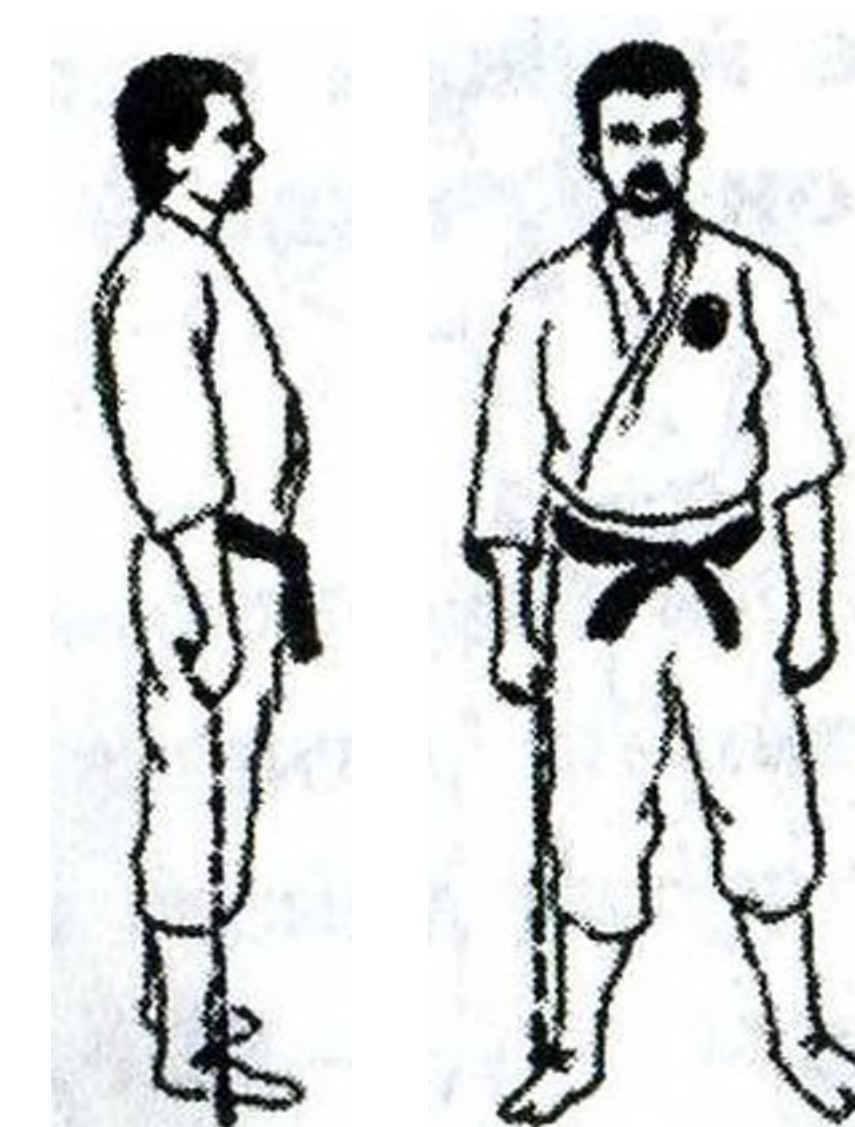


Рис. 4.6



Рис. 4.7

2. «Скрытая» позиция — [Исэи-но камаэ]

Положение тела в исэи-но камаэ полностью совпадает с предыдущим (рис. 4.6—4.7), но цепь висит вдоль одной из ног (чаще всего, в правой руке, если вы не левша), удерживаемая за один конец, как показано на рисунке.

3. Позиция утаивания цепи возле солнечного сплетения — [Гохо-но камаэ]

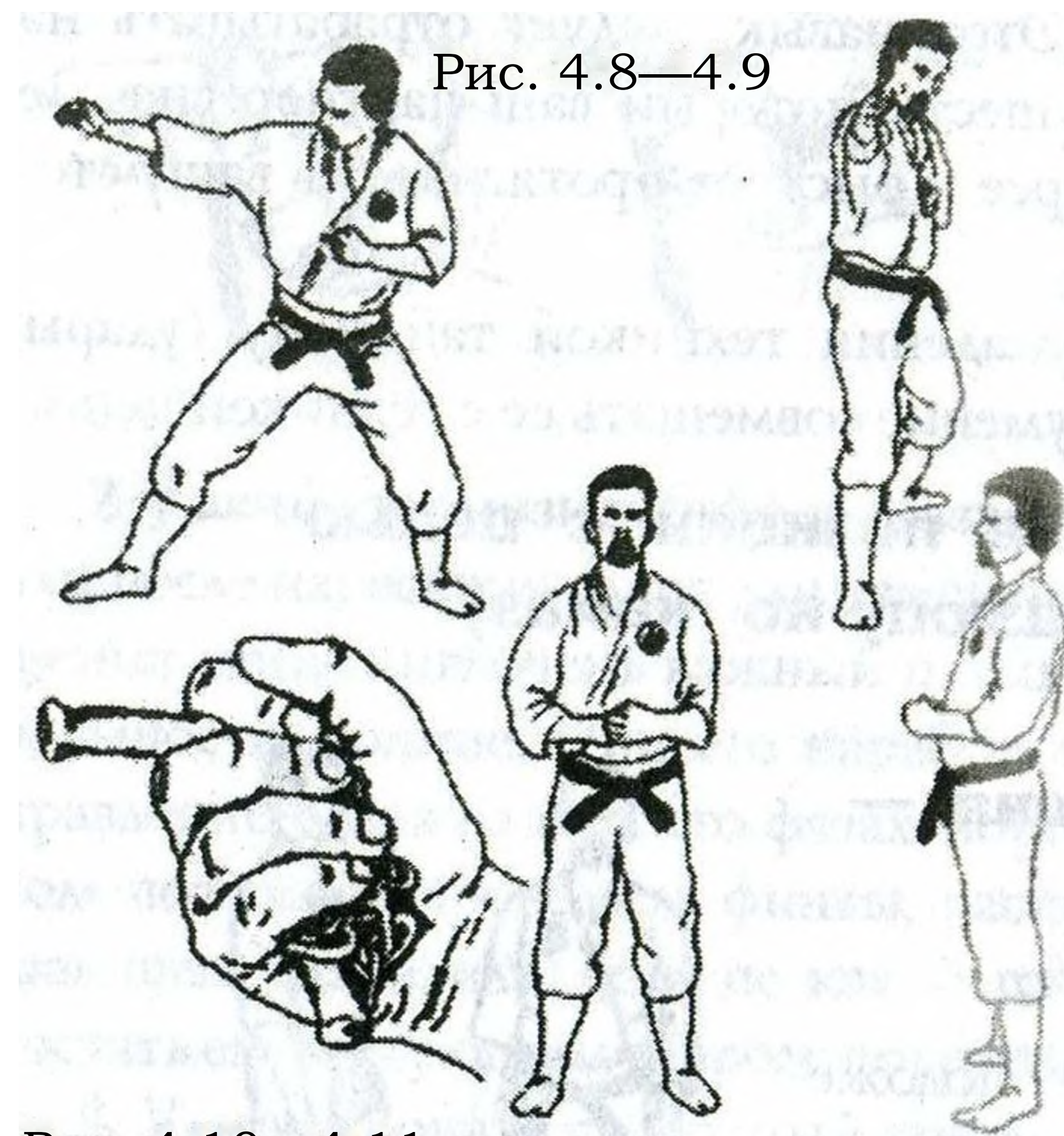


Рис. 4.10—4.11

Заняв «заднюю» стойку (подобно *кокуцу-дати* в каратэ) — рис. 4.8—4.9, расположите правую (или левую) руку с зажатой в ней цепью у солнечного сплетения. Другая рука выставлена вперед для проведения защиты, захватов и т. д. Позиция выгодна для проведения контратакующих действий. Другой вариант данного камаэ напоминает *конго-но камаэ* в *нинпо тайдзюцу*

(рис. 4.10—4.11). В данном случае руку, удерживающую цепь, сверху накрывает ладонь другой руки. Очень эффективное камаэ для техники в стиле яй.

4. Позиция с цепью за спиной — [Хаймэн-но камаэ (Иппи-но камаэ)]

В этом камаэ цепь держится по диагонали за спиной, как показано на рис. 4.12—4.13. Положение ног не имеет большого значения — все зависит от данной конкретной ситуации, возникающей в процессе боя. Позволяет проводить различные неожиданные для противника атаки, под неожиданным для него углом.

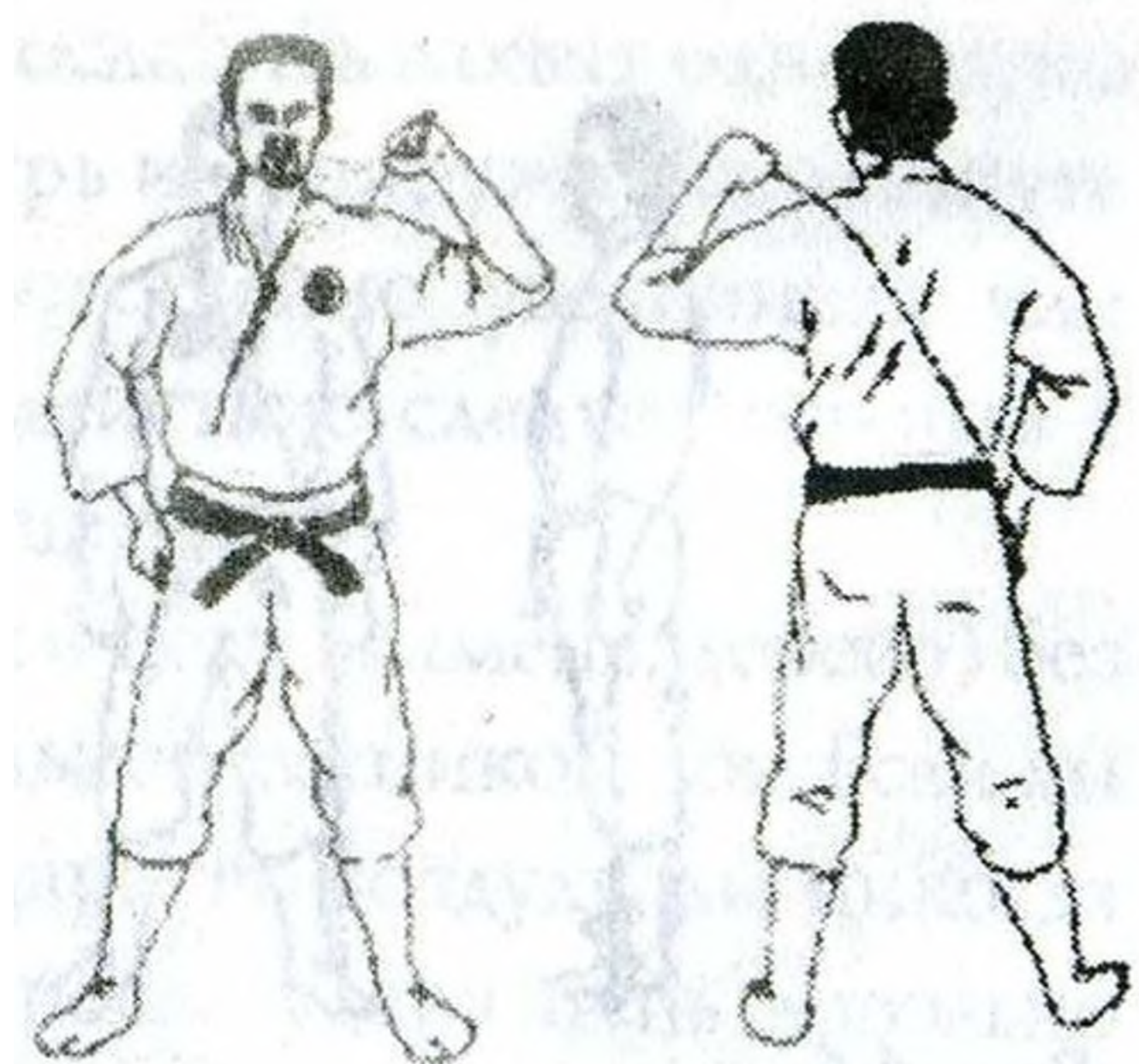


Рис. 4.12

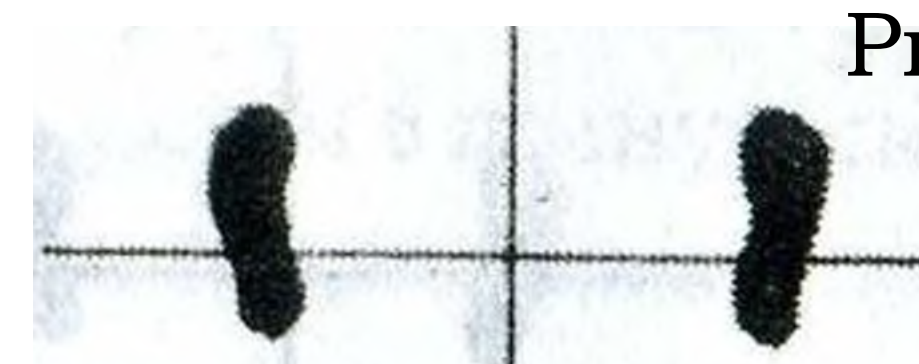


Рис. 4.13

5. Позиция с цепью за плечом — [Мусо-но камаэ]

Удерживая цепь обеими руками, заведите ее за одно из плеч, при этом сгибая одноименную руку в локтевом суставе, как показано на рис. 4.14—4.15. По положению ног это может быть и передняя, и задняя, и естественная стойки.

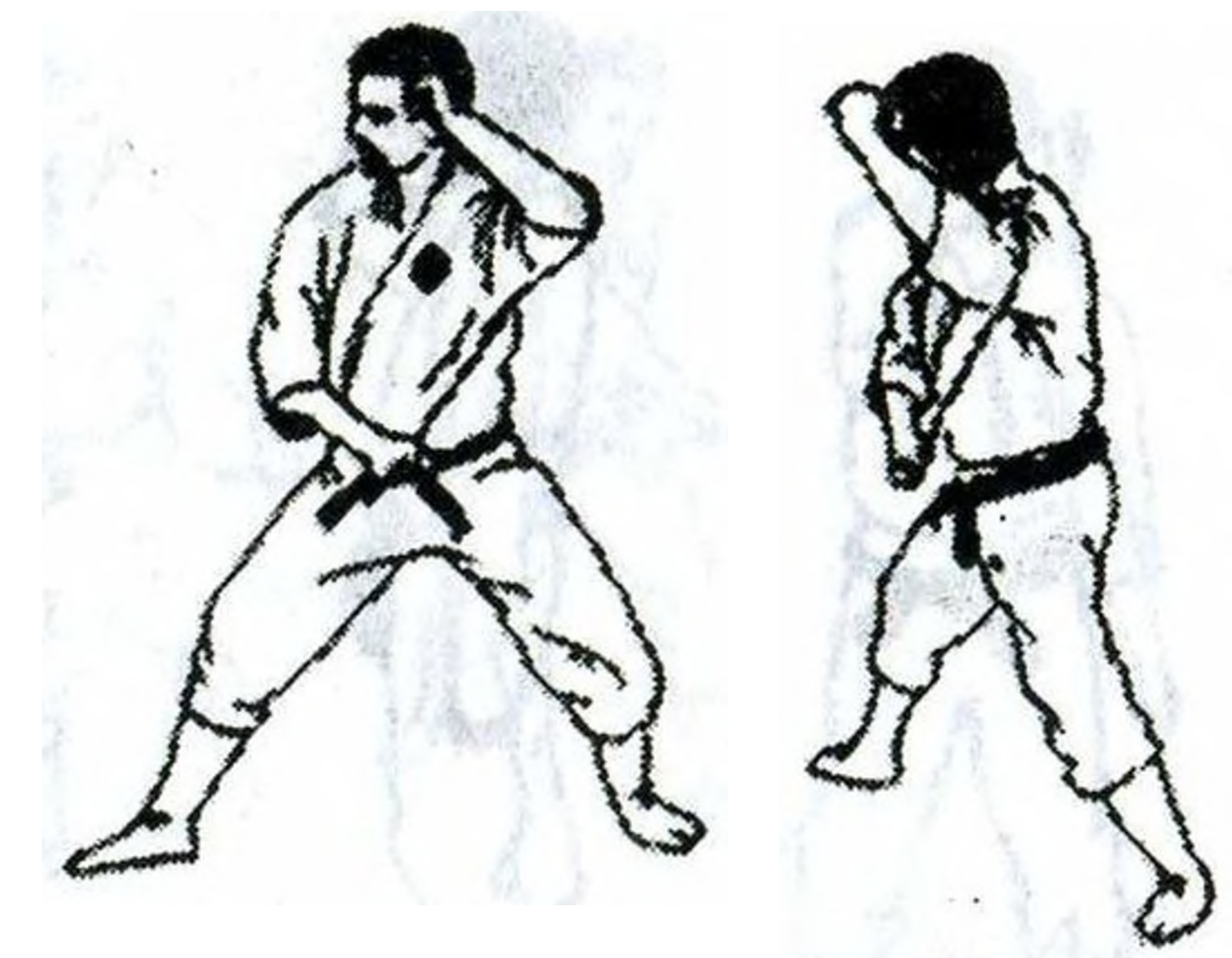


Рис. 4.14



Рис. 4.15

6. Позиция верхней защиты — [Дзедан-укэ-но камаэ]

Заняв положение верхней защиты (*агэ-укэ* или *дзедан-укэ*), расположите ноги в позицию «задней» стойки, как показано на рис. 4.16—4.17. Используется как активная защитно-воспринимающая стойка (другое название — *хира-итимондзи-но камаэ*).

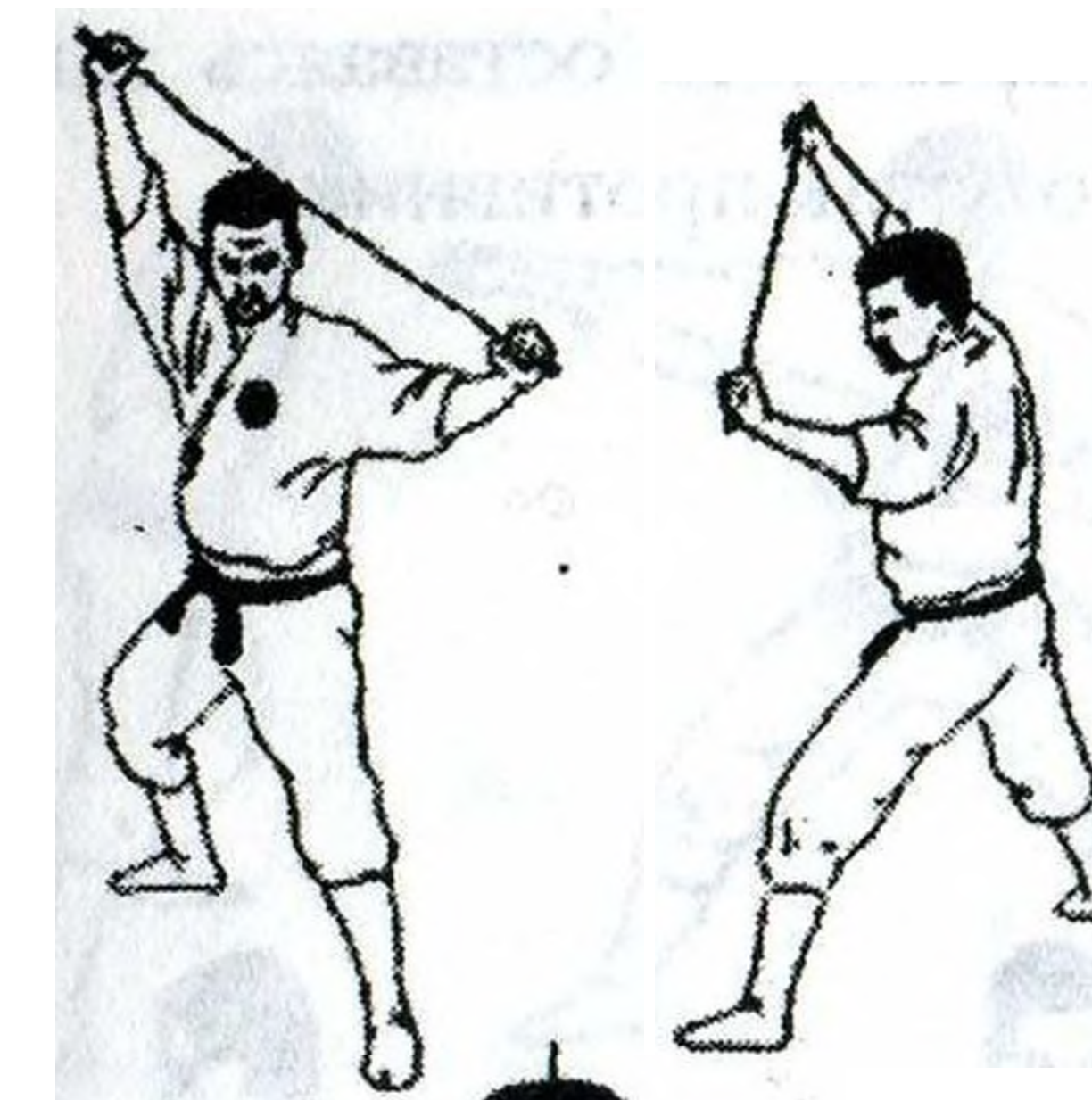


Рис. 4.16



Рис. 4.17

7. Позиция нижней защиты — [Гэдан-укэ-но камаэ]

Расположив цепь в позиции нижней защиты, займите «переднюю» стойку, как показано на рис. 4.18—4.19. Заставляет противника атаковать, искушая мнимой открытостью, и, как следствие, ведет его к поражению.

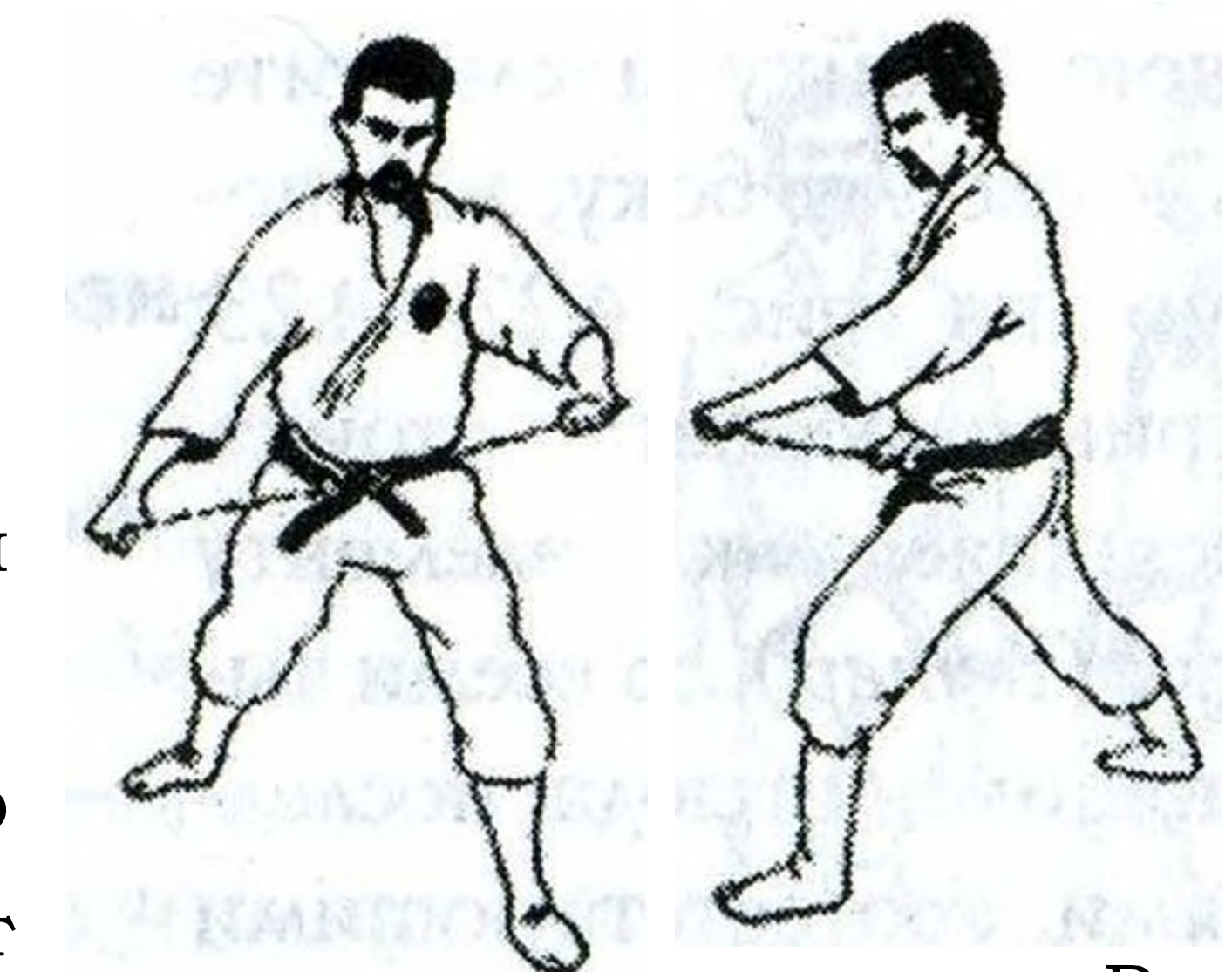


Рис. 4.18

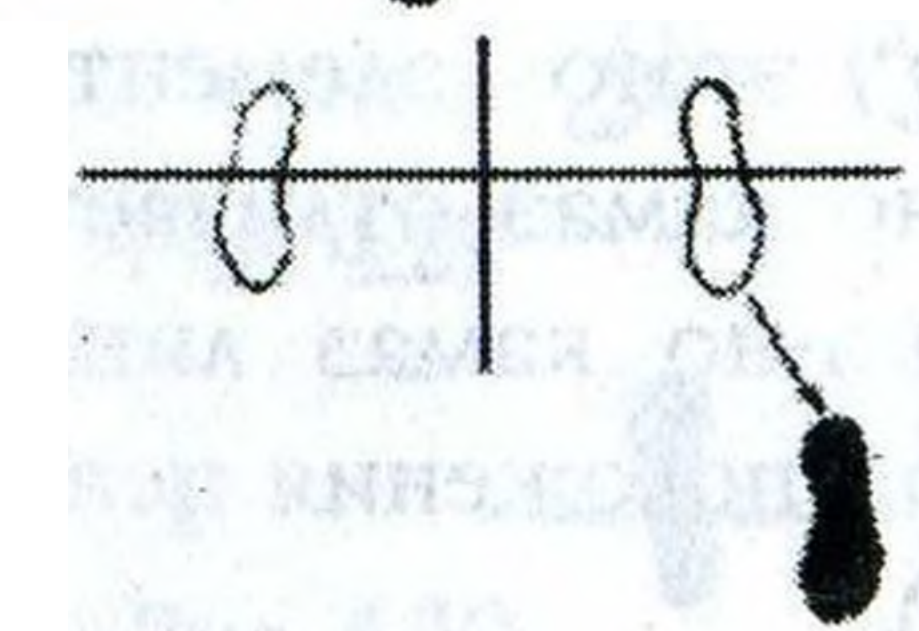


Рис. 4.19

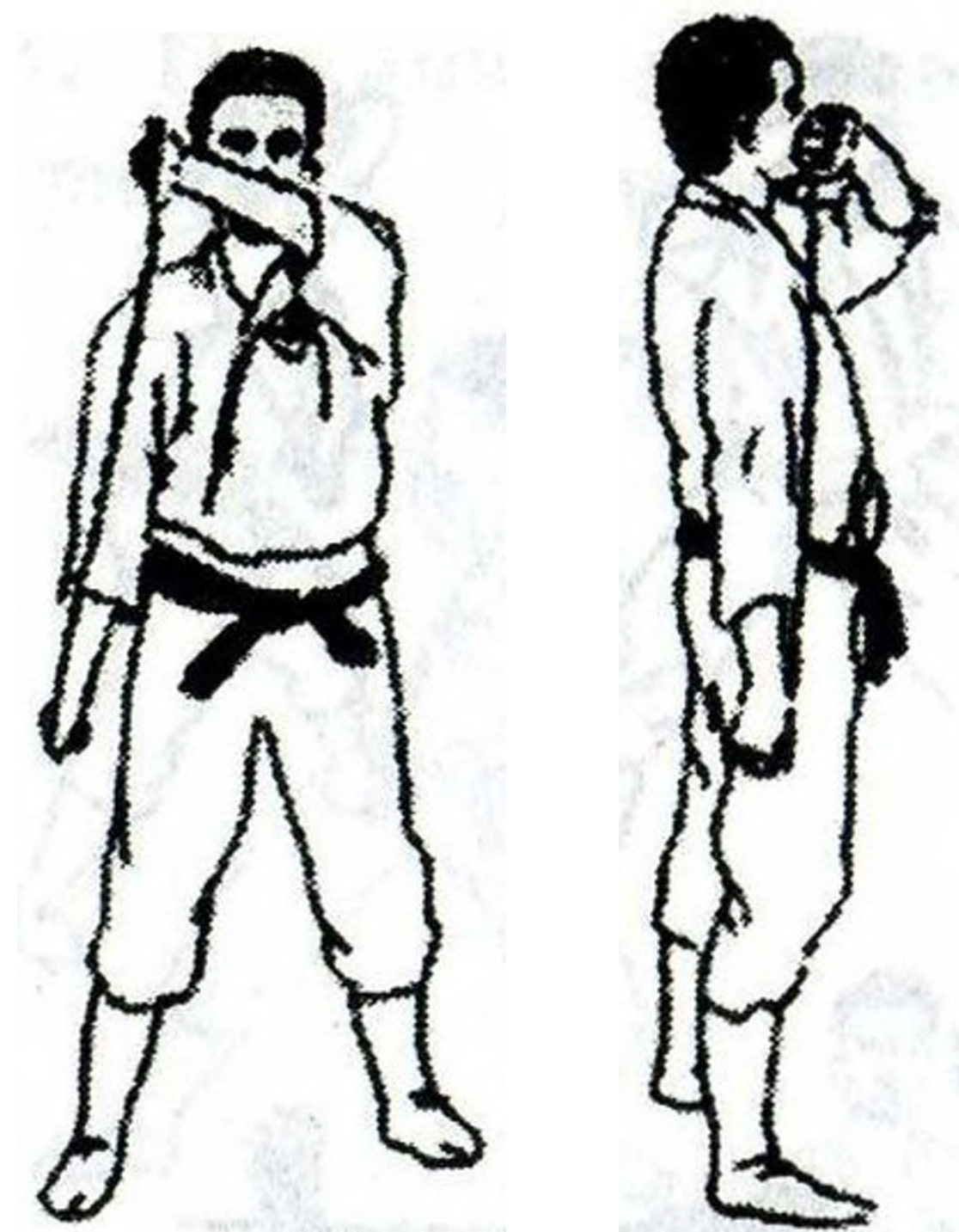


Рис. 4.20



Рис. 4.21

8. Позиция «Неба и Земли» — [Тэнти-но камаэ]

Взяв цепь за оба конца, отведите одну из рук к противоположному плечу, а другую руку отведите вниз и слегка назад так, чтобы цепь оказалась в вертикальном натянутом положении (позиции боковой защиты) — рис. 4.20—4.21. Из этого камаэ можно наносить большинство атакующих и контратакующих ударов, одновременно оставаясь защищенным от атак противника.

9. Позиция с цепью сбоку — [Ваки-но камаэ (Сюмоку-но камаэ)]

Вытянув цепь во всю длину перед собой, займите переднюю стойку и сместите цепь к своему боку, как показано на рис. 4.22—4.23. Воспринимающая стойка, относящаяся к элементу *Воздух (Ветер)*, со всеми вытекающими отсюда последствиями, соответствующими характеру этого элемента. Сюмоку-но камаэ отличается от ваки-но камаэ лишь высотой расположения цепи (рис. 4.24).

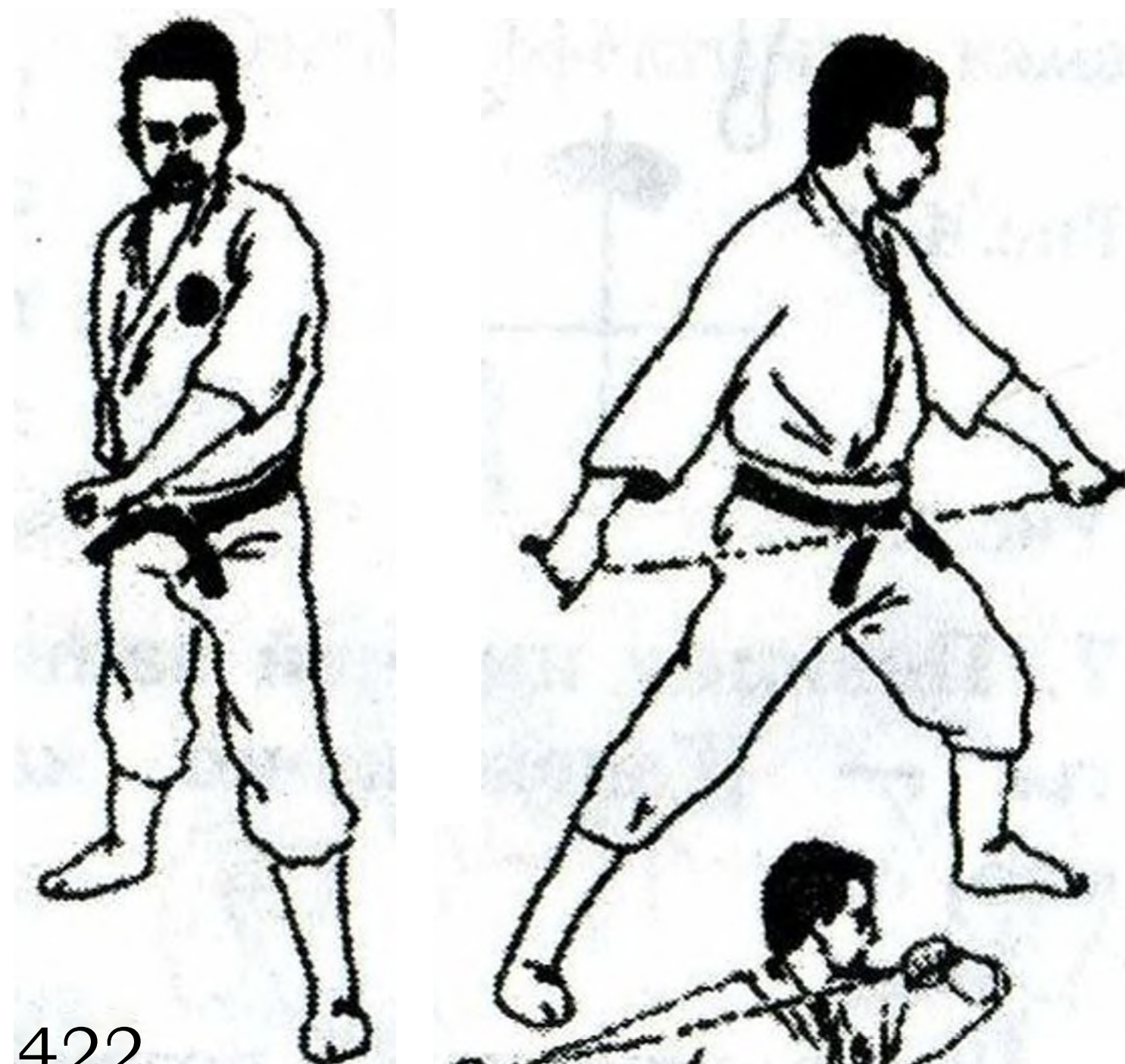


Рис. 4.22

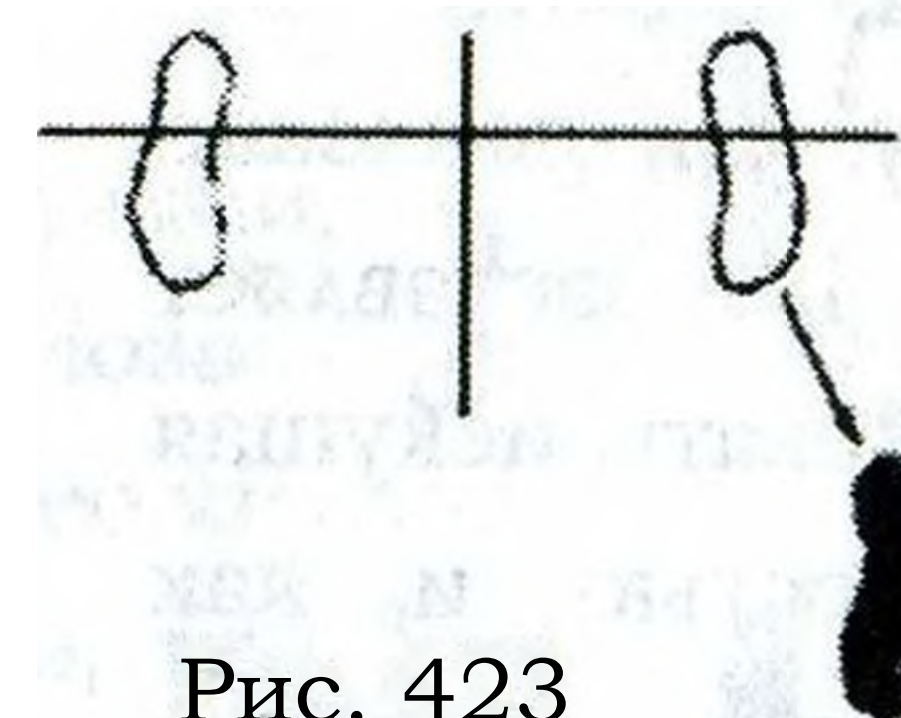


Рис. 4.23

Рис. 4.24

10. Обратная боковая позиция — [Гяку-ваки-но камаэ]

Соответствует предыдущему положению, но руки смещаются к противоположному (разноименному — *гяку*) боку (рис. 4.25—4.26).

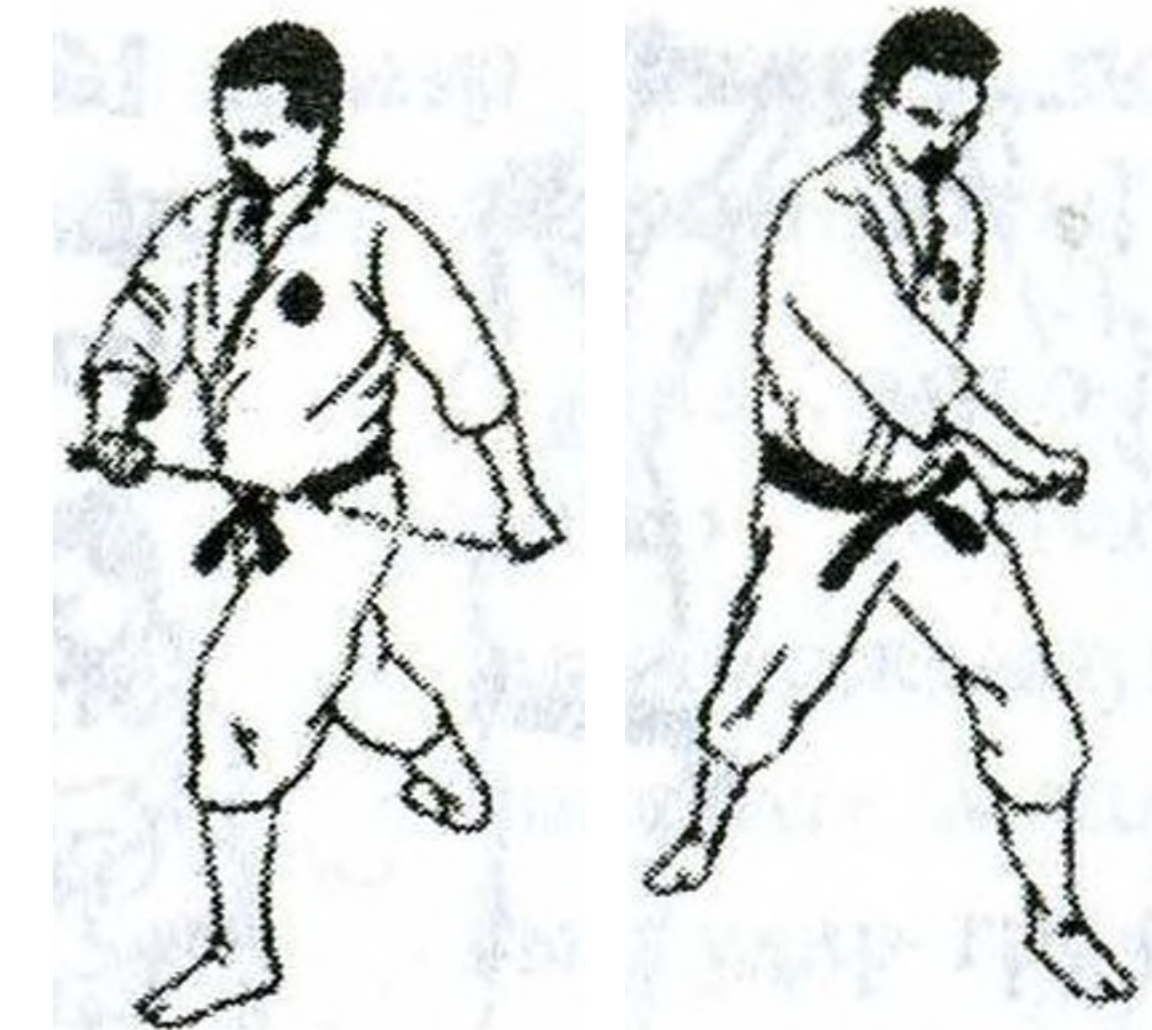


Рис. 4.25

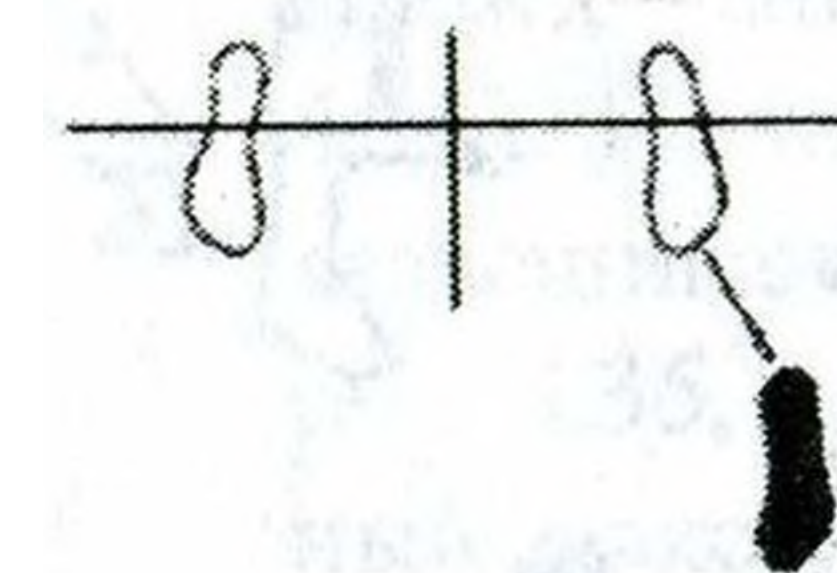


Рис. 4.26

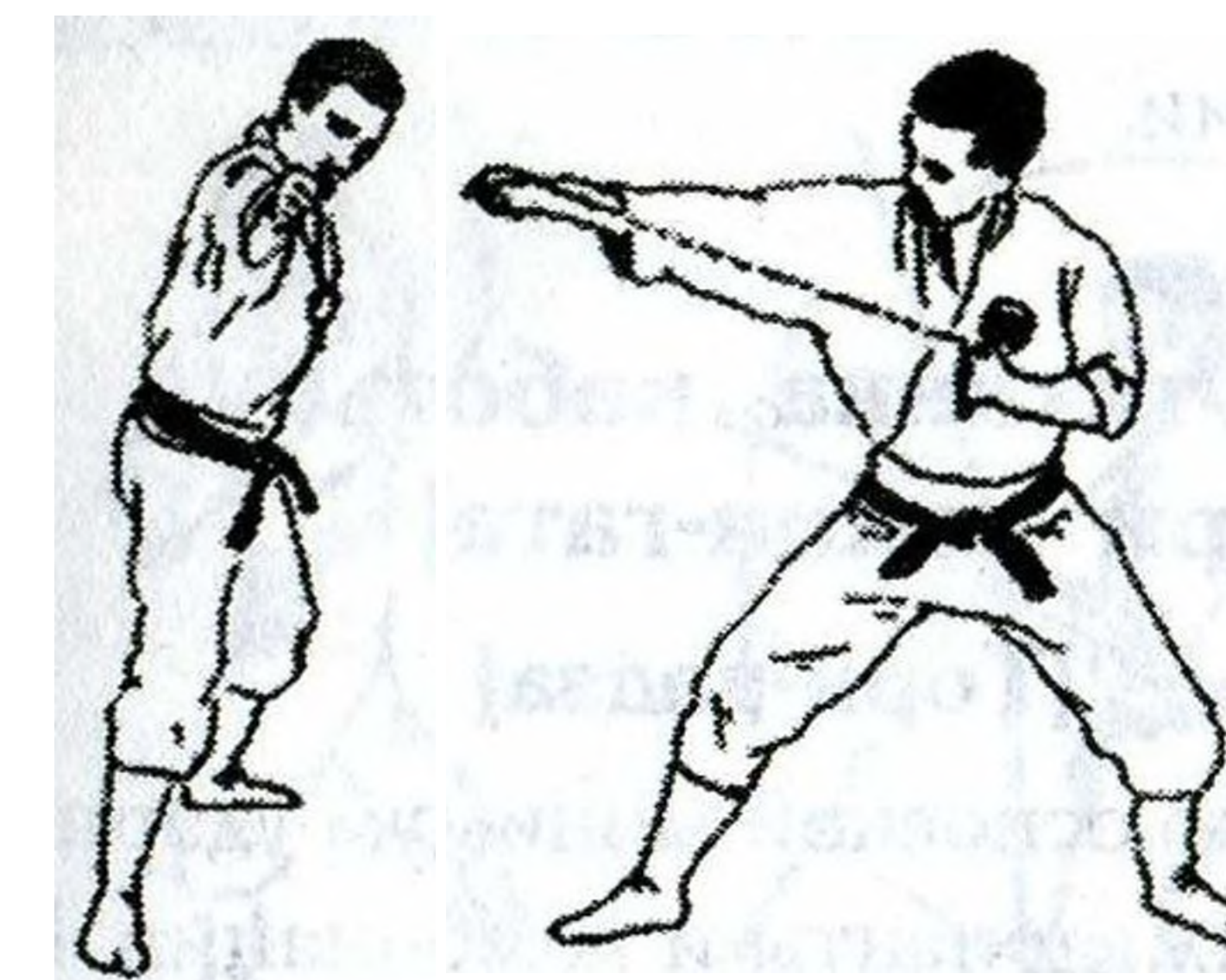


Рис. 4.27



Рис. 4.28

11. Позиция «единицы» («Третьего глаза») — [Ити-но камаэ (сэйган-но камаэ)]

В «задней» стойке расположите натянутую цепь вперед, как показано на рис. 4.27—4.28. Это защитно-атакующее камаэ, довольно часто используемое в реальной схватке.

12. Воспринимающая позиция — [Хира-но камаэ]

Держите цепь расслабленно в обеих руках, стоя в естественной позиции, как показано на рис. 4.29—4.30. Это воспринимающее камаэ, позволяющее проводить большинство атакующих, защитных и контратакующих действий.

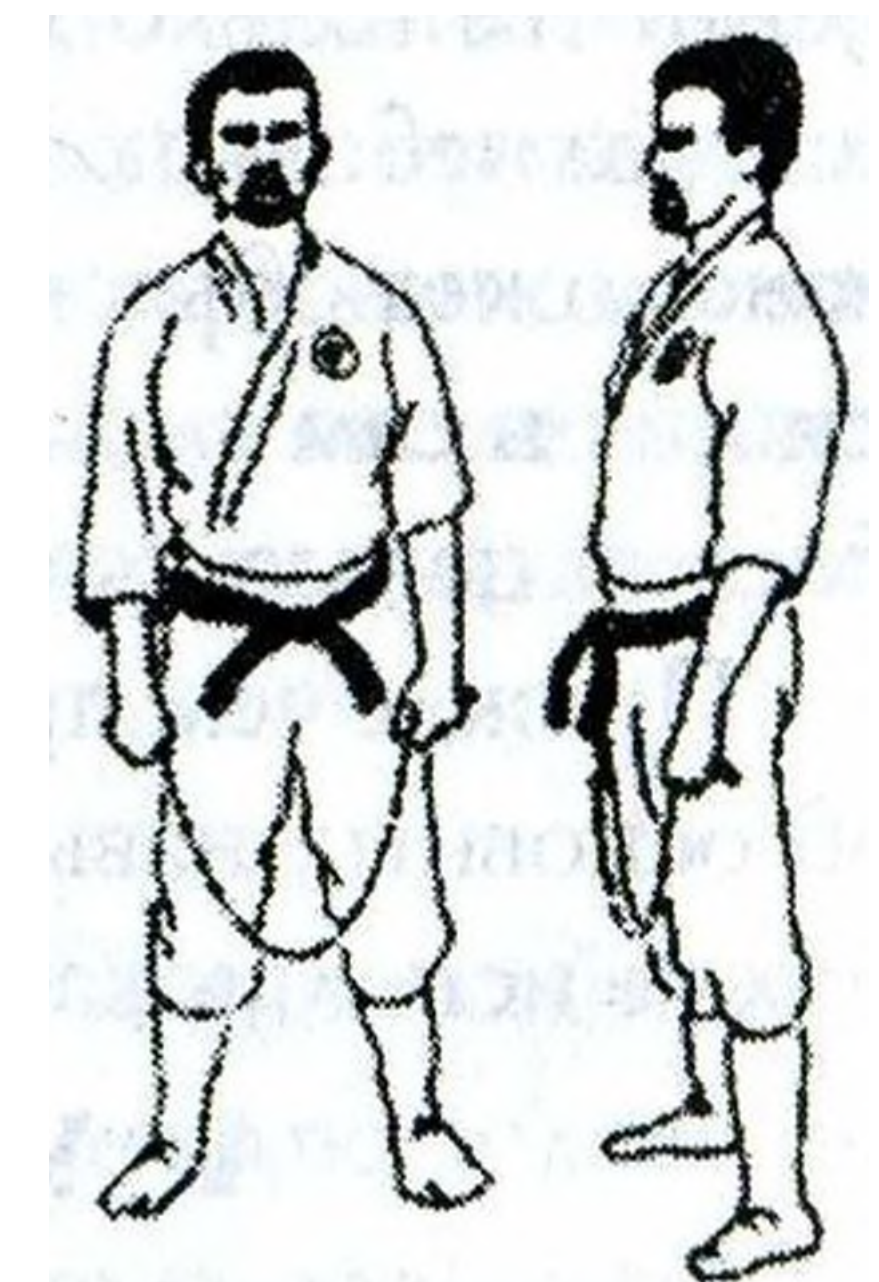


Рис. 4.29



Рис. 4.30

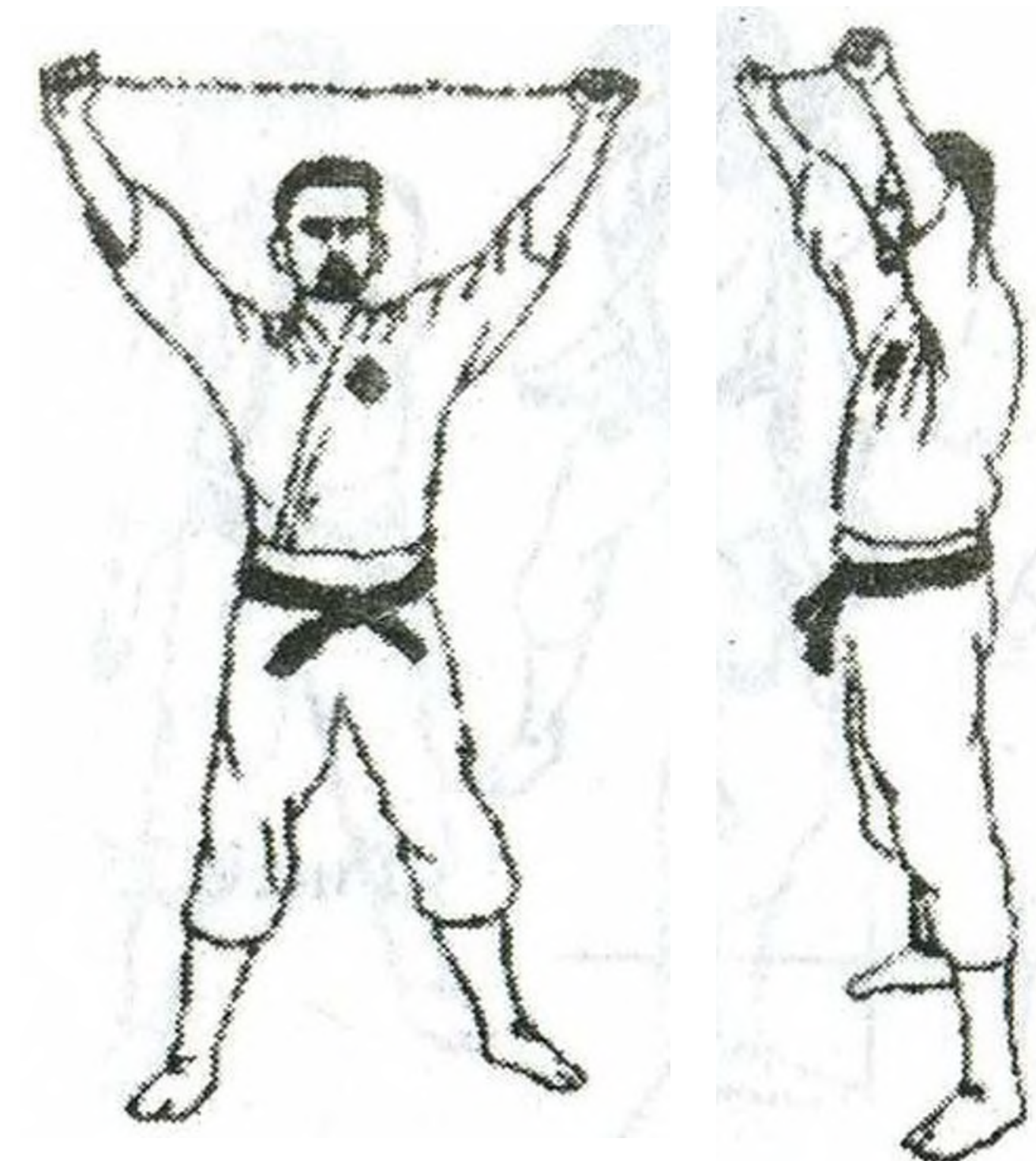


Рис. 4.31



Рис.4.32 тории.

13. Верхняя воспринимающая позиция — [Йоко-нагарэ (хира-итимондзи-но камаэ)]

Внешне эта позиция не очень отличается от дзедан-укэ-но камаэ (рис. 4.31—4.32), но имеет совсем иную направленность: это одна из наиболее эффективных позиций для проведения яй-техник — техник мгновенного опережающего удара на поражение по неуловимой и непросчитываемой траектории.

Глава 5. Основная техника работы с цепью — [Кусари кихон-гата]

I. Техника атаки — [Тори-вадза]

В этой главе мы приводим только основной минимум ударных техник с цепью, не демонстрируя их варианты и комбинации. По мнению автора, лучше овладеть небольшим количеством базовой техники, но уверенно уметь использовать ее, чем пытаться с самого начала загрузить себя большим количеством вариантов, на первый взгляд часто не отличающихся друг от друга и имеющих какую-то ценность только для эксперта. Однако предлагаемый вашему вниманию небольшой перечень ударных техник с манрики-гусари все же сможет объяснить читателю те принципы, на которых впоследствии он сам сможет разрабатывать свои удары и их комбинации с боевой цепью.

Прежде чем приступить к занятиям, еще раз перечитайте главы об основных навыках работы с манрики-гусари, а также принципах ее использования.

А. Удары как плетью — [Фури]

Имеются в виду разнообразные маховые, хлесткие удары, наносимые при захвате цепи за один конец. Основные техники описаны ниже.

1. Удары сверху вниз и снизу вверх по вертикальному кругу — [Тэнти-фури, какой юти]

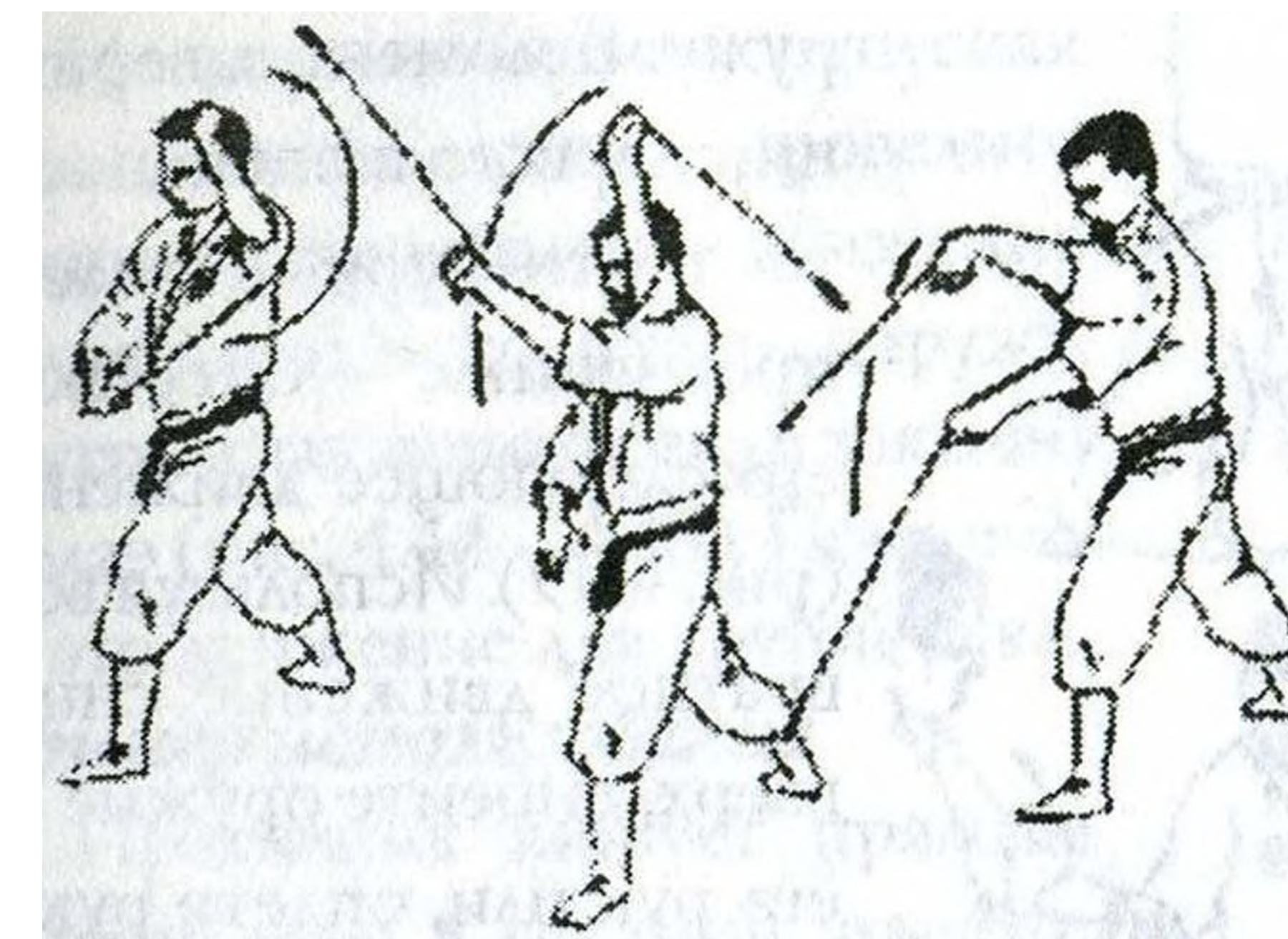


Рис. 4.33

Рис. 4.34

Рис. 4.35

Из мусо-но камаэ, резко разгибая руку, расположенную вверху, нанесите мощный маховый удар грузиком цепи вперед—вниз (рис. 4.33—4.34). Используя эффект «взвешивания» внизу — рис. 4.35, нанесите мощный маховым удар снизу вверх, сгибая руку и возвращаясь в мусо-но камаэ (рис. 4.36).



Рис. 4.36

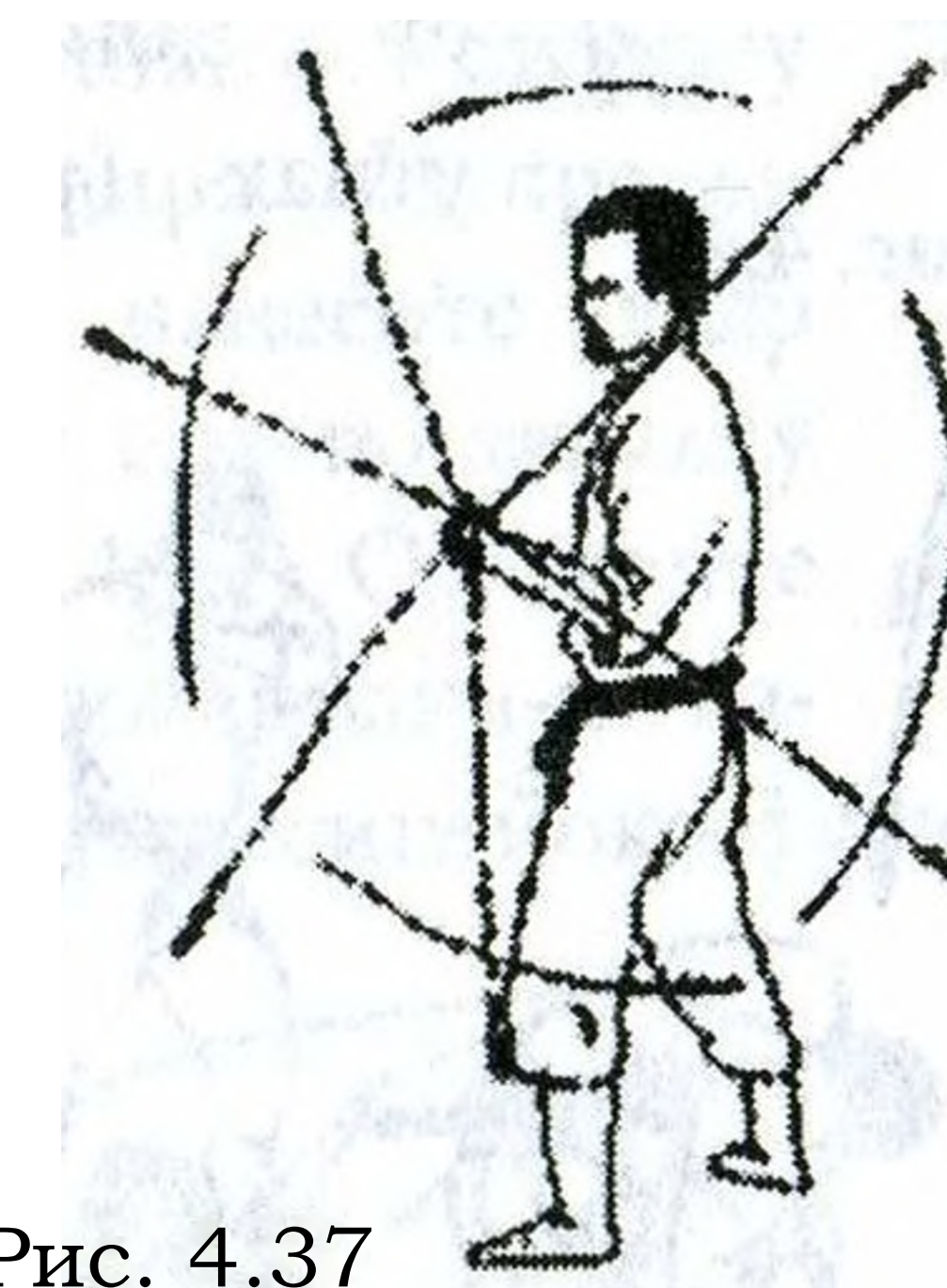


Рис. 4.37

В варианте какой юти, используя динамику раскручивания цепи по вертикальному кругу сбоку от тела, нанесите 2-3 хлестких быстрых удара (рис. 4.37). Не используйте при этом разгибания руки в локтевом суставе — удар наносится незаметно, только за счет хорошей гибкости связок запястья.

Необходимо также отметить, что техника тэнти-фури или какой юти чаще всего служит основой для проведения ударного захвата (утиотоси и утиагэ) — техники, при выполнении которой вертикальный удар сверху вниз или снизу вверх за счет гибкости цепи осуществляет оплетающий захват запястья руки противника.

Пример использования 1

Противник занимает дай-дзедан-но камаэ с мечом, собираясь атаковать вас прямым вертикальным ударом меча по голове. Вы делаете небольшой шаг назад и занимаете мусо-но камаэ (рис. 4.38). Как только противник, делая шаг вперед, атакует вас, шагните впереди расположенной ногой вперед - в сторону, одновременно раз-

Рис. 4.38

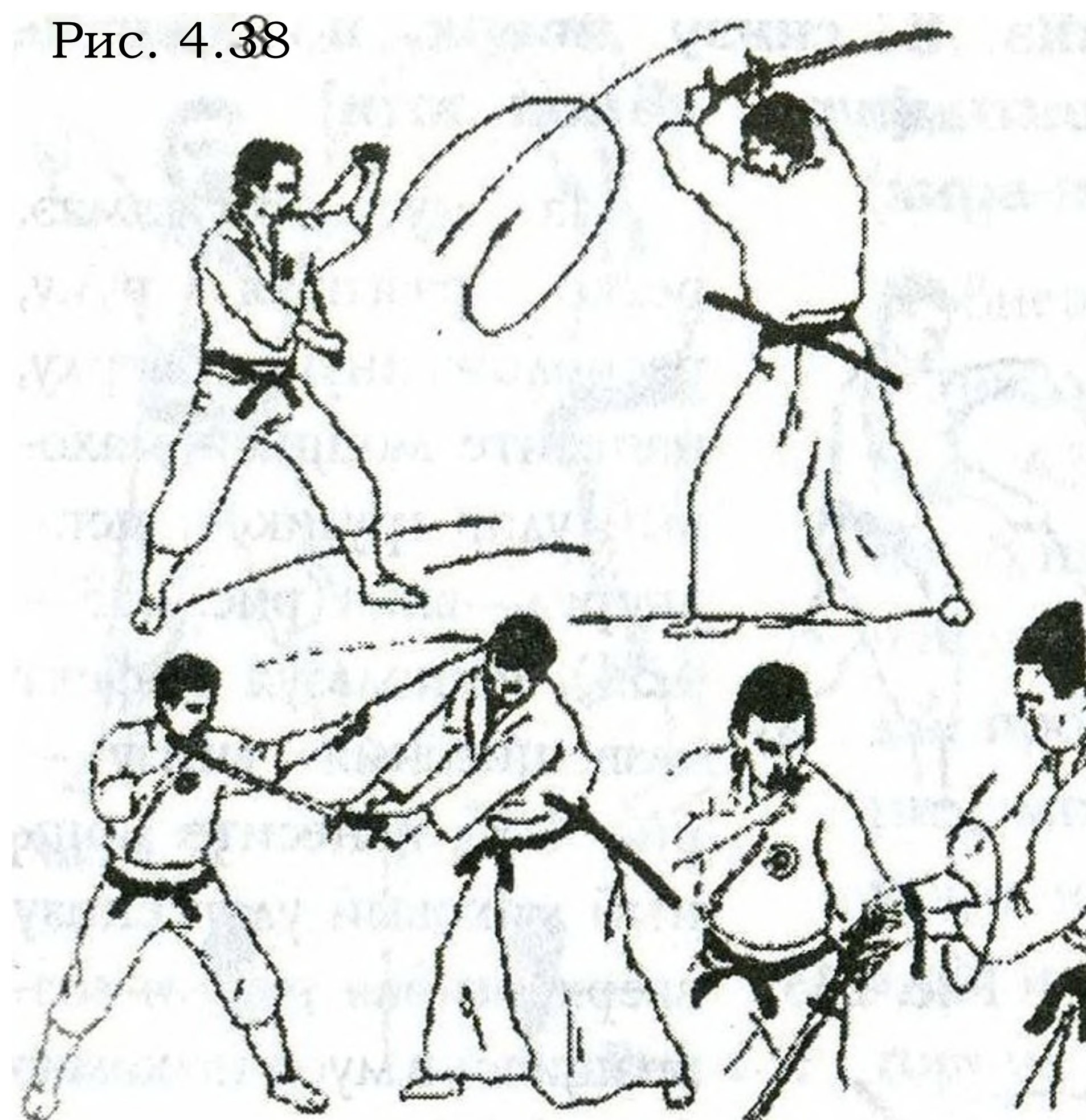


Рис. 4.39

Рис. 4.40

ворамивая по кругу сзади расположенную ногу наружу. В момент завершения первого шага нанесите тэнти-фури в голову противника, опережая его следующее движение (рис. 4.39). Используя возвратное движение снизу вверх, выбейте оружие из его рук или, о плетя рукоять, вырвите его, атаковав его запястья техникой утиагэ (рис. 4.40—4.41).

Добейте противника ударом какой юти (рис. 4.42).

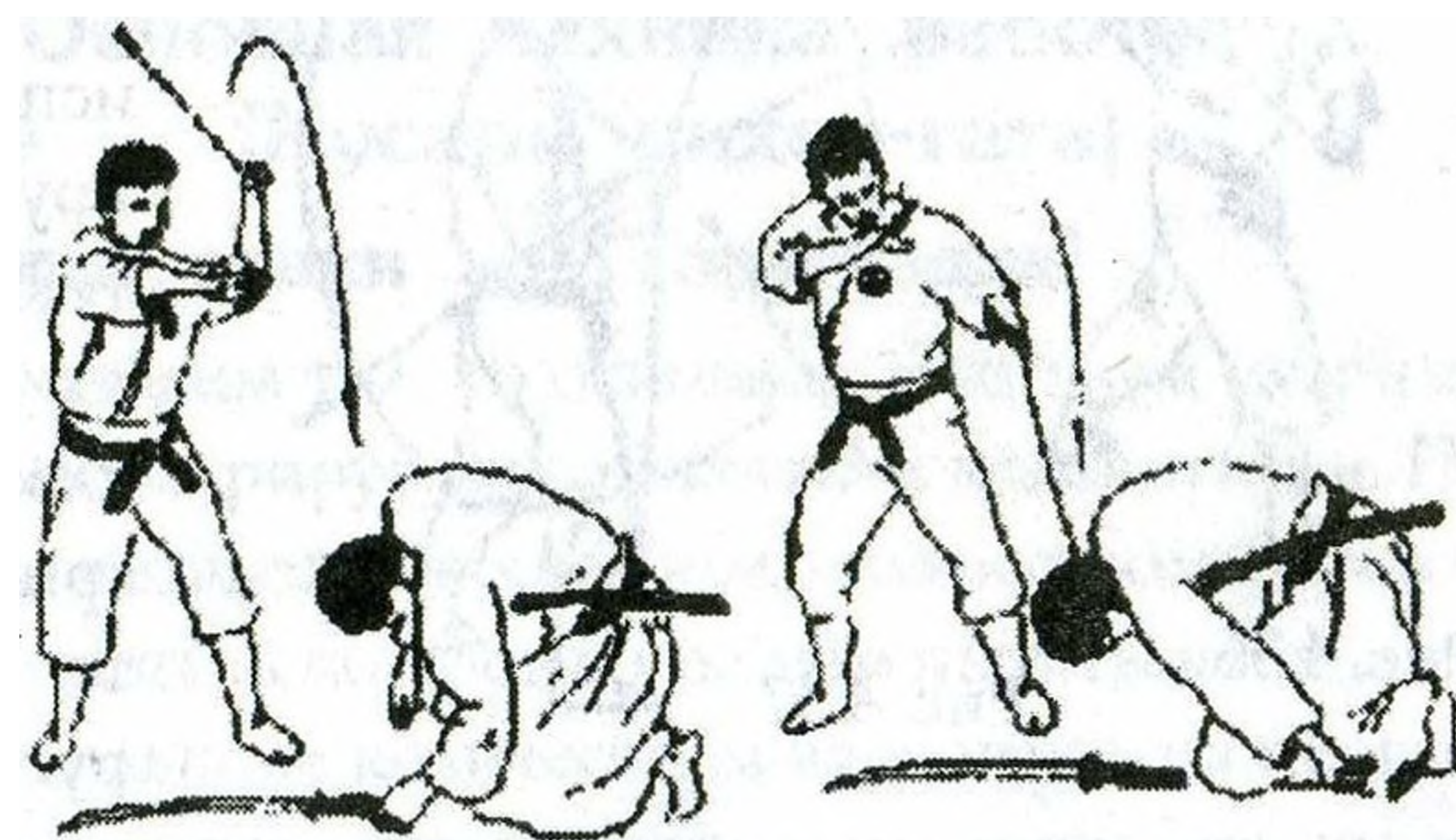
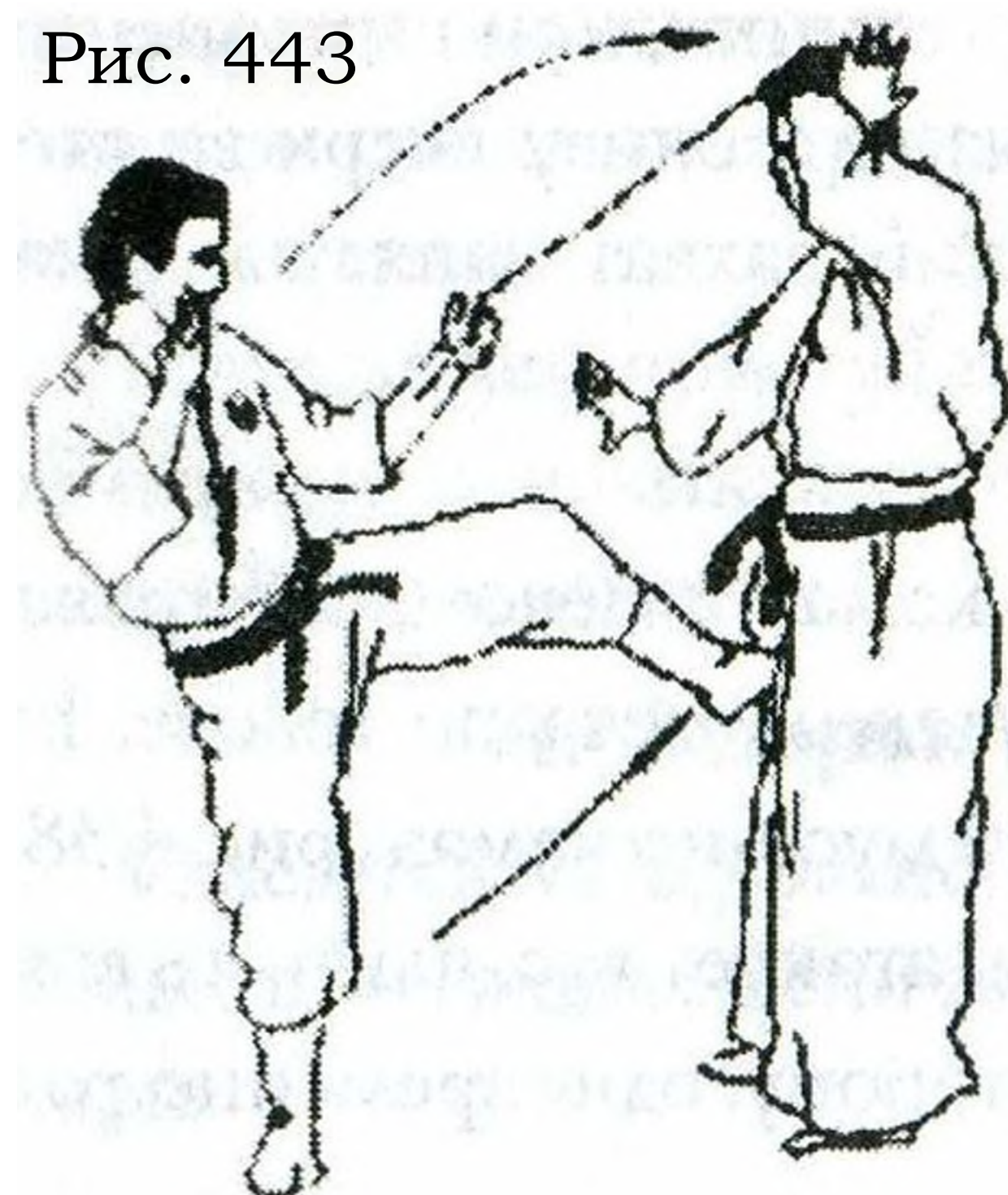


Рис. 4.41

Рис. 4.42

Рис. 4.43



Пример использования 2

Эта техника носит название *самидарэ-но юти*. Она заключается в опережающем ударе цепью тэнти-фури и одновременном ударе в пах ногой снизу вверх по типу *кин-гэри* в каратэ. *Самидарэ-но юти* относится к яй-технике с манрики-гусари (рис. 4.43). Чаще всего выполняется из гохо-но камаэ.

2. Удары слева и справа с предварительным проносом цепи над головой — [Итимондзи-фури]

Из хира-но камаэ, отпуская один конец цепи, проведите мощное вращательное движение над головой, нанося удар снаружи внутрь и заканчивая его в ваки-но камаэ (рис. 4.44—4.48). Повторите это движение для другой руки.

Пример использования

Противник атакует прямым ударом меча в верхний уровень. Встречая его атаку из хира-но камаэ (рис. 4.49), с шагом в сторону уклонитесь от удара. Не прерывая движения, нанесите удар итимондзи-фури ему по затылку или виску (рис. 4.50). Отступите на шаг назад, занимая ваки-но камаэ (рис. 4.51), и нанесите йоко-фури в лицо противника (рис. 4.52).

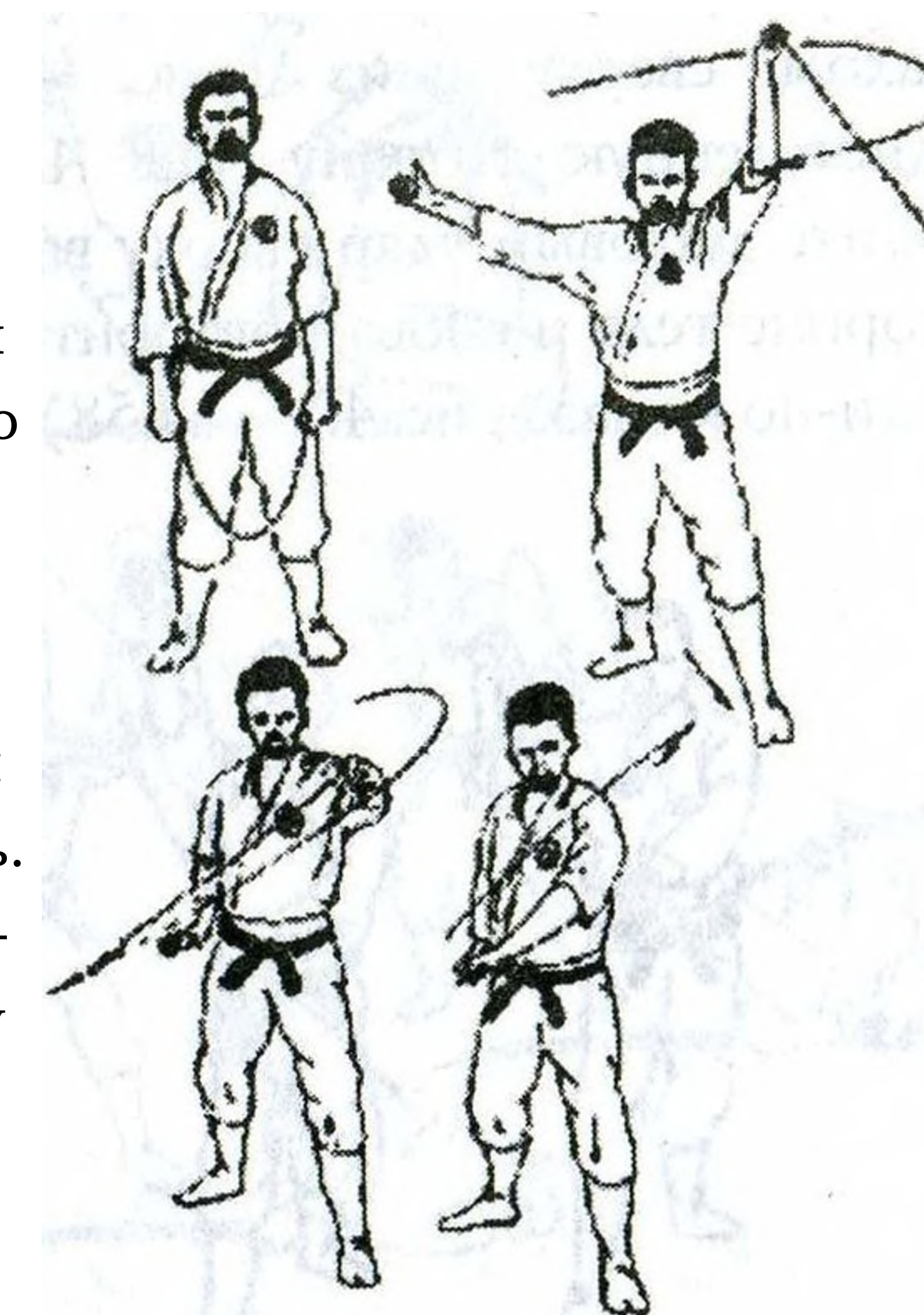


Рис. 4.44-448

Рис. 4.49

Рис. 4.50

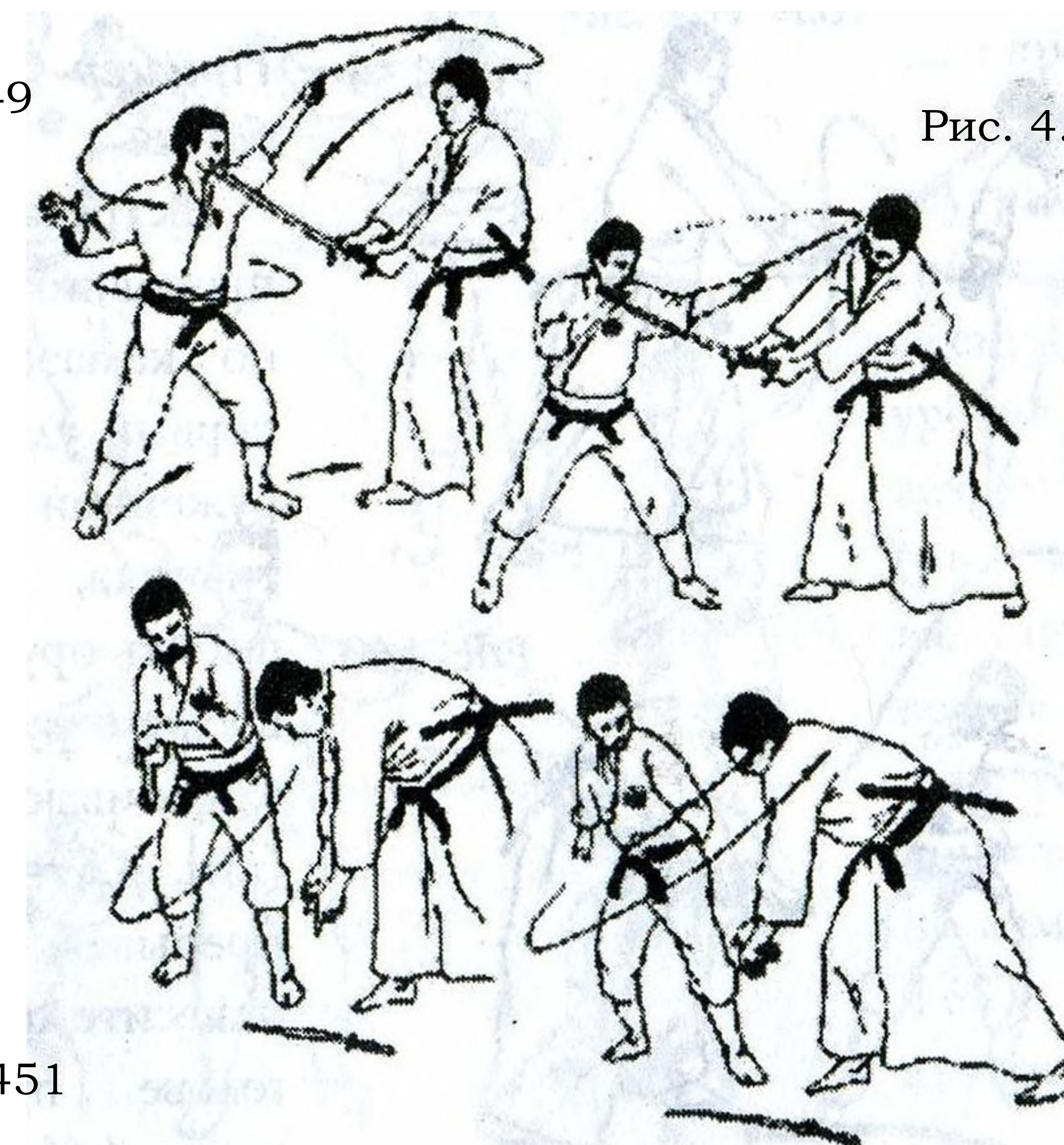


Рис. 4.51

Рис. 4.52

3. Удары «восьмеркой» — [Хатидзи-фури, сукуни юти]

Из мусо-но камаэ или суюмоку-но камаэ нанесите прямой удар махом сверху вниз (рис. 4.53—4.54) и заведите цепь за одноименную сторону (рис. 4.55). Не прерывая движения, проведите маховый удар сверху вниз (рис. 4.56) к противоположной стороне тела и снова повторите два маховых удара, закончив их в ваки-но камаэ (рис 4.57—4.58).

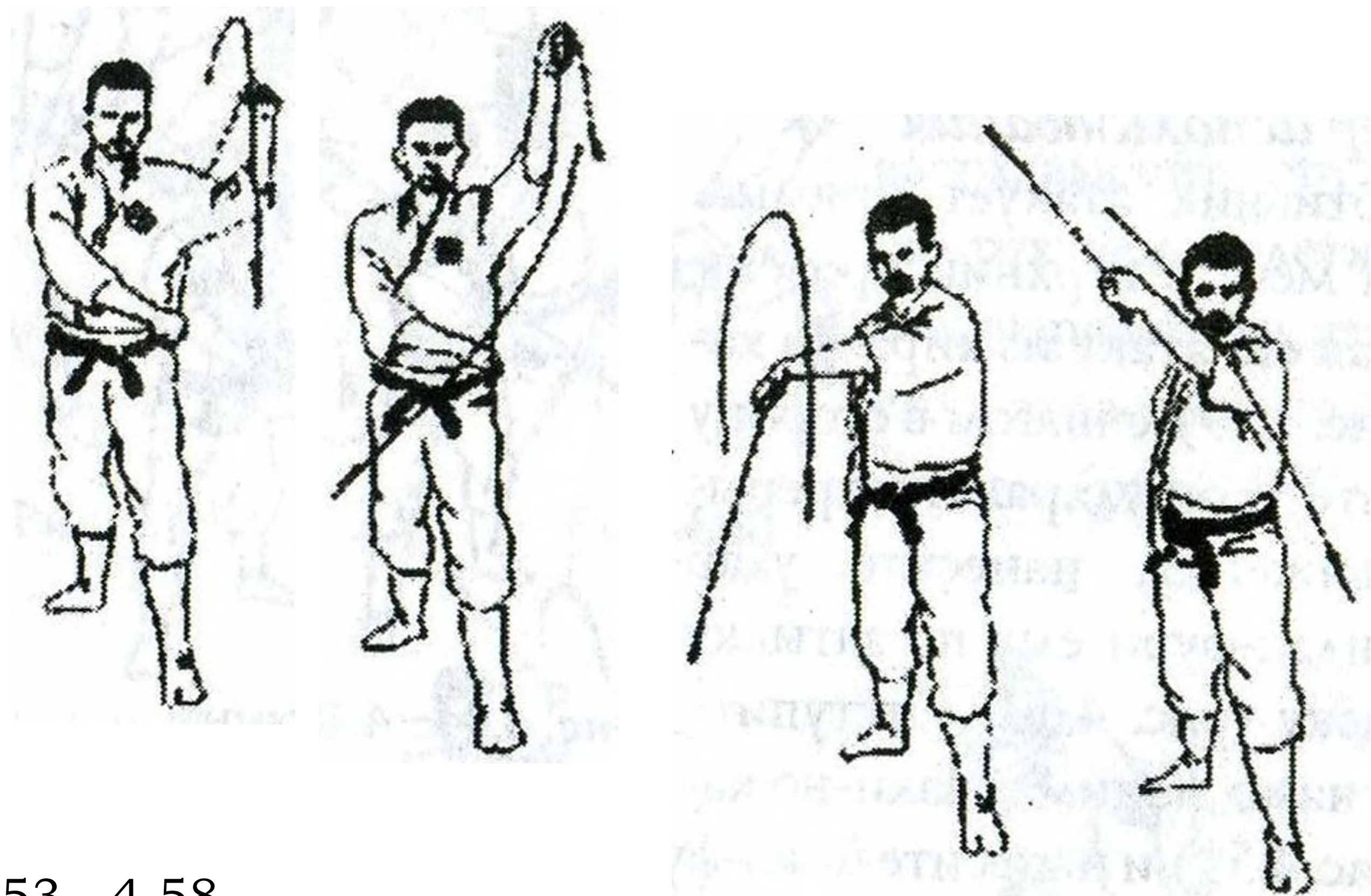


Рис. 4.53—4.58

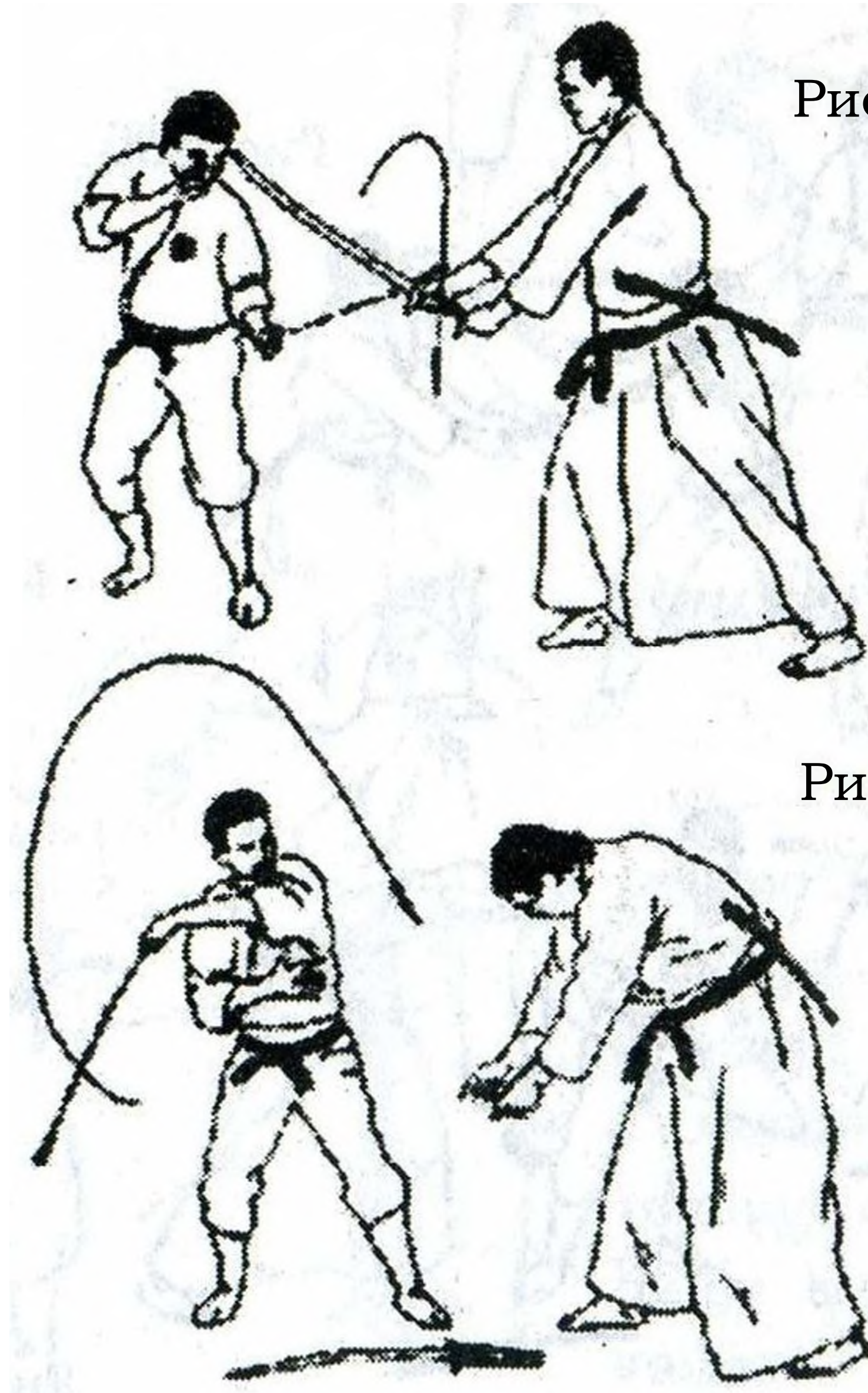


Рис 459 **Пример использования**
Встречая атаку противника из ити-но камаэ, нанесите первый удар по вооруженной кисти противника, стараясь выбить оружие и повредить руку (руки), удерживающую меч (рис. 4.59—4.60). Не прерывая движения, нанесите два удара по голове противника (рис. 4.61—4.62) и,

шагнув назад, займите ваки-но камаэ, готовясь отразить следующую атаку (если она последует), следуя принципу дзансин — рис. 4.63.

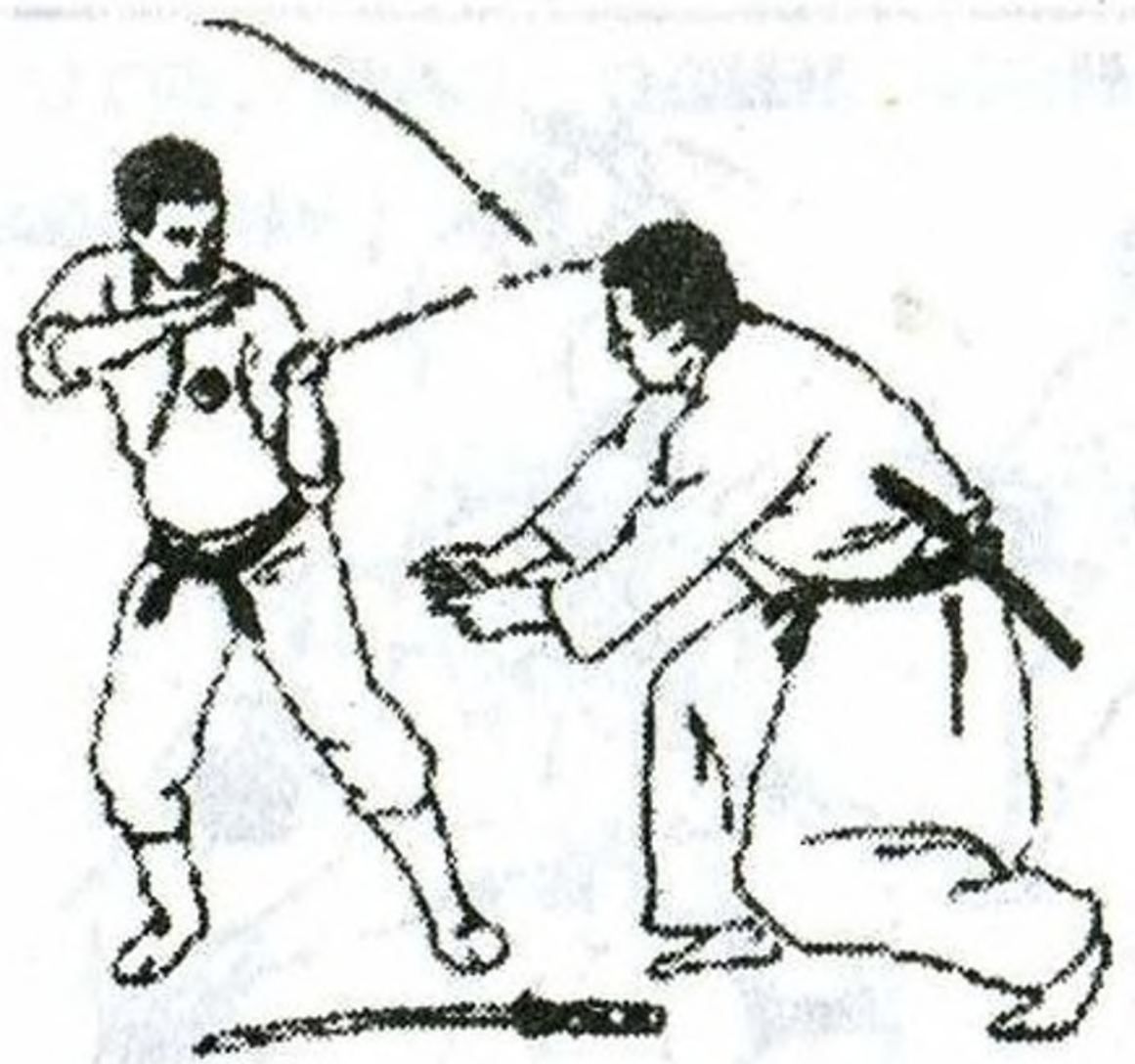
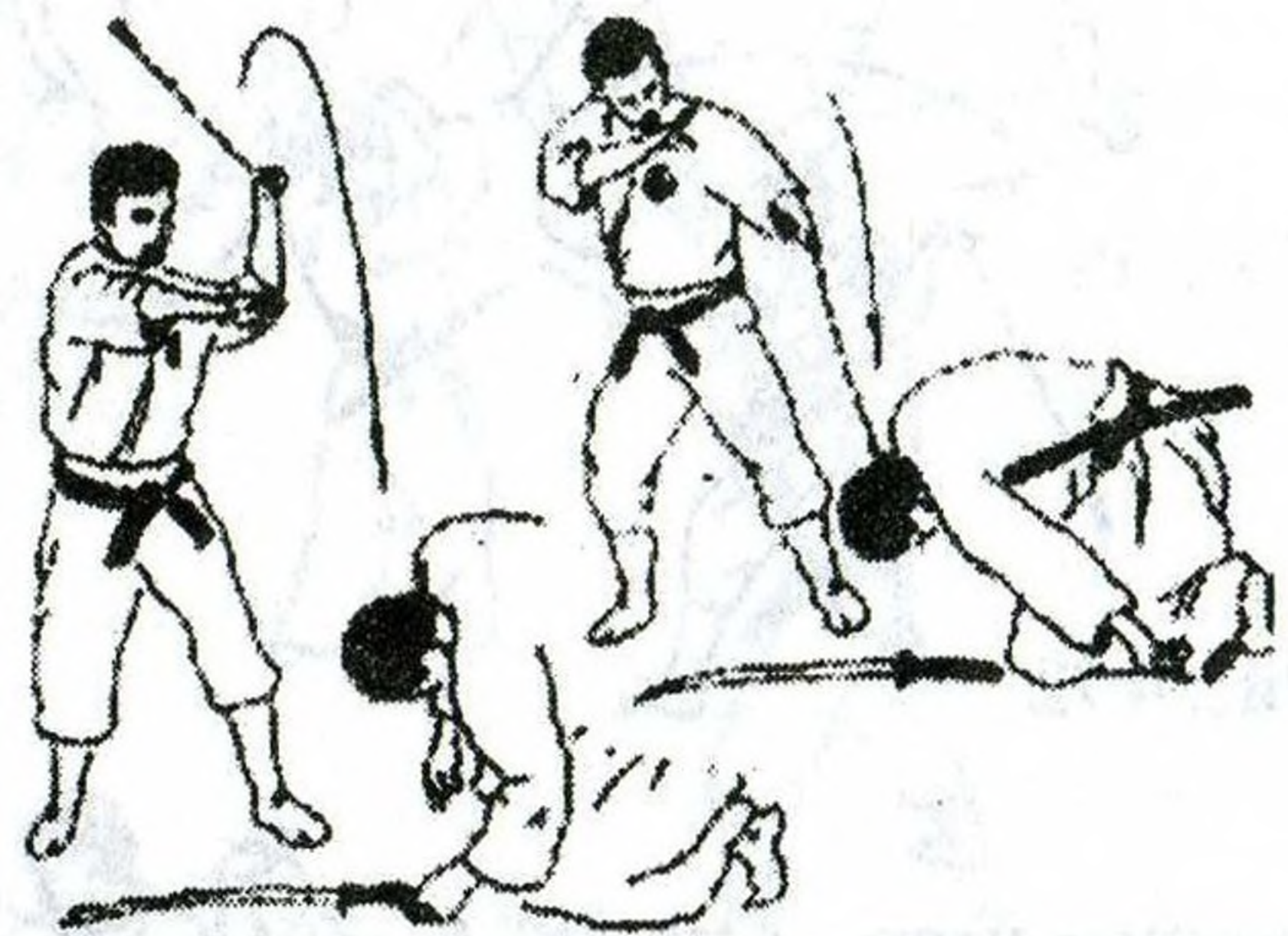


Рис. 4.61—463



4. Удары внутрь и наружу в горизонтальной плоскости [Йоко-фури, сёхацу]

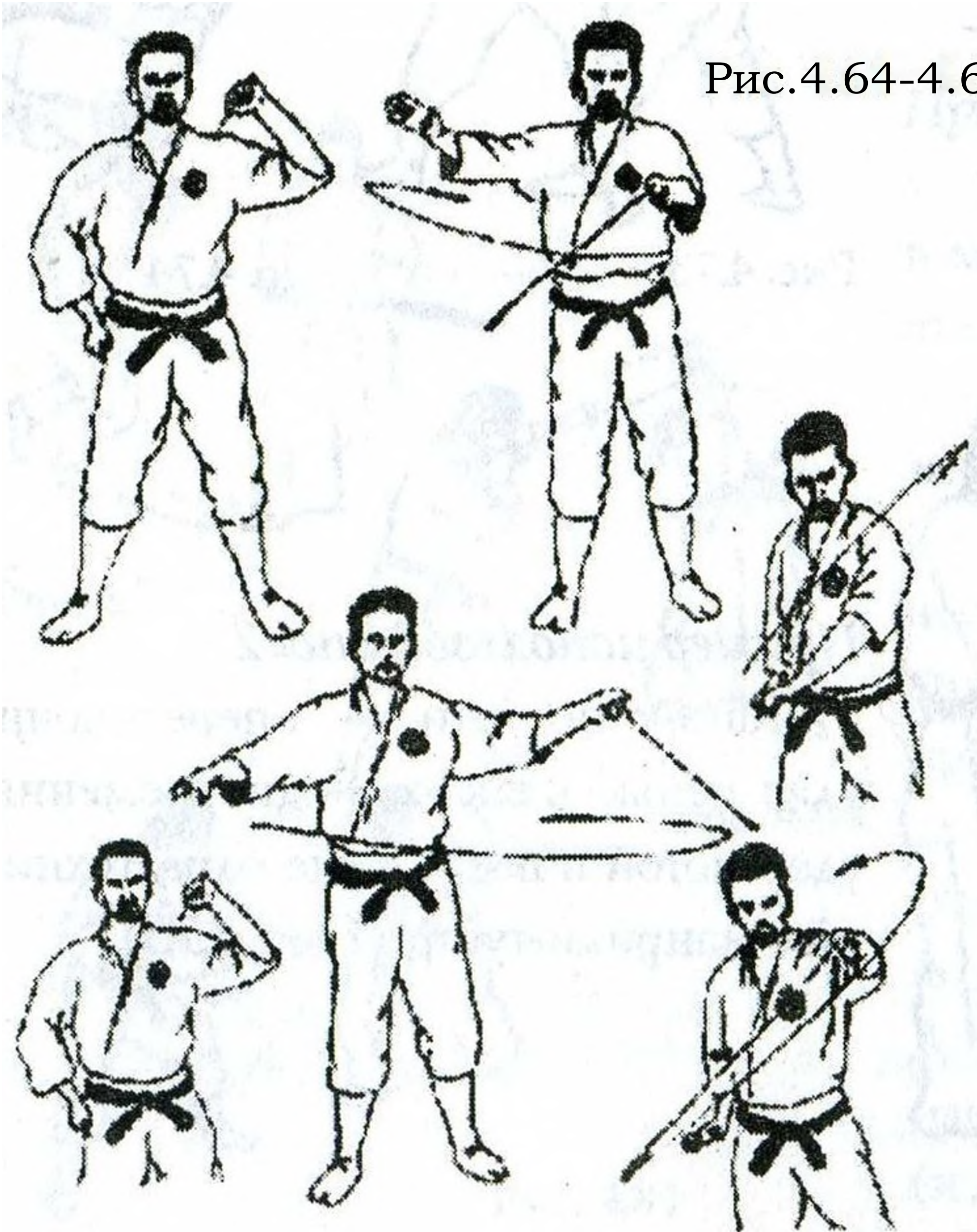


Рис.4.64-4.69

Из хаймэн-но камаэ проведите маховый удар снаружи внутрь на верхнем, среднем (техника сёхацу) или нижнем уровне, закончив его в ваки-но камаэ (рис. 4.64—4.67). Из ваки-но камаэ проведите маховый удар изнутри наружу, закончив его в хаймэн-но камаэ (рис. 4.68—4.69). Повторите в другую сторону.

Рис 4.70



Рис 4.71



Рис 4.72



Пример использования 1

Стоя вполоборота к противнику в ваки-но камаэ, нанесите йоко-фури ему в висок, как только он предпримет какие-либо атакующие действия по отношению к вам (рис. 4.70—4.71). Заканчивая удар в позиции за спиной (почти хаймэн-но камаэ), не прекращайте атаку, продолжив ее сле-

дующим ударом по затылку противника (рис. 4.72—4.73). Добейте противника ударом тэнти-фури по темени (рис 4.74).

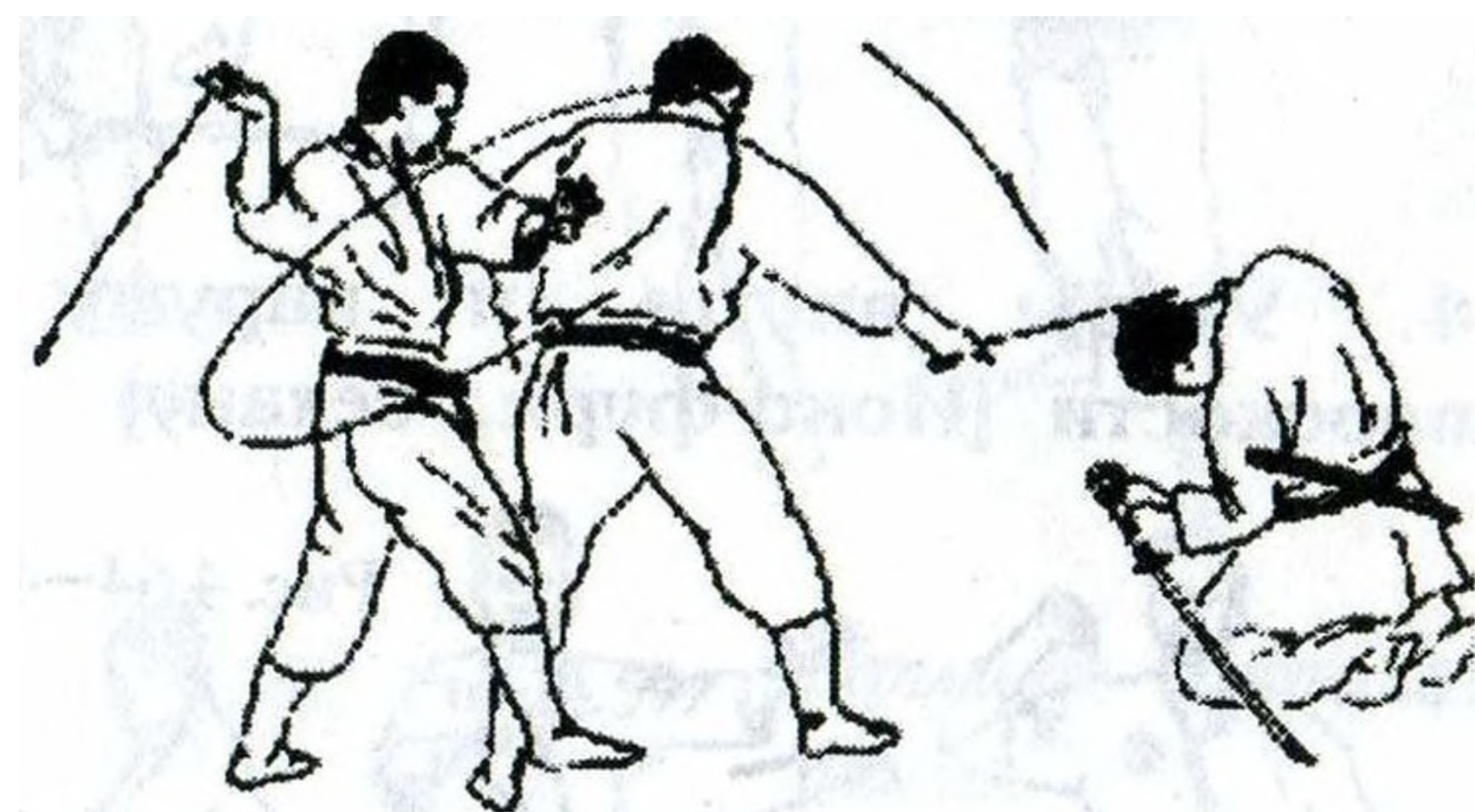


Рис 4.73

Рис 4.74

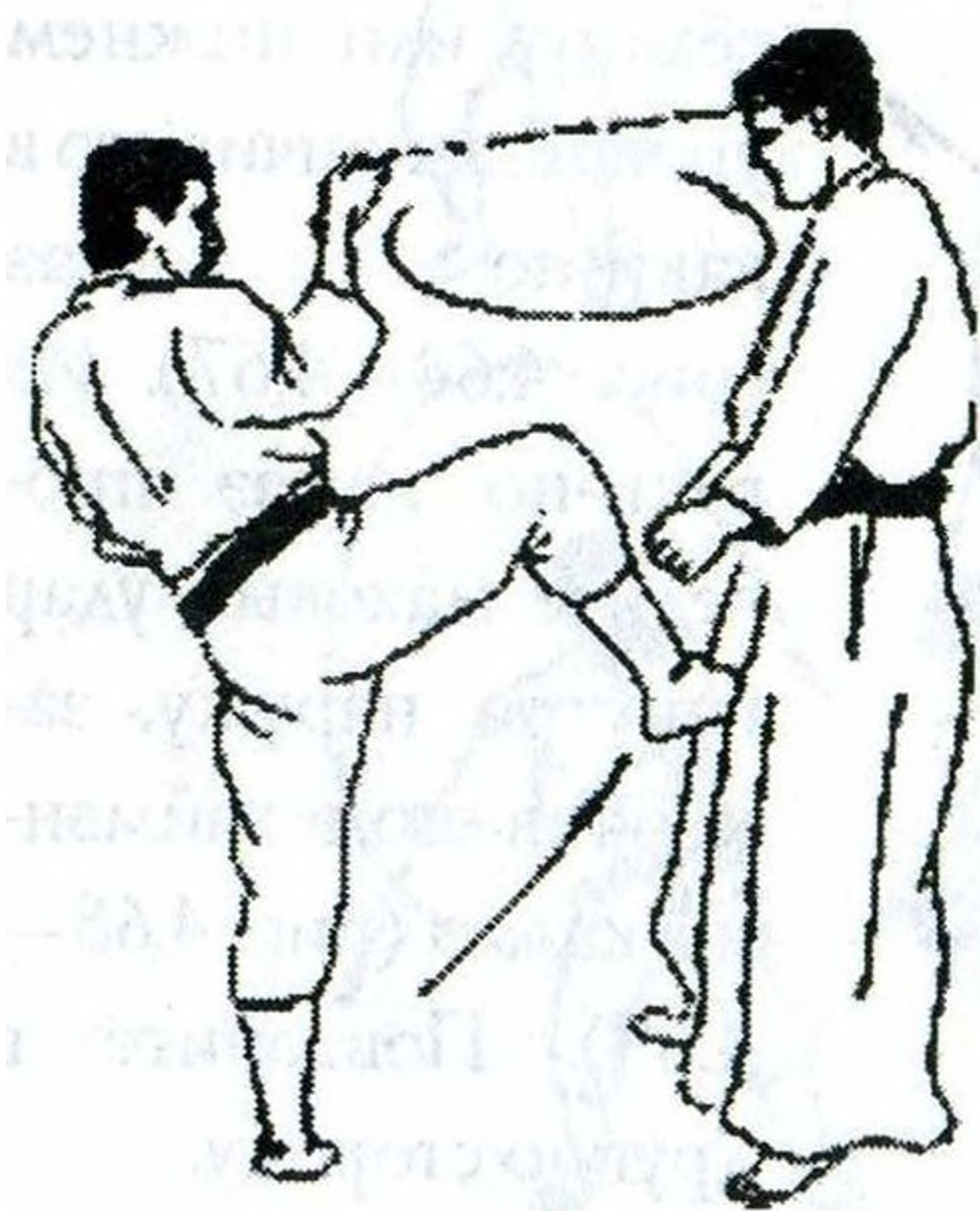


Рис 4.75

Пример использования 2

Кагэро-но юти — опережающий удар цепью в висок и одновременный удар ногой в пах — еще одна техника яй с манрики-гусари (рис. 4.75).

5. Удары «щелчком», отпуская один конец цепи из руки — [Нака-фури, касуми]

Из гохо-но камаэ поднимите руку с цепью на уровень головы (рис. 4.76—4.77) и выбросьте один из грузиков вперед (рис. 4.78) резким прямым махом. Используя эффект «взвешивания», закончите удар в мусо-но камаэ, заведя цепь за одноименное плечо.

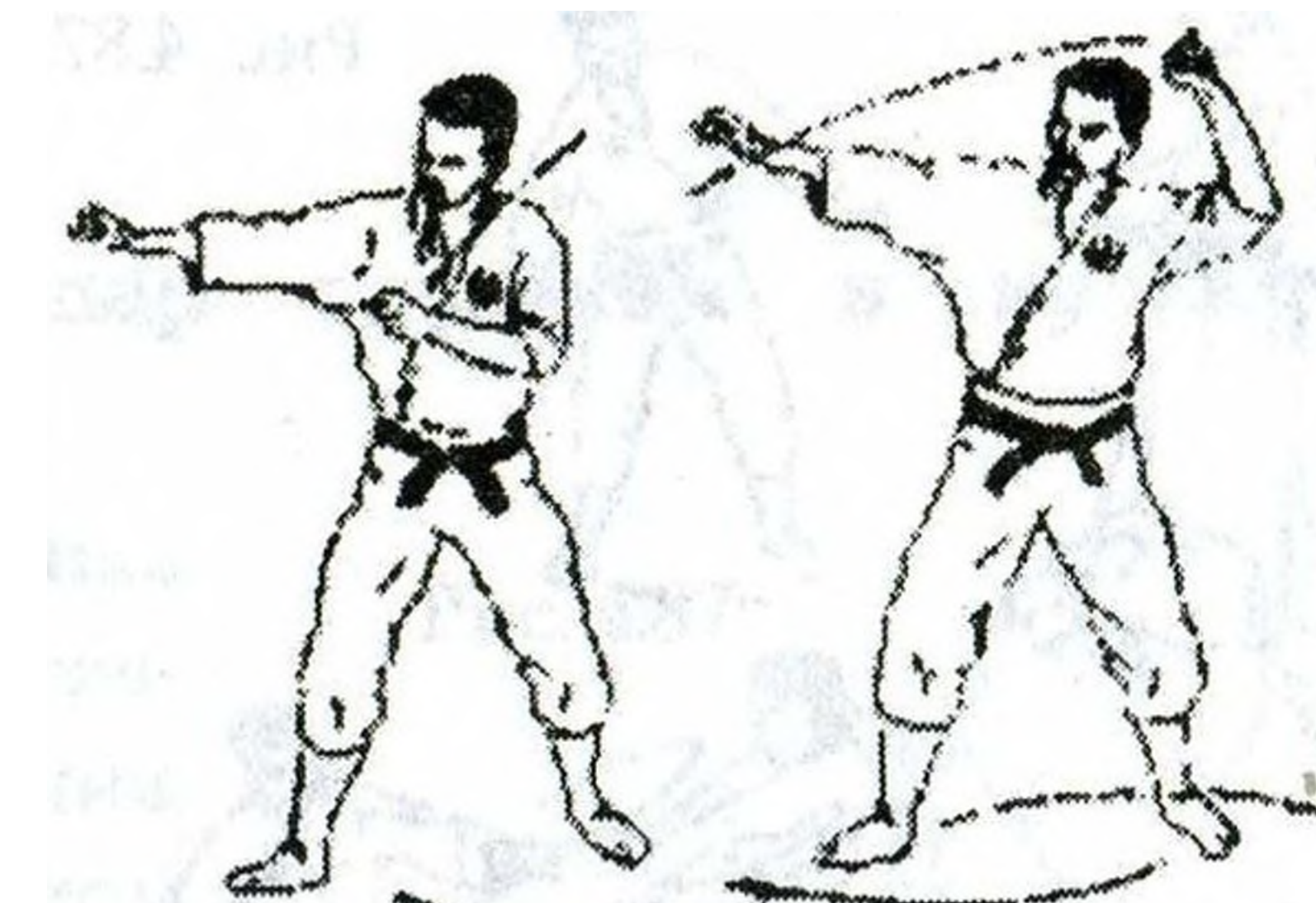


Рис. 4.76

Рис 4.77

Рис. 4.78

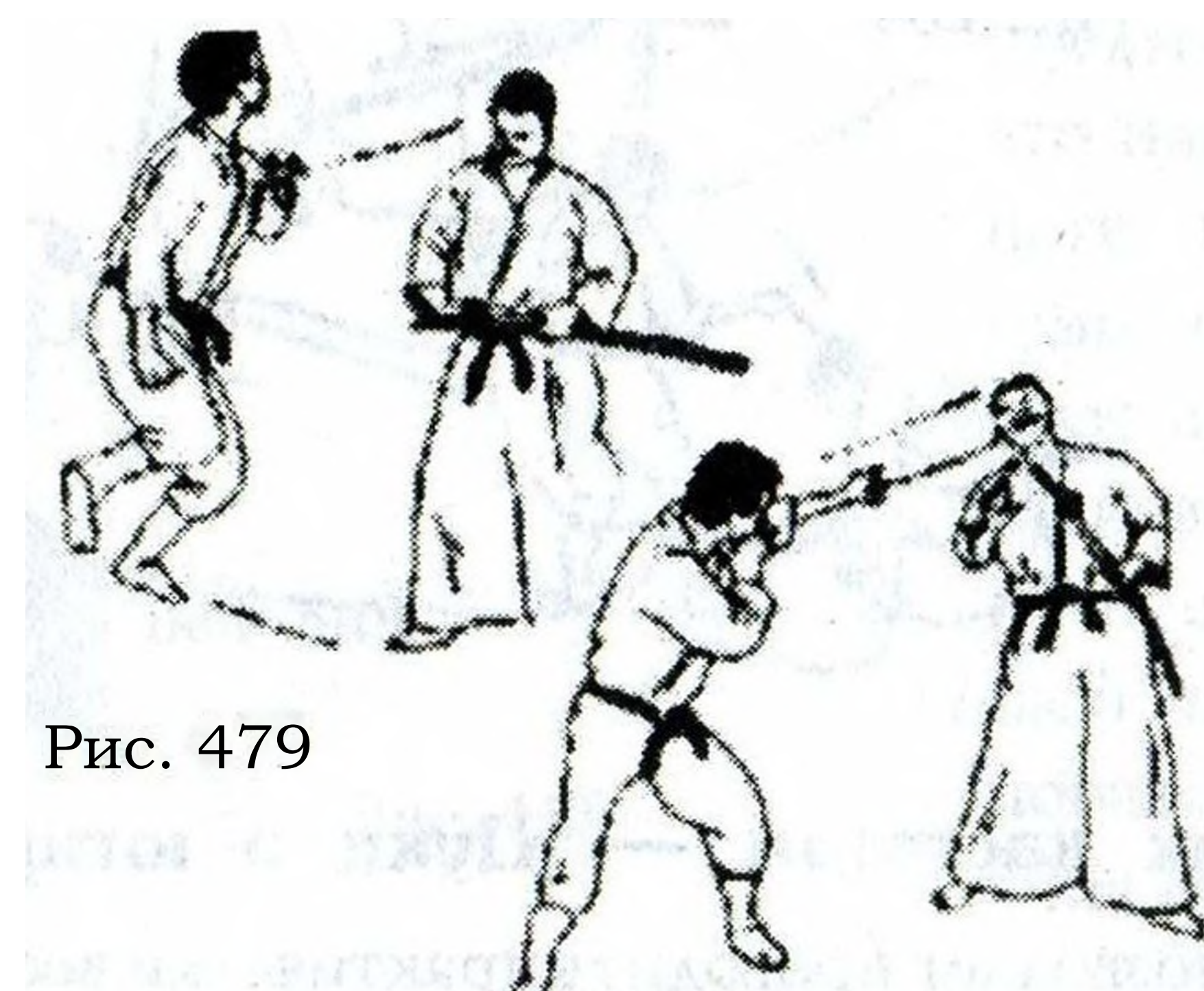
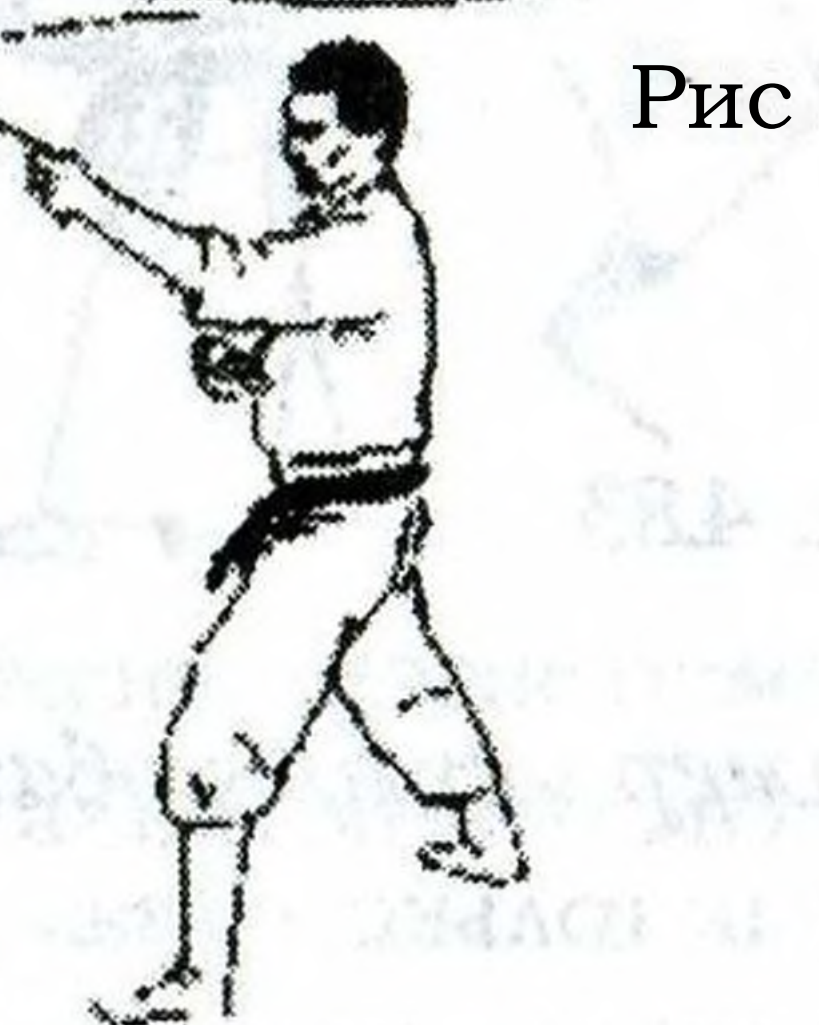


Рис. 4.79

Рис. 4.80

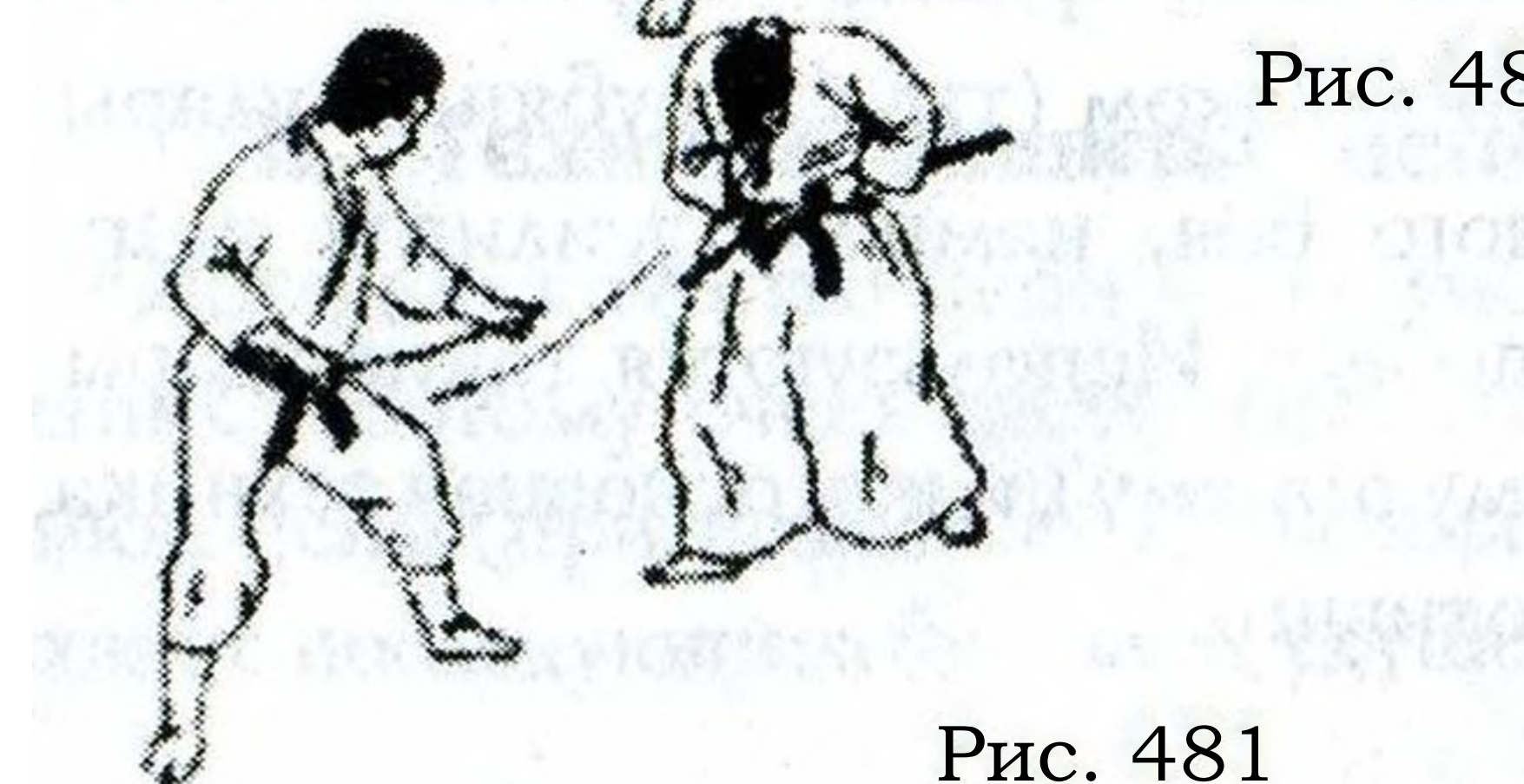


Рис. 4.81

Пример использования

Стоя естественно в гохо-но камаэ, встречайте атаку противника. Как только противник сделает замах мечом для рубящего вертикального удара, нанесите нака-фури ему в лицо, одновременно делая прыжок назад—в сторону для ухода от его удара (рис.4.79), и займите ваки-но камаэ (рис. 4.80—4.81). Добейте его одним из известных вам ударов (например, йоко-фури).

6. Выхватывание и удар — [Юки-тигаи]

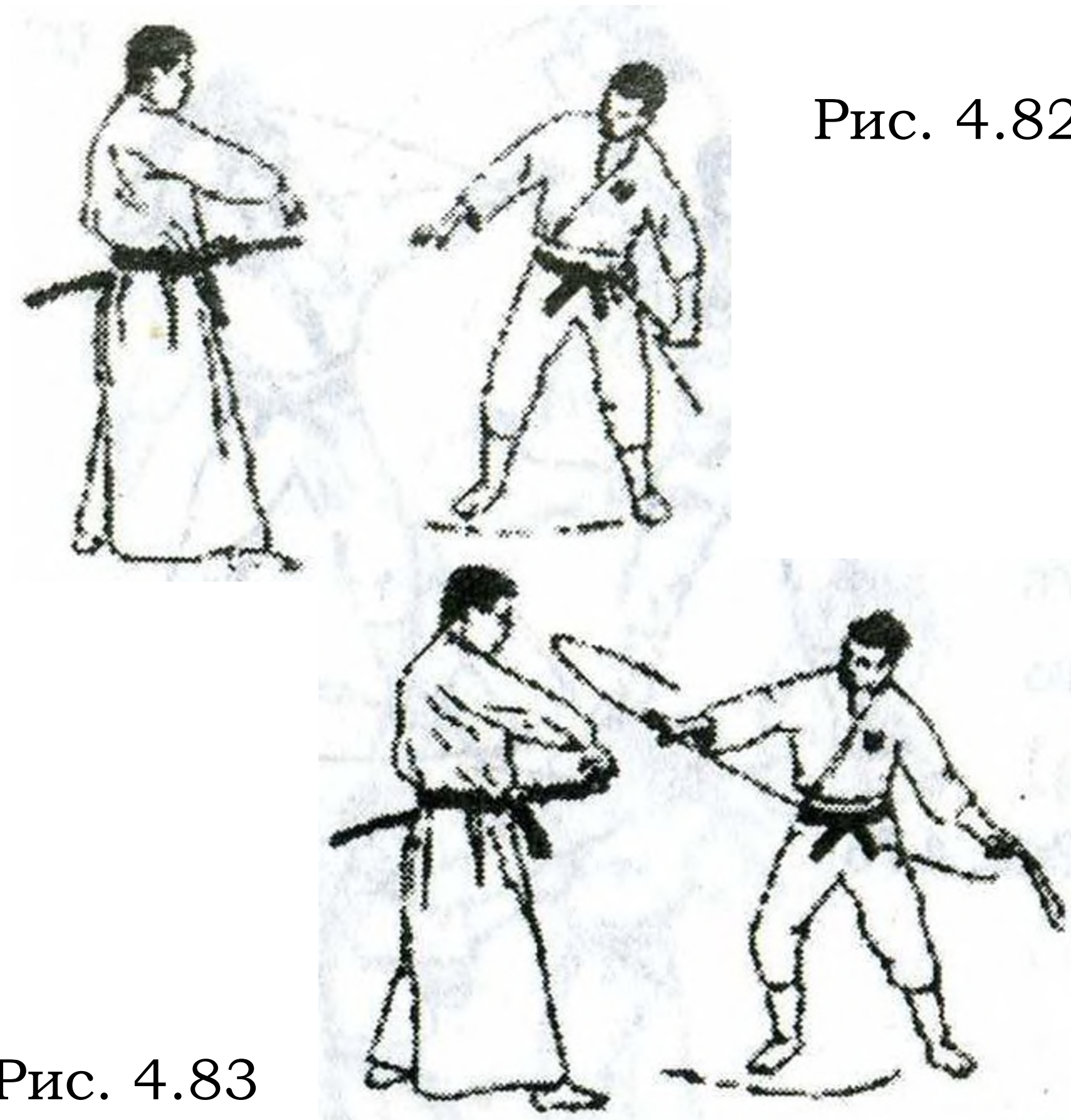


Рис. 4.82

Из положения сидзэн-но камаэ захватите цепь за один или оба грузика и мгновенно потяните оружие вниз—назад, выхватывая его из-за пояса и нанося один из вышеописанных ударов (чаще всего, итимондзи или хатидзи-фури) — рис 4.82—4.86.

Рис. 4.83

Пример использования

Как только вы замечаете, что ваш оппонент начинает вести себя агрессивно по отношению к вам, не ждите, когда он пустит в ход руки или оружие — мгновенно нанесите ему шокирующий удар в лицо и, если это его не остановит, продолжайте атаковать его до того момента, пока у него не пропадет желание к агрессии.

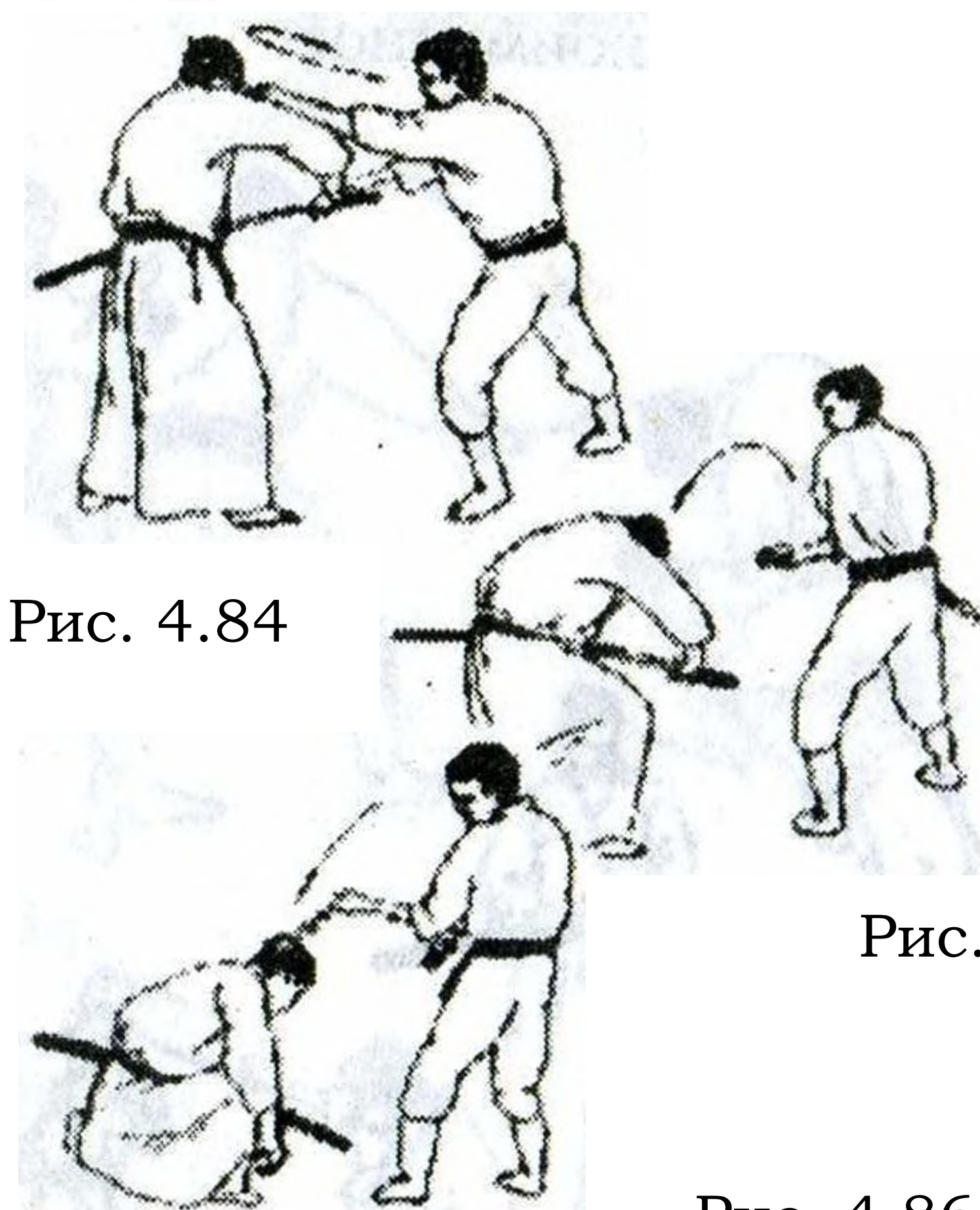


Рис. 4.84

Рис. 4.85

Рис. 4.86

Б. Удары грузиком как кастетом — [Цуки и юти]

Зажатый в кулаке грузик позволяет проводить практически весь арсенал технических действий кулаком (тычки, рубящие удары и т. д.) из арсенала безоружного боя, намного усиливая удар и увеличивая ваши шансы на победу. Используются такие удары и как дополняющая (к основному приему), и как основная техника, а также в форме добивания противника.

Ниже приведены два наиболее известных традиционных технических действия, использующие ударное воздействие грузиком, зажатым в кулаке.

1. Останавливающий удар грузиком в кулак [Кобуси-кудзики]

Эта специфическая техника требует отличной отработки, точности и скорости исполнения. Когда противник атакует кулаком в голову, нанесите ему удар по типу тэтцуй-юти в каратэ по передней части бьющего кулака (рис. 4.87). Следует отметить, что этим ударом поражают не только кулак, но и очень многие болевые точки головы, рук и тела в форме встречной атаки (сэн-но сэн).

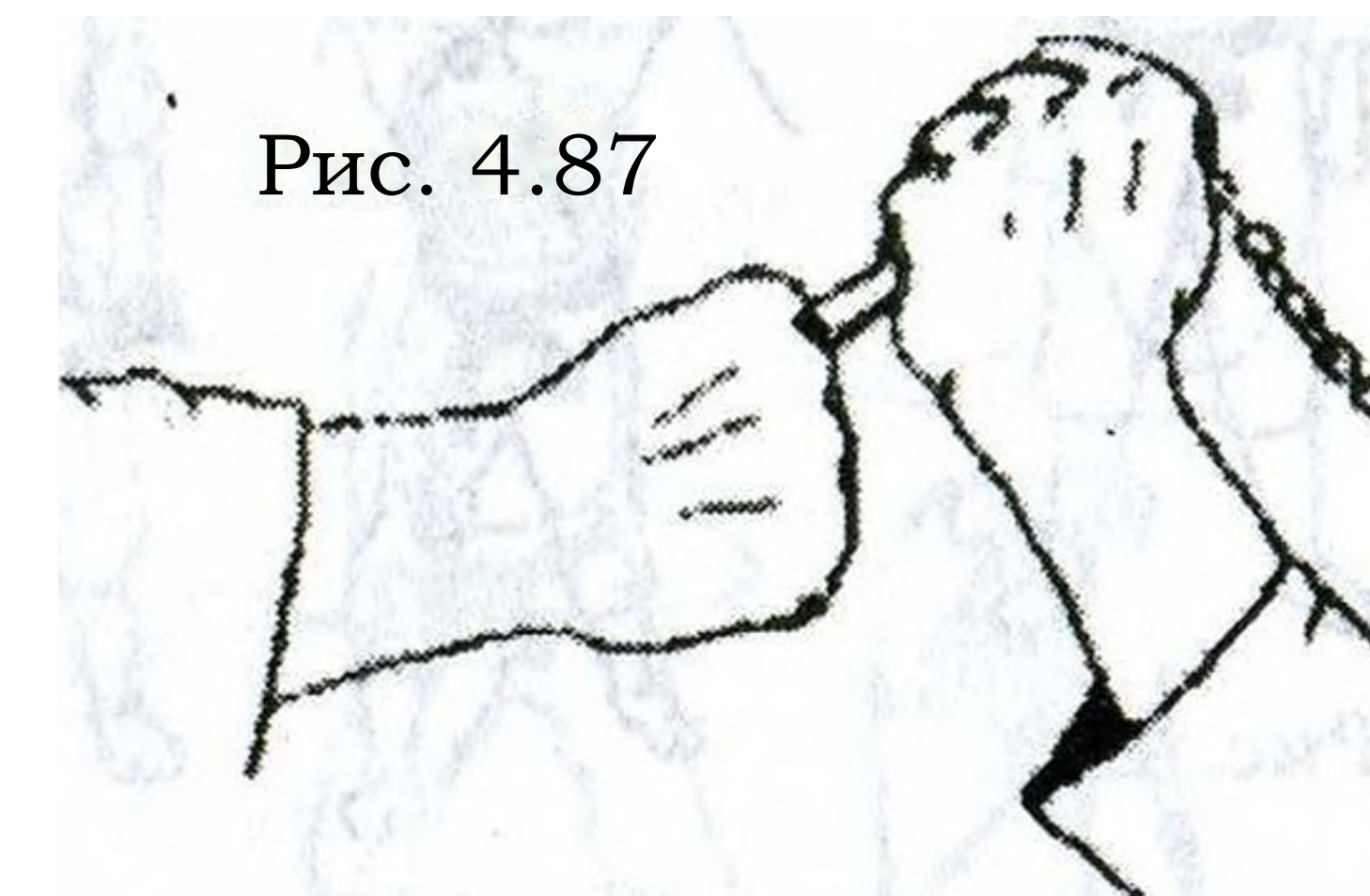


Рис. 4.87

2. Останавливающий удар грузиком в голень — [Сунэ-ори]

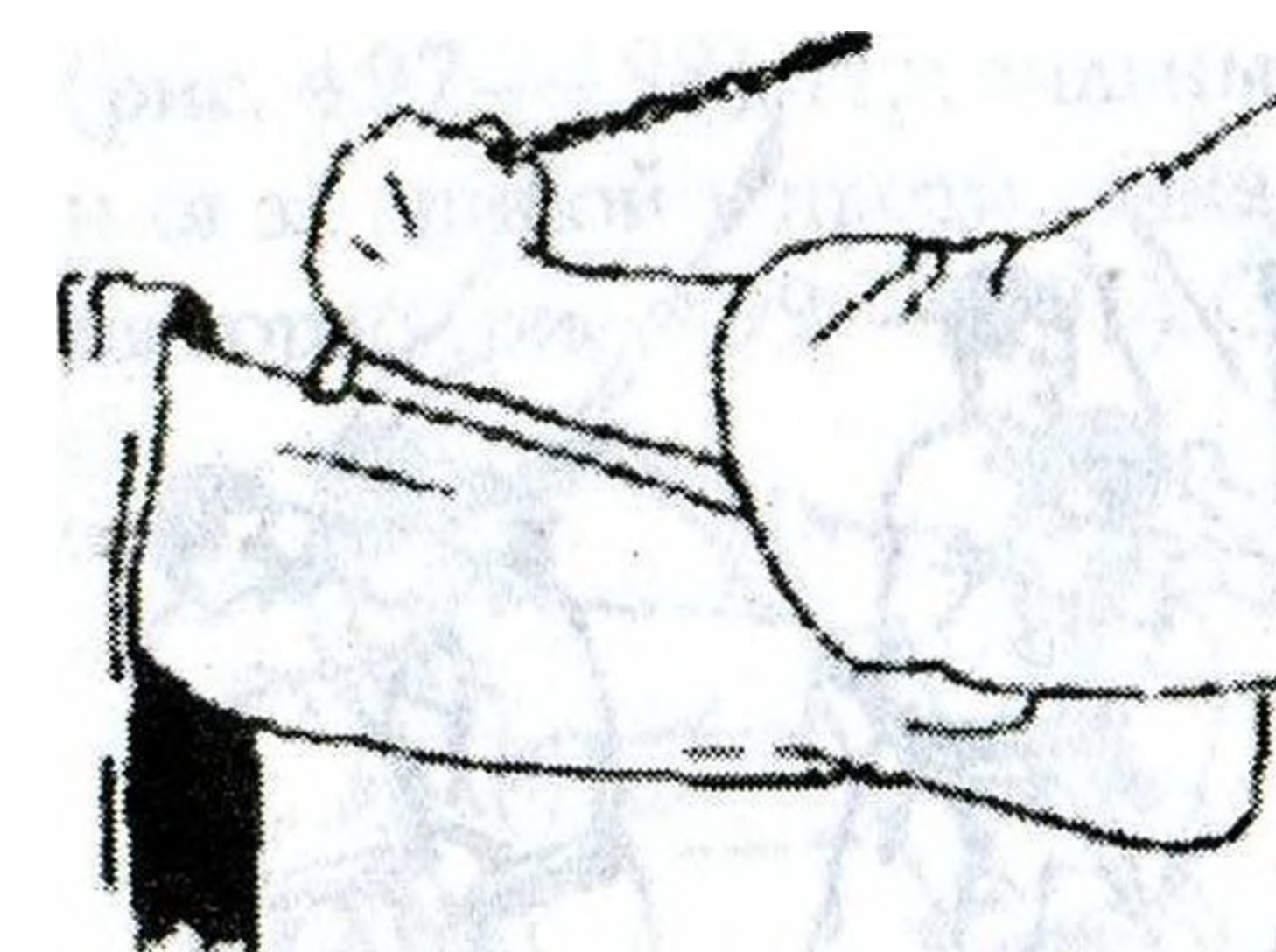


Рис. 4.88

Этот прием очень похож на предыдущий лишь с тем отличием, что направлен он не на руку, а на ногу противника и траектория удара идет не вперед, а вниз. Когда противник наносит поднимающийся удар ногой в пах или солнечное сплетение, сделайте небольшой шаг в сторону, одновременно поражая ударом грузика сверху вниз его голень (рис. 4.88).

II. Техника защиты цепью — [Укэ-вадза]

Основное качество цепи — ее гибкость и прочность одновременно. Поэтому очень часто защитно-отводящие действия серединой цепи (при захвате за оба конца), как правило, переводятся в захват с последующим броском, удушением или болевым приемом.

1. Поднимающийся или отводящий в сторону блок при атаке в верхний уровень — [Дзедан-укэ (агэ-укэ)]



Рис. 4.89

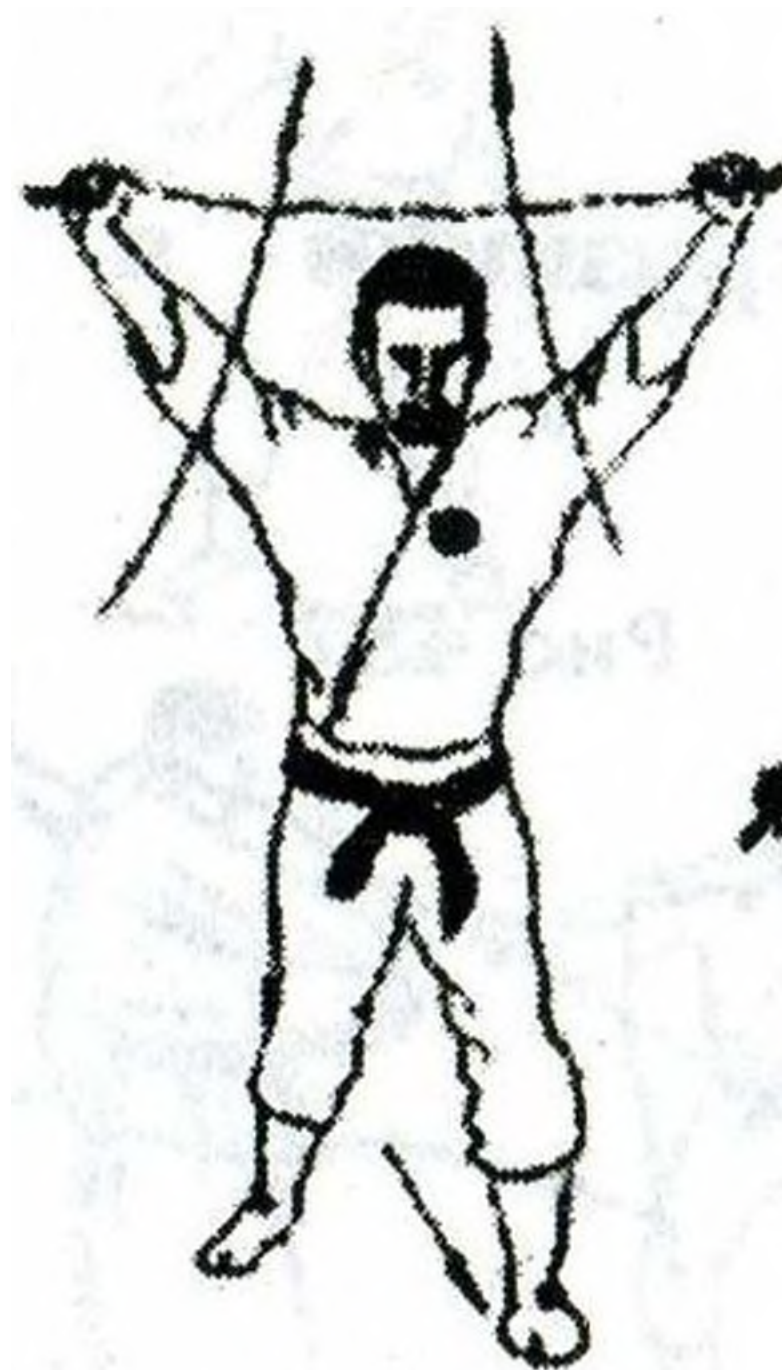


Рис. 4.90



Рис. 4.91

Из хира-но камаэ шагните вперед и одновременно поднимите обе руки вверх, блокируя атаку противника вверх—вперед (агэ-укэ) — рис. 4.89—4.90 или вверх — в сторону (дзедан-укэ) —

Рис. 4.91. Нужно не просто подставлять

цепь под атакующую конечность противника, а резко бить по ней щелчком серединой цепи. До момента блокирования цепь не натягивается!

Пример использования

От удара мечом по голове сверху проведите агэ-укэ, блокируя руки противника (рис 4.92), и тут же, сдерживая возможные дальнейшие движения противника цепью, контратакуйте ударом обоих грузиков в глаза (рис 4.93).

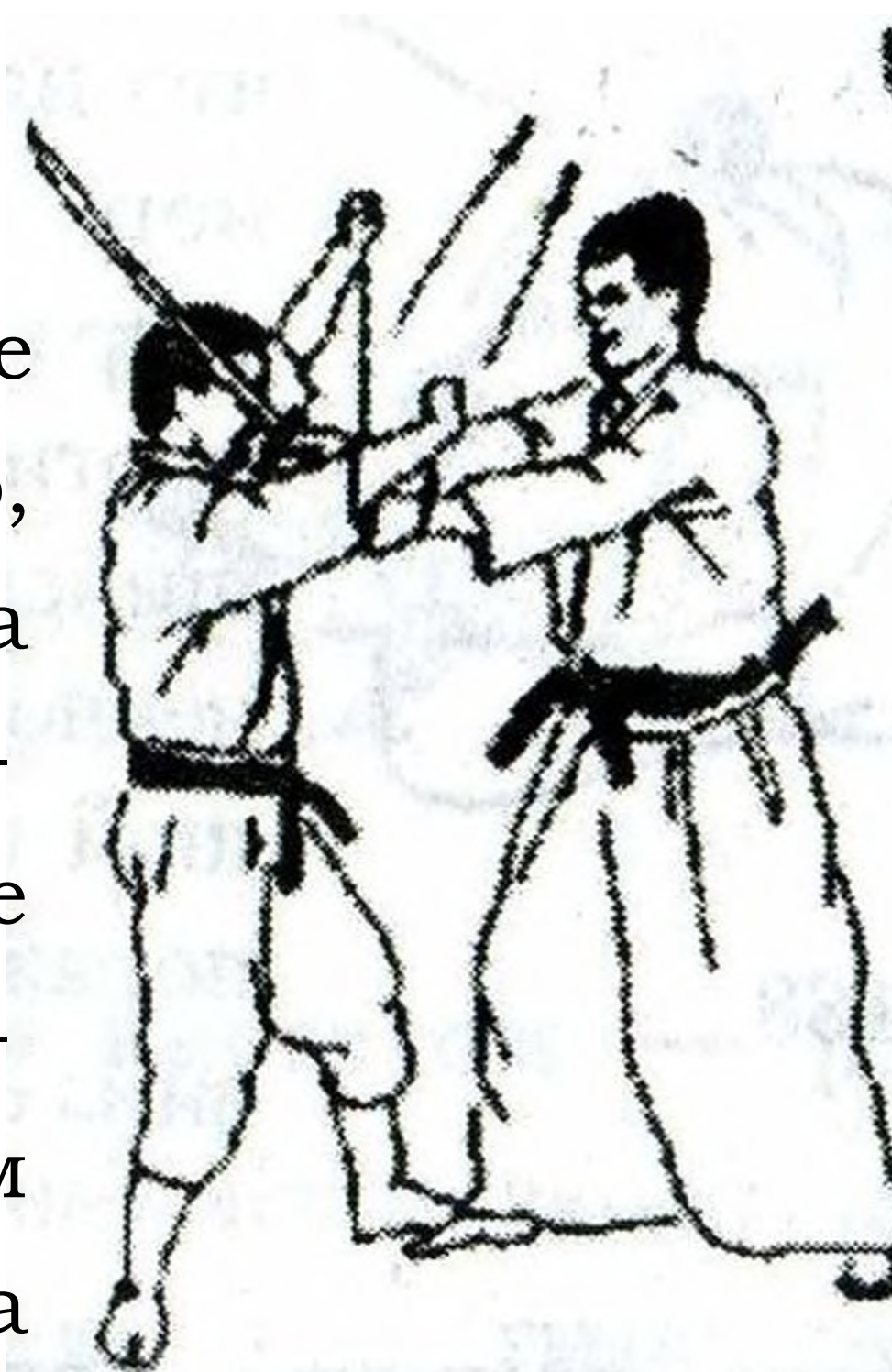


Рис. 4.92



Рис. 4.93

2. Блок на среднем уровне наружу и внутрь вертикально расположенной цепью — [Укэнагаси, йоко-укэ (ути и сото)]

Из хира-но камаэ сделайте шаг назад, одновременно разворачиваясь по кругу в сторону сзади расположенной ноги и блокируйте тычковый удар противника серединой цепи внутрь (рис. 4.94—4.95) или наружу (рис 4.96).

Принцип щелчка при касании с атакующей конечностью противника, используемый в агэ-укэ, сохраняется и для йоко-укэ.

Пример использования

Блокируйте два удара противника блоком сото-йоко-укэ (рис. 4.97—4.98). Правильным перемещением добейтесь положения за спиной у противника, одновременно набрасывая цепь ему на горло (рис. 4.99—4.101). Скрестите руки и проведите удушение,

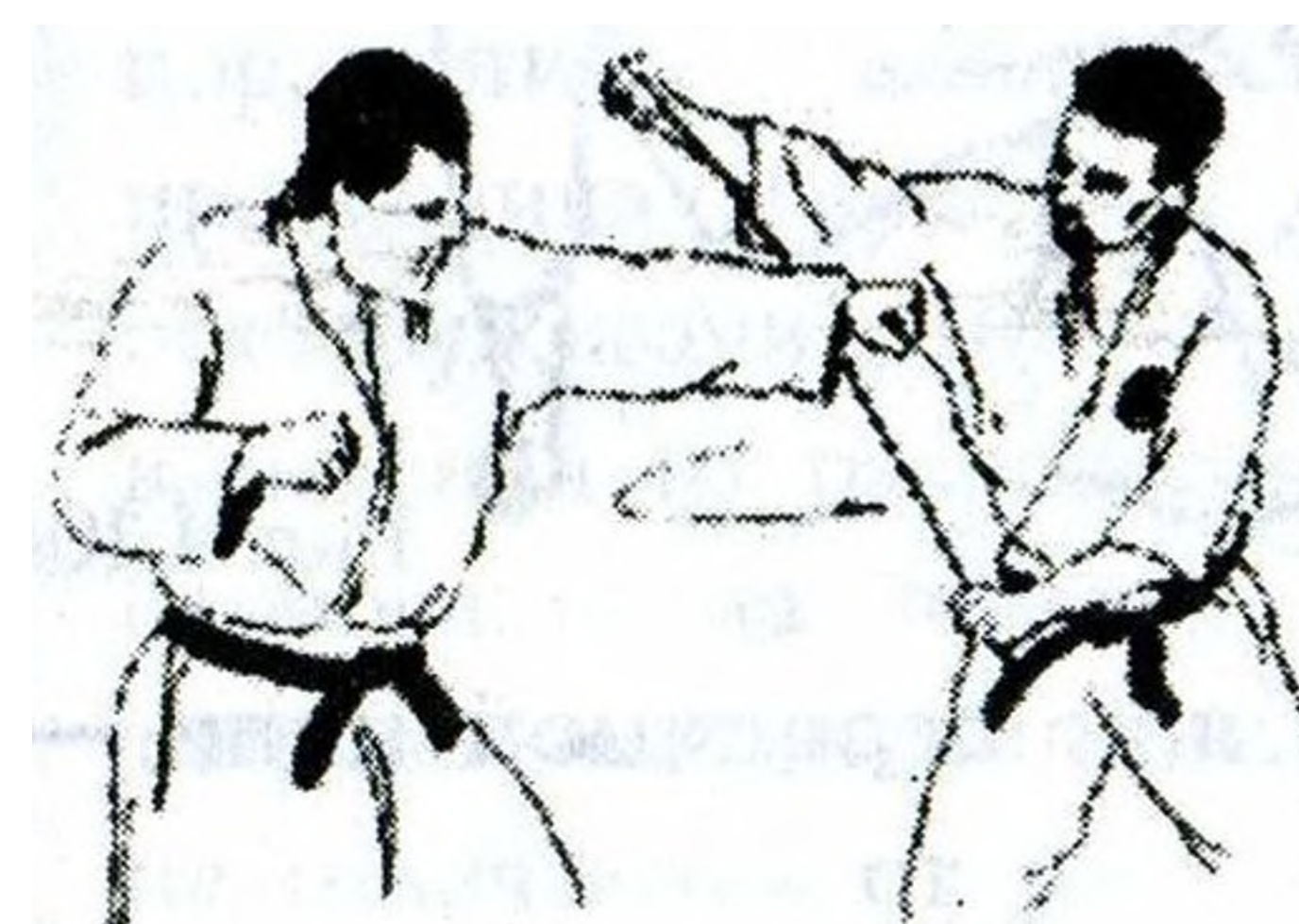


Рис. 4.97

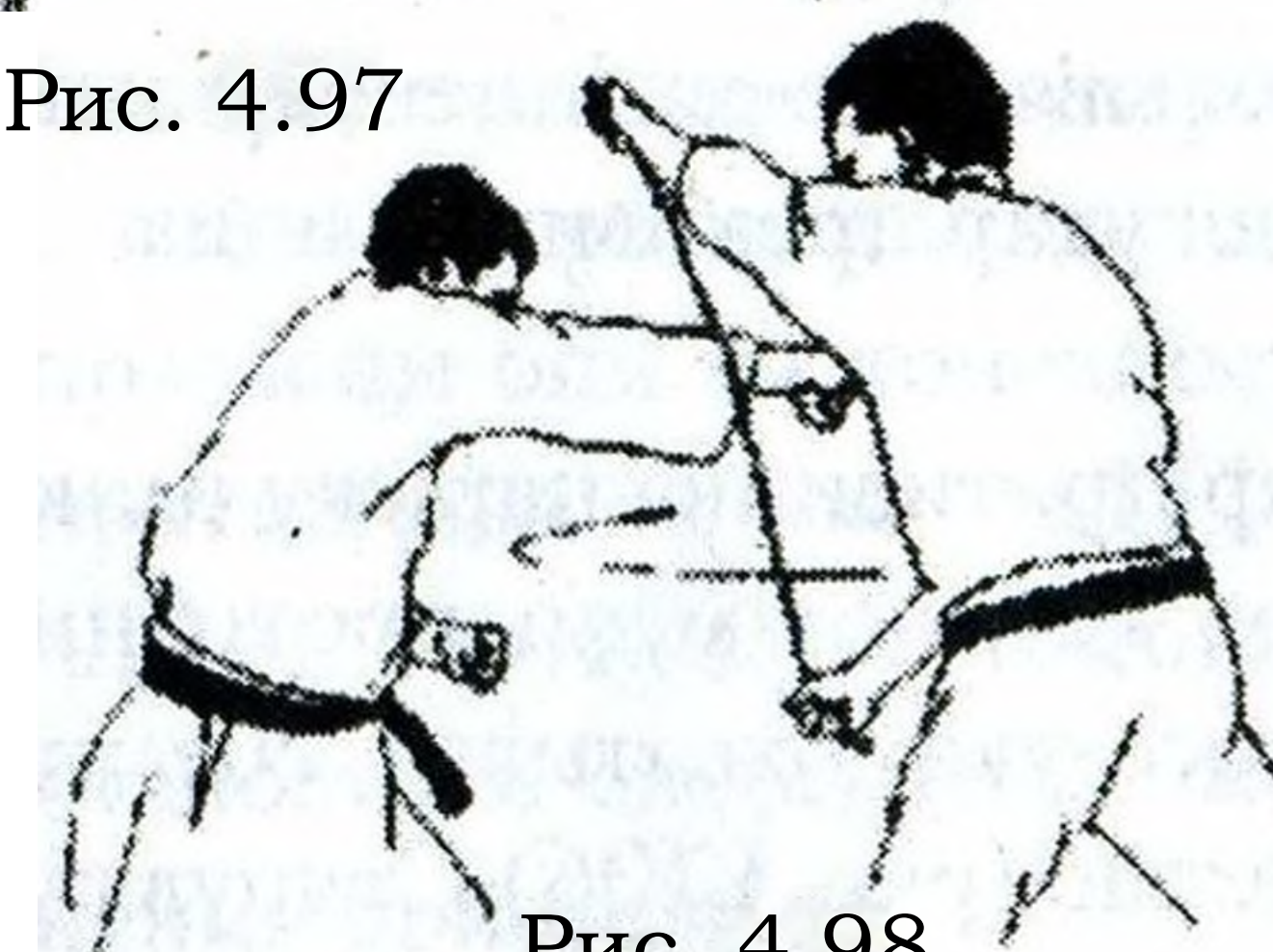


Рис. 4.98

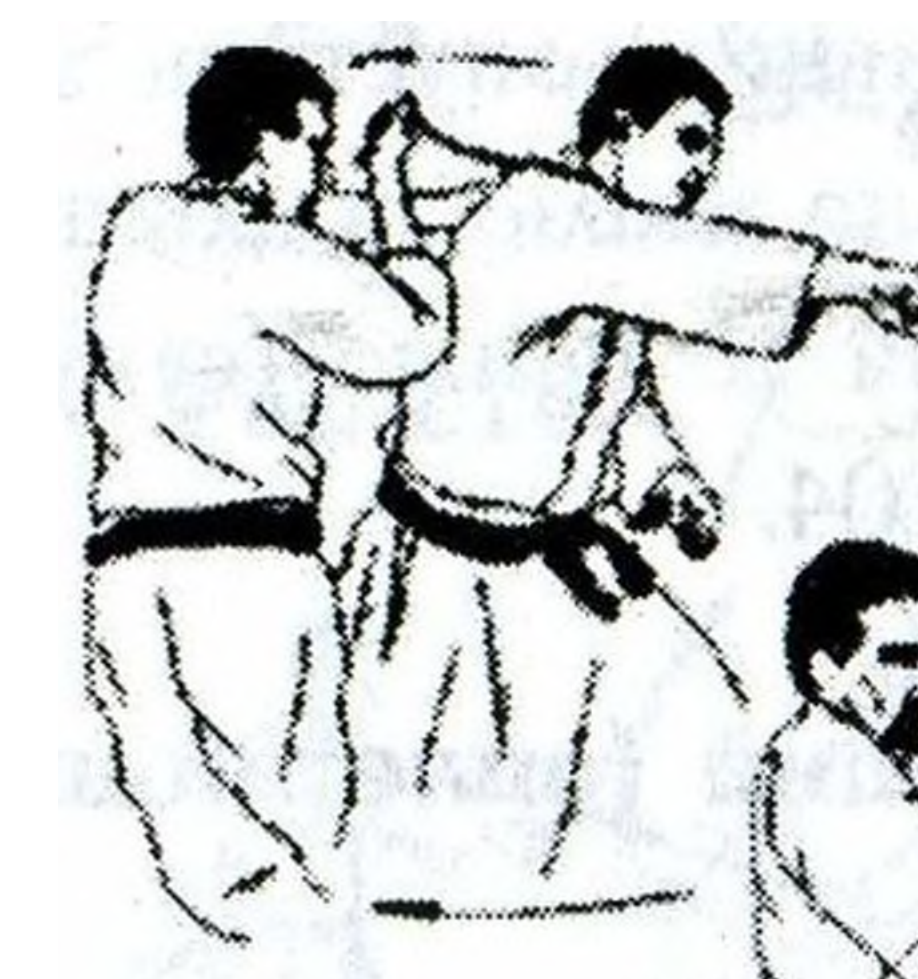


Рис. 4.99

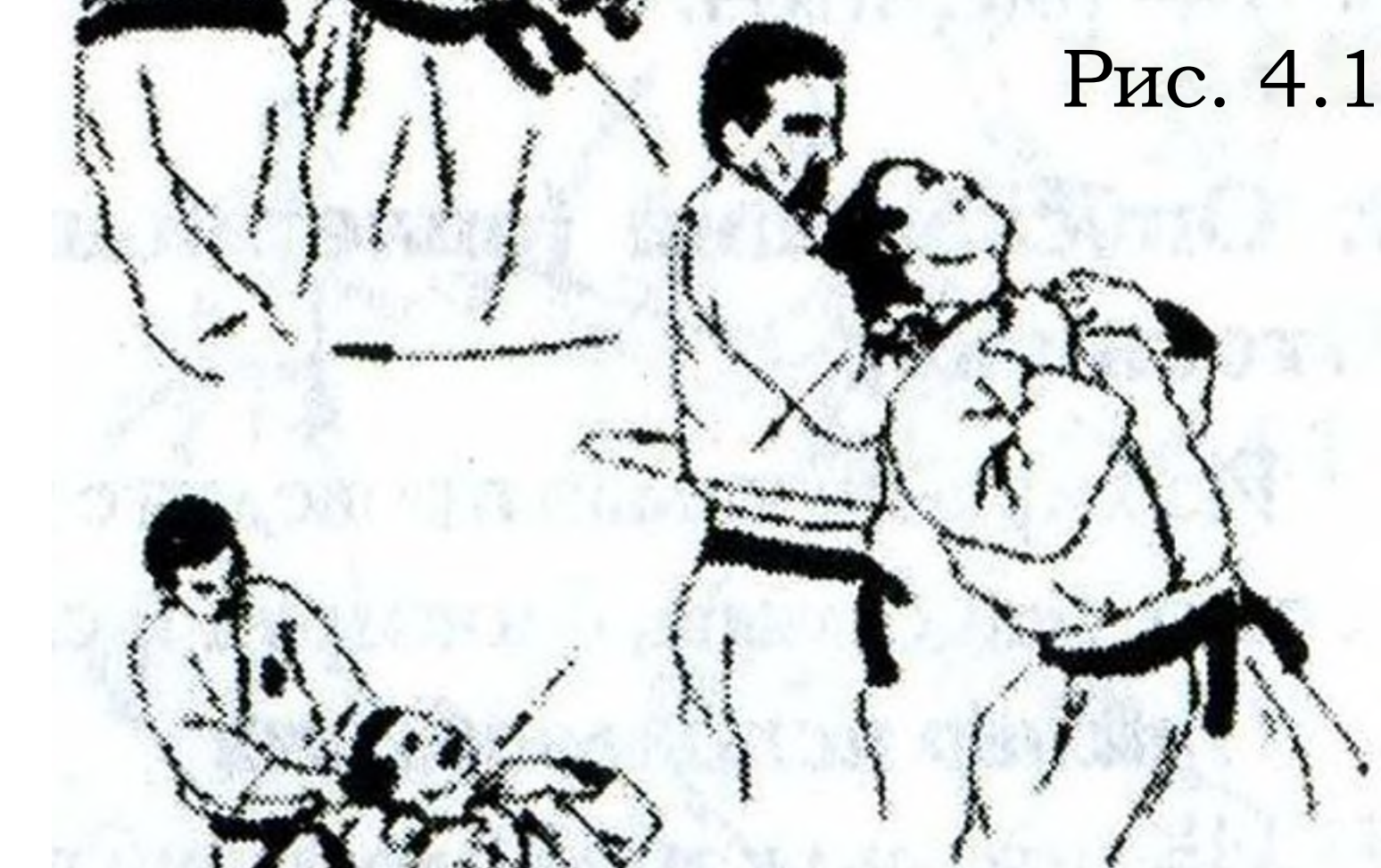


Рис. 4.100

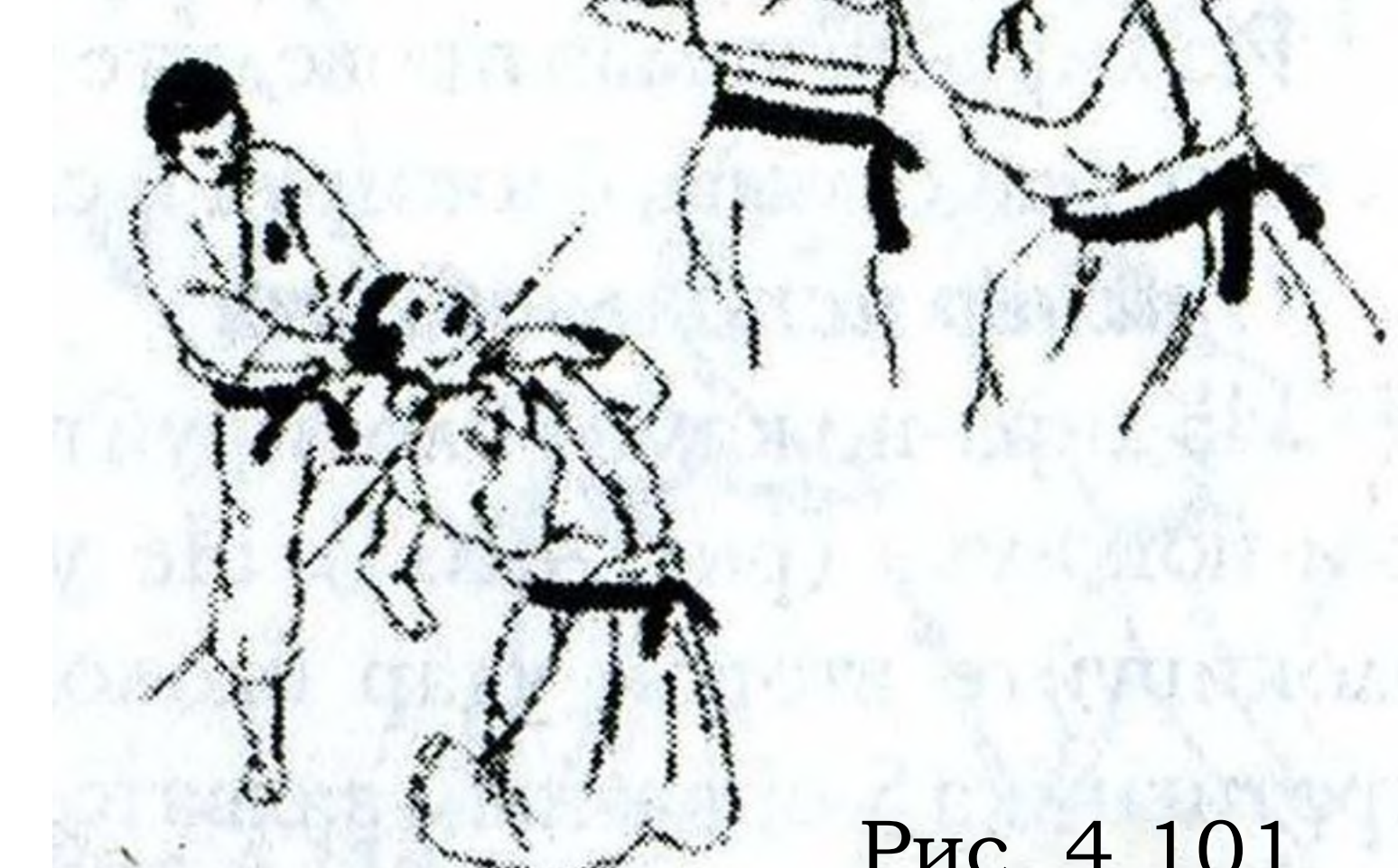


Рис. 4.101

натягивая цепь на себя, а предплечья отжимая максимально вперед. Для усиления воздействия можно намотать цепь на кисти рук. Закончите прием удушением стоящего на коленях противника и ударом колена в основание его черепа.

3. Блок серединой цепи на нижнем уровне — [Гэдан-укэ]



Рис. 4.102



Рис. 4.103

Из дзедан-укэ-но камаэ или хира-итимондзи-но камаэ (рис. 4.102) сделайте шаг ногой вперед или назад, разворачивая корпус под 45 градусов по отношению к линии атаки противника, и быстрым движением выбросьте обе руки вниз — в сторону, блокируя тычковый удар против-

ника в нижний уровень (рис. 4.103).

Пример использования

Из хира-но камаэ отбейте удар ноги противника вниз—в сторону и нанесите свой удар ногой в пах, не давая противнику опустить атакующую ногу на землю, подхватив и поддерживая ее цепью (сукуи-укэ) — рис. 4.104.

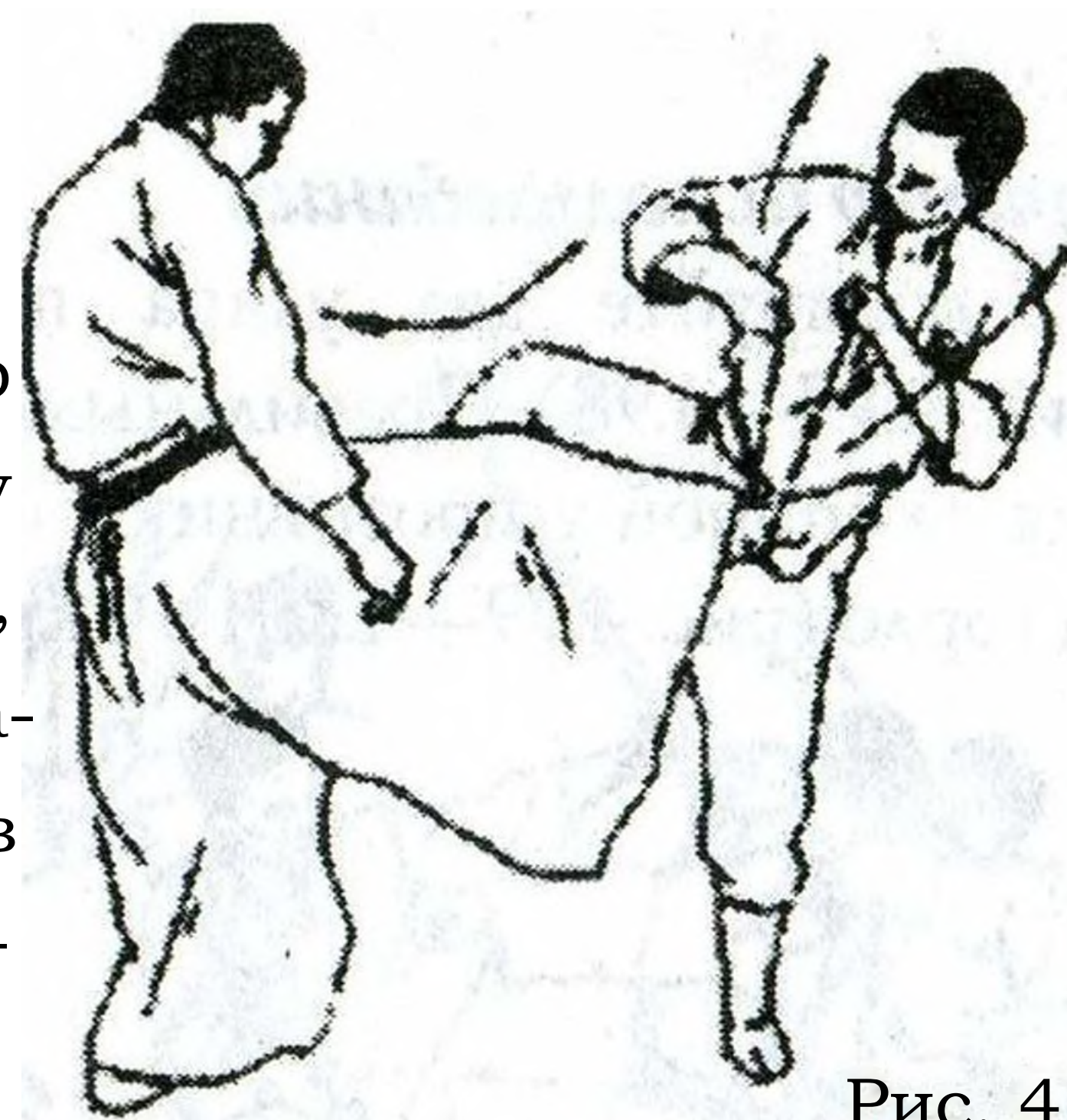


Рис. 4.104

4. Опускающий (оплетающий) блок серединой цепи — [Отоси-укэ]

Из хира-но камаэ проведите набрасывающе-давящее движение цепью, тем самым, блокируя и смещая удар противника вниз.

Пример использования

Из хира-но камаэ блокируйте удар противника наружу блоком ути-йоко-укэ (рис. 4.105). Не убирая цепь от руки противника, блокируйте второй удар блоком отоси-укэ, охватывая обе руки противника S-образным захватом в петлю (рис. 4.106). Стянув руки

Рис. 4.105

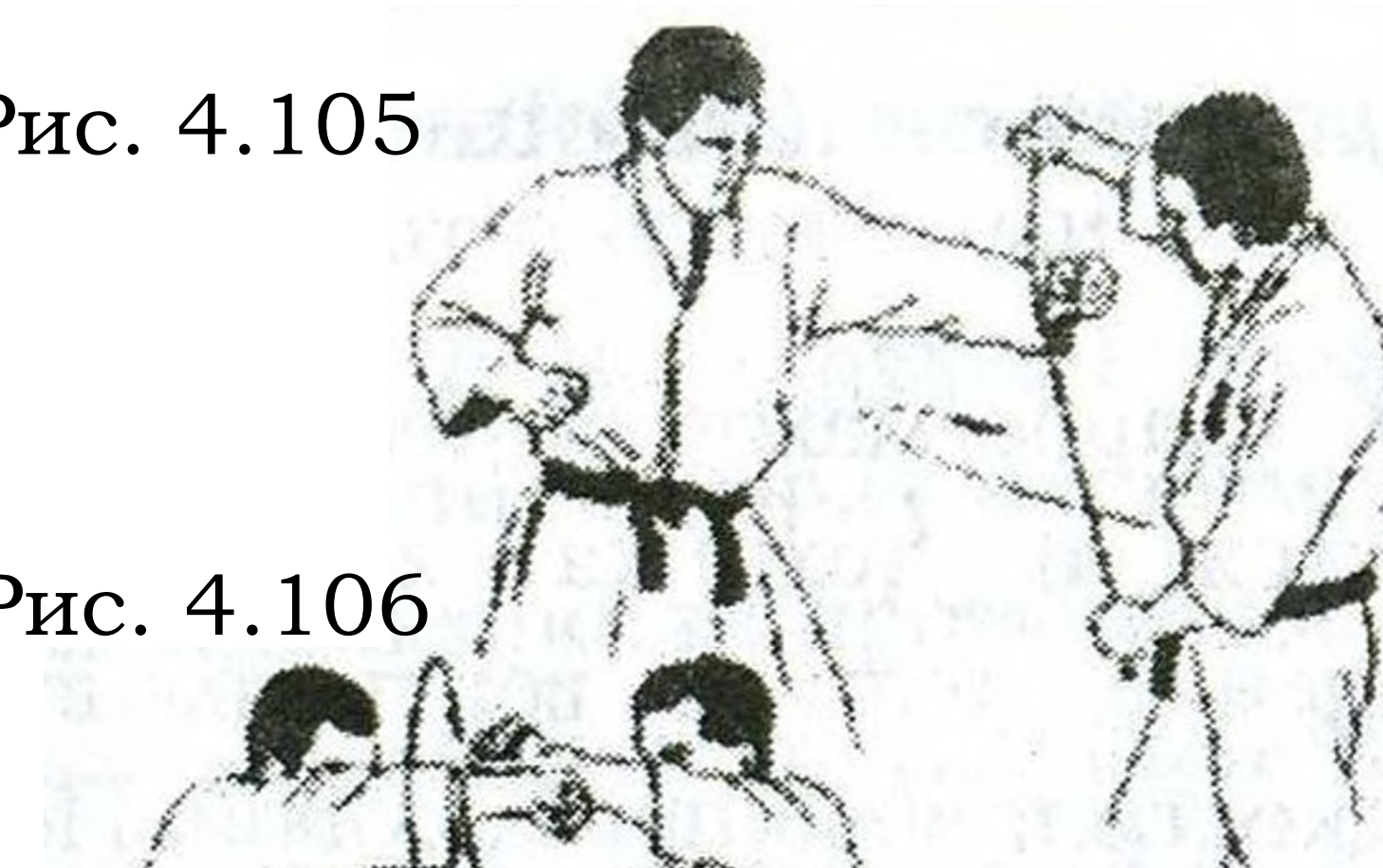


Рис. 4.106



Рис. 4.107

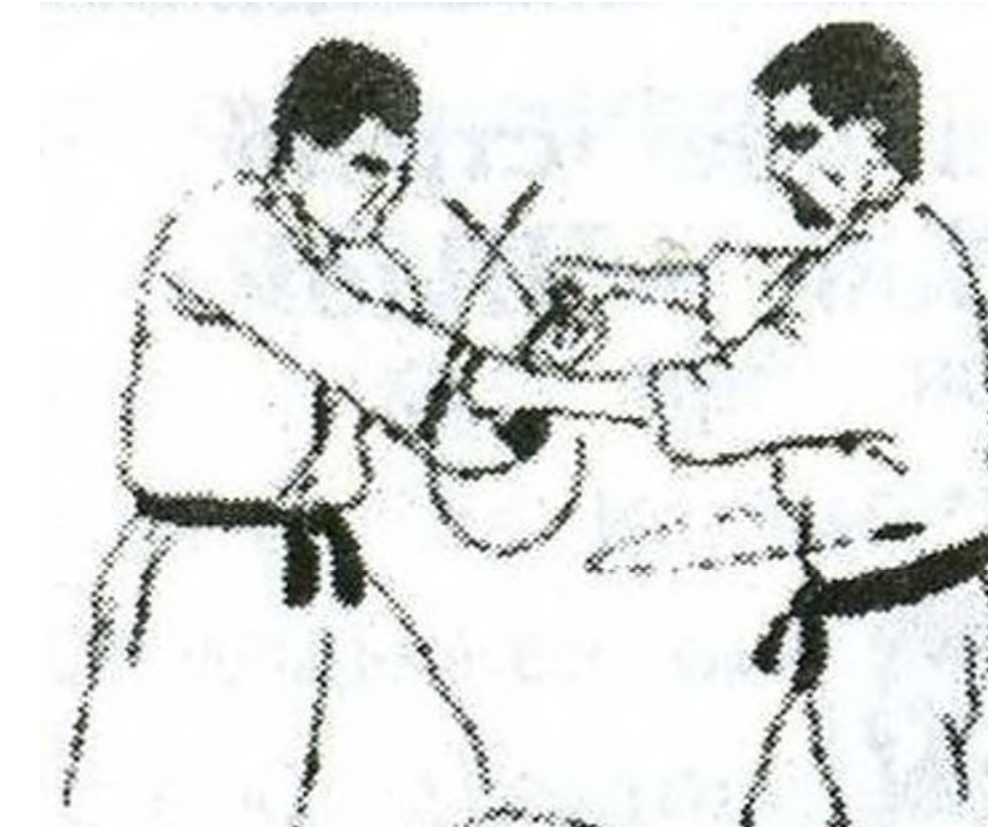


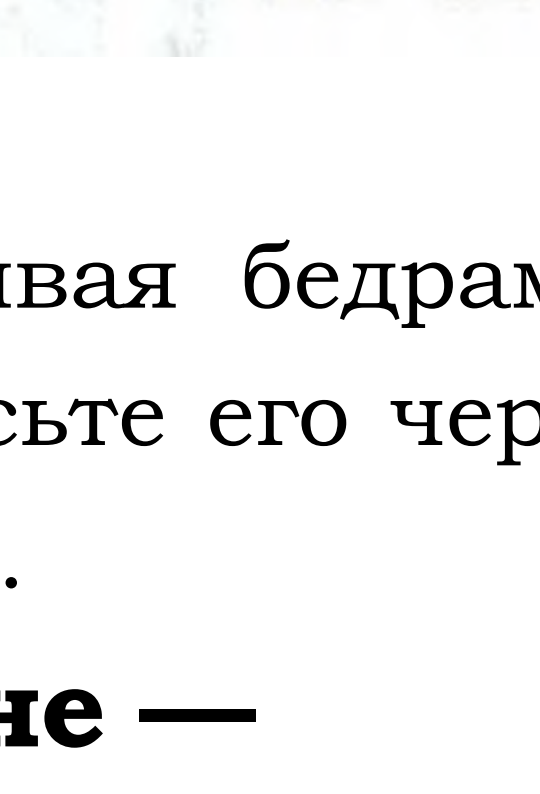
Рис. 4.108



Рис. 4.109



Рис. 4.110



противника вместе и воздействуя на кости лучезапястного сустава давлением звеньев цепи, повернитесь к противнику спиной, подводя свое плечо под руки противника. Подбивая бедрами нижнюю часть живота противника вверх, перебросьте его через спину, не отпуская захват цепью (рис. 4.107—4.110).

5. Ударно-маховые блоки на любом уровне — [Фури-укэ]

Ударно-маховые блоки наиболее часто используются на дальней дистанции для поражения конечностей противника (рук — для обезоруживания, ног — для выведения из равновесия и сваливания на землю). По технике исполнения ничем не отличаются от уже рассмотренных маховых ударов, с той лишь разницей, что направлены они на конечность противника (рис. 4.111—4.114), что требует высокой точности и скорости выполнения приемов.

Рис. 4.111



Рис. 4.112



Рис. 4.113

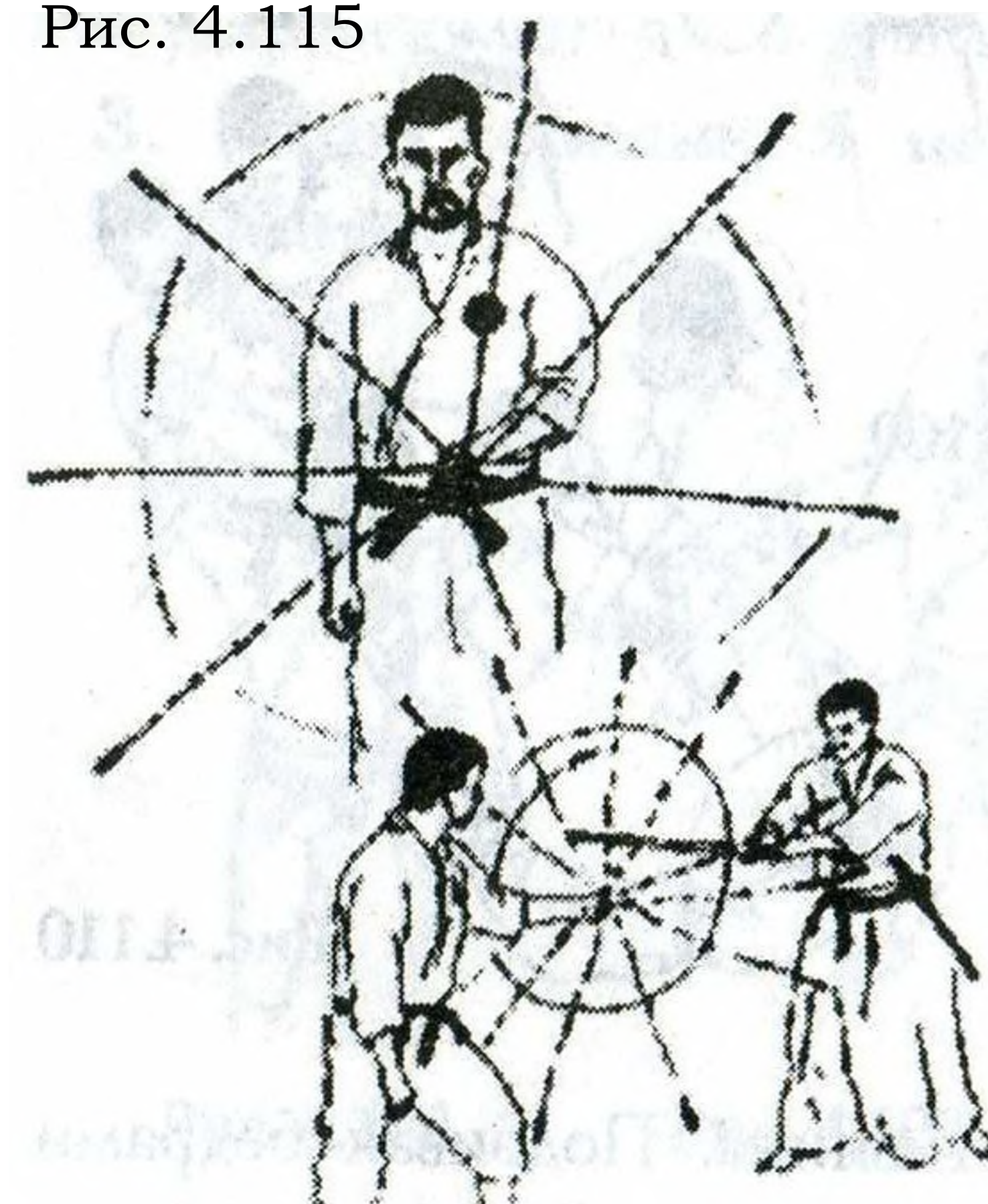


Рис. 4.114



6. «Отбивание стрел» — ударно-оплетающий блок перед собой — [Ядомэ]

Рис. 4.115



К ударно-маховым блокам относится и техника ядомэ — вращение цепи в вертикальной плоскости прямо перед собой. Подобная техника как бы создает защитный барьер, напоминающий вращающийся винт самолета. Рука или нога, попавшие в эту зону, травмируются или обвиваются цепью, оружие выбивается или также обвивается — рис. 4.115—4.116.

Старые мастера, используя эту технику, вращали цепь с такой скоростью, что могли отбивать летящие в них стрелы, метательные ножи, стрелки или звезды, откуда эта техника и получила свое название «ядомэ» — «отбивание стрел».

III. Техника захватов цепью — [Куми-ути (маки-вадза)]

Захват с некоторыми оговорками можно назвать основным техническим действием в бою с одним (!) противником — как безоружным, так и вооруженным. Захват производится обычно после блока или без него (опережая, что более желательно), удерживая цепь как двумя руками (рис. 4.117), так и одной рукой, осуществляя захват ударным движением типа ути-отоси (рис. 4.118).

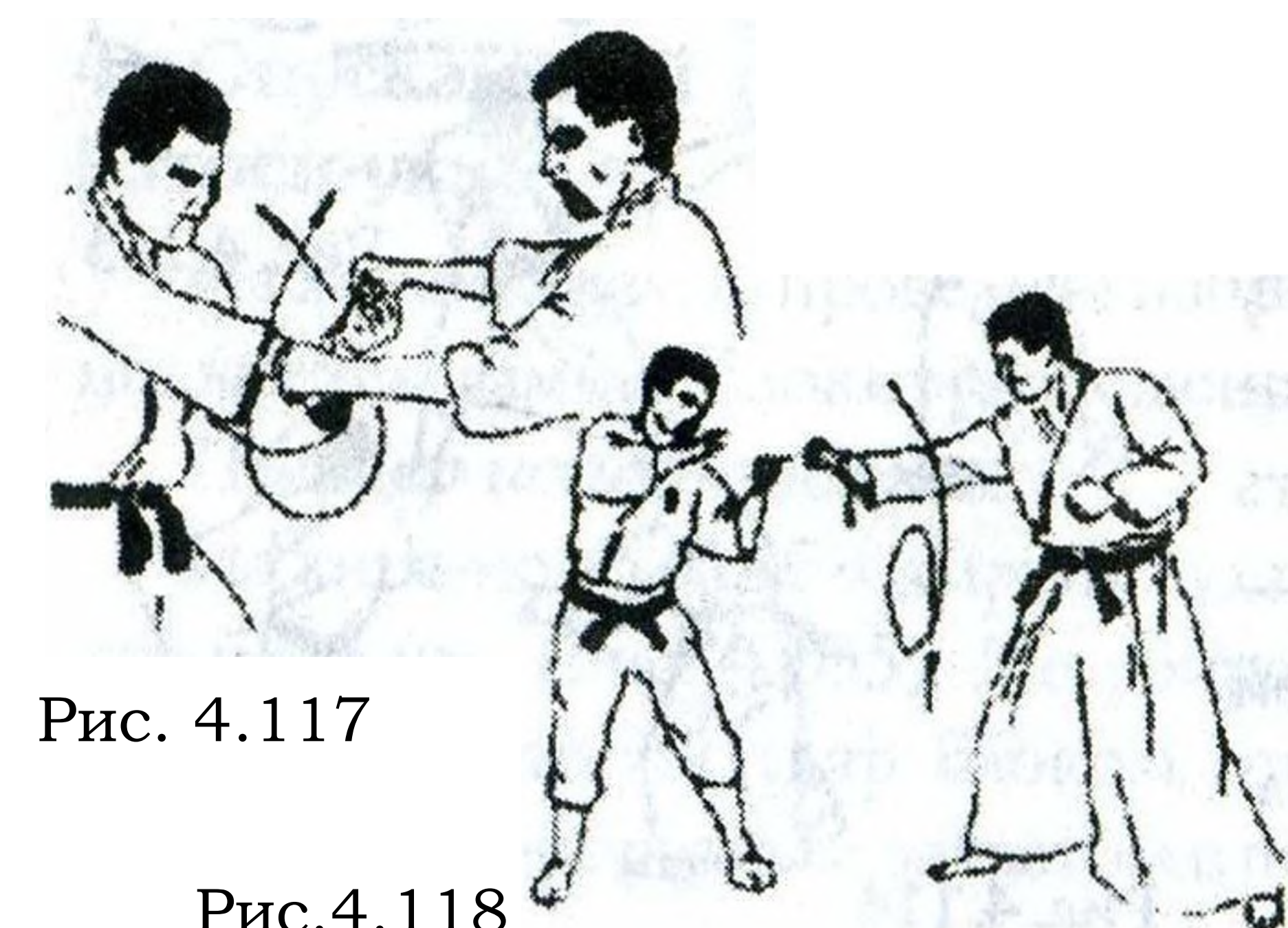


Рис. 4.117

Рис. 4.118

Основные цели для захвата (расположены по степени важности и частоты использования):

- запястья рук;
- шея;
- лодыжки;
- ноги;
- туловище.

Цепь позволяет также проводить очень эффективные «двойные» захваты, основными вариантами которых являются захваты рука/шея и рука/рука; в этом случае захват производится той частью цепи, которая по возможности ближе находится к атакующей конечности противника. Захват лодыжек можно проводить либо как защиту от ударов ногами с последующим переходом на сваливание или бросок (рис. 4.119), а также опутывая ногу убегающему противнику техникой типа нагэ-юти (рис. 4.120).

Рис. 4.119

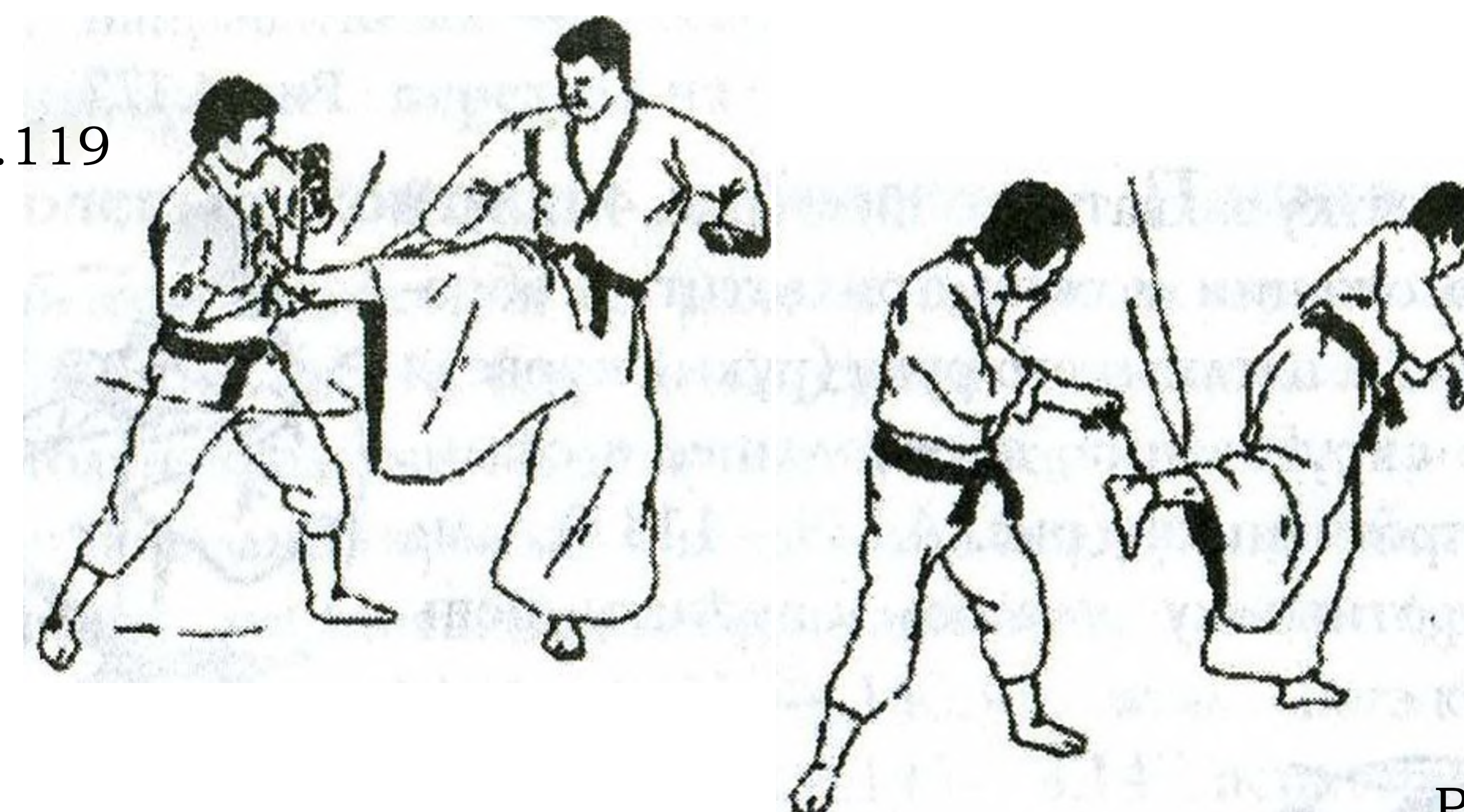


Рис. 4.120

IV. Контрдействия против захватов за цепь — [Нукэ-кусари-вадза]

Часто случается, что противник осуществляет захват цепи одной или двумя руками между ваших рук (рис. 4.121—4.122). В этом случае наиболее оптимальной техникой является оплетение запястья (запястий) противника способом, указанным на рис. 4.123—4.124, с последующим переходом на бросок (пример: сэой-нагэ риотэ - рис. 4.125-4.127).

Захват цепи может произойти и как вариант защиты противника на

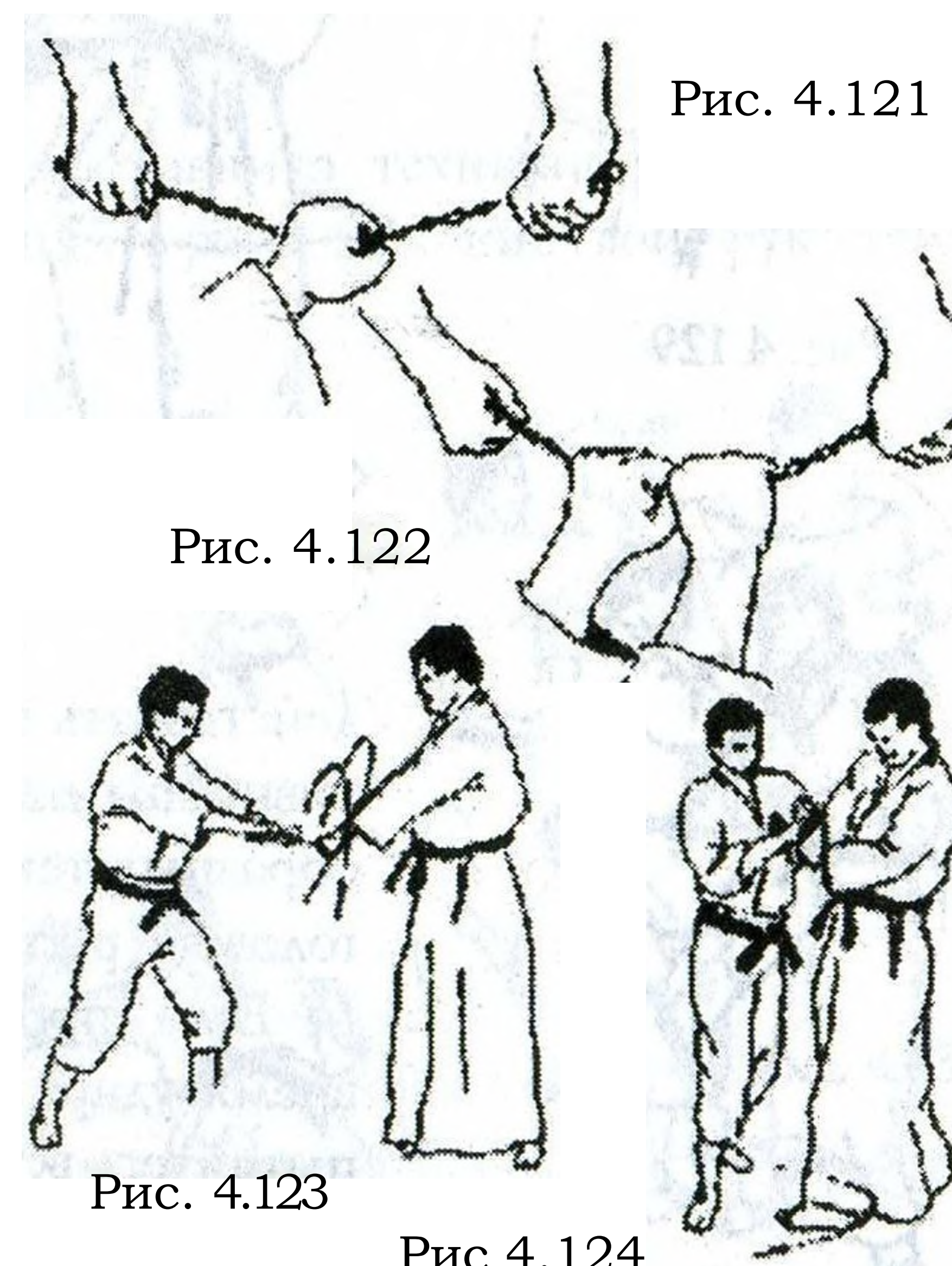


Рис. 4.121

Рис. 4.122

Рис. 4.123

Рис. 4.124



Рис. 4.125



Рис. 4.126



Рис. 4.127

вашу попытку захвата его шеи (рис.4.128). В этом положении можно прихватить в образовавшуюся петлю и его руку (руки), проведя болевое скручивание, переходящее в сваливание противника (рис. 4.129—4.131), или, если противнику удалось опустить цепь,



Рис. 4.129



Рис. 4.130



Рис. 4.128



Рис. 4.131

действовать только против запястий противника, не забывая о возможности разнообразных технических действий ногами и головой (рис. 4.132).

Если противник перехватил цепь во время удара одной или двумя руками, не пытайтесь вступать с ним в силовое единоборство — это, как правило, ведет к «увя-



Рис. 4.132

занию» и очень часто к поражению. Обычно в подобных случаях противник будет стремиться вырвать цепь из вашей руки. Не противясь, идите по направлению прикладываемого им усилия и, как только сила его рывка иссякнет, проведите один из болевых или удушающих приемов, по возможности нанося «сопутствующий» удар ногой.

На захват вашей руки, удерживающей манрики-гусари, можно ответить практически всем арсеналом технических действий без оружия, направленных на освобождение от подобного вида нападения, сразу же переходя на активные действия цепью.

V. Болевые контроли и броски — [Торитэ-вадза]

Технические действия из раздела торитэ осуществляются за счет сжимания костей (суставных сумок и сухожилий) сгибания запястья, голени, лодыжки и шеи петлей и набросом. Подкрепляется обычно каким-либо приемом из арсенала безоружного боя. Основными техниками считаются кобуси-гарами-нагэ кататэ (два варианта) — рис 4.133—4.136 и 4.137—4.140, удэ-гатамэ-нагэ кататэ — рис 4.141—4.144, аси-дори — рис 4.145— 4.147, аси-дори-осаэ — рис. 4.148—4.150, аси-дори-о-ути-гари — рис. 4.151—4.153.

Бросок выкручиванием локтевого сустава одной руки — [Кобуси-гарами-нагэ кататэ]

1 вариант (омотэ)

Блокируйте удар рукой противника техникой ути-йоко-укэ (рис. 4.133). Мгновенно поменяйте расположение своих рук таким образом, чтобы рука противника оказалась в болевом замке (узел руки наверху) — рис.4.134. Разворачивая тело от противника, натягивая цепь и подводя свое плечо для контроля к предплечью противника, сделайте глубокий

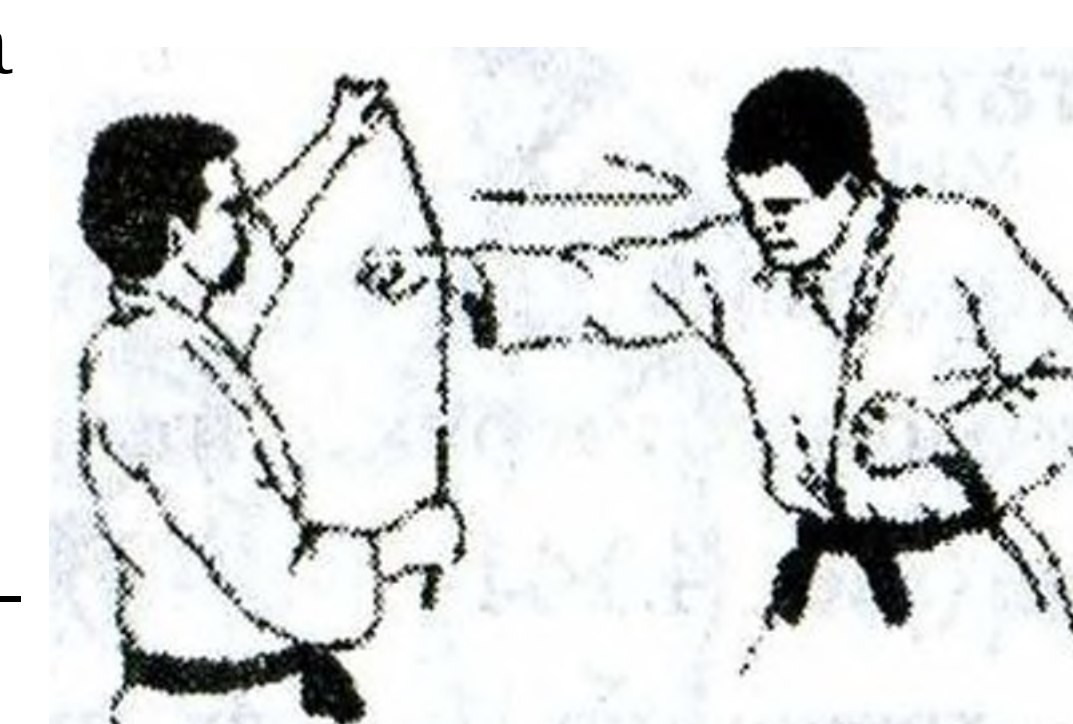


Рис. 4.133



Рис 4.134

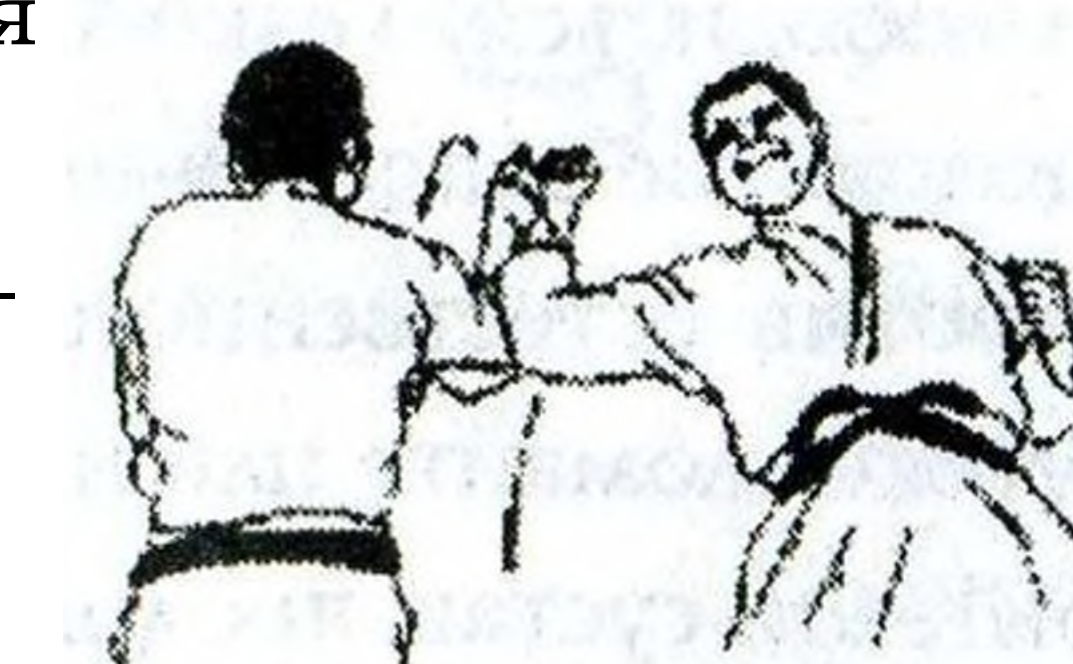


Рис. 4.135

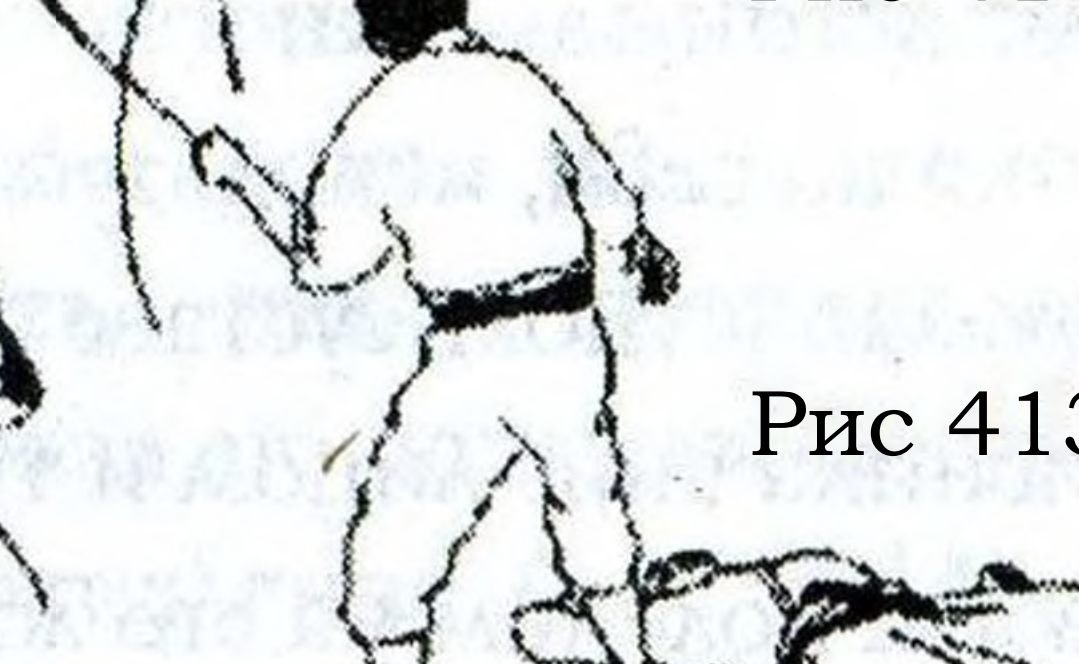


Рис 4.136

шаг вперед, одновременно усиливая болевое выкручивание захваченной руки (рис. 4.135). Свалите противника на землю и тут же нанесите ему добивающий удар (например, тэнти-фури) — рис. 4.136.

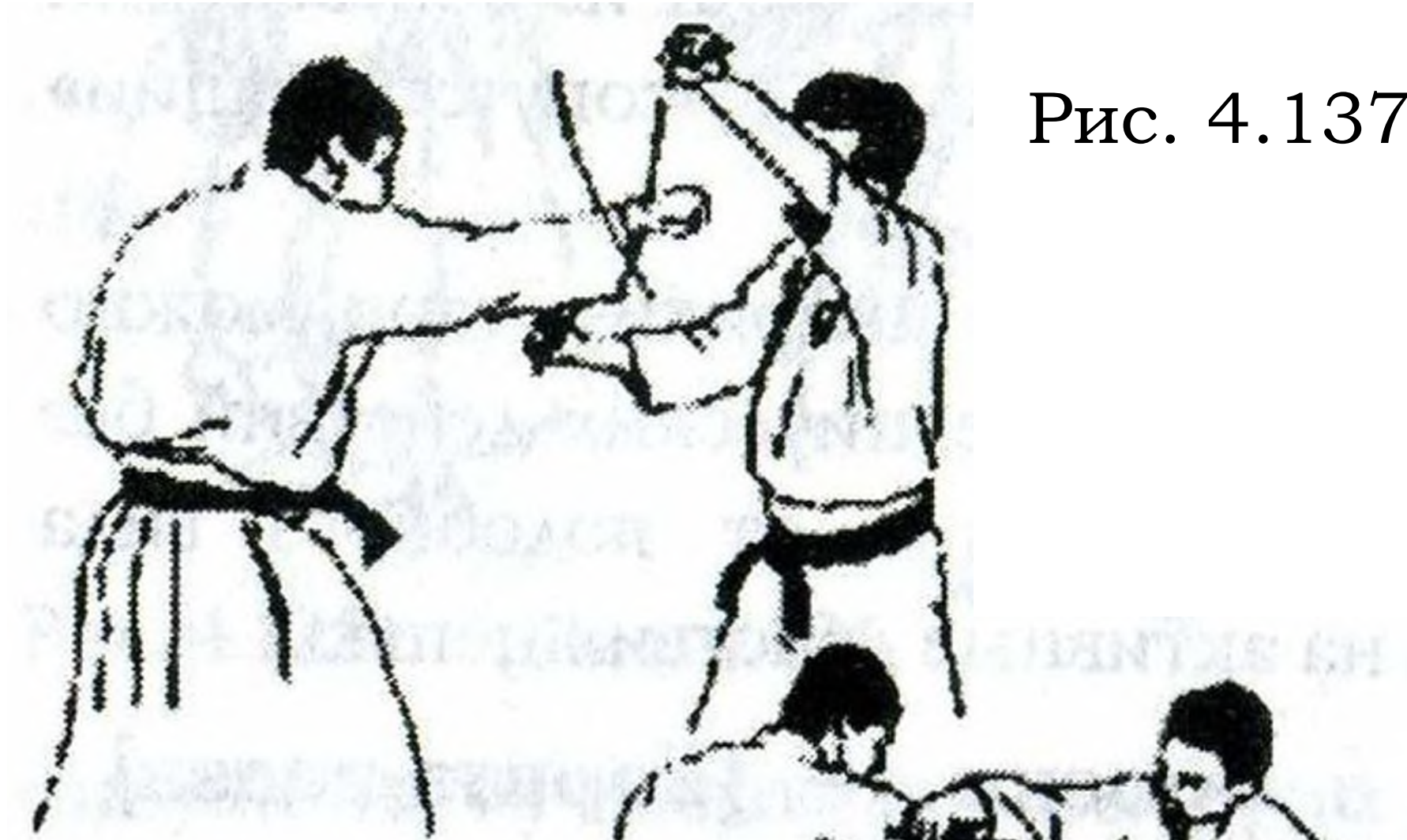


Рис. 4.138



Рис. 4.139

Рис. 4.140

Рис. 4.137

2 вариант (ура)

Сбивая удар противника вверх техникой агэ-укэ (рис. 4.137), тут же оплетите атаковую конечность противника на уровне своей груди таким образом, чтобы его запястье оказалось в петле (рис. 4.138). Заведите руку противника ему за спину, создавая болевое выкручивание в локтевом и плечевом суставе (рис. 4.139). Резким ударом колена в предплечье противника сломайте ему руку и его возможное сопротивление, опрокидывая его лицом вниз (рис. 4.140).

Бросок сжатием лучезапястного сустава — [Удэ-гатамэ-нагэ кататэ]

В момент нанесения противником прямого удара рукой в лицо, отступите назад, меняя положение рук, и техникой ути-отоси опутайте его запястье цепью (рис. 4.141—4.142). Мгновенно перехватите свободной рукой захваченную кисть противника, исключая для него возможность освободиться. Резко потянув руку противника на себя, используйте сжатие запястья цепью и перегибание в лучезапястном суставе против естественного сгиба, бросьте противника вниз лицом и тут же сломайте или надавите для контроля своим коленом на его локтевой сустав, продолжая натягивать цепь (рис. 4.143—4.144).

Рис. 4.141

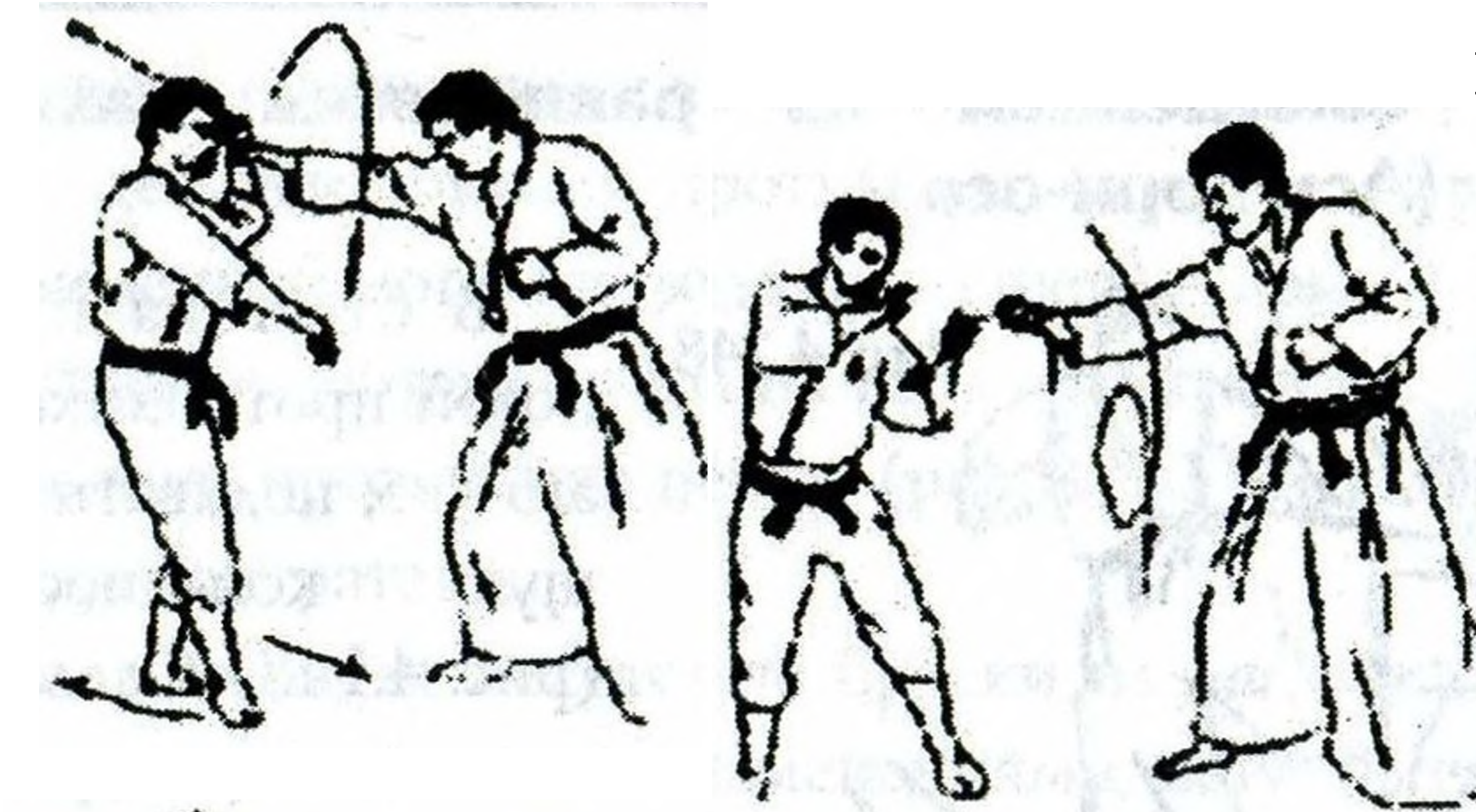


Рис. 4.142

Рис. 4.143

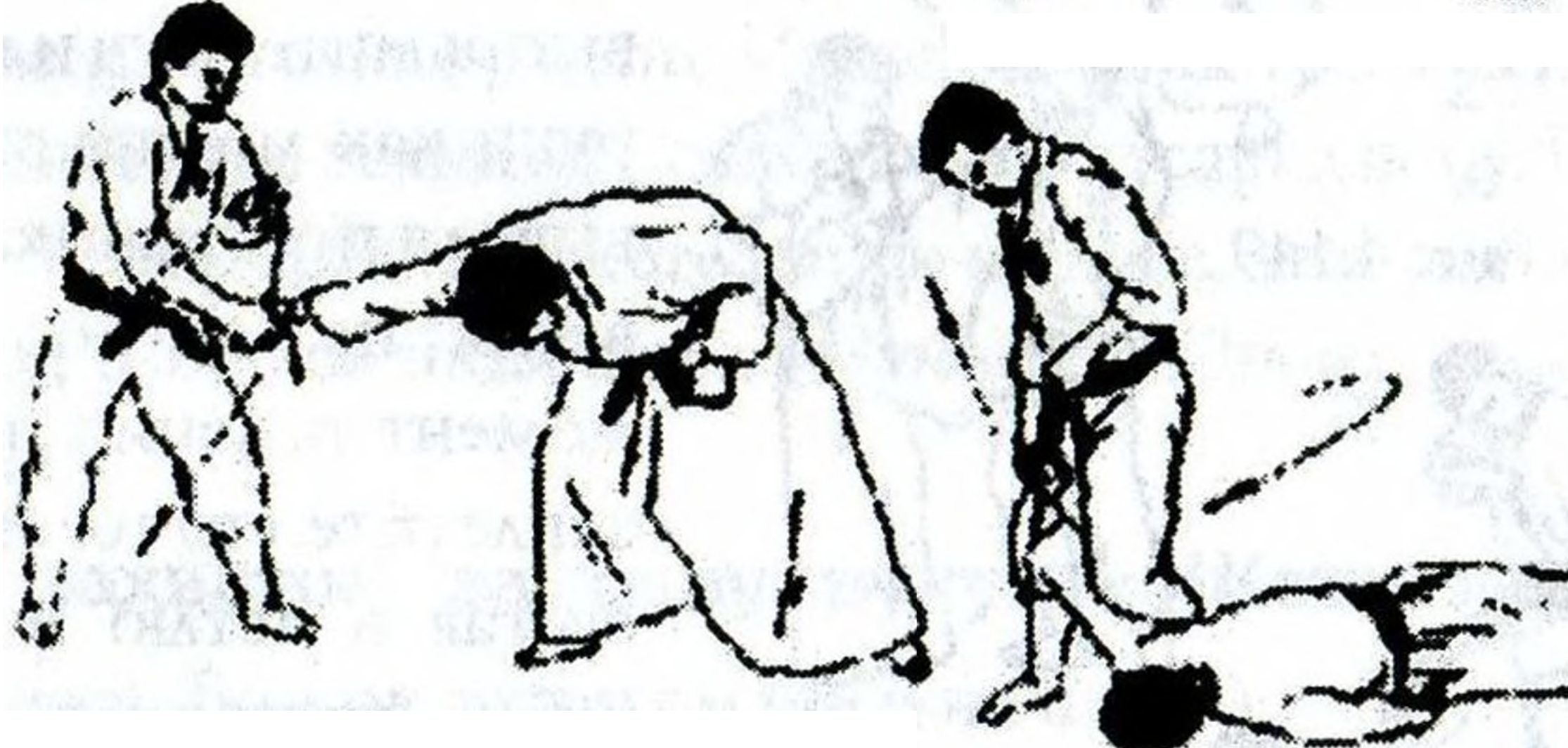


Рис. 4.144

Бросок сжатием голеностопного сустава — [Аси-дори]

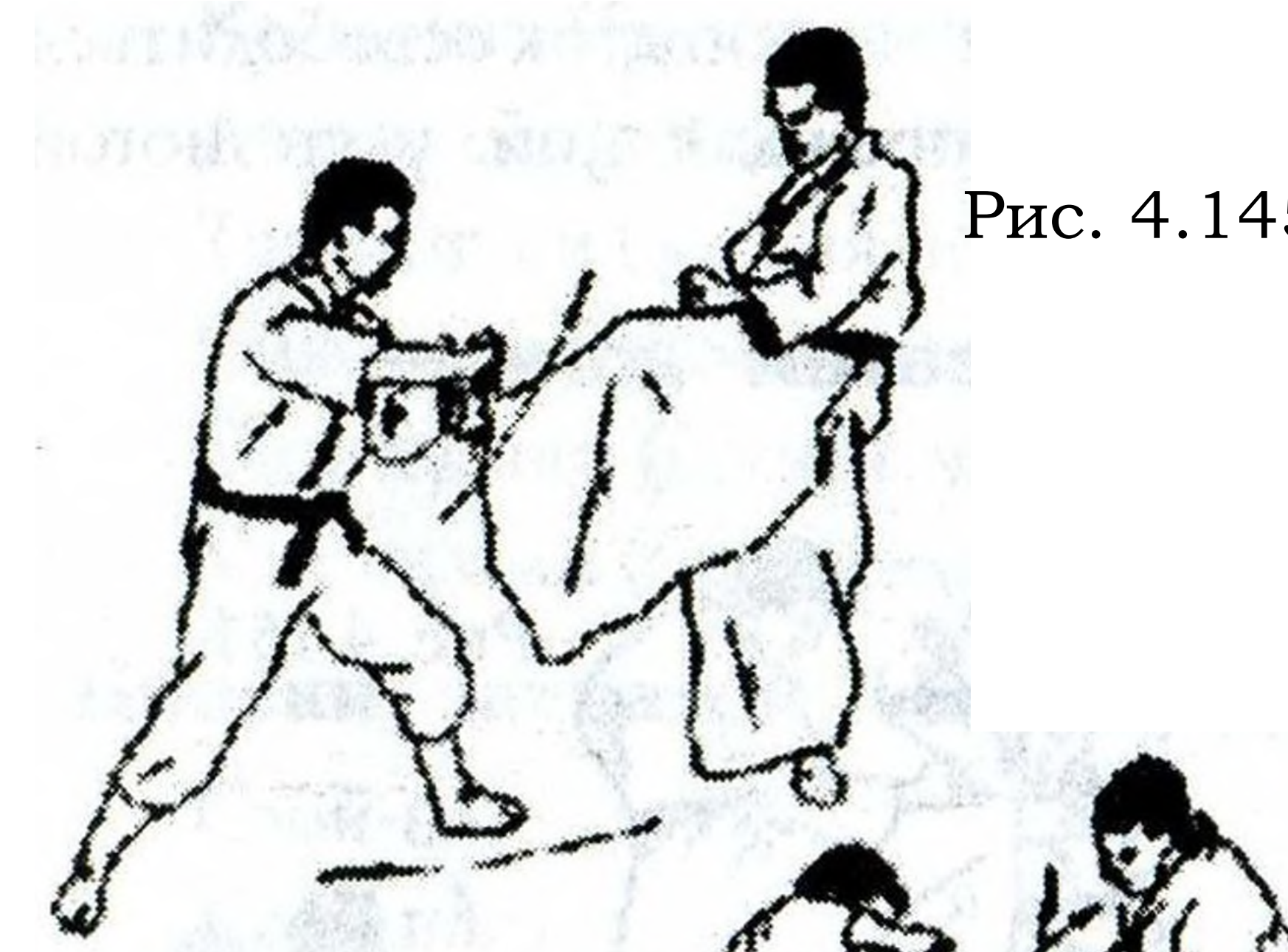


Рис. 4.145

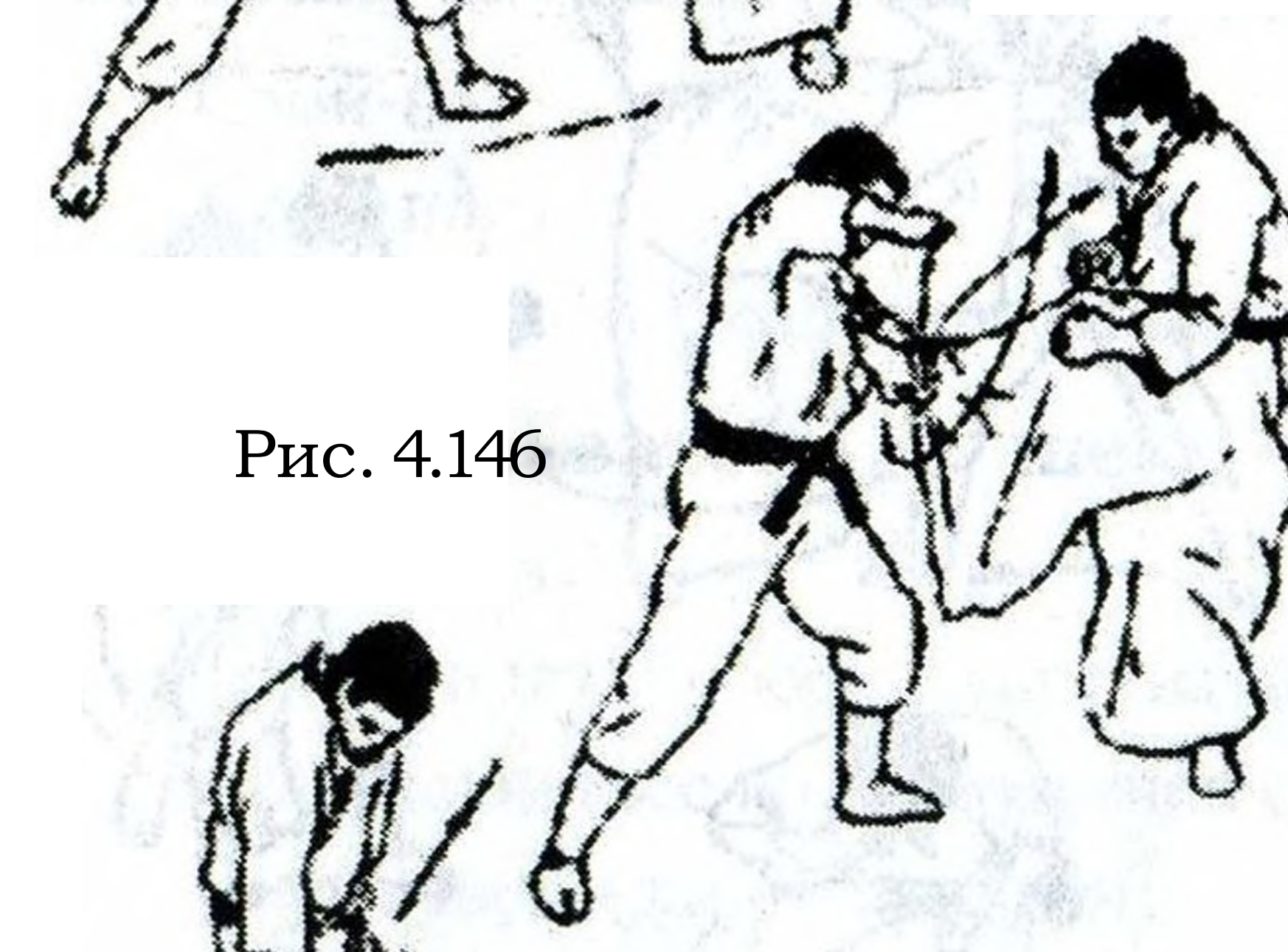


Рис. 4.146



Рис. 4.147

Когда противник наносит прямой удар ногой снизу, блокируйте его голеностоп цепью техникой отоси-укэ и тут же захватите атаковую конечность в петлю (рис. 4.145). Одновременно изо всей силы сжимая петлю и дугообразным движением снаружи внутрь натягивая ногу противника на себя, выведите его из равновесия и бросьте на землю. Продолжая сжимать цепью голеностопный сустав, коленом резко надавите на область паха противника, пресекая его попытки оказать сопротивление (рис. 4.146 — 4.147).

Бросок выведением из равновесия захватом за ногу — [Аси-дори-осаэ]

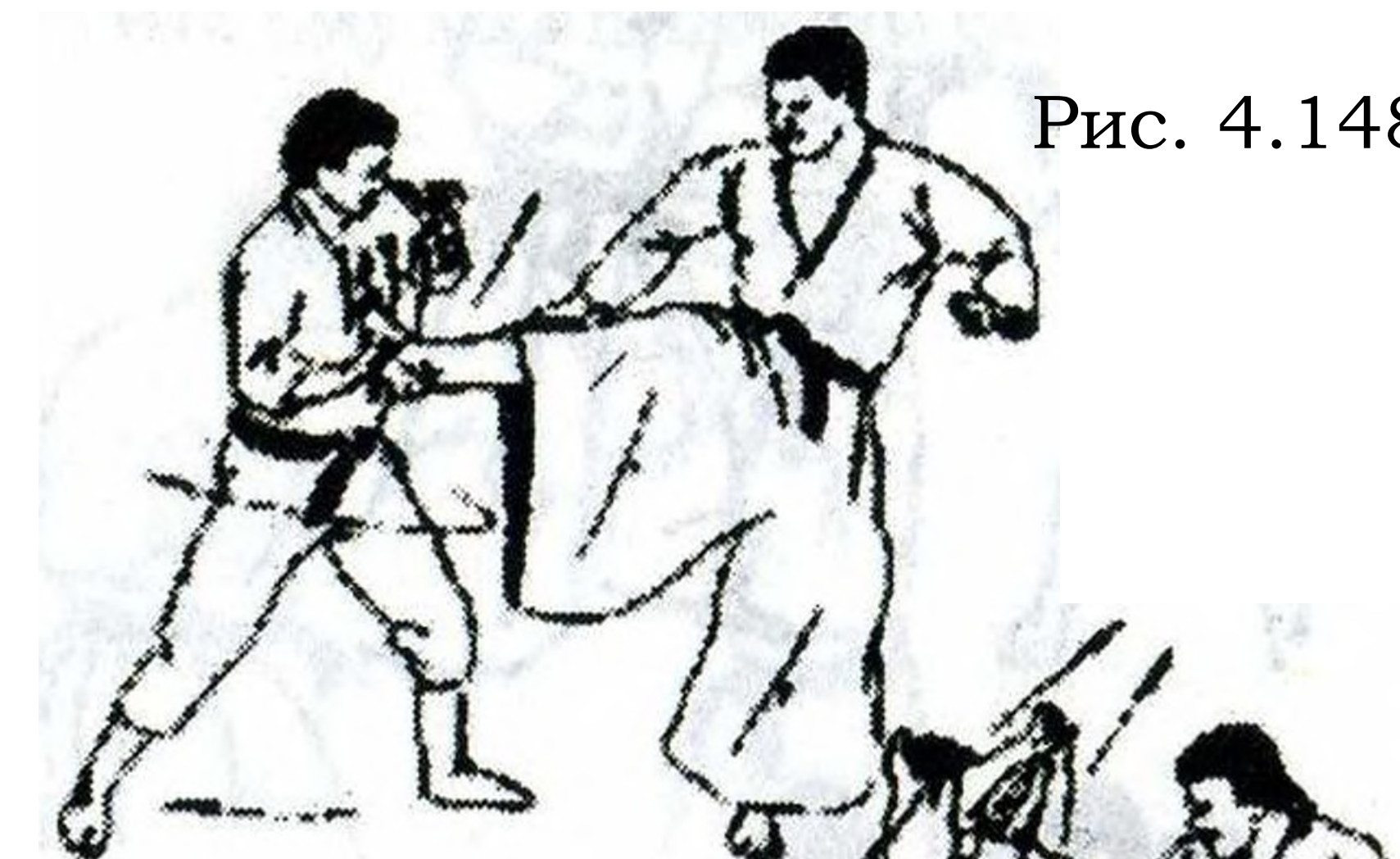


Рис 4.149

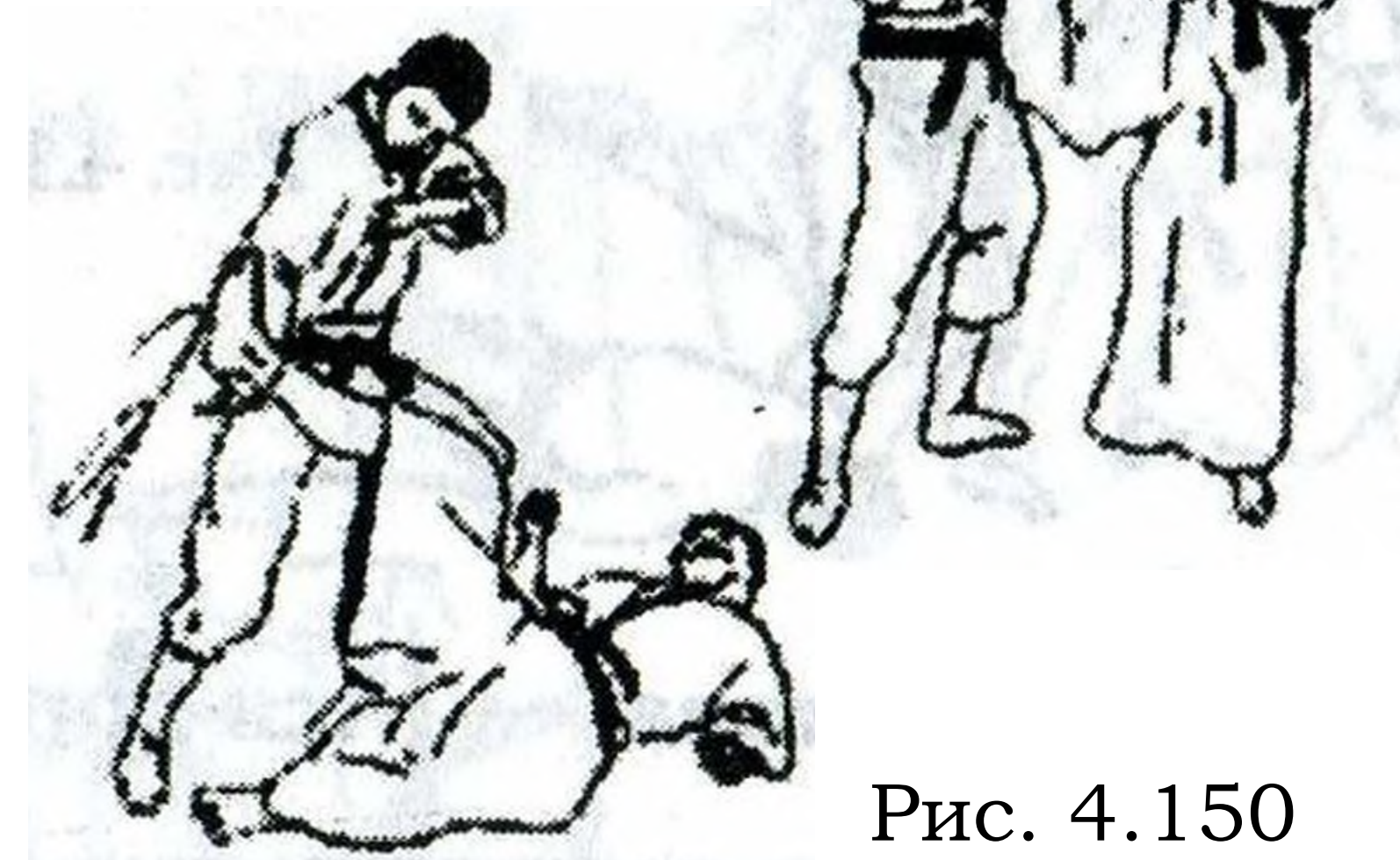


Рис. 4.150

всегда имея возможность нанести упреждающий удар ногой (рис. 4.150).

Бросок зацепом изнутри с захватом ноги — [Аси-дори-о-ути-гари]

Начало приема аналогично предыдущему (рис. 4.151). Но после подхватывания ноги противника необходимо сделать шаг сзади расположенной ногой почти вплотную к противнику, одновременно заводя впереди расположенную ногу за опорную ногу противника и резким подсекающим движением выбивая ее вверх — на себя. Руки в то же время контролируют за-

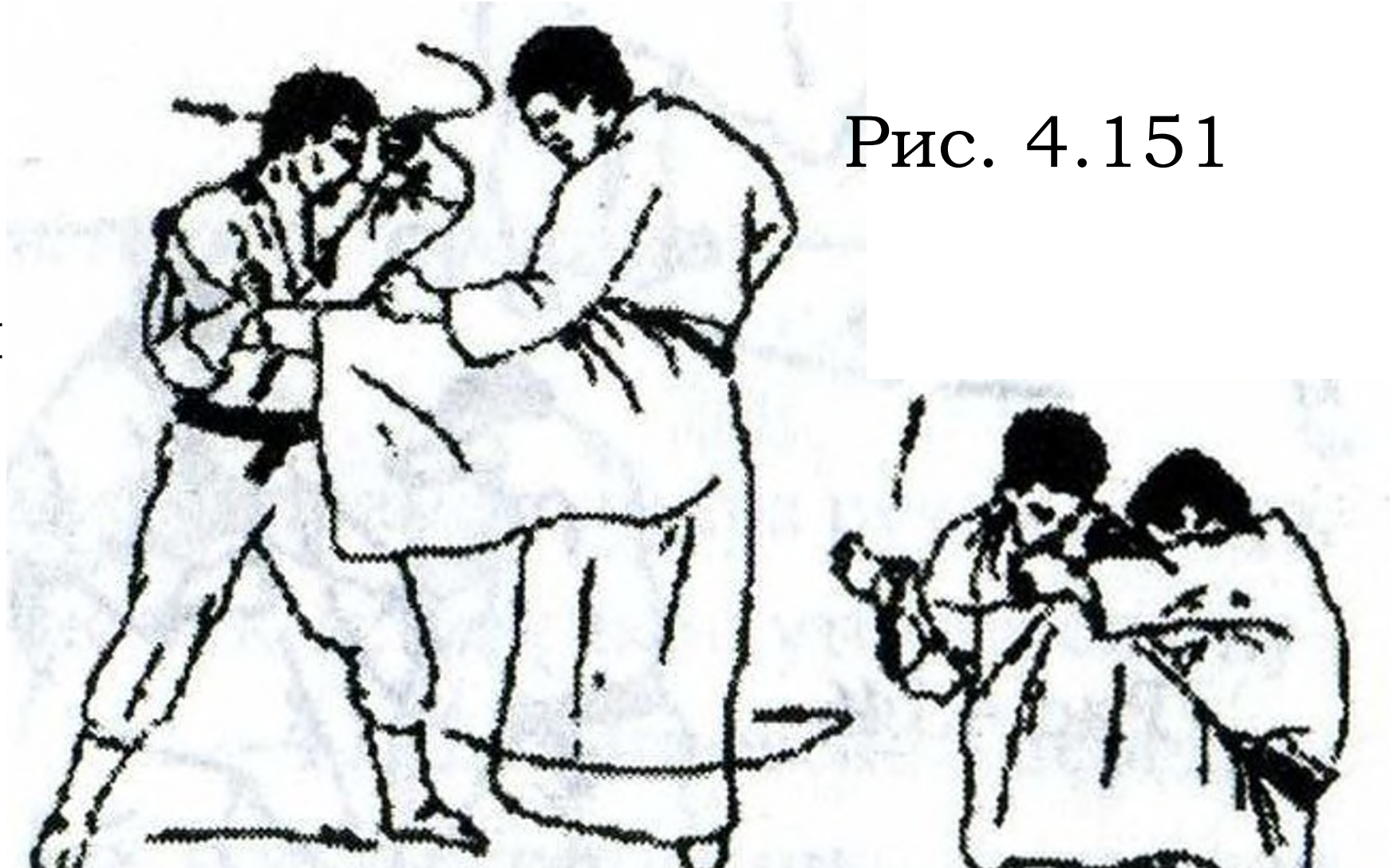


Рис. 4.151



Рис. 4.152

Рис. 4.153

В ответ на прямой удар ногой противника проведите агэ-укэ, подхватывая атакующую конечность снизу (рис. 4.148). Сделав глубокий шаг на противника, резко выпрямите ноги и поднимите руки как можно выше вверх, выводя противника из равновесия назад (рис. 4.149). В момент падения противника заплетите его голеностопный сустав в петлю и контролируйте противника на земле болевым сжатием, находясь сбоку от противника и в случае его попыток освободиться

хваченную ногу, надавливая на коленный сустав изнутри, а также возможные действия руками противника (локтем и предплечьем руки, одноименной ногой, проводящей зацеп) — рис. 4.152. После броска наступите ребром стопы на горло противника, продолжая удерживать ногу противника цепью (рис. 4.153), исключая любую возможность контратаки.

Ниже перечислены некоторые броски из *нагэ-вадза дзютай-дзюцу*, которые, с некоторыми изменениями, могут быть с успехом использованы в технике цепи. Изучение этих техник относится к разделу вариантов техники (хэнка-вадза) кусаридзюцу. Подробное описание техники вы сможете найти в книге, которая готовится к печати под рабочим названием «*Нинпо тайдзюцу — безоружный бой ниндзя*».

Броски захватом за одну руку — [Кататэ-нагэ]

- Сэой-нагэ (бросок захватом руки на плечо)
- Гяку-сэои (обратный бросок через плечо)
- Макикоми (бросок захватом руки под плечо)
- Коси-нагэ (бросок через бедро)
- Дэ-аси-бараи (подсечка снаружи)
- Тани-отоси (задняя подножка)
- Сихо-нагэ (бросок на четыре стороны)
- Они-кудаки (бросок узлом руки наверху)
- Уда-гарами (бросок давлением на локоть)

Броски захватом за две руки — [Риотэ-нагэ]

- Сэой-нагэ
- Коси-нагэ
- Таи-отоси (передняя подножка)

Броски захватом за шею — [Куби-маки-нагэ]

- Сэой-нагэ
- Томоз-нагэ (бросок с упором ноги в живот)
- Аси-бараи (все виды подсечек снаружи, изнутри, сзади)
- О-ути-гари (зацеп изнутри)
- О-сото-гари (отхват)
- Тани-отоси
- Таи-отоси

Броски захватом за шею и руку — [Удэ-куби-маки-нагэ]

Практически все вышеперечисленные броски могут быть проведены из этого захвата.

VI. Удушения — [Симэ-вадза]

Удушения цепью в основном базируются на петлеобразном захвате шеи спереди, сбоку, сзади (техника *маки-отоси* — рис. 4.154—4.157) или на сжиманиях шеи с двух сторон захлестом или прямым ударом участком цепи между кистями рук (расстояние при этом намного меньше, чем при захвате или захлесте — порядка 15 см). Следует стремиться совмещать удушение со сваливающим воздействием (*кудзуси*) — рис. 4.158—4.163.

Удушение сзади — [Усиро-дзимэ]

Противник наносит прямой тычок мечом в область груди или горла. Уходя в сторону от атаки противника, блокируйте его руки у запястий техникой *сото-йоко-укэ* (рис. 4.154). Одной рукой контролируя предплечья противника, мгновенно заведите другой рукой цепь за голову

противника, при этом скрестив собственные ноги и таким образом оказываясь у противника за спиной (рис. 4.155). Скрестив собственные руки и развернувшись к противнику спиной к спине, свалите его себе на спину, одновременно проводя мощнейшее удушение цепью, тем самым лишая его возможности кричать и защищаться (рис. 4.156—4.157).



Рис. 4.154

Рис. 4.155

Рис. 4.156

Рис. 4.157

Удушение петлей спереди — [Маки-отоси]

На попытку противника захватить вашу одежду на груди резко вскиньте свои руки, удерживающие цепь, вверх—в стороны, блокируя и разводя руки противника (рис. 4.158-4.159). Тут же мгновенно набросьте раскрывшуюся между рук цепь на шею противника движением на себя (рис. 4.160). Скрестите руки, проводя удушение, одновременно продолжая тянуть противника на себя и нанося ему повторяющиеся удары коленом в низ живота (таким образом противник дезориентируется и не знает, от чего ему необходимо в первую очередь защищаться — от удушения или ударов, не говоря уже о контратаке). Когда противник практически перестает сопротивляться, сделайте шаг к нему за спину и свалите его на землю, по необходимости усиливая или ослабляя удушение (рис. 4.161—4.163).

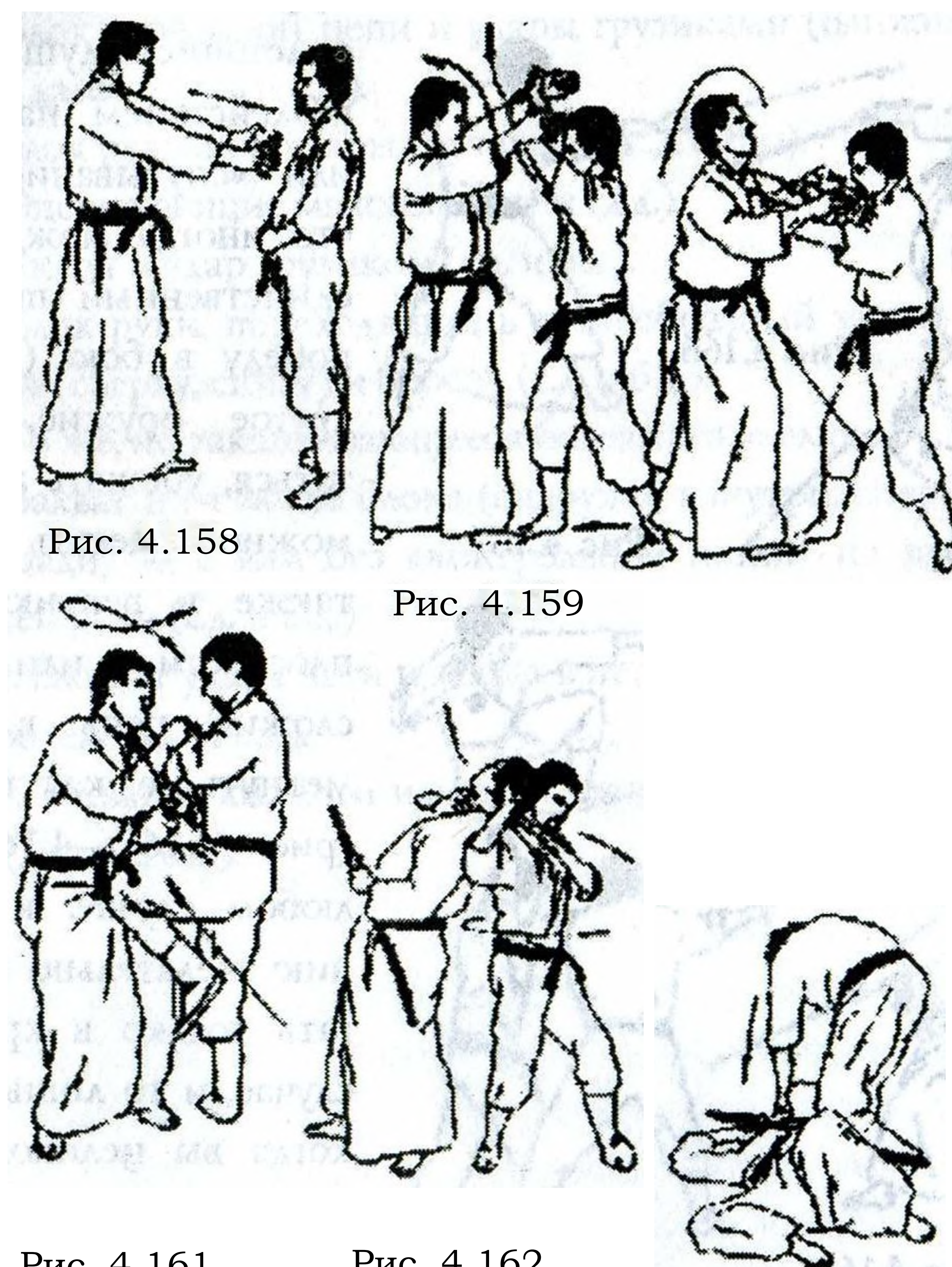


Рис. 4.158

Рис. 4.159

Рис. 4.160

Рис. 4.161

Рис. 4.162

Рис. 4.163

VII. Метание цепи — [Кусари-нагэ-ката]

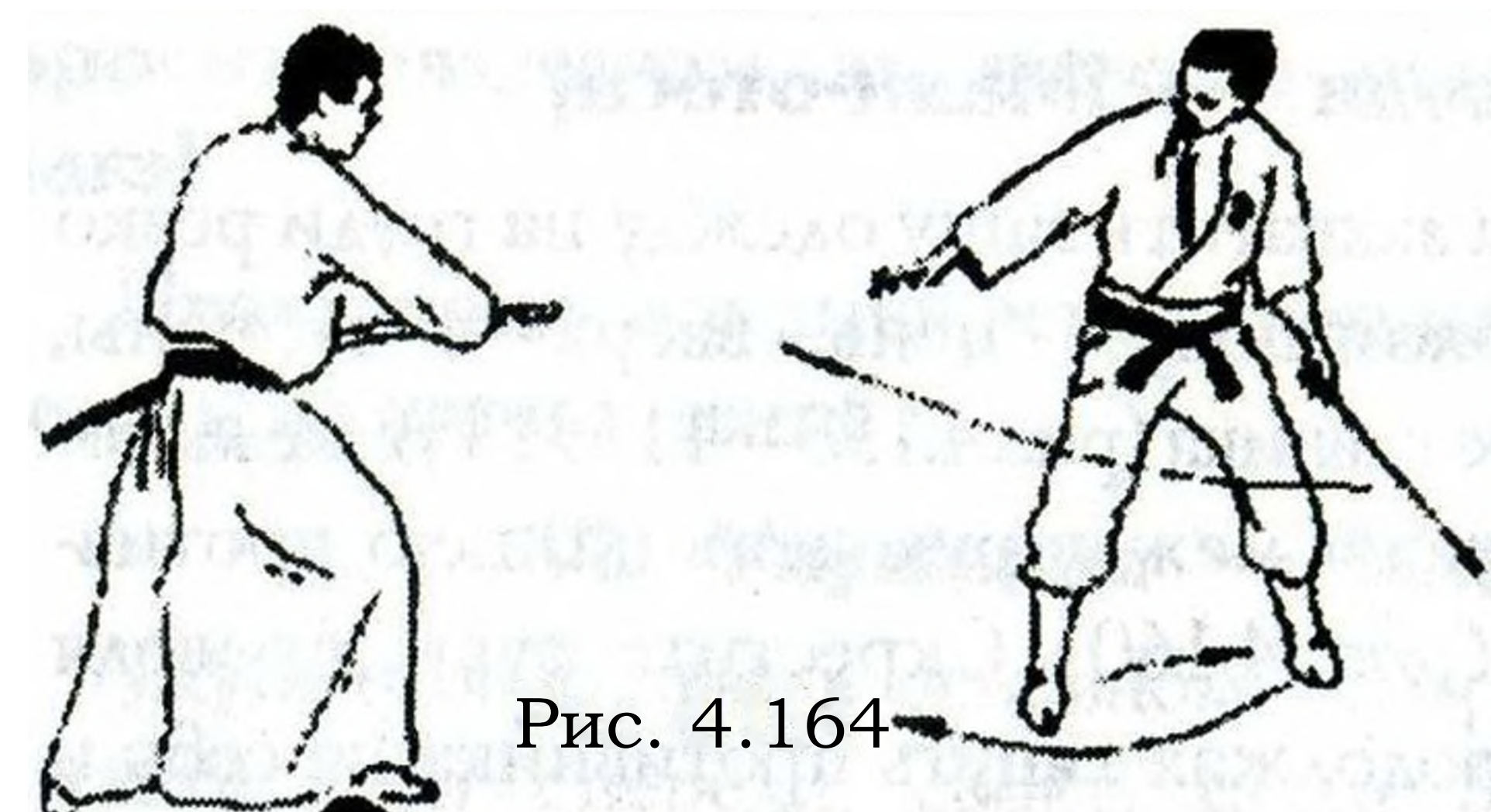


Рис. 4.164



Рис. 4.165

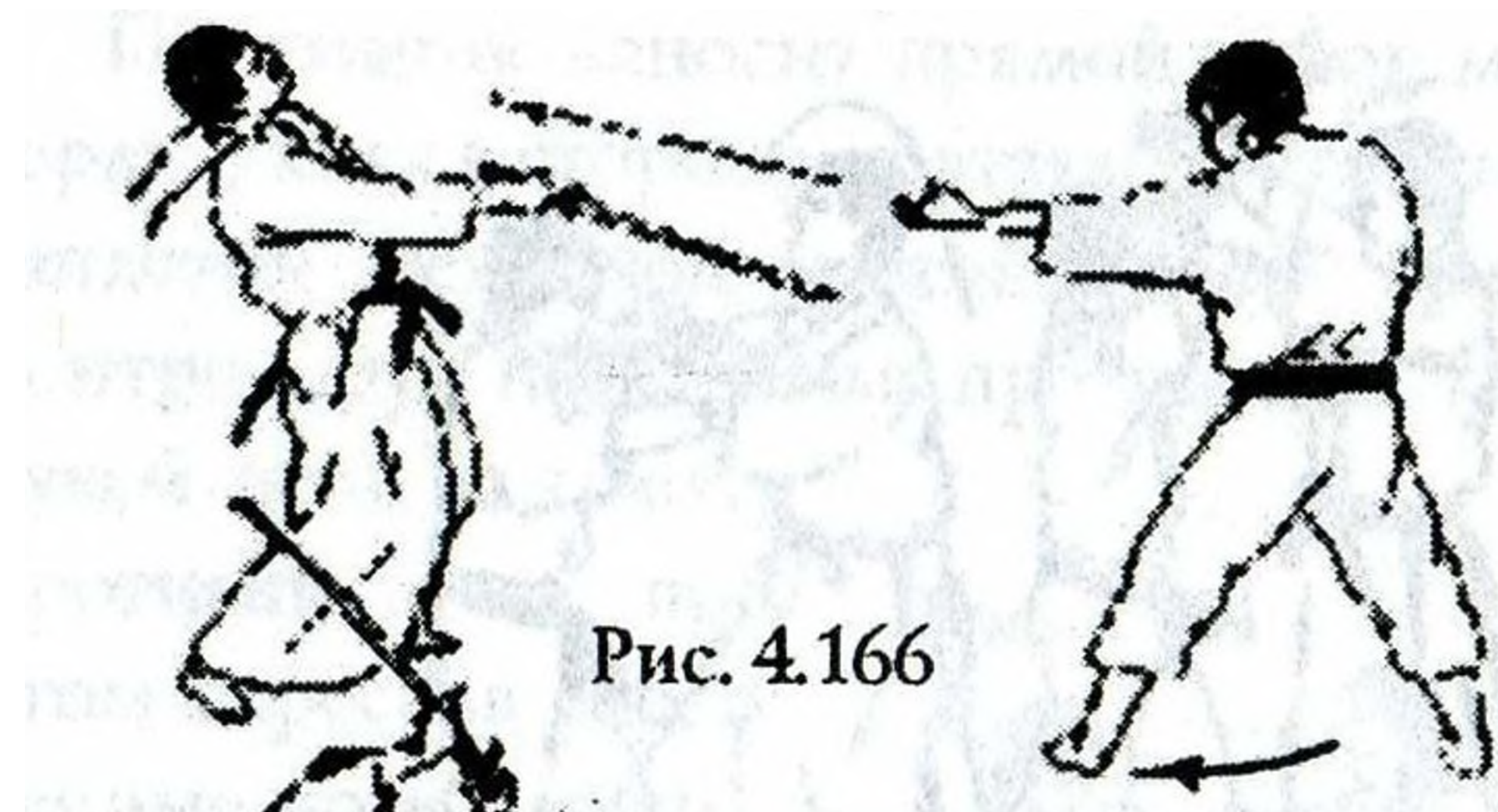


Рис. 4.166

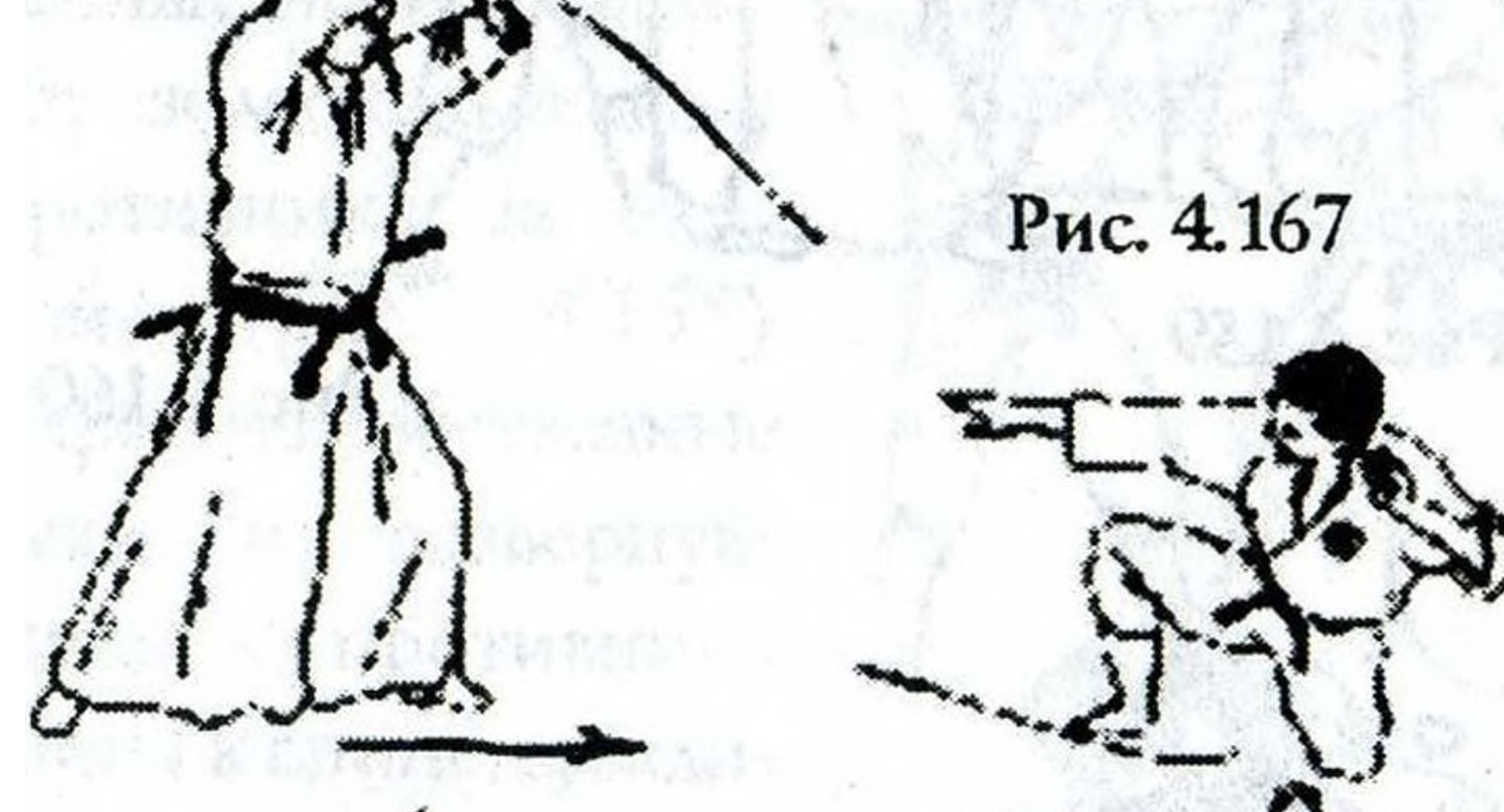


Рис. 4.167

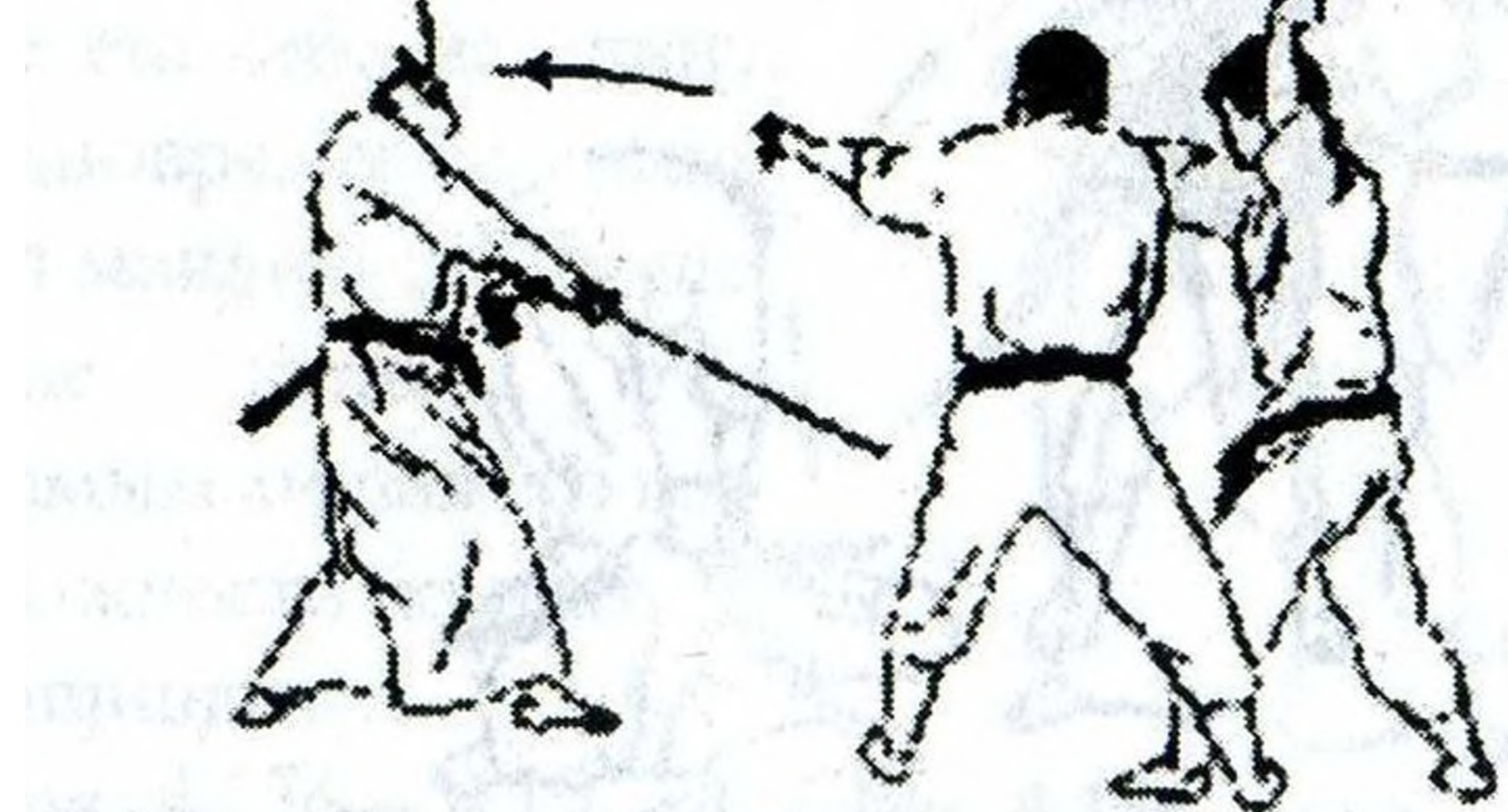


Рис. 4.168

Цепь лучше всего метать горизонтальным вращением в область лица (головы), горла или по коленям и паху (рис. 4.164—4.166). В этом случае, помимо ударного шокирующего эффекта, возможно оплетание с удушающим воздействием на горло или «спутывание» ног, что иногда может дать единственный шанс на победу в бою (достать другое оружие, спрятаться, убежать и т. п.); можно метать цепь также в вертикальной плоскости или же, сложив цепь в руку, метнуть ее, как камень (рис. 4.167—4.168). В любом случае, к метанию желательно прибегать только в крайнем случае, и то лишь тогда, когда вы целиком уверены в твердом навыке броска.

VIII. Основные комбинации к овладению свободным боем с цепью — [Рэндзоку-хэнкан]

Все перечисленные ниже комбинации являются лишь общей схемой (матрицей) проведения приемов и имеют очень большое количество вариаций (хэнкан), формы которых ученик должен находить сам, основываясь на собственном опыте и интуитивном методе тренировки. Используйте данный в этой главе перечень на этапе совершенствования базовой техники, стремясь максимально расширить свой арсенал за счет вновь и вновь появляющихся ситуаций. Примеры практически на все ниже представленные схемы вы можете найти в данной книге, остальное зависит только от вас.

1. Блок махом и удар махом (дальняя дистанция — далее д.д.).
2. Блок серединой цепи и удар махом (средняя дистанция — далее с.д. — и д. д.).
3. Блок серединой цепи и удары грузиками (ближняя дистанция — далее б.д. — и с.д.).
4. Блок руками и удары грузиками (с.д. и б.д.).
5. Опережающие маховые удары (д.д.).
6. Уклон и удар грузиком (с.д. и б.д.).
7. Блок руки, переходящий в петлеобразный захват (снаружи, изнутри, сверху, снизу) и бросок (с.д. и б.д.).
8. То же, но заканчивающееся болевым приемом.
9. Захват шеи после блока (снаружи, изнутри, спереди, набросом, сзади) — с или без «контрольной петли» на запястье атакующей руки (с.д. и б.д.).
10. Блок от удара ноги и захват в петлю с броском или болевым контролем (д.д. и с.д.).
11. Захват руки, ноги или шеи цепью с последующим ударом ноги (д.д., с.д., б.д.)

Глава 6. Основы тактического рисунка боя с цепью — [Кусари-хэйхо]

1 этап: дальняя дистанция — [тоо-ма]

Если противник безоружен или вооружен коротким оружием, необходимо в первую очередь стремиться поразить маховым ударо-блоком его вооруженную руку (кисти рук при безоружном нападении), чтобы выбить оружие и нарушить защитно-атакующую стойку; также важными целями на дальней дистанции являются локтевые и коленные суставы, голова, лицо, горло и пах - их следует научиться поражать в опережающей манере, агрессивно, используя тактику ка-но ката (форму боя, подобную стихии Огня). Если у противника длинное оружие - шест, копье, - следует стремиться пройти опасную зону поражения (с блоком или уклоняясь) и постараться оплести руки или оружие противника для его обезоруживания (можно также совмещать это действие с ударами ног). Кроме того, перехватив свободной рукой оружие противника, можно нанести ему маховый удар цепью с дальней дистанции. Если противник агрессивен — не подпускать его к себе, используя вращения и перехваты (хатидзи-фури, йоко-фури), если замешкался — входить в ближний бой для захвата и броска, болевого удушения.

2 этап: средняя дистанция — [тика-ма]

На средней дистанции необходимо стремиться провести захват рук или ног, сопровождая его собственными ударами ног или грузиками для перехода к более действенным приемам (броску, болевому контролю и т. д.).

3 этап: ближняя дистанция — [ко-ма]

Основная техника ближнего боя — это удары грузиками, локтями, коленями, головой и стремление к проведению захвата шеи с последующим удушением (сваливая противника или заканчивая технику непосредственно в стойке, сопровождая ее ударами коленом в пах и головой в лицо). Защита осуществляется, в основном, локтями и плечами, на нижнем уровне — бедром, коленом и стопой. Естественно, на ближней дистанции возможно проведение большинства бросков и болевых контролей.

4 этап: бой на земле — [нэ-вадза]

Оптимальной техникой лежа, конечно же, являются удушающие приемы (как в положении на противнике, так и под ним), однако совсем не лишним является нанесение ударов грузиками, коленями (снизу) и сковывающе-болевыми захваты кистей рук и лодыжек.

Особенности неожиданного нападения с цепью — [Яй-дори]

Нападать на врага, используя при этом цепь, лучше всего сзади, используя удушающий прием (рис. 4.169—4.171); также можно использовать удар тэнти-фури (сверху вниз) в темя или удары грузиком типа «цуйкэн»

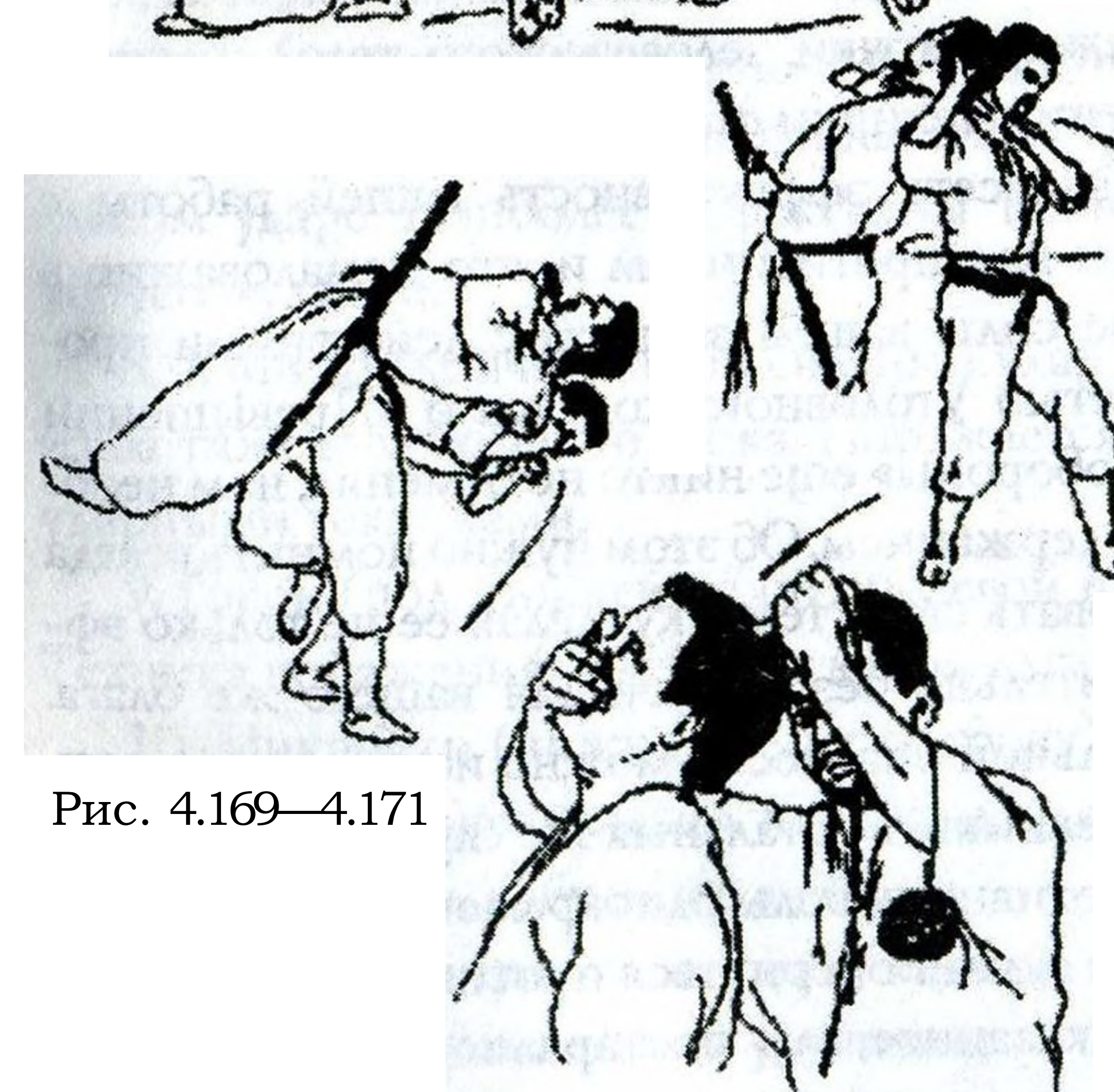
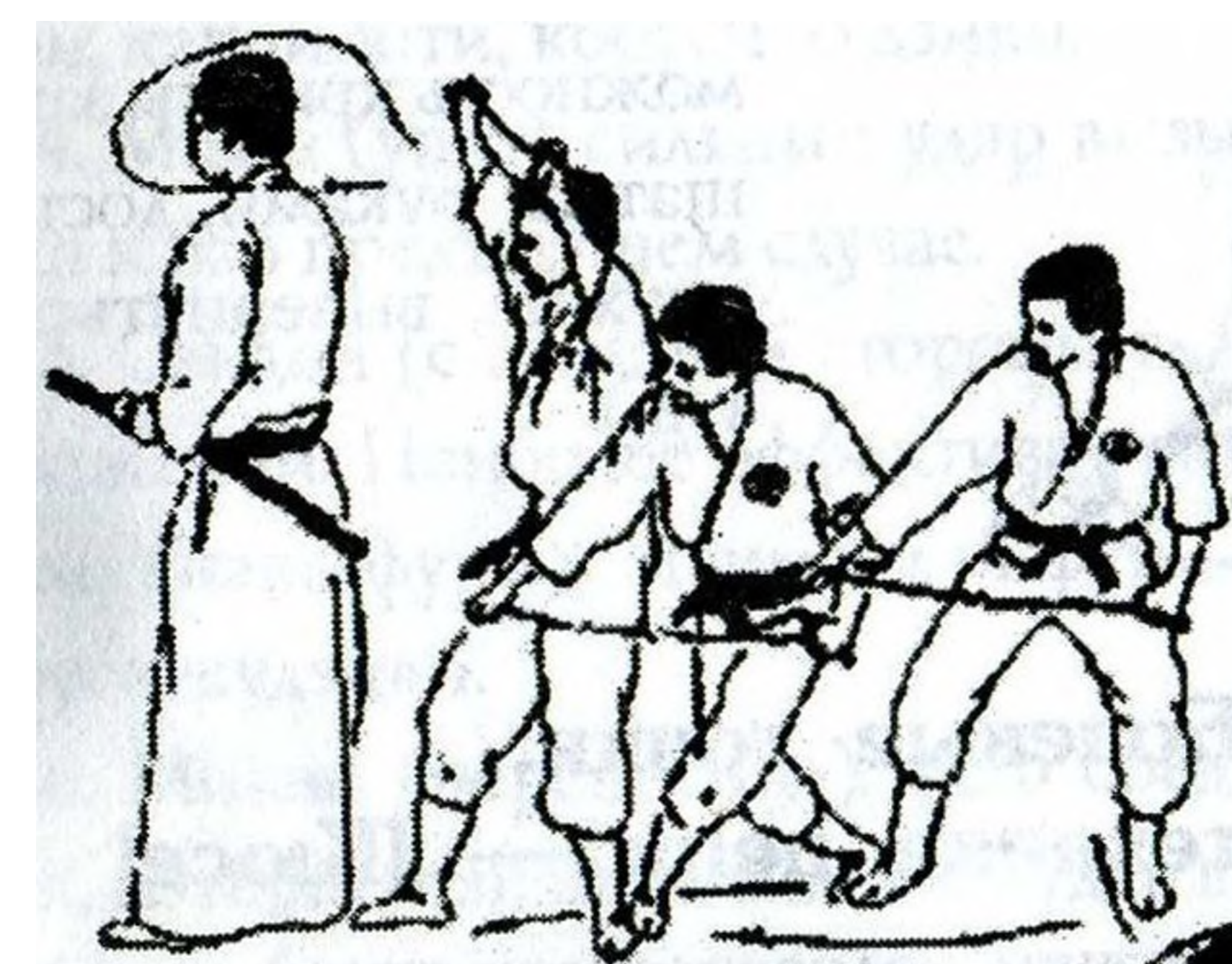


Рис. 4.169—4.171

Рис. 4.172

«кулак-молот») в висок, темя или основание черепа, другой рукой прикрывая противнику рот во избежание шума (рис 4.172).

Если атакуемый спереди, нужно по возможности использовать щелчковый удар из кулака (нака-фури) в лицо или голову или, проходя мимо, внезапно накинуть цепь на горло, заходя за спину и нейтрализуя противника удушением (эту технику необходимо отрабатывать до автоматизма, совмещая ее со сва-

Рис. 4.173

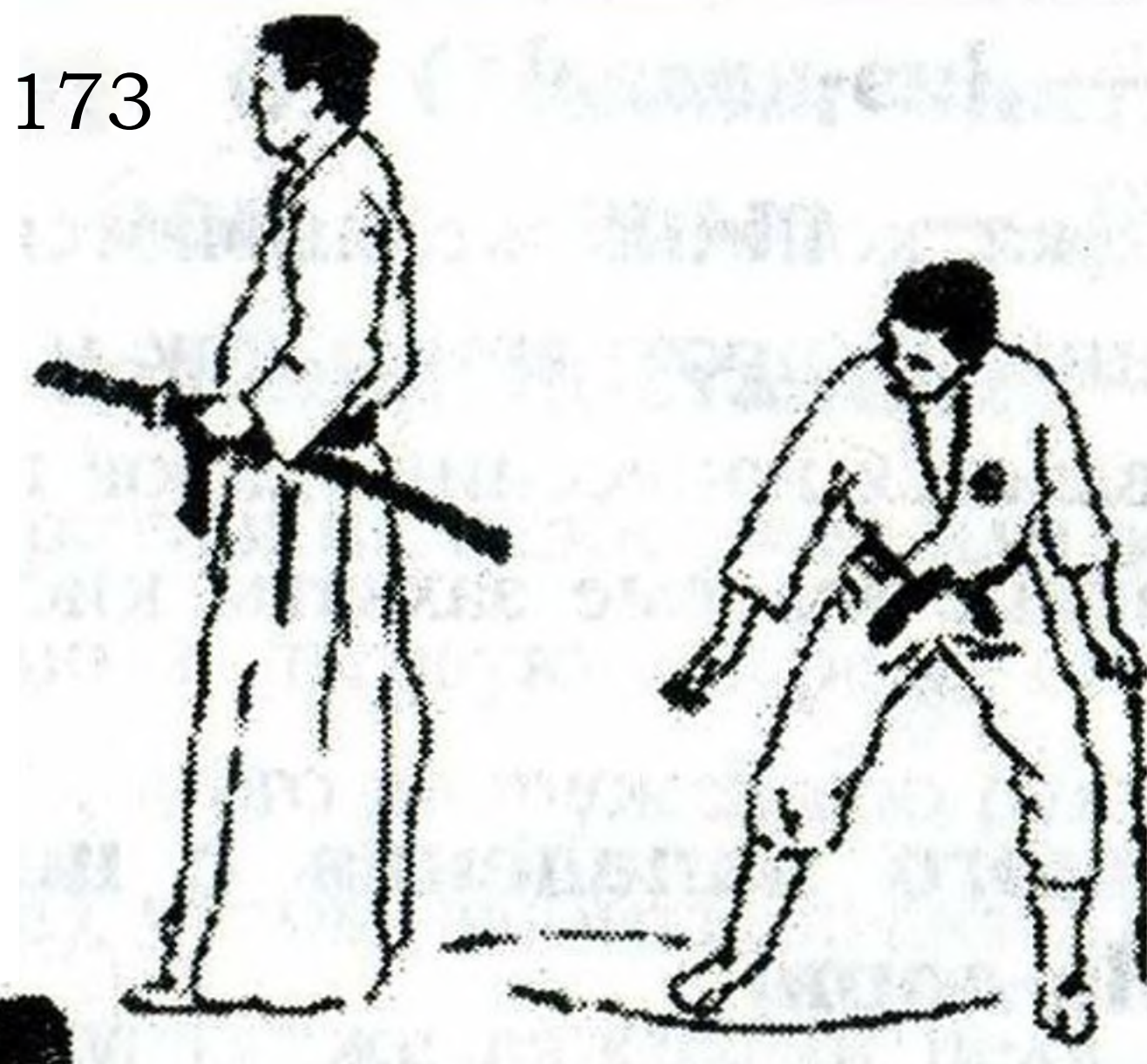


Рис. 4.174

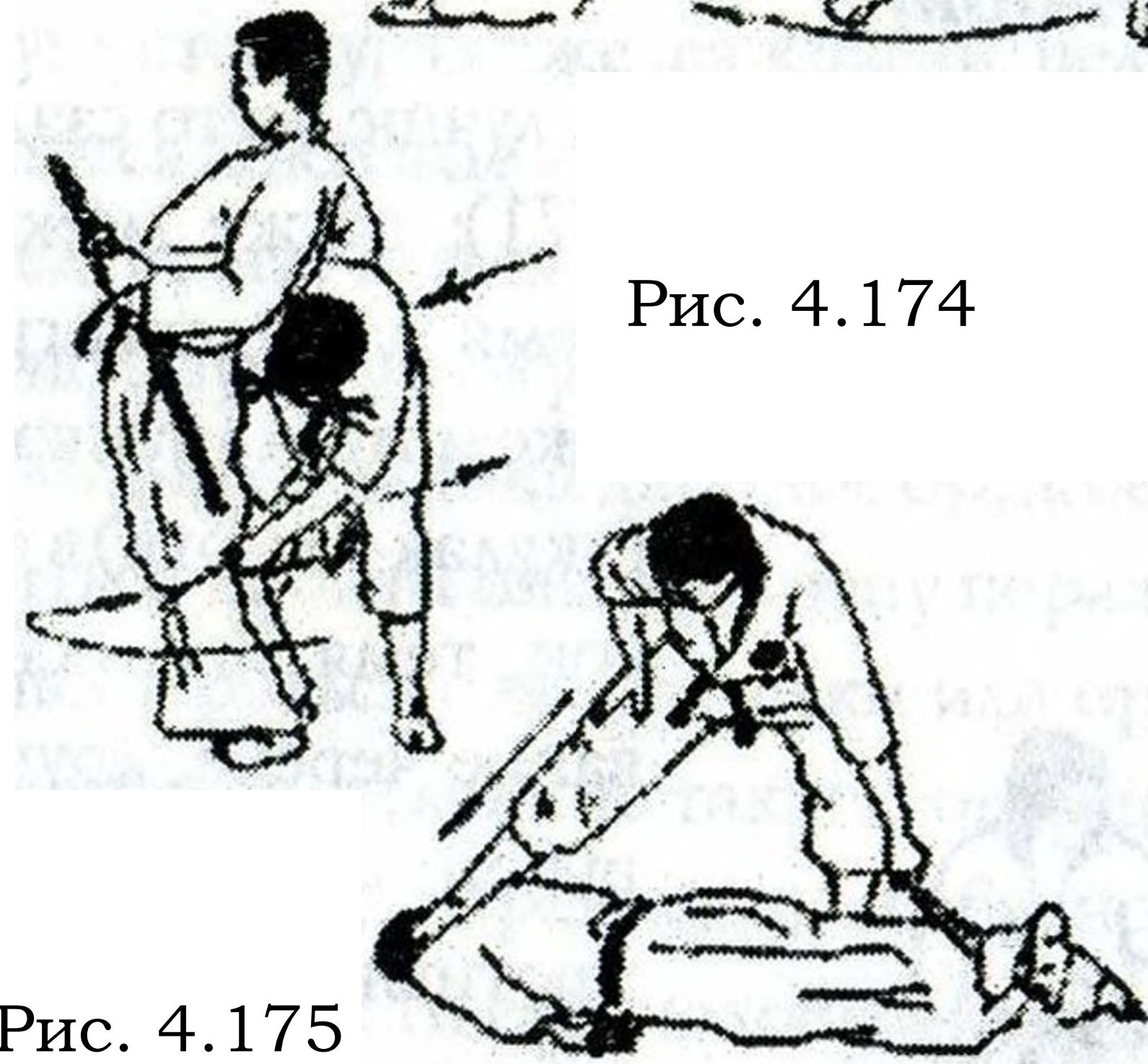


Рис. 4.175

ливанием или броском типа сэой-нагэ, коси-нагэ или тани-отоси) — см. «симэ-вадза».

Можно также провести захват ног цепью сзади с последующим сваливанием (рис 4.173-4.175), но этот способ довольно рискован и мало практичен (у противника имеется возможность кричать, защищаться руками, достать оружие, вывернуться и т. д.).

Глава 7. Болевые точки, используемые в технике цепи — [Кюсе]

Кюсе (жизненно важные точки человеческого тела) — очень важная тема при изучении техники *манрики-гусари*. От ее хорошего усвоения будет зависеть эффективность вашей работы с цепью, скорость победы над противником и, что немаловажно в наши дни, соотношение силы вашей защиты с действиями противника. Поскольку статья Уголовного кодекса о «Превышении пределов необходимой обороны» еще никто не отменял, нам необходимо считаться с ее содержанием. Об этом нужно помнить всегда и научиться контролировать свою технику, делая ее не только эффективной, но и относительно безопасной для вашего же блага. Только в минуту смертельной опасности можно использовать весь арсенал смертоносной техники, в остальных же случаях нужно постараться причинить противнику боль, одновременно не слишком травмируя его, иначе это может обернуться против вас.

Учитывая все вышесказанное, мы постарались не только показать топографическое расположение точек, но и дать описание

последствий от ударов по ним с различной силой. Кроме того, мы указали те основные техники, которые позволяют наиболее эффективно поражать те или иные точки.

1. Тэндо (темя): очень чувствительная точка, удар в которую может мгновенно положить конец поединку. Сильный удар ведет к легальному исходу (смерти). Наиболее эффективно поражать ударами тэнти-фури, какой-юти и кобуси-кудзики.

2. Тэнто (на сочленении лобной и височных долей черепа): эффект поражения и основные техники такие же, как и в предыдущем случае.

3. Комэками (висок): смертельная точка даже при ударе незначительной силы. Наиболее эффективны итимондзи-фури, йоко-фури, какой-юти, кобуси-кудзики.

4. Мими (уши): сильный удар вызывает острую боль, шок. Техника как в предыдущем случае.

5. Сэйдон (с внешней стороны глаза): резкая боль при точном поражении. Наиболее эффективно поражать техниками типа касуми (нака-фури), итимондзи-фури, какой-юти, хатидзи-фури, кобуси-кудзики.

6. Микэн (переносица): удар средней силы вызывает болевой шок, потерю сознания, сильный удар ведет к смерти. Техника поражения — касуми, тэити-фури, хатидзи-фури, кобуси-кудзики.

7. Гансэй (глазное яблоко): сильнейший болевой шок даже при слабом ударе. Наиболее эффективны техники типа нака-фури и кобуси-кудзики.

8. Дзинтю (кончик носа): сильный удар может вызвать смерть из-за тяжелого болевого шока. Поражается практически любыми ударными техниками.

9. Гэкон (под нижней губой): болевой шок при сильном ударе. Техника поражения — касуми, какой-юти, кобуси-кудзики.

10. Микацуки (нижняя челюсть сбоку): сильная боль, перелом кости, нокаут. Оптимально поражать ударами типа итимондзи-фури, йоко-фури, кобуси-кудзики.

11. Хитю (дыхательное горло, кадык): при ударе средней силы или достаточно длительном удушении — смерть. Техника кобуси-кудзики, йоко-фури, итимондзи-фури, симэ-вадза.

12. Дантю (верхняя часть грудной кости): сильная боль при поражении грузиком типа кобуси-кудзики.

13. Сону (яремная ямка, трахея): чувство удушья при поражении ударом или давлении грузиком, сильная боль при ударе типа тэнти-фури и нака-фури.

14. Киотоцу (на середине грудной кости): болевой эффект достигается ударом грузика (кобуси-кудзики), а также техниками типа нака-фури.

15. Суйгэцу (солнечное сплетение): болевой шок, потеря сознания вплоть до легального исхода. Наиболее эффективно поражать грузиком, зажатым в кулаке.

16. Киоэй (у основания грудных мышц, на уровне 5-6-го ребра): резкая боль, онемение, слева — поражение сердца. Удары кобуси-кудзики, сехацу, йоко-фури и итимондзи-фури.

17. Инадзума (последние «плавающие» ребра): резкая боль, травма внутренних органов за счет перелома кости. Поражение печени при ударе справа. Эффективно поражать техникой сехацу, кобуси-кудзики, нака-фури.

18. Гантю (сосок): резкая боль при сильном ударе. Атаки тапа кобуси-кудзики и сехацу.

19. Миойо (под пупком): резкая боль, поражение внутренних органов, при очень сильном ударе возможна смерть. Наиболее эффективны кобуси-кудзики, йоко-фури, нака-фури.

20. Дэнко (сердечная область): резкая боль, чувство удушья, потеря сознания, возможен летальный исход. Основная техника — как в предыдущем случае.

21. Кинтэки (пах и половые органы): резкая боль даже при ударе средней силы, болевой шок, потеря сознания. Наиболее эффективно поражать ударами тэнти-фури (снизу-вверх), суйгэцу-юти («восьмерка», начинающаяся снизу), кобуси-кудзики, итимондзи-фури или йоко-фури при положении сбоку от противника.

22. Яко (внутренняя сторона бедра): сильная боль и онемение, разрыв мышцы при очень сильном ударе. Эффективно поражается ударами типа йоко-фури. На близкой дистанции — кобуси-кудзики.

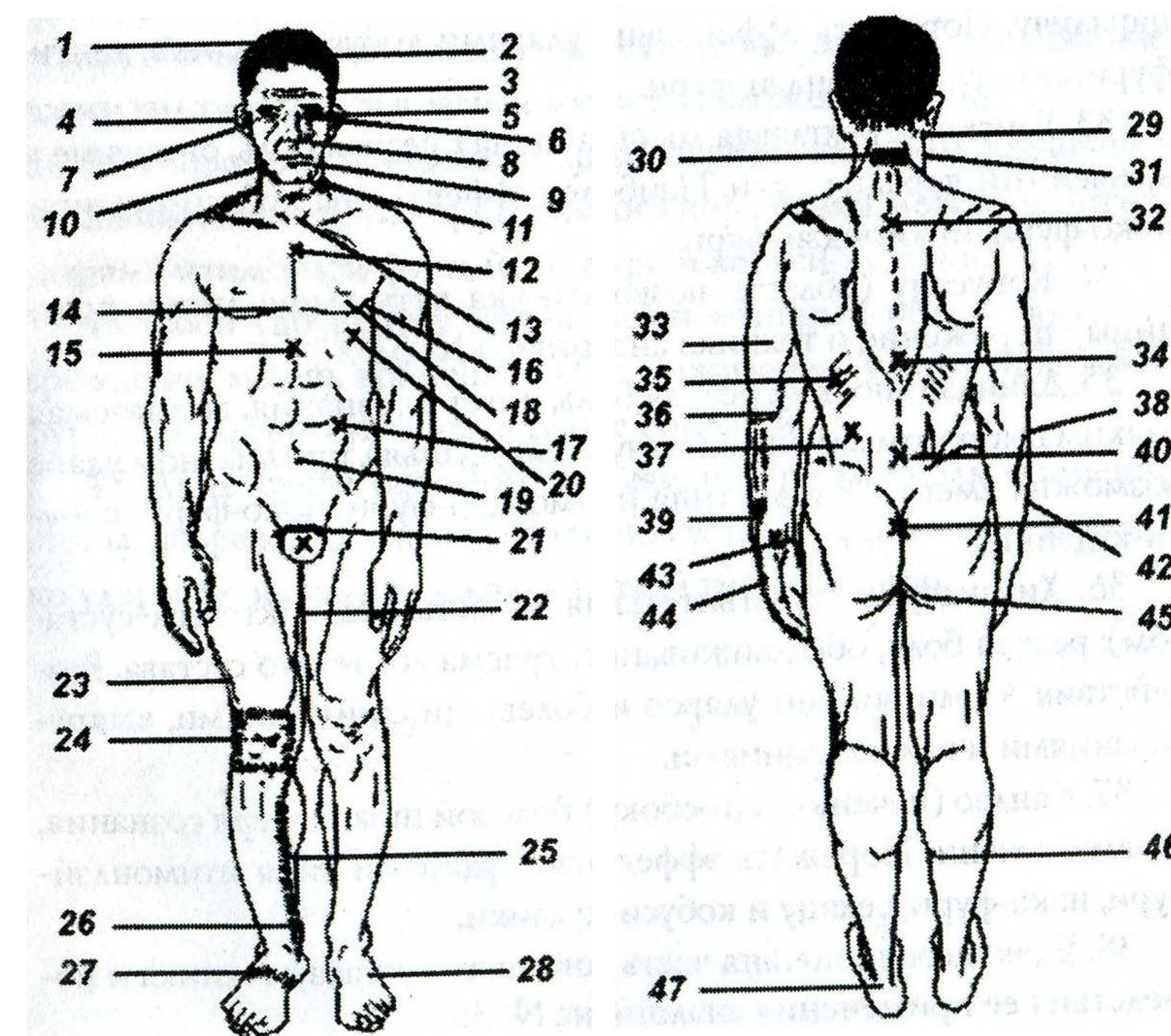
23. Фукуто (с внешней стороны бедра над коленом): резкая боль, обездвиживание, травма коленного сустава. Поражать наиболее эффективно ударами итимондзи-фури и йоко-фури, а также кобуси-кудзики при захвате ноги противника.

24. Хидзакансэцу (коленный сустав спереди): все вышесказанное по поводу предыдущей точки остается справедливым по отношению к хидзакансэцу.

25. Кокоцу (выступающая часть голени): резкая боль, обездвиживание, при очень сильном ударе — перелом кости. Основная техника — сунэ-ори, йоко-фури, иногда — нака-фури.

26. Ути коробуси (выступающая изнутри головка кости голени): резкая боль, при сильном ударе — раздробливание кости. Эффективны техники типа сунэ-ори, аси-дори, йоко-фури.

27. Кори (на подъеме стопы): резкая боль, обездвиживание, травма костей стопы. Удары сунэ-ори, тэнти-фури.



28. Кусагакурэ (с внешней стороны подъема стопы ближе к голеностопному суставу): эффект от удара и технические действия, как в №№ 26 и 27.

29. Докко (под ухом): жесткая резкая боль, потеря сознания, шок. Поражать наиболее эффективно техникой кобуси-кудзики, сехацу, йоко-фури и итимондзи-фури.

30. Кэйтю (основание черепа): удар средней силы вызывает потерю сознания, сильный удар ведет к перелому шейных позвонков и, как следствие, к смерти. Удары типа йоко-фури, нака-фури и кобуси-кудзики.

31. Сефу (боковая часть шеи): резкая боль, помутнение или потеря сознания; смерть от поражения сонной артерии ударом или пережиманием («кровяное» удушение). Удары типа кобуси-кудзики, итимондзи-фури, сехацу. Маки-отоси и кубимаки как основа для удушающих техник.

32. Сода (область шестого позвонка, «атлант»): очень опасная точка, мощное поражение которой может привести к смерти или параличу. Поражать эффективно ударами кобуси-кудзики, тэнти-фури, сехацу, итимондзи-фури.

33. Вансюн (трехглавая мышца плеча): резкая боль, онемение и временный паралич руки. Наиболее эффективны кобуси-кудзики, йоко-фури, итимондзи-фури.

34. Кацусацу (область позвоночника чуть выше линии поясницы): поражение и техника аналогична № 32.

35. Дзиндзо (почки): резкая боль, потеря сознания, вызываемая резким выбросом адреналина (чувство удушья), при сильном ударе возможна смерть. Удары типа итимондзи-фури, йоко-фури, кобуси-кудзики.

36. Хидзидзумэ (чувствительная область над локтевым суставом): резкая боль, обездвиживание, травма локтевого сустава. Воздействия всеми видами ударов и болевыми сжиманиями, выкручиваниями и надавливаниями.

37. Кэндзо (печень сзади-сбоку): болевой шок, потеря сознания, травма печени. Поражать эффективно ударами типа итимондзи-фури, нака-фури, сехацу и кобуси-кудзики.

38. Удэкансэцу (внешняя часть локтевого сустава): техника и последствия ее применения аналогична № 36.

39. Котэ (задняя часть предплечья, «косточка» у запястья снаружи): резкая боль, перелом кости, обездвиживание конечности. Практически все техники могут использоваться для поражения данной зоны — в зависимости от положения атакуемой руки.

40. Кодэнко (крестец): сильный удар может привести к параличу нижних конечностей. Эффективно поражается ударами йоко-фури, сехацу, итимондзи-фури, кобуси-кудзики.

41. Битей (кобчик): аналогично предыдущей точке, плюс тэнти-фури снизу.

42. Сотоякудзава (внешняя сторона сгиба запястья): резкая боль, травма сустава и костей, обездвиживание. Поражать эффективно не только различными ударами, но и болевыми сжиманиями типа удэ-кудзики.

43. Утиякудзава или миякудокоро (внутренняя сторона сгиба запястья): аналогично предыдущей точке.

44. Сюко (внешняя сторона кисти руки): травма костей кисти, резкая боль, непроизвольное расслабление захвата. Поражение всеми видами ударов в зависимости от положения руки.

45. Усиро-инадзума (седалищный нерв): резкая боль, временное обездвиживание ноги. Эффективного поражения можно добиться ударами итимондзи-фури, йоко-фури и кобуси-кудзики.

46. Соби (по центру икроножной мышцы): резкая боль, повреждение мышц, временное обездвиживание. Удары типа йоко-фури, нака-фури, сунэ-ори, а также нагэ-юти.

47. Акирэсукэн (ахиллово сухожилие): резкая боль, онемение стопы, повреждение голеностопного сустава. Эффективны не только удары, но и сильные сжатия петель типа аси-дори.

Часть пятая

Искусство владения мечом ниндзя —

[Синоби кэндзюцу]

Глава 1. Искусство владения мечом ниндзя — [Синоби кэндзюцу]

Синоби кэндзюцу — искусствo фехтования мечом ниндзя — одна из обязательных дисциплин, входящих в обучение согласно программе современной школы ниндзюцу *Будзинкан*, возглавляемой тридцать четвертым патриархом школы *Тогакурэрю* Масааки Хацуми.

Как сам меч, так и техника работы с ним в манере ниндзюцу достаточно сильно отличается от того кэндзюцу, которое, возможно, знакомо читателю из традиций самурайских школ владения оружием — таких, как Катори Синто-рю, Касима Синто-рю, Ягю-рю и др.

Эти различия обусловлены, прежде всего, тем, какие цели стояли перед самураем и ниндзя в ходе их обучения использованию меча.

Если для самурая меч — символ его положения, священный предмет, «душа воина», то для ниндзя — это многофункциональный инструмент, позволяющий с успехом решать те или иные, боевые или бытовые задачи, которые могут возникнуть в процессе выполнения его миссии.

Самурайский меч — чаще всего катана — это истинное произведение искусства, изящный изгиб лезвия и красота линии которого приводят в трепет истинных ценителей, по сей день стоит баснословно дорого и практически недоступен простому смертному, как в средневековой Японии, так и сейчас. Отсюда неудивителен настоящий культ меча, взлелеянный гордыми буси. Обнажить меч для чего-либо, кроме честного поединка, считалось делом крайне постыдным и неприемлемым для воина, исповедовавшего кодекс Бусидо.

Меч ниндзя гораздо более прост в отделке и, возможно, качество его стали ниже, однако он гораздо надежнее в смысле его многофункциональности и полезности для того образа жизни и действий, которые присущи ниндзя — людям, идеалами которых являются

неписанные законы Нинпо, один из которых гласит: «Ин-син тон-кэй» — «Минимальными усилиями — максимальных результатов».

Ниндзя-то (синоби-гатана) — меч ниндзя — никогда не был главенствующим видом оружия в многочисленном и разнообразнейшем арсенале воинов-теней, и уж тем более ему не поклонялись и не отождествляли его с душой воина. Для ниндзя меч — лишь один из инструментов, помогающих улучшать естественные возможности человека, но никак не наоборот.

И хотя иероглиф «Кэн» («клинок, лезвие») присутствует в идеограмме «Нин», его расположение таково, что позволяет трактовать все понятое как «Сердце (дух) контролирует оружие», что лишний раз подчеркивает второстепенное значение боевой техники по сравнению с подготовкой духа в общем тренинге воина-синоби.

В этой книге нами изложены основные базовые техники использования меча ниндзя в той степени, в которой это вообще возможно при помощи книги. Начинаящие ученики смогут найти в ней достаточно много полезного, интересного и нового касательно методов применения меча в ниндзюцу. Автор надеется, что книга поможет людям, вынужденным заниматься индивидуально, без опытного инструктора. Тем же, кто захочет овладеть традиционными методами синоби кэндзюцу в полном объеме, можно порекомендовать приобрести готовящуюся к выходу книгу под рабочим названием «Ниндзя бикэндзюцу — секреты фехтования мечом ниндзя» или обратиться непосредственно в один из филиалов Международной Независимой Ассоциации Ниндзюцу «Будзинкан додзэ» (СНГ).

Глава 2. Внешний вид и устройство меча ниндзя

Как уже отмечалось, *ниндзя-то* (меч ниндзя) достаточно сильно отличается от самурайского меча (*катана*) и его аналогов, разнящихся между собой, в основном, длиной лезвия (танто, вакидзаси и др.). Правда, это высказывание вызывает немало как просто пересудов, так и прямых нападок со стороны «специалистов», утверждающих, «что такого меча попросту не было». Но так ли это? Рассмотрим этот вопрос более подробно.

В последнее время в вышедших на русском языке книгах, посвященных японскому мечу, читатель может натолкнуться на ставший

уже расхожим «штамп» относительно меча ниндзя — дескать, «не было в нем ничего причудливого», «был он не прямой, а изогнутый, только немного короче обычного *катана*» и т. д. и т. п. При этом большинство авторов данной тематики цитируют известного у нас в стране «специалиста по вопросам ниндзя» А. Горбылева, совершенно не задумываясь о том, о чем они пишут. Он написал: «Не было такого!» — остальные подхватили: «Точно, конечно, не было!»... Хочется спросить у них по этому поводу: «А вы-то откуда знаете? Вы хоть одну из перечисляемых в библиографии А. Горбылева книгу не то что читали — в глаза-то хоть видели?»... На самом деле — нет, конечно, а это и смешно, и грустно одновременно.

Господина Горбылева можно и нужно уважать за то, что он выражает свое мнение, основанное на его исследованиях исторической литературы, но он — отнюдь не истина в последней инстанции по этому вопросу, о чем он сам неоднократно писал. Но разве у нас это кого-то волнует? Чего проще: процитировал, «присоединился», так сказать, к мнению специалиста, глядишь, уже и сам специалистом стал...

Это неприемлемо. Ниже я постараюсь объяснить свою точку зрения по этому вопросу.

Итак, об аргументах моих уважаемых оппонентов-спорщиков.

Самым смешным из всех является тот «убойный» аргумент, что «*прямой меч ниндзя это выдумка испанских или тайваньских оружейников, выпускающих его сувенирные аналоги*». Но подумайте сами, уважаемые, чем это вдруг обусловлено подобное производство? Упрощением последнего? Отнюдь. Эти же самые испанцы или китайцы выпускают и обычные (имеется в виду форма клинка — прим. авт.) *тати*, *катана*, *вакидзаси* и *татю* методом штамповки сотнями тысяч экземпляров. Что стоило бы им вставить клинок короткого меча в длинные черные ножны, насадить утяжеленную квадратную гарду и намотать побольше *сагэо*, назвав все это изделие «мечом ниндзя» (ведь именно таким, и только таким, по вашему утверждению, было оружие «ночных демонов») и не выглядеть при этом болванами перед всеми поклонниками боевых искусств? Незнанием вопроса — дескать, «там такие лопухи сидят, что откуда они вообще могут что-то знать о ниндзя»? Полная ерунда. Где-где, а уж на Тайване точно информации побольше, чем у нас, — и по вопросам восточного оружия вообще, и оружия ниндзя

в частности, да и Япония, собственно, недалеко... Большой *фантазией*? Ну, это как раз скорее по части господина Попенко с его «голубыми клинками *Тогакурэрю*», а не изготовителей экзотических сувениров.

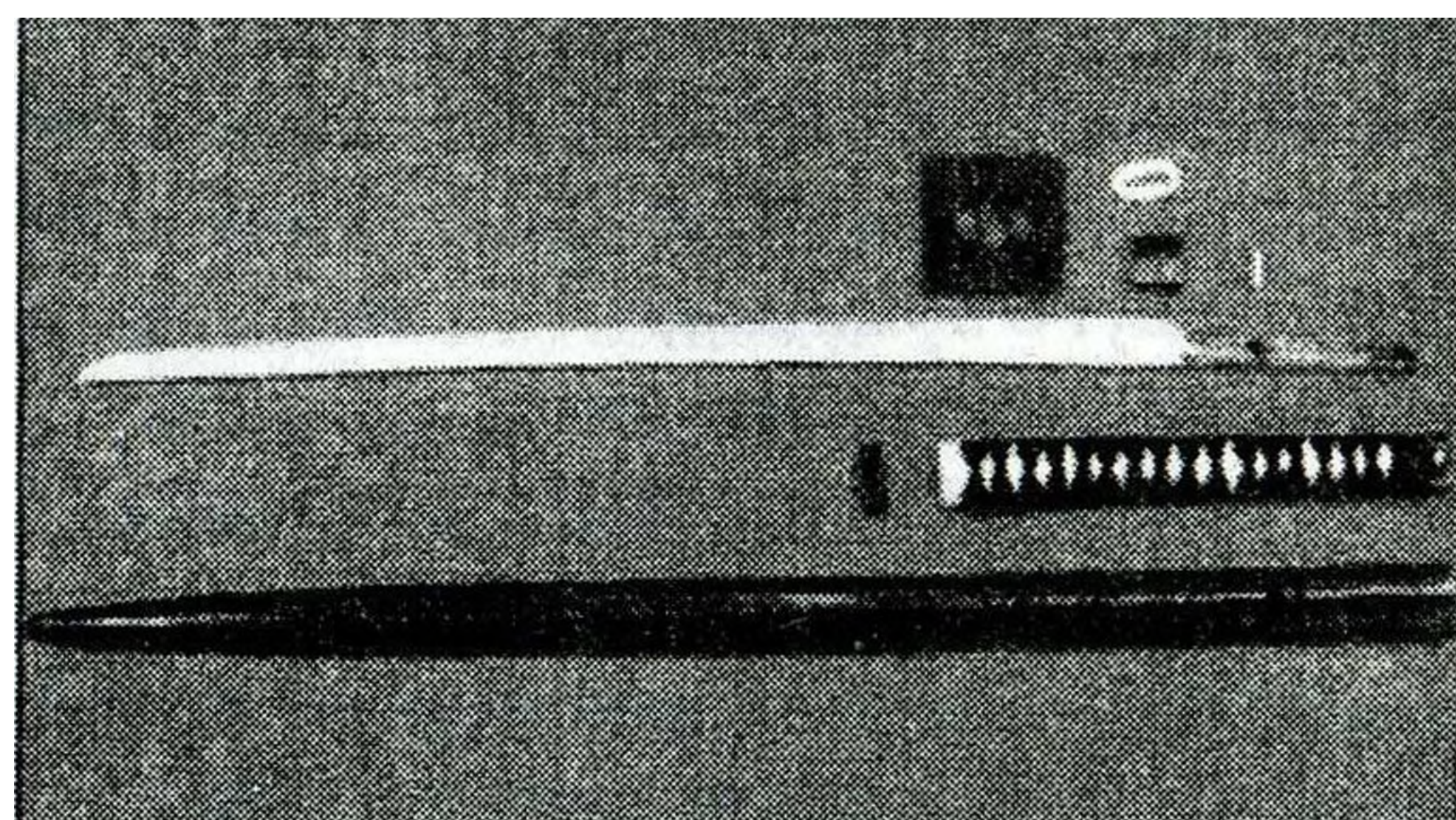
Объясните, пожалуйста, мне и другим, зачем испанцам или китайцам вообще что-то *придумывать*, когда у них наверняка есть с чего *копировать*, а? Когда найдете объяснение, обязательно напишите, очень хотелось бы знать, с чего вдруг фантазия может подобное породить...

Но нет! Наши «японознавцы», которые думают, что они японцы больше, чем сами японцы, конечно, лучше всех разбираются в вопросах оружия средневековых лазутчиков Японии! Куда там каким-то испанцам или китайцам, тем более отечественным поклонникам ниндзюцу! У нас достаточно человеку съездить в Японию на недельку-две и все: его авторитет непререкаем. А людей, живущих в Японии постоянно или обучающихся там не один год можно сразу сбросить со счета — действительно, кто они такие, чтобы разбираться в оружии ниндзя? Возьмем, к примеру, книги С. К. Хайеса или Р. Хаберзетцера — эти известнейшие в мире авторитеты почему-то спокойно пишут о прямых мечах ниндзя наряду со слегка изогнутыми (стандартными)... Уже одно это должно бы насторожить, но нет! Не знают, конечно, не знают, о чем пишут, дилетанты несчастные! Лишь наша земля способна время от времени породить «специалистов по восточному оружию экстра-класса». Они безудержно «сдирают» информацию из переводных изданий (чаще всего для коллекционеров японских мечей и описаний музейных экспозиций) и интернет-ресурсов, при этом живьем в лучшем случае подержав в руках офицерский «*гунто*» времен Второй Мировой, но, важно раздуваясь и чуть не лопааясь от чувства собственной превосходства над «серостью» читателей, с упоением перечисляют десятки видов изгибов лезвия, узоров *хамон* и других деталей клинка, почти ни о чем не говорящих читателю, который испанскую «поделку» и то не всегда видел.... Но это к собственно нашему вопросу не относится, так что пойдем, как говорится, дальше.

Следующий аргумент «знатоков» — утверждение о том, что в Японии... не было прямых мечей! Большой глупости снова придумать невозможно, так как на протяжении всей истории Японии

там *были* прямые мечи. Начиная с пресловутого *кэн* — древнего обоюдоострого меча японцев и кончая ритуальными мечами попеременно то ругаемых, то восхваляемых *ямабуси*. Этих мечей в Японии множество и, кстати, их «реплик» также... Так что стиль «*текуто*», то есть «прямой меч», как с обоюдоострой, так и с односторонней заточкой как был, так и имеет место быть — это факт. Особенно хорошо это видно при ближайшем рассмотрении скрытого в палках разной мины оружия - так называемого «*синоби-дзуэ*» («посоха шпиона»)... То, что ниндзя часто маскировались под *ямабуси* или буддистского священника (*суккё*) с посохом (что как раз и предполагает использование скрытых прямых клинков с присущей для них техникой), наших «исследователей» мало волнует.

Однако даже без этого факта в коллекциях европейцев (!) можно встретить типичные *синоби-кэн* (меч ниндзя) с присущими именно для этого вида оружия атрибутами (короткий прямой клинок, удлиненные ножны, заостренные с конца, квадратная гарда)...



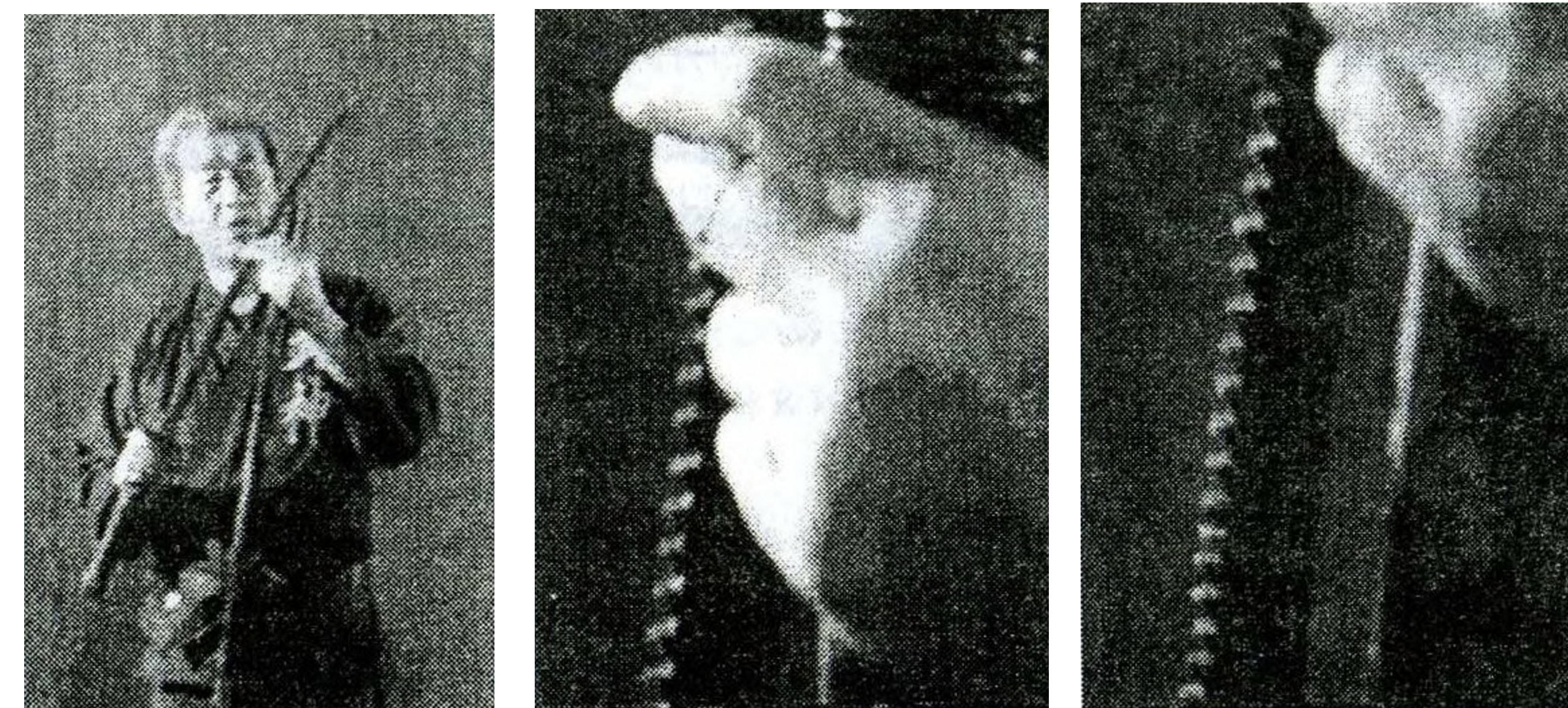
Вот, к примеру, фотография меча ниндзя, которому около 310 лет. (Фото из одной немецкой коллекции, о опубликованное в журнале «*budo International*» в статье, посвященной мечу ниндзя — *прим. авт.*).

Ничего это вам не напоминает, уважаемые знатоки, безапелляционно утверждающие, что у ниндзя *не было* прямых мечей?

А что бы вы сказали, увидев клинок *сикоро-гатана*, представляющий ни много ни мало... пилу, ставленную в оправу меча? Бред? Отнюдь! В коллекции М. Хацуми имеется и подобный экземпляр (см. фото ниже — кадры из фильма «*Ниндзя бикэн*»):

Представить себе, что мастер Хацуми сам сидел и портил напильником обычный меч, изготавливая «новодел», у меня не хватит фантазии... А у вас?

Я привел здесь этот пример только для того, чтобы показать не в меру разошедшимся «знатокам», что при желании можно найти и фотографии, и письменные свидетельства существования именно



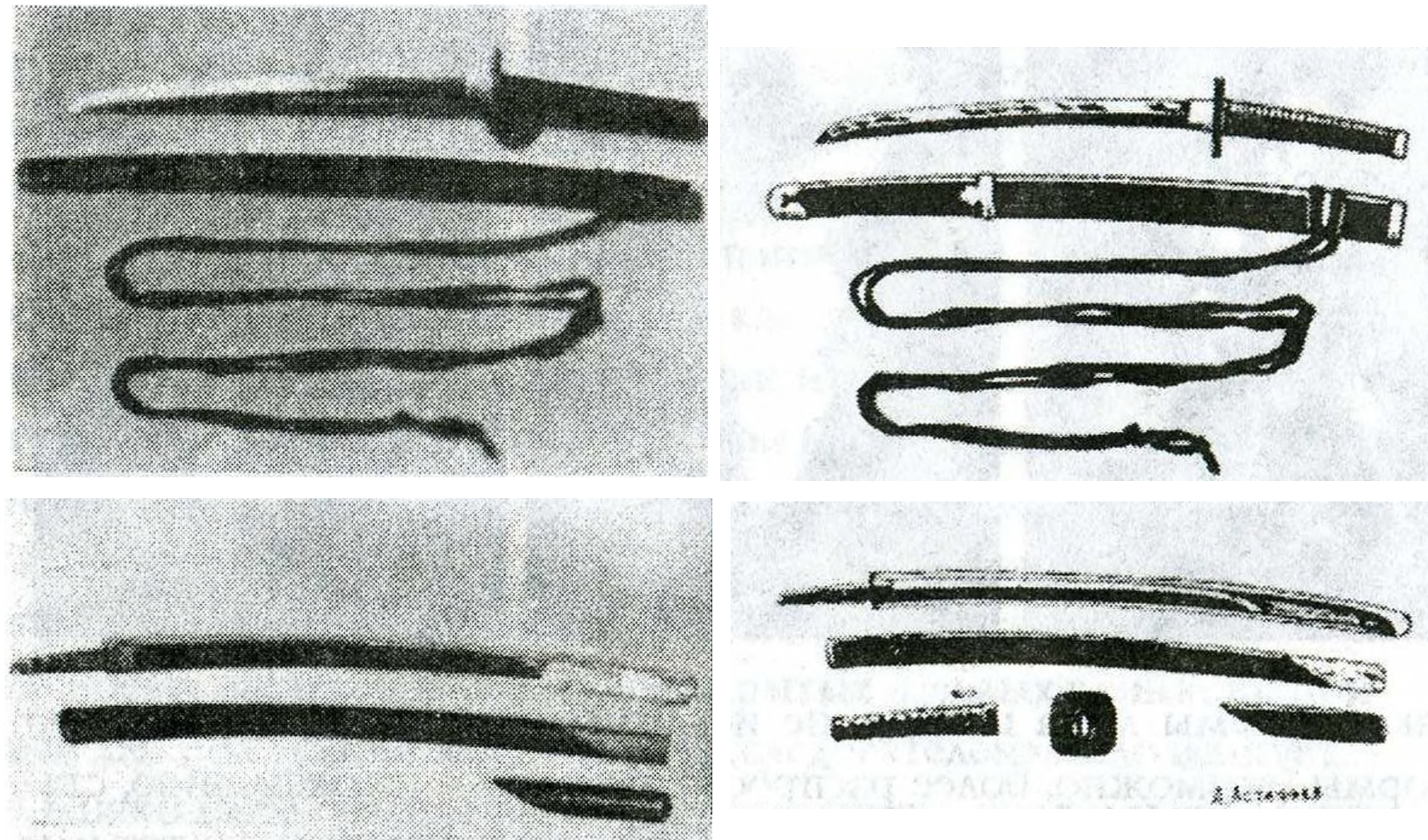
такой формы меча ниндзя, не исключая при этом и другой его формы (возможно, более распространенной — к сожалению, статистических данных о том, какую форму меча предпочитал тот или иной ниндзя, у нас нет — *прим. авт.*) — такой, какой, в частности, является форма *ниндзя-то*.

Но вместо того, чтобы написать: «*мне не встречались мечи такой формы. я не видел их, не встречал их описания. и поэтому, как мне кажется, таких мечей могло и не быть*», эти специалисты тут же бросаются кого-то критиковать, развенчивать и делать это все с эдакой ироничной издевкой типа «*о чем вы, дурачки, пишете, ведь Я написал, что этого нет, значит — нет!*»...

Еще «аргумент», приводимый против существования какого-то специфического *синоби-кэн*, -.... неудобство ношения и использования подобного меча! Или того, что такой меч «легко распознает контрразведчик» (*sic!*), буде ниндзя начнет прогуливаться с прямым мечом за поясом (или за спиной) у него перед носом...

На самом деле ношение и уж тем более применение прямого меча ничуть не менее удобно или неудобно, чем изогнутого, — все зависит от привычки и личных приоритетов его хозяина. Прямым мечом намного удобнее, к примеру, колоть, чем рубить, что весьма немаловажно в узких и, главное, низких коридорах японских домов, хотя и рубить им можно замечательно...

А насчет контрразведчиков - это вообще чушь. Ведь речь не идет о «личинах» *сити хо дэ*: когда ниндзя изображал из себя самурая, монаха или торговца, он в обязательном порядке был обязан копировать образ в мельчайших подробностях, включая и одежду, и оружие. И здесь, конечно же, ни о каких специфических инструментах,



Слева.: фото *ниндзя-то* из книги Масааки Хацуми. «Ниндзюцу - история и традиции», справа рисунки из книги А. Горбылева «Когти невидимок», о которых он сам пишет таю «Иллюстрации для книги подбирались из надежных источников, причем предпочтение отдавалось рисункам из старинных наставлений по ниндзюцу и другим будзюцу. Многие рисунки были заимствованы из авторитетной работы Сасама Ёсихисы «Нихон будо дзитэн»... Нужно также подчеркнуть специфическую квалификацию художников, знакомых с военной историей Японии и боевыми искусствами отнюдь не понаслышке и для того, чтобы сделать иллюстрации максимально точными». Думается, подчеркивать квалификацию художников не следовало — так нарисовать мог бы и десятилетний мальчишка при помощи карандаша и копирки, не говоря уже о том, что стоило бы написать о том, откуда в действительности взяты почти все рисунки за подписью А. Астафьев... Но ведь Хацуми не ниндзя, так о чем речь! Кстати, на фото внизу прекрасно видно, что клинок что-то уж больно черен на фоне внутренней части ножен и более светлого хвостовика...

бросающихся в глаза, речь не могла вестись в принципе — если самурай, то с *дай сё* или *катана*, если торговец — с *танто* или *айгүти*... Другой вопрос: что могло скрываться под обычным с виду мечом или ножом. Но речь об этом сейчас вообще не идет — причем здесь это? Уж не думают ли уважаемые авторы «исследований» истории японского оружия, что ниндзя разгуливал в толпе среди бела дня в черном балахоне и маске с прямым мечом за спиной?

Больше всего разговоров почему-то ведется о ношении меча за спиной.... Каждый «специалист» обязательно напишет о том, что «ниндзя меча за спиной не носили» — это де и «неудобно», и «кувыркаться так нельзя» и т. п. Все правильно. Для чего об этом все

время писать? Тем более, что *носить* и *использовать* меч — вещи, согласитесь, *разные*.

Все японские воины носили мечи так, как им удобно, и очень часто за спиной, особенно в долгих пеших переходах! Не были исключением и ниндзя. Обо всем этом и о многом другом читатель сможет узнать из готовящейся к изданию книги, о которой мы уже говорили в начале главы.

А сейчас все же вернемся к описанию того орудия, который и называется *ниндзя-то* или *синоби-гатана*. Первое, что сразу же бросается в глаза даже не слишком искушенному знатоку оружия (и о чем спорят больше всего, см. выше), — это прямое или почти прямое лезвие ниндзя-то (*тёкуто*) в отличие от изящного изгиба катаны (*сорито*). Прямой клинок изготовить проще, и во многом он удобнее изогнутого меча, кроме, пожалуй, рубящих движений (а в еще большей степени это касается использования меча как вспомогательного инструмента для преодоления препятствий, взлома дверей и т. п.). Но ниндзя никогда и не строили свой рисунок боя на рубящих ударах — это всегда было прерогативой самураев. Так же отличается и длина клинка — если лезвие катана чаще всего имеет длину около 70 см, то клинок меча ниндзя никогда не превышает 55—60 см. Нередки экземпляры, по длине вообще соответствующие *вакидзаси* — короткому мечу, т. е. с лезвием длиной около 40 см. Как и самурайский меч, меч ниндзя имеет одностороннюю заточку при толщине лезвия от 3 до 5 мм.

Еще одним различием клинков самураев и ниндзя является то, что мечи самураев всегда были полированными до зеркального блеска, а мечи ниндзя, наоборот (за редким исключением), всегда были либо матовыми, либо черными (для чернения использовались не современные способы химической окраски, а более прозаические вещи типа пригорающего на нагретом клинке шелка). Это, однако, совсем не означает, что ниндзя не следили за клинком своего меча — как неверно было понято некоторыми читателями первого издания этой книги. Нужно понимать разницу между декоративной эстетической полировкой и полировкой ради избежания покрытия лезвия ржавчиной. В первом случае клинок можно довести до нестерпимого блеска, во втором — достаточно того, чтобы меч был абсолютно гладким и избавлен от следов крови и жира. Блестящий меч хорош в бою при ярко светящем солнце,

когда солнечный зайчик может запросто ослепить противника. Но для ночных действий подобный вариант не годится, так как вместо пользы может принести своему владельцу непоправимый вред, случайно блеснув в сполохах огня или лунном свете, тем самым выдавая его присутствие врагу и лишая ниндзя фактора внезапности.

Ножны ниндзя-то (*сая*) обычно сантиметров на десять длиннее самого лезвия, чего не скажешь о ножнах самурайского меча. Это объясняется тем, что в ножнах ниндзя часто хранил документы, дополнительное оружие (кастет, метательные лезвия и стрелки, инструменты и т. п.). Кроме того, синоби-сая часто оканчивается дополнительной заглушкой-пеналом с конусообразным кончиком, в котором может иметься прорезь для метательного ножа (хранящегося в нем же), который можно не только метать, но и, вставляя в прорезь и фиксируя его там, превратить ножны в короткое копье. Другим вариантом является заточка самого колпачка, имеющего косой срез надеваемой на ножны стороны, или его утяжеление.

Также необходимо отметить, что синоби-сая должен быть очень прочным (что достигалось вставкой тонких металлических пластин под кожу обмотки и дополнительными крепежными кольцами), так как помимо использования сая в бою, ниндзя использовали их как подвесной насест (по типу трапеции или «тарзанки») для длительного наблюдения за врагом или просто отдыха вдали от вездесущих глаз самураев.

Гарда (*цуба*) меча ниндзя имеет простую квадратную форму с длиной стороны около 8 см и толщиной 5 мм. Такая форма гораздо практичнее и удобнее для целей ниндзя (например, для использования ее как ступеньки или зацепляющего крюка при влезании), чем вычурные, чеканные цуба самурайских мечей. В современных модификациях ниндзя-то под гардой очень часто имеется фиксатор для закрепления двух тонких сякэнов (метательных звезд), но вот это как раз и относится к «новоделам», так как работать мечом с сюрикэн под гардой очень неудобно.

Шнур (*сагэо*) на мече ниндзя обычно намного длиннее, чем у самураев. Это объясняется тем, что он использовался не только и не столько для закрепления ножен, сколько для различных других

целей — начиная от устройства ловушек и заканчивая кодовыми узлами, с помощью которых ниндзя мог передать сообщение своим, оставив его в тайнике.

Рукоять меча (*цука*) практически не отличается от самурайских аналогов, разве что у ниндзя-то шнур, используемый для обмотки, чаще всего черный (или белый, если весь меч имеет зимнюю белую — маскировочную окраску). Но внутреннее устройство рукояти со стороны касира (металлической шляпки на ее конце) у самурайских мечей и мечей ниндзя абсолютно разное. Если у самураев касира — это еще одно украшение меча, служащее также для за крепления шнура на цука декоративным узлом, то за касира в рукояти меча ниндзя мог скрываться еще один тайник, в котором воин-тень мог носить ослепляющую смесь или порошок, яд, лекарства и т. п. Касира в ниндзя-то не служит для укрепления шнура, а является крышкой для полости в цука, удерживающейся в рукояти за счет двух распирающих изнутри упругих пластинок. Сама рукоять при этом должна быть немного длиннее — примерно на 5—7 см, иначе при очень резком ударе она может просто сломаться в месте имеющейся полости.

Практическое использование каждой части ниндзя-то мы рассмотрим по мере их описания на отдельных примерах в данной книге, подробнее — в последующем издании.

Глава 3. Правильный хват меча.

Выхватывание и вкладывание меча в ножны

Прежде чем перейти к рассмотрению собственно боевой техники с мечом ниндзя, необходимо овладеть рядом базовых навыков и действий, без которых невозможна сколько-нибудь реальная практика работы с ниндзя-то. Первое, чем необходимо овладеть при работе с мечом, — это легкий, ненапряженный хват рукояти оружия.

Выделяют три основных вида захвата рукояти меча ниндзя:

хват рукояти двумя руками (*риотэ-моти*);

прямой хват одной рукой (*хон-кататэ-моти* или *йо-но кэн*);

обратный хват одной рукой (*гяку-кататэ-моти* или *ин-но кэн*).

Хват рукояти двумя руками — [Риотэ-моти]

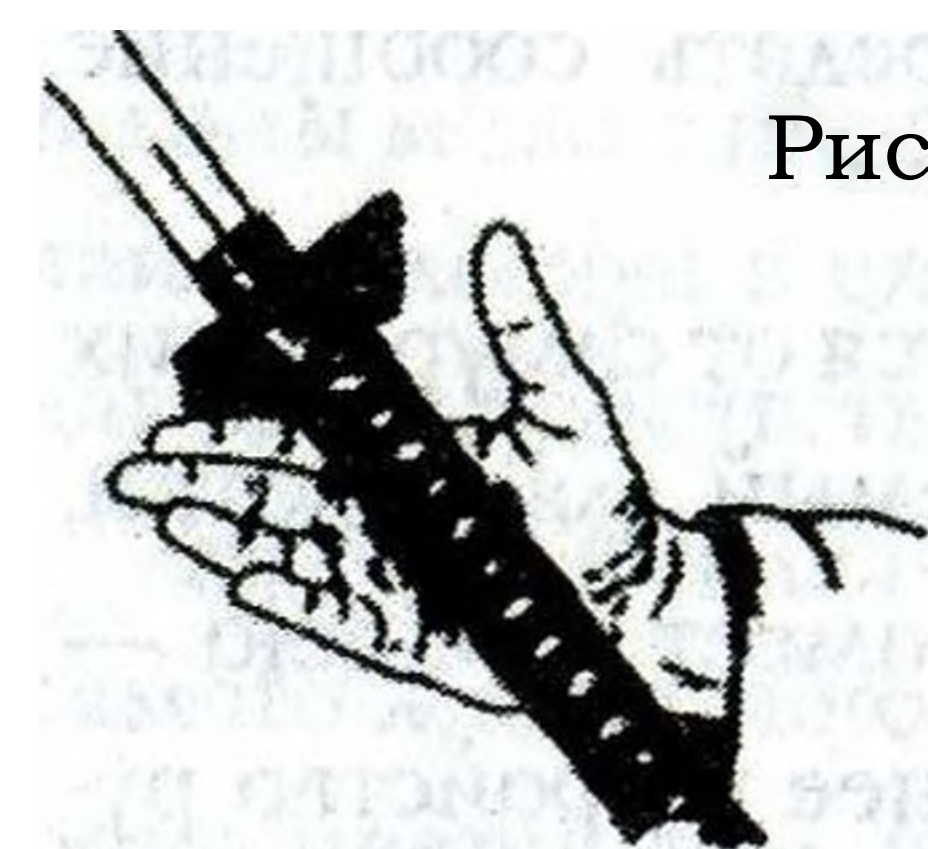


Рис. 5.1

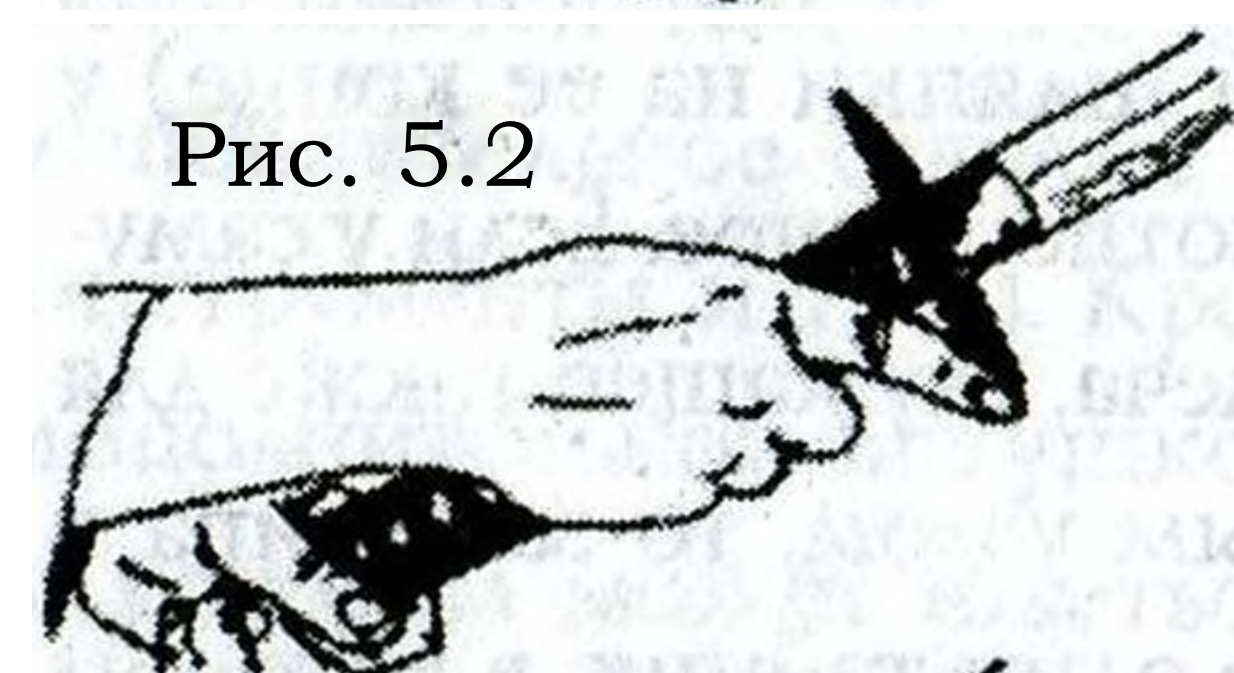


Рис. 5.2



Рис. 5.3

Возьмите рукоять меча правой рукой так, чтобы она легла в ладонь по диагонали (рис. 5.1). Как и в остальных видах оружия ниндзя, основной хват выполняют мизинец, безымянный и средний пальцы, а указательный и большой лишь слегка удерживают и как бы «ведут» клинок к цели. Расстояние между указательным пальцем и гардой меча должно составлять около 2 см (рис. 5.2). Грубой ошибкой является захват меча непосредственно под гардой жестким «топорным» хватом. Подобный хват не позволяет проводить большинство техник с той эффективностью, которая им присуща, — он попросту стопорит их из-за негибкости руки в запястье. Кроме того, напряжение при захвате приводит к быстрому утомлению и невозможности пластичной работы с мечом. Левая рука охватывает гасира (головку рукояти), как показано на рис. 5.3. Существует специальная тайная техника, называемая [Нигири тамаго-но тэ-но ити] («Держать рукоять меча так, будто держишь в руке яйцо»), — таким образом мизинец может даже не находиться на рукояти. Именно левая рука является ведущей (вкладывающей силу) в ударные техники меча при хвате оружия двумя руками (риотэ-моти).

Прямой хват одной рукой — [Хон-кататэ-моти (йо-но кэн)]

В целом прямой хват одной рукой (хон-кататэ-моти) ничем не отличается от положения правой руки при захвате рукояти двумя руками (рис. 5.3). Но существует тайное учение, которое основано на идее [Кататэ-ути ва го-сун но току ари] (то есть «атака одной рукой имеет преимущество в пять сун (дюймов)'). Следует также добавить, что при работе одной рукой другая (левая) рука может выполнять давление на обух клинка ладонью (соэтэ — давящая

рука) — рис. 5.4 или выполнять поддерживающую функцию при подрезающих блокированиях (торитэ — поддерживающая рука) — рис. 5.5. Конечно, удержание меча одной рукой в бою достаточно сложно, однако при настойчивости, проявленной во время тренировок субури (см. ниже), можно добиться впечатляющих результатов уже через год после начала регулярной практики. Если ниндзя не может с легкостью перемещать свой меч в пространстве в любом направлении, то его техника будет медленной. Меч должен иметь такой вес, чтобы им можно было управлять легко и свободно, как собственным пальцем. По выражению Рисукэ Отакэ, мастера фехтования из школы Катори Синто-рю, меч должен «мелькать так быстро, как хвост трясогузки, ударяя по телу противника». Если этого не будет, то противник может увернуться и избежать удара. Медленные движения меча не могут считаться техникой боевого искусства — ни самураев, ни ниндзя.

Обратный хват одной рукой — [Гяку-кататэ-моти (ин-но кэн)]

Обратный хват меча одной рукой (рис 5.6) — очень эффективная и неожиданная техника против работающего в традиционной самурайской манере противника. Гяку-кататэ-моти позволяет мгновенно совершить разрезающее живот, горло или подрезающее руки движение, после чего перейти к прямому хвату и продолжить работу мощным протыкающим или рубящим ударом. Также позволяет скрывать меч за спиной (телом) с противоположной к противнику стороны и использовать его только в самый последний момент.



Рис. 5.4



Рис. 5.5



Рис. 5.7

Выхватывание меча из ножен — [Нукицукэ]



Рис. 5.8

Рис. 5.9

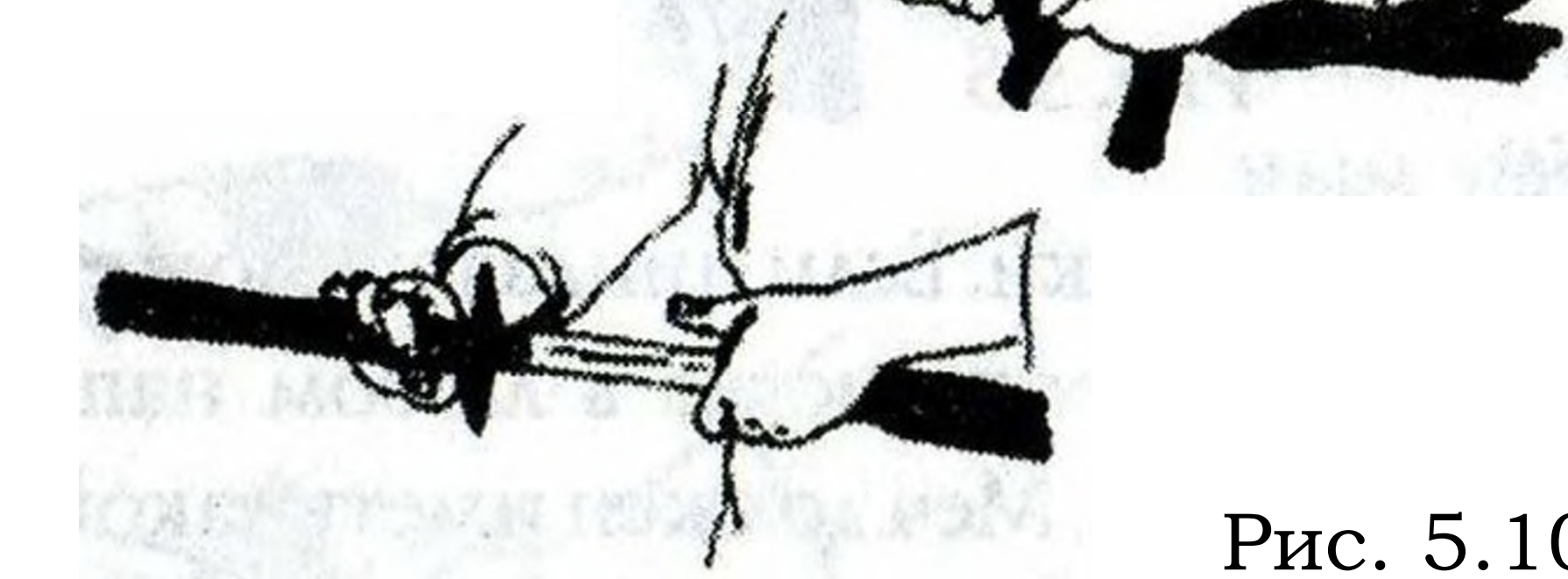


Рис. 5.10

гарду вперед по направлению движения — рис. 5.10.

Вкладывание меча в ножны — [Ното]

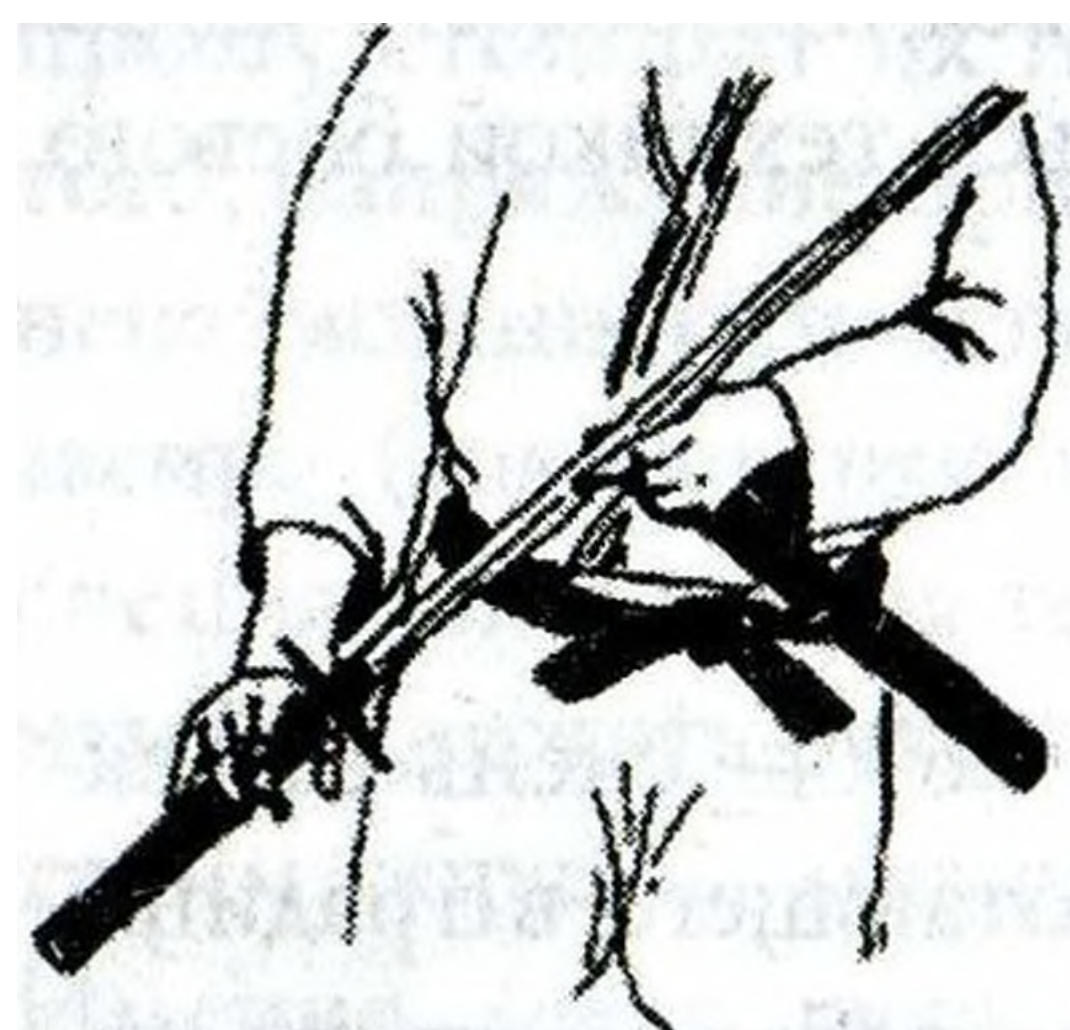


Рис. 5.11



Рис. 5.12

После завершения тренировки или поединка меч необходимо вложить обратно в ножны (нотто), предварительно отряхнув или протерев его от имеющейся (или воображаемой) крови (тибури), чтобы оружие не портилось. Разверните меч острием вверх по диагонали (рис. 5.11) и, захватив указательным и большим пальцами левой руки коигути, уложите меч боушком в промежуток, образованный пальцами (рис. 5.12). Неплотно прижимая пальцы левой руки к лезвию, правой рукой протяните меч вперед—в сторону вплоть до того момента, когда острие (киссаки) не войдет в ножны (рис. 5.13). Плавным движением вставьте меч в сая и прихватите гарду большим пальцем левой руки, одновременно нажимая на гасира правой ладонью — рис. 5.14.

Как нукицукэ, так и ното должны быть отработаны вплоть до возникновения условного рефлекса. Воин, задумывающийся над тем, как ему вытащить или вложить меч в ножны, достоин только сожаления. Не пренебрегайте этой важной техникой, так как от скорости выхватывания меча зависит вся ваша последующая работа. Особенно это касается яйдзюцу, где нукицукэ и следующий за ним удар (кататэ нуки-юти йо) являются сущностью метода (см. главу «Синоби-яй»).



Рис 5.13

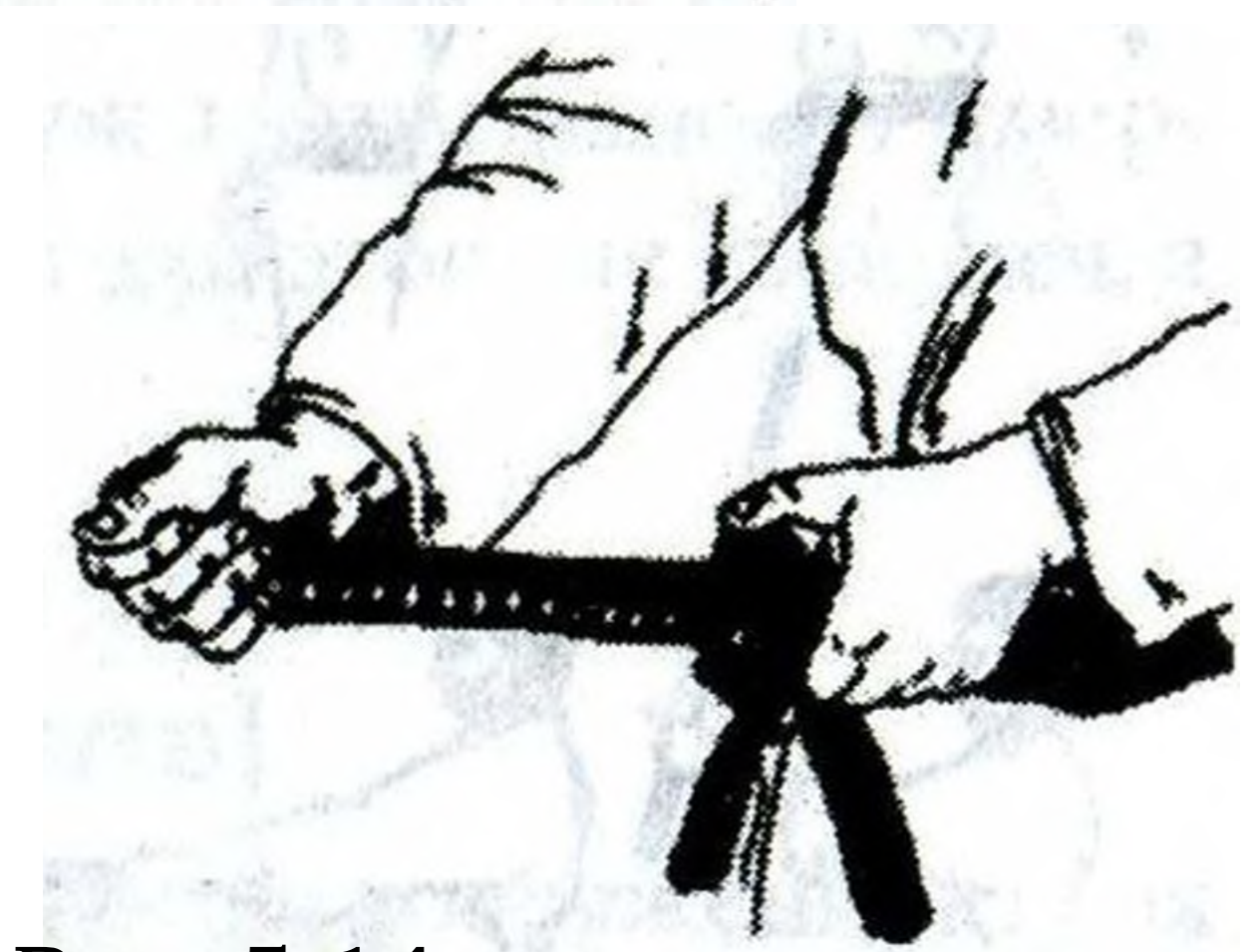


Рис. 5.14

Глава 4. Базовое упражнение с мечом — [Субури]

На начальном этапе субури — это многократное повторение ударов мечом сверху вниз и сверху вниз по диагонали, выполняемые как одной, так и двумя руками. Субури - исключительно полезный вид практики. Оно развивает силу захвата и удара, координацию и точность, а также повышает общую выносливость мышц рук и корпуса в специфическом режиме работы с мечом.

Субури можно практиковать как на месте, так и в движении, как по воздуху, так и по мишени — все зависит от ваших возможностей и условий для тренировки.

Работа ног в субури не отличается от боевой техники, поэтому это упражнение прививает также и опыт правильного перемещения и дистанции для удара (если удары наносятся по мишени).

Начинающим можно посоветовать практиковать субури как можно чаще, по 10—15 минут 2 раза в день, утром и вечером. Реально ощутимые результаты не замедлят сказаться очень скоро — уже через 2-3 месяца непрерывных тренировок.

На продвинутом этапе практики субури выполняется по технике того или иного базового удара или комбинации ударов по желанию самого занимающегося, однако к такому методу тренировки можно приступать не ранее чем через год после начала занятий с мечом. Ниже представлены два примера исполнения базовых субури.

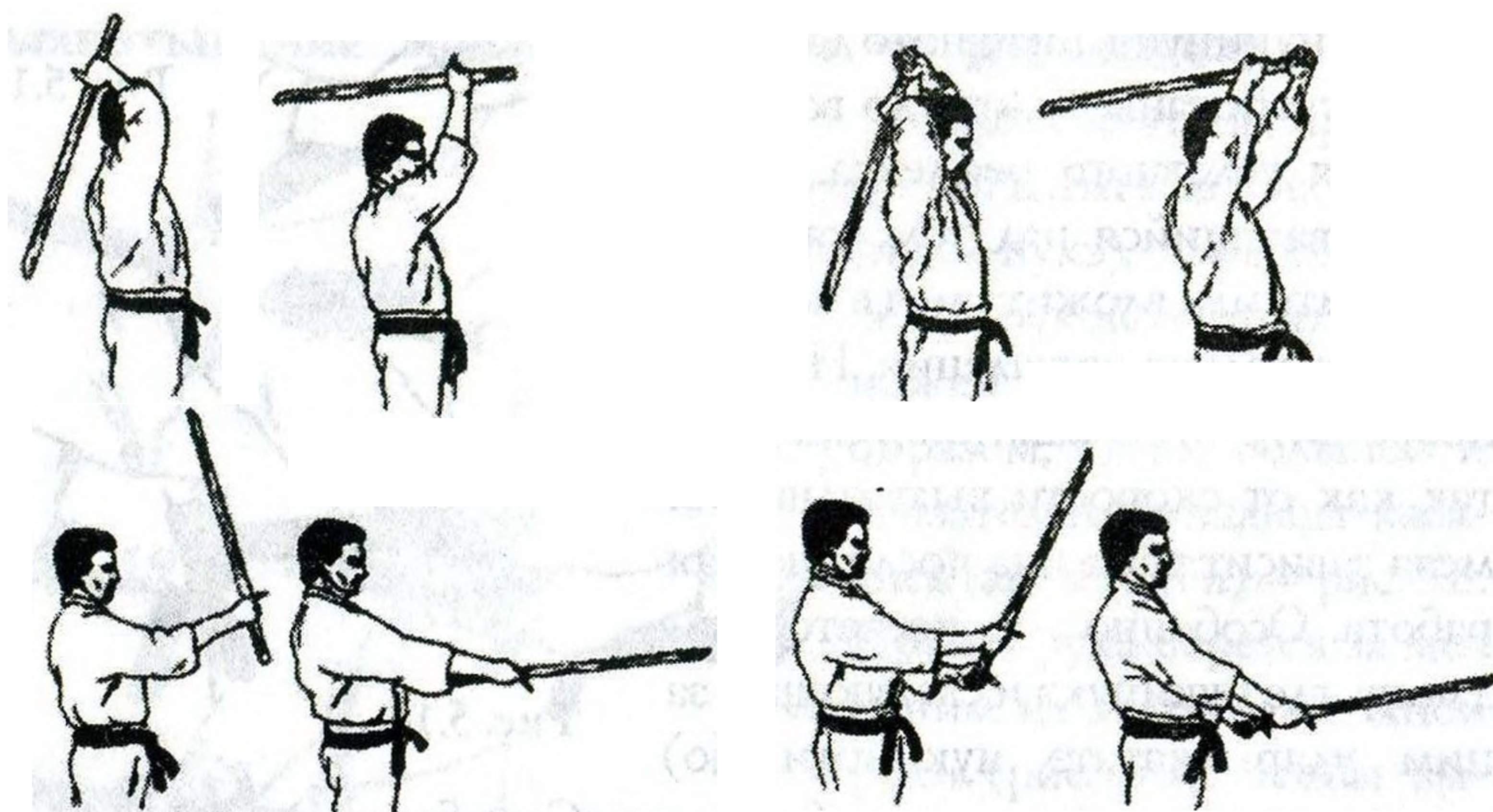


Рис. 5.15—5.18. Вариант 1.
Субури одной рукой

Рис. 5.19—5.22. Вариант 2.
Субури двумя руками

Ношение меча ниндзя

Как уже отмечалось, расхожим заблуждением в среде почитателей ниндзюцу, не слишком искушенных в тонкостях действительной техники воинов-теней, является суждение о том, что ниндзя постоянно носил свой меч за спиной и работал исключительно из этого положения. Это ошибочное представление, распространившееся у наших людей благодаря голливудским и гонконговским боевикам о ниндзя, где небезызвестный Шо Косуги непрерывно выхватывает и вкладывает меч именно из-за спины. На самом деле такое положение исключительно неудобно для подобного рода действий и, если учесть уровень противников настоящих ниндзя, с детства овладевавших искусством фехтования на мечах, оно просто не оставляет ниндзя никаких шансов на победу, так как малейшее замедление, связанное с выхватыванием меча, стоило бы неудачливому воину-тени жизни. Поэтому меч в условиях малейшей опасности смещался со спины (где его носили для удобства при перемещениях в лесу, преодолении стен и т. д.) на пояс, откуда он и выхватывался в случае необходимости с той скоростью, на которую ниндзя был способен, иначе — гибель от удара самурайского меча была бы неизбежной. И хотя в ниндзюцу присутствует много техник мгновенного обнажения меча с последующим ударом (синоби-айдзюцу), в том числе с перемещением меча с пояса за спину

Искусство владения мечом ниндзя — [Синоби кэндзюцу]

(см. главу «Синоби-йя»), в то же время существует множество техник, основанных на том, что ниндзя даже не пытается соперничать в этом искусстве с самураями, а стремится воспользоваться своим необнаженным мечом для перехвата инициативы (используя для этого удары рукоятью, гардой и т. п.), а уж потом наносит смертельный удар или порез, часто у потребляя для этого не свой меч, а оружие врага.

Глава 5. Боевые позиции с мечом — [Кэн-камаэ-но ката]

Как и в любом другом методе безоружного и вооруженного боя ниндзя в традиции Будзинкан нинпо, кэн-камаэ являются не только чисто практическими, боевыми позициями для ведения поединка, но и несут немалую долю мистического и духовного символизма, являющегося отражением внутреннего состояния воина ниндзя в момент смертельной схватки с врагом. Камаэ влияет как на сам рисунок боя, так и ощутимо изменяет отношение воина к происходящему. Непоколебимый дух и вера в собственные силы (фудосин) ведут ниндзя к победе даже в безвыходном положении неравного боя. Используя камаэ, ниндзя приходит в согласие с силами Универсума и действует согласно непреходящим законам Вселенной, уничтожая зло и стремясь к справедливости.

При тренировке камаэ с мечом необходимо помнить о равновесии (хэйко) и легкости (каруми) вашей позиции. Камаэ — не статическая поза, но энергия, собранная в единое целое и замершая на мгновение с тем, чтобы через долю секунды разрядиться градом молниеносных смертельно опасных ударов. Камаэ подобно взведенному курку: стоит отпустить стопорящий механизм — и грянет выстрел.

В бою не следует стараться занимать одно и то же камаэ все время — как только оно перестает отвечать насущным вопросам поединка, от него тут же отказываются в пользу более выгодного с тактической стороны положения. Этот процесс изменения должен происходить интуитивно, направляемый внутренним психологическим состоянием бойца, а не логическими рассуждениями о правильности или неправильности выбранного положения. Подобного уровня можно достичь, только постоянно практикуясь в технике боя с мечом, а также постигая внутреннюю сущность того или иного камаэ.

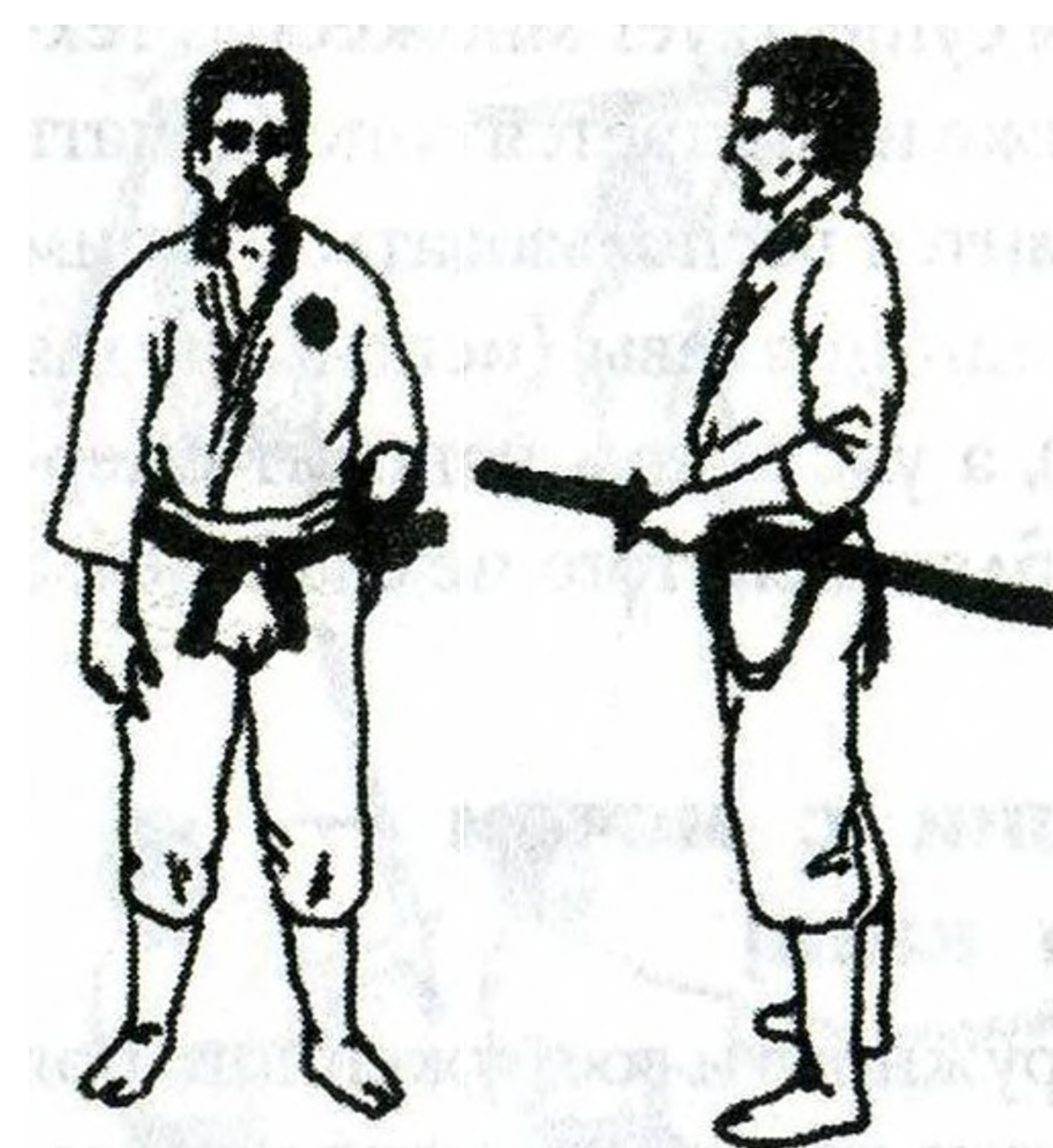


Рис. 5.23-5.24

1. Естественная позиция — [Сидзэн-но камаэ]

Естественное положение тела характерно для проявления элемента *Земля* в классификации Годай-сэцу. Стойте прямо и спокойно, спина ровная, ноги на ширине плеч (рис. 5.23—5.24). Меч расположен за поясом с левой стороны, левая рука может придерживать ножны за коигути.

2. Позиция «алмазной молнии» — [Конго-но камаэ]

Мистическое положение, демонстрирующее непоколебимую мощь и силу ниндзя в борьбе с врагом. Относится к элементу *Земля*. Положение ног и корпуса не отличается от сидзэн-но камаэ, но меч располагается прямо перед собой, рукоять на уровне солнечного сплетения (рис. 5.25—5.26). Данная позиция является телесным отражением энергии Дайконго-ин — всепроникающей мудрости, разрушающей непонимание и направляющей силу ума и тела в нужном направлении.

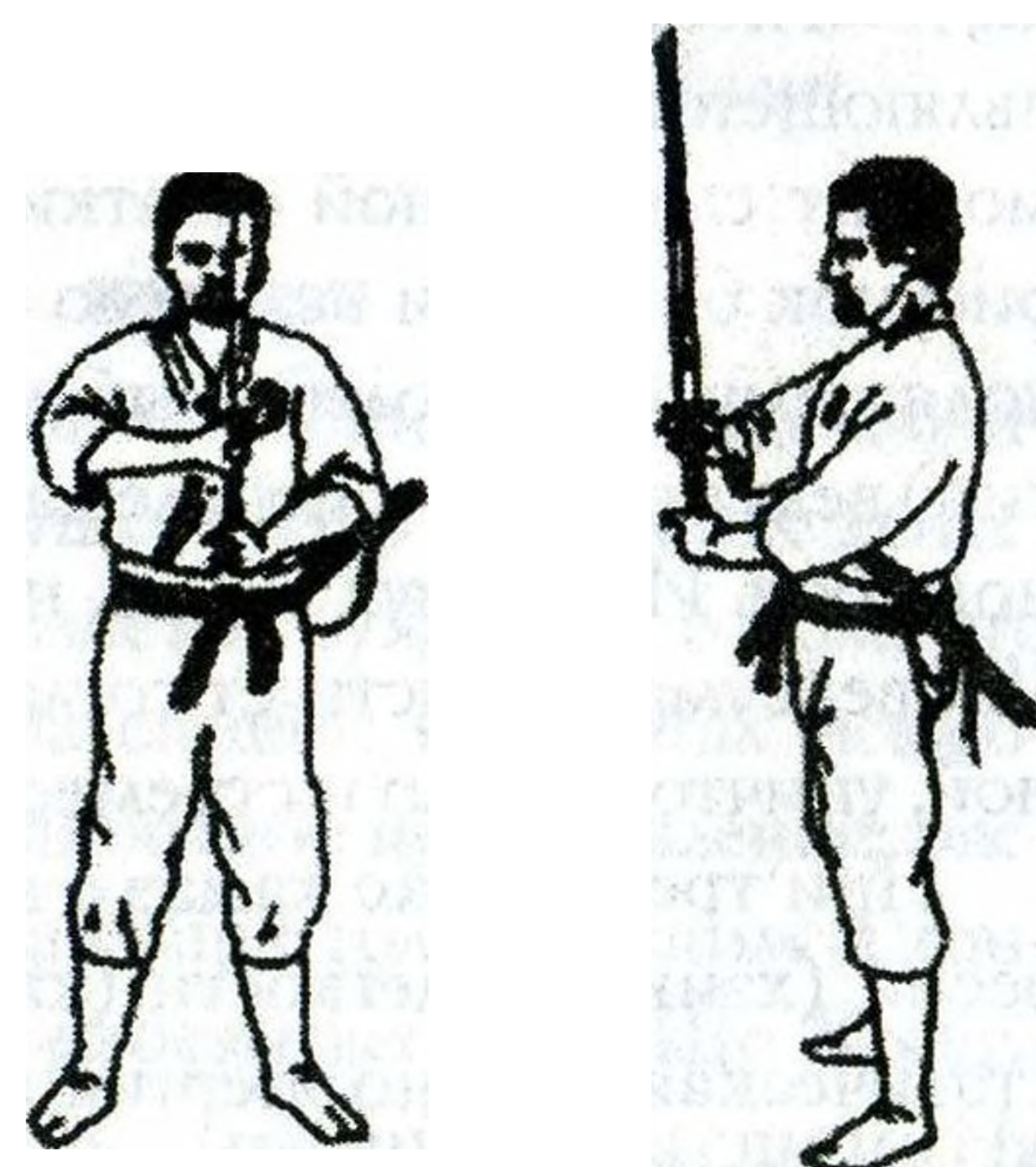


Рис. 5.25-5.26

3. Позиция для яй на одном колене — [Яй-госи-но камаэ]

Из сидзэн-но камаэ присядьте, сгибая обе ноги в коленях. Левая нога упирается в пол коленом и носком стопы, правая в согнутом положении стоит на носке. Левая



Рис. 5.27-5.28

рука расположена на коигути, правая — на правом бедре, корпус развернут влево под сорок пять градусов по отношению к противнику (рис. 5.27—5.28). Исключительно эффективное камаэ для проведения яй-техник (техник мгновенного обнажения меча с последующим ударом). Относится к элементу *Земля*.

4. Положение сидя на пятках — [Сэйдза-но камаэ]

Известное положение сидя на коленях в работе с мечом ниндзя используется в техниках яйдзюцу и работе сидящего против стоящего (хандза-хантати). Меч располагается аналогично сидзэн-но камаэ (рис. 5.29—5.30). Единственным существенным отличием от подобной техники в безоружном бою (тайдзюцу) является то, что носки ног упираются в пол, вместо того чтобы скрещиваться под ягодицами сидящего. Это камаэ, так же как предыдущее, относится к элементу *Земля*.

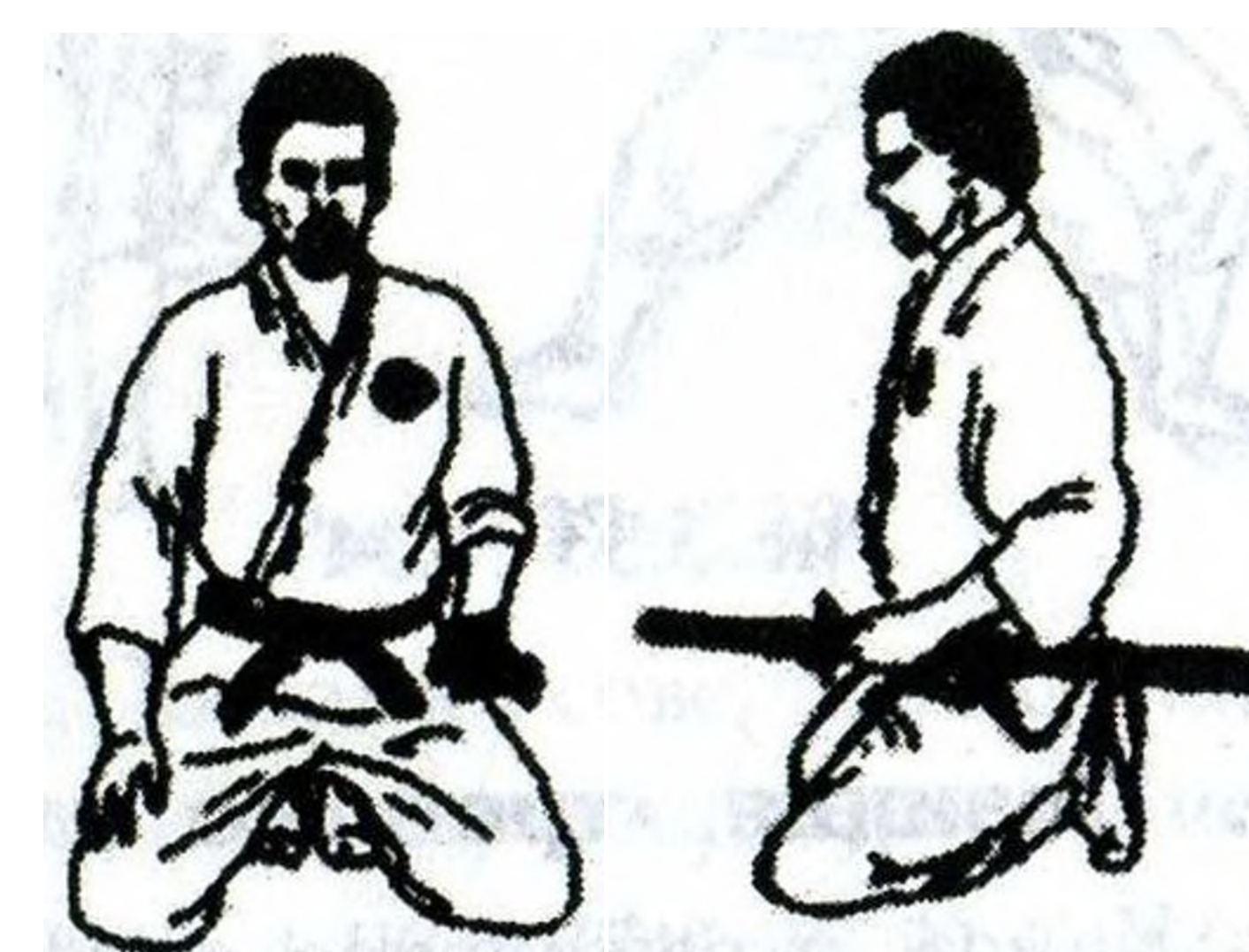


Рис. 5.29-5.30

5. Позиция «единицы» — [Ити-но камаэ]

Из сидзэн-но камаэ сделайте шаг назад левой ногой, занимая защитное положение (вес тела на 70% переносится на сзади расположенную ногу). Оружие, удерживаемое в обеих руках методом риотэ-моти, расположите прямо перед животом, руки чуть присогните в локтях (рис. 5.31—5.32).



Рис. 5.31—5.32

Меч расположен строго горизонтально (отсюда и название: иероглиф «ити» пишется прямой горизонтальной чертой). Это — позиция настороженного ожидания, очень эффективная для неожиданных атак тычком или порезом на среднем уровне. Ити-но камаэ соотносится с элементом *Вода* по классификации Годай-сэцу.

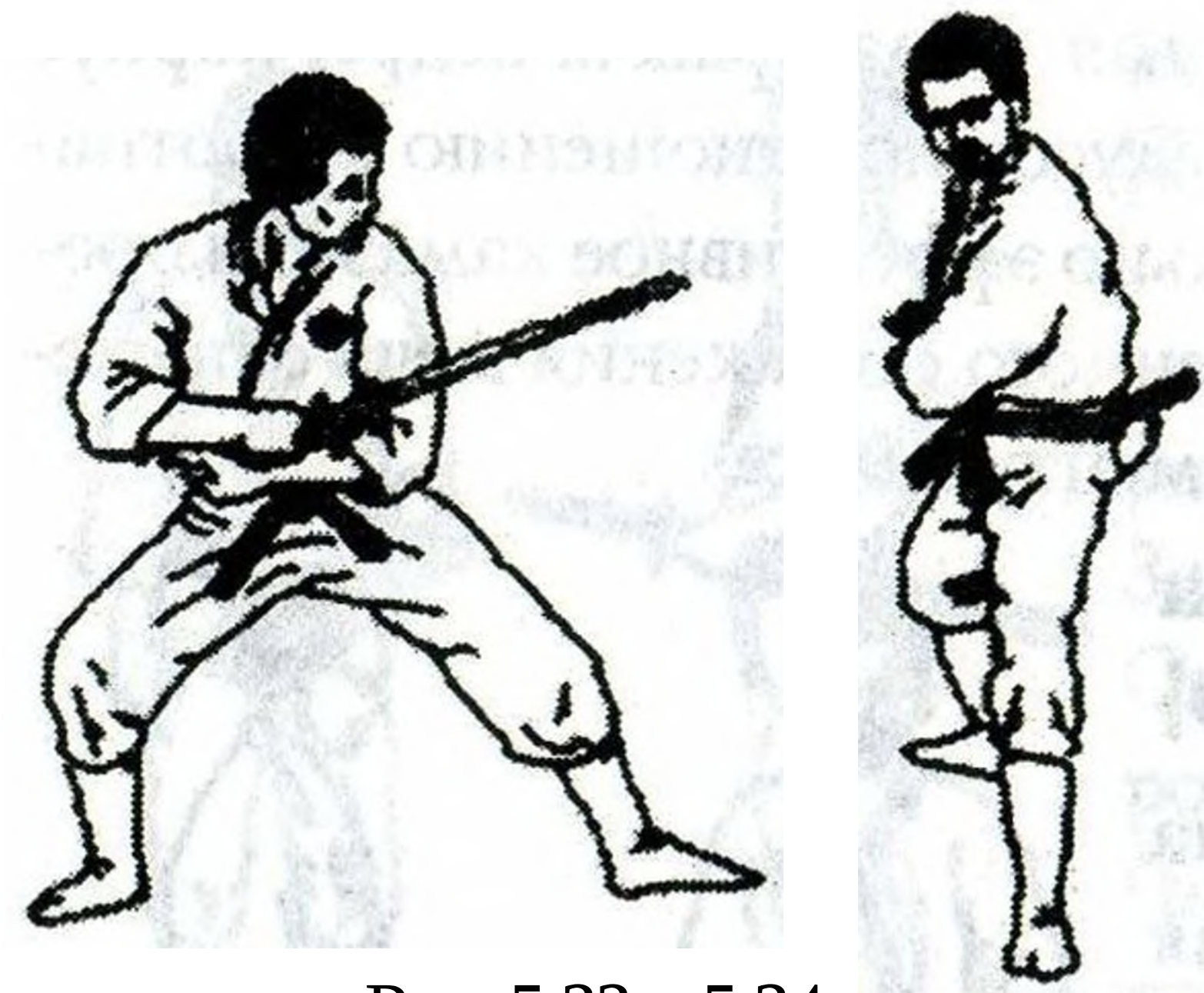


Рис. 5.33—5.34

6. Позиция духа — [Син-но камаэ]

Обратное по отношению к ити-но камаэ положение. Из предыдущей позиции сделайте шаг назад правой ногой (или вперед левой) и расположите меч режущей кромкой вверх на предплечье левой руки (рис. 5.33—5.34). Относится к элементу *Вода*.

7. Позиция «третьего глаза» — [Сэйган-но камаэ]

Камаэ, отражающее внутреннюю силу ниндзя и создающее такое положение, в котором противник не может решиться на атаку или сколько-нибудь эффективно защищаться. Из ити-но камаэ немного подтяните левую ногу к правой, оставляя соотношение веса прежним, меч подайте вперед таким образом, чтобы ваши руки практически выпрямились, а меч был направлен в горло или глаза противника. Сэйган-но камаэ позволяет держать противника на безопасной для себя дистанции и в то же время мгновенно атаковать его жизненно важные участки тела в случае малейшей агрессии с его стороны. Относится к элементу *Вода*.

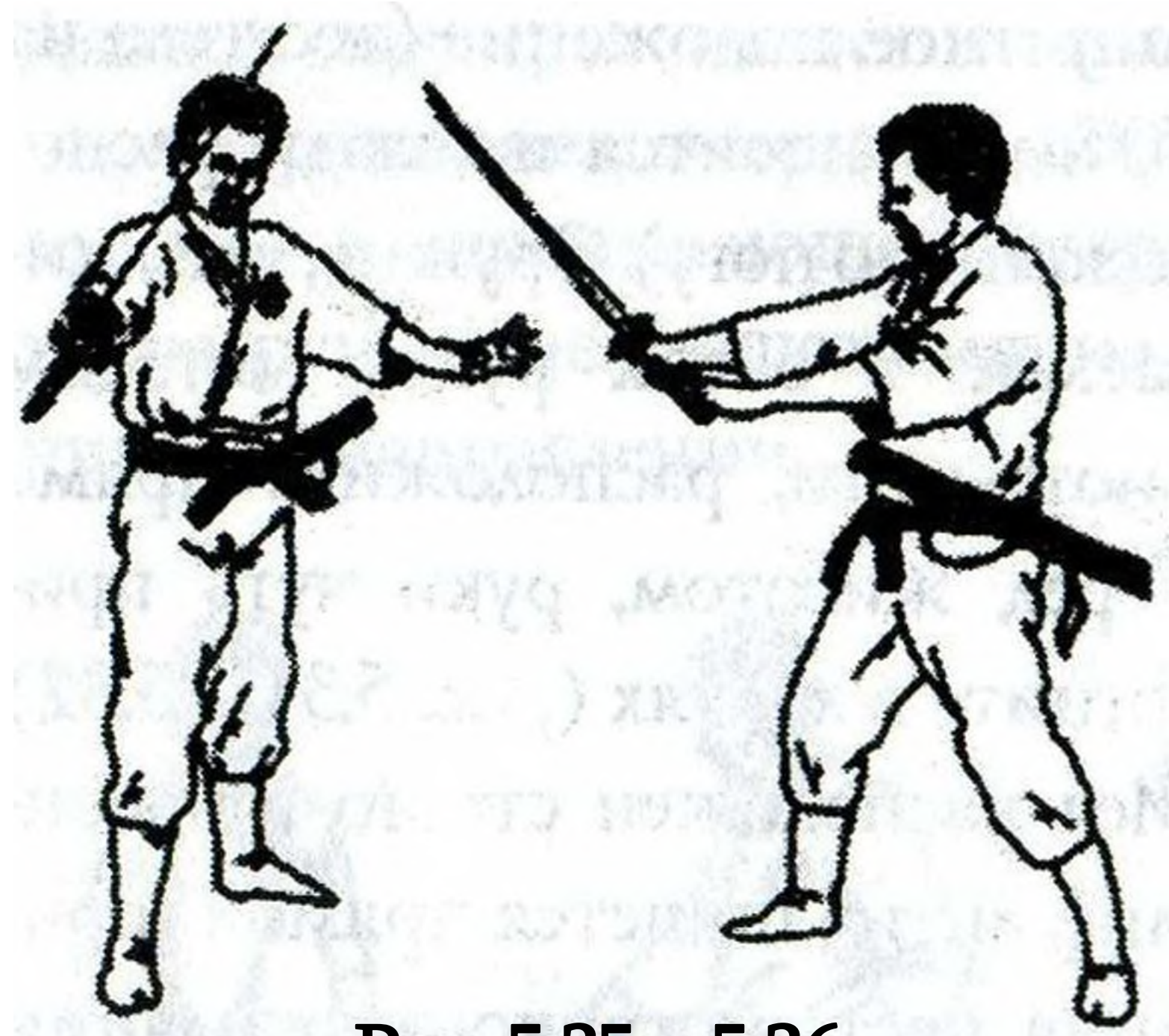


Рис. 5.35—5.36

8. Позиция «третьего глаза» с мечом в одной руке — [Кататэ-сэйган-но камаэ]

Удерживайте меч в правой руке, как показано на рис. 5.35—5.36. Левая рука раскрыта и немного отведена в сторону для сохранения лучшего баланса при выполнении

техники. В остальном цели и назначение не отличаются от предыдущего положения.

9. Позиция «бабочки» — [Котё-но камаэ]

Другое название этого камаэ — касуми-но камаэ («положение с мечом у виска»). Из ити-но камаэ поднимите меч таким образом, чтобы рукоять оказалась у левого виска, а острие клинка было строго горизонтально направлено в сторону лица противника (рис. 5.37—5.38). Позволяет совершать серии мгновенных рубящих движений снизу, напоминающих движение крыльев порхающей бабочки — отсюда и название этого камаэ элемента *Вода*.

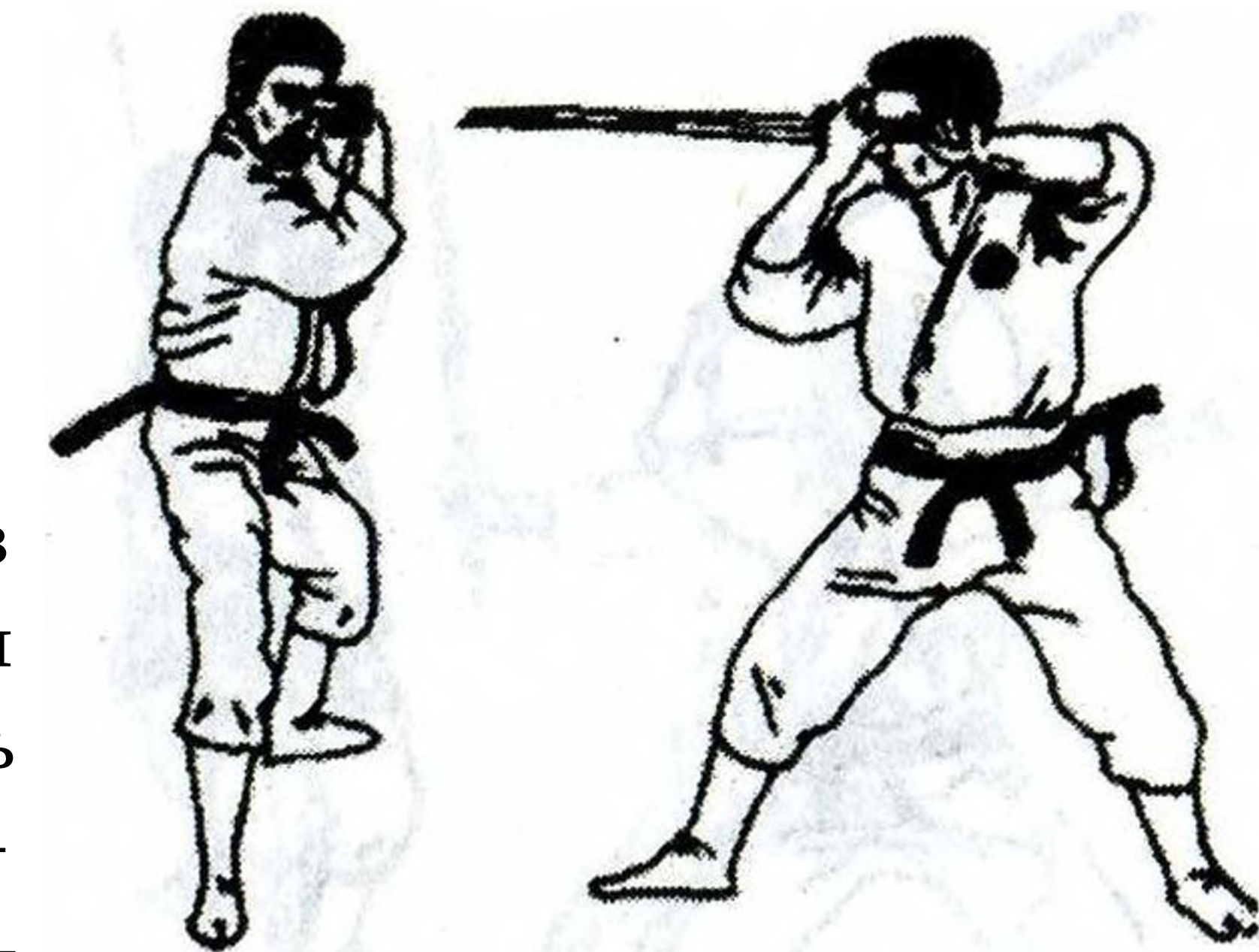


Рис. 5.37-5.38

10. Вертикальная позиция — [Хассо-но камаэ]

Из конго-но камаэ сделайте шаг назад левой или правой ногой, одновременно разворачивая корпус и сдвигая расположенный вертикально меч соответственно в ту сторону, какая нога расположена сзади. Руки немного приподнимите вверх, так,

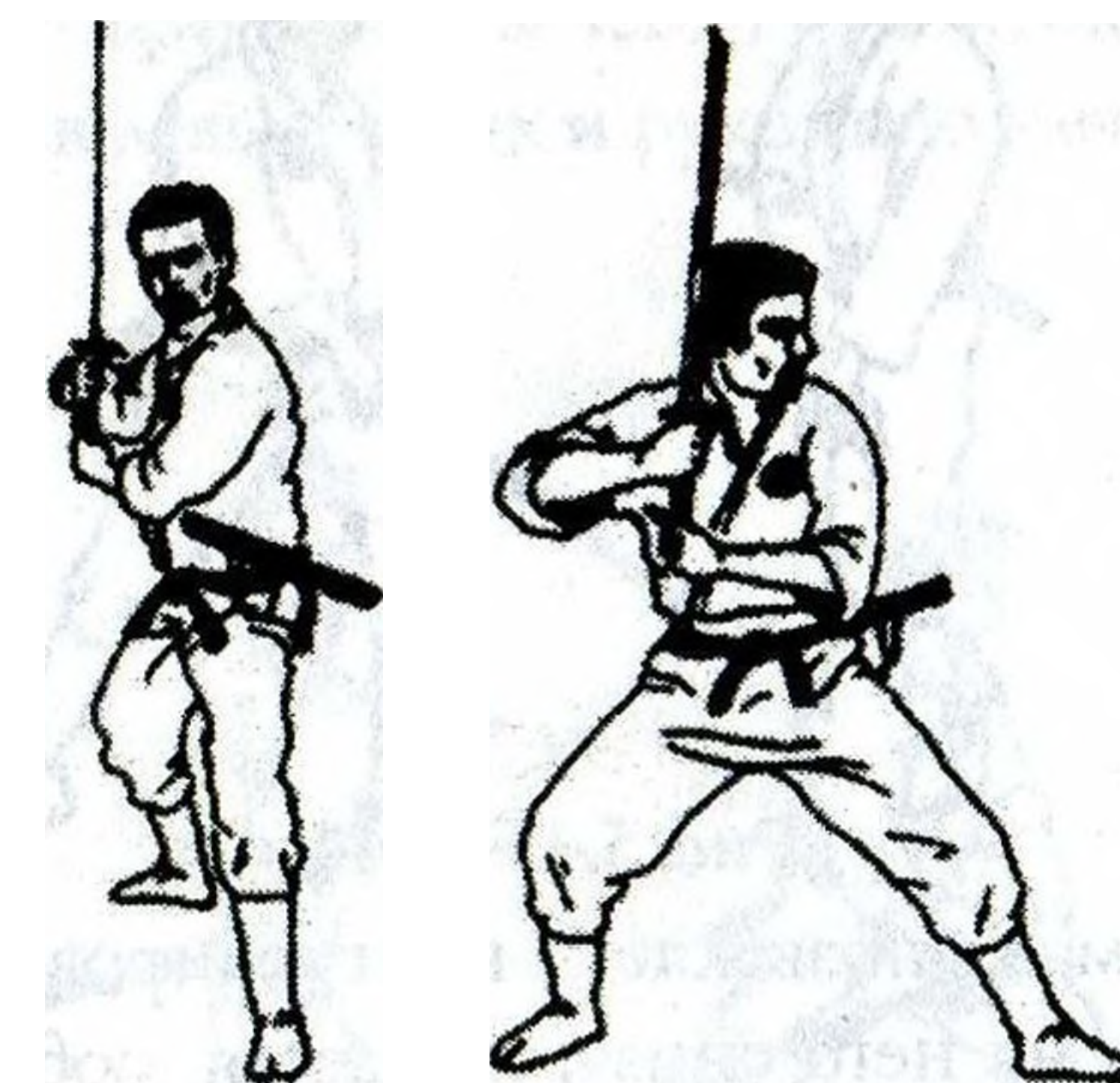


Рис 5.39—5.40

чтобы цуба оказалась приблизительно на уровне ваших плеч (рис. 5.39—5.40). Эффективная позиция для резкого разрыва дистанции с мгновенным последующим ударом в открывшуюся брешь в обороне противника за счет его промаха. Хассо-но камаэ соответствует элементу *Воды*.

11. Большая верхняя позиция — [Дай-дзедан-но камаэ]

Пожалуй, наиболее известное положение в японском фехтовании. Из сидзэн- или конго-но камаэ сделайте шаг вперед левой ногой, одновременно поднимая меч вверх и занося его для удара за голову. Правильным положением является такое, когда из-под

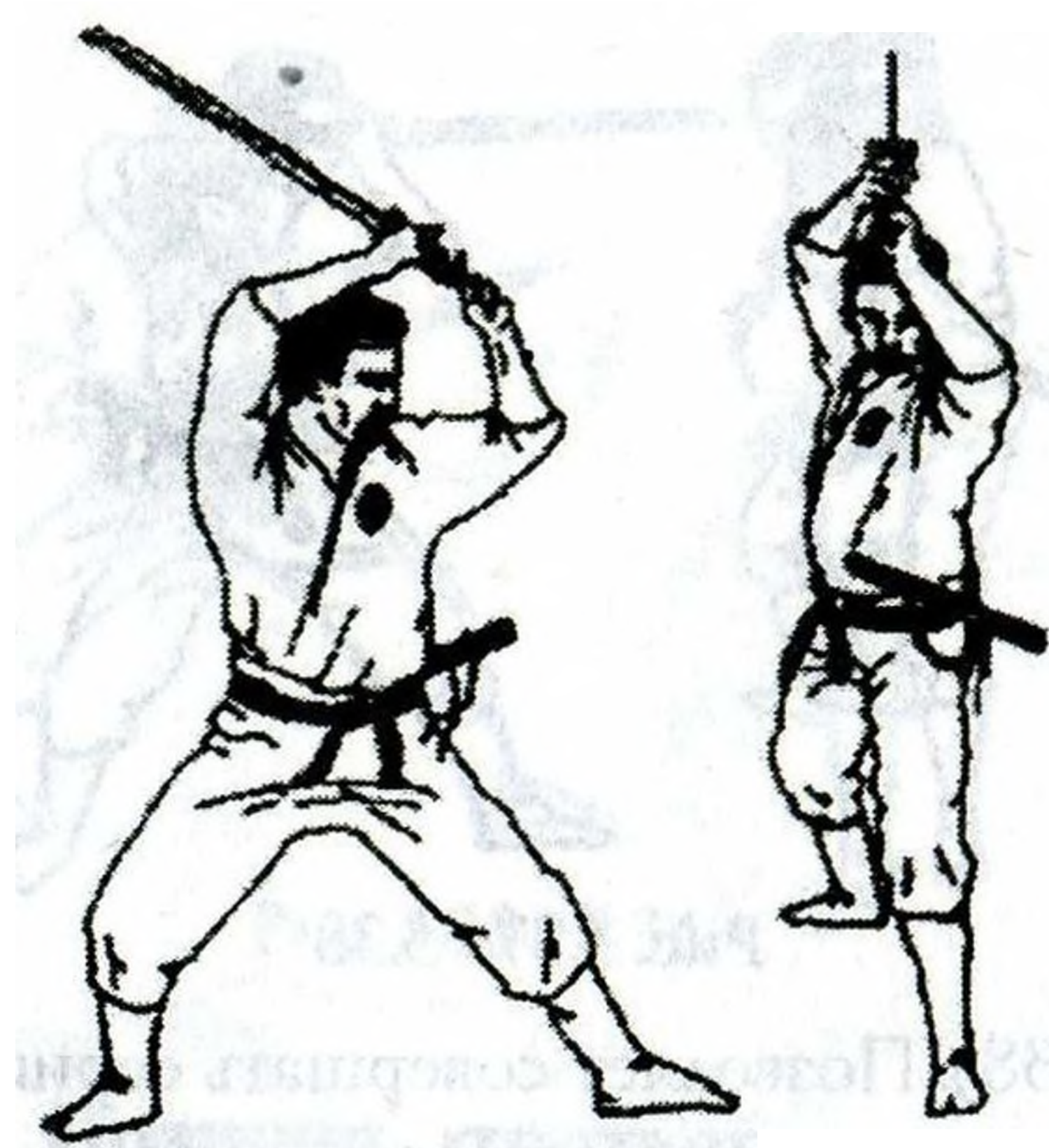


Рис. 5.41-5.42

12. Нижняя позиция — [Гэдан-но камаэ]

Из ити-но камаэ опустите острие меча на уровень коленей противника, одновременно перенося вес тела с сзади расположенной ноги на впереди расположенную с соотношением 60% веса — на правой ноге, 40% — на левой (рис. 5.43—5.44). Гэдан-но камаэ позволяет контролировать действия противника и нападать на него снизу, пресекая любые попытки защищаться. Относится к элементу *Огонь*.

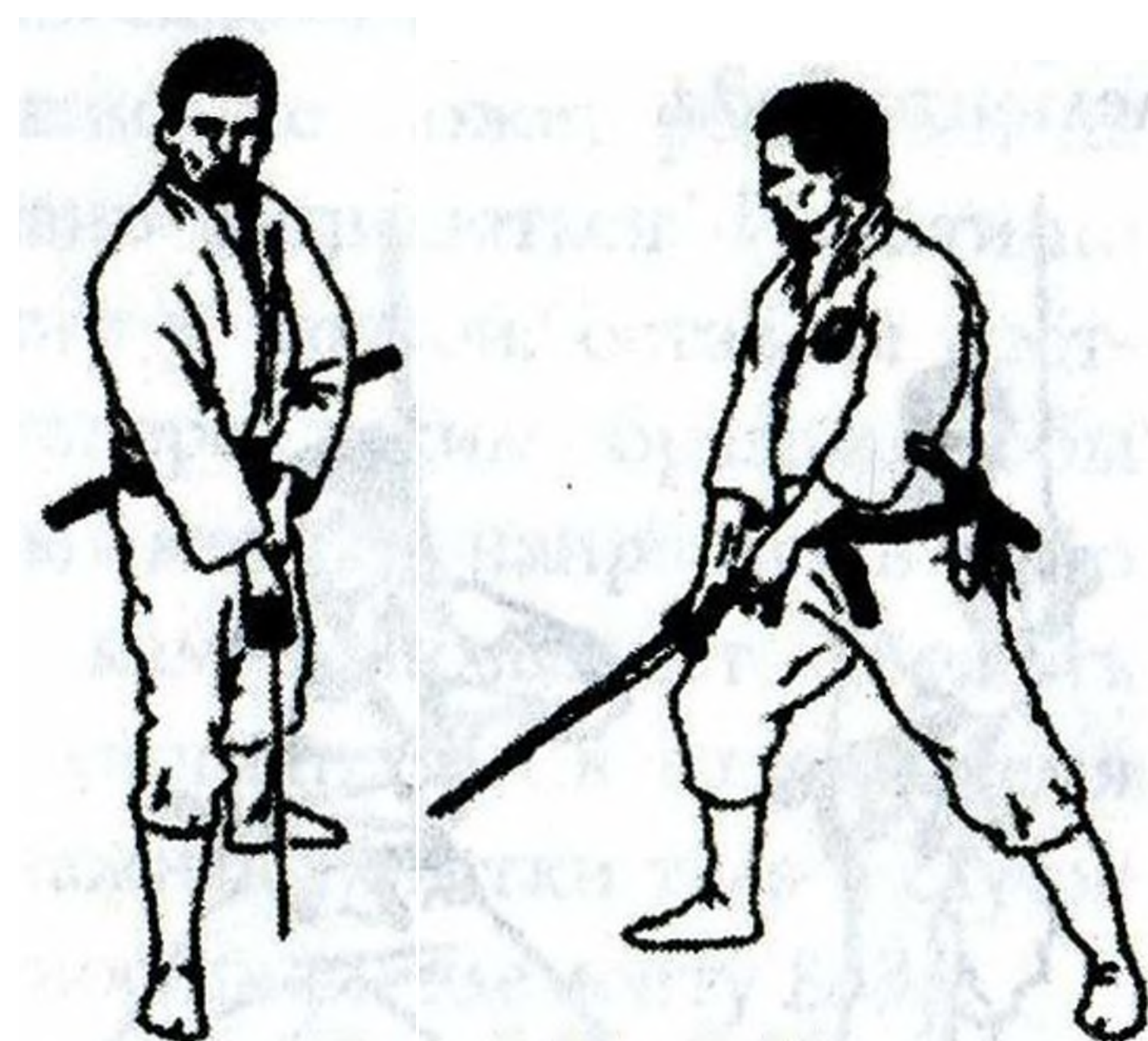


Рис. 5.43—5.44

13. Позиция рукояти — [Цука-но камаэ]

Из ити- или сэйган-но камаэ сделайте шаг левой ногой вперед, занимая высокую переднюю стойку. Одновременно поднимите меч так, чтобы его обух упирался вам в левое плечо, а рукоять была направлена гасира на противника (рис. 5.45—5.46). Исключительно агрессивное камаэ для ближнего боя, соответствующее элементу *Огонь*.

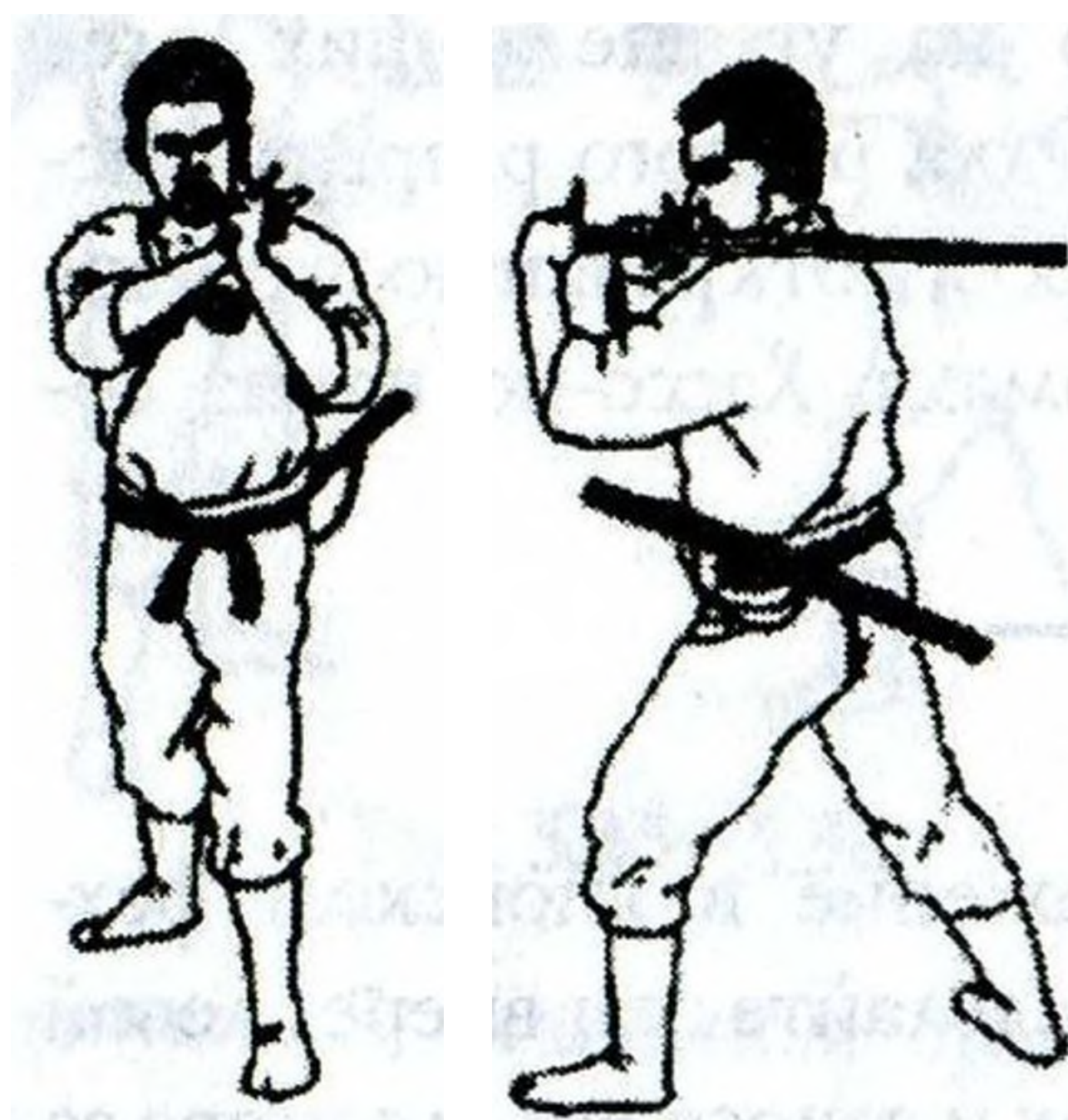


Рис. 5.45—5.46

14. Позиция с отведенным назад мечом — [Сасакурэ-но камаэ]

Из кататэ-сэйган-но камаэ отведите правую руку с мечом назад, а левую раскрытую ладонь вытяните в направлении противника (как вариант, можно удерживать в ней ножны). Левая нога находится впереди на расстоянии обычного шага от правой ноги (рис. 5.47—5.48). Сасакурэ-но камаэ позволяет проводить сковывающие захваты левой рукой, одновременно поражая противника как лезвием, так и рукоятью меча. Соответствует элементу *Огонь*.

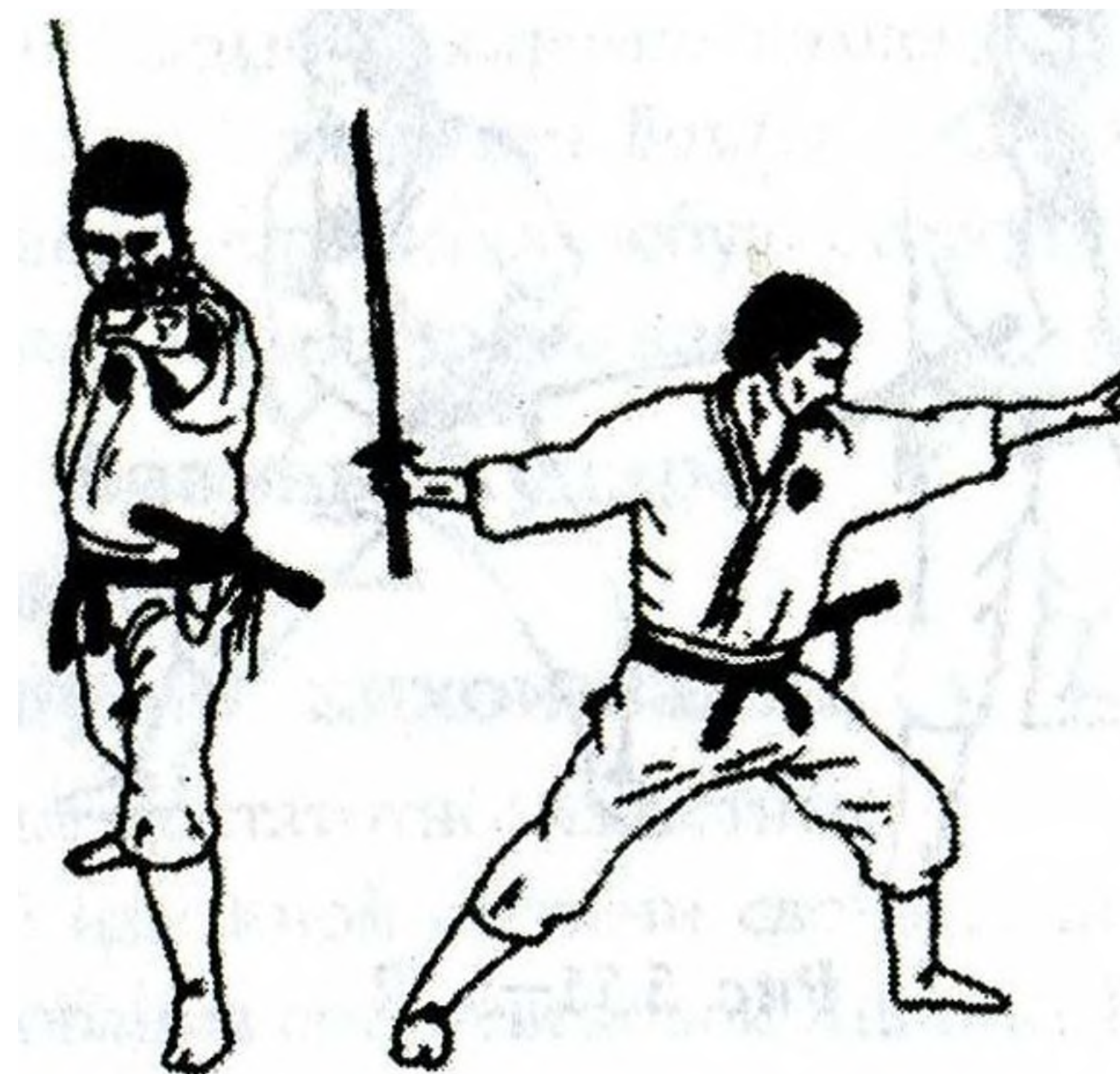


Рис. 5.47-5.48

15. Развернутая нижняя позиция — [Дзисури-гэдан-но камаэ]

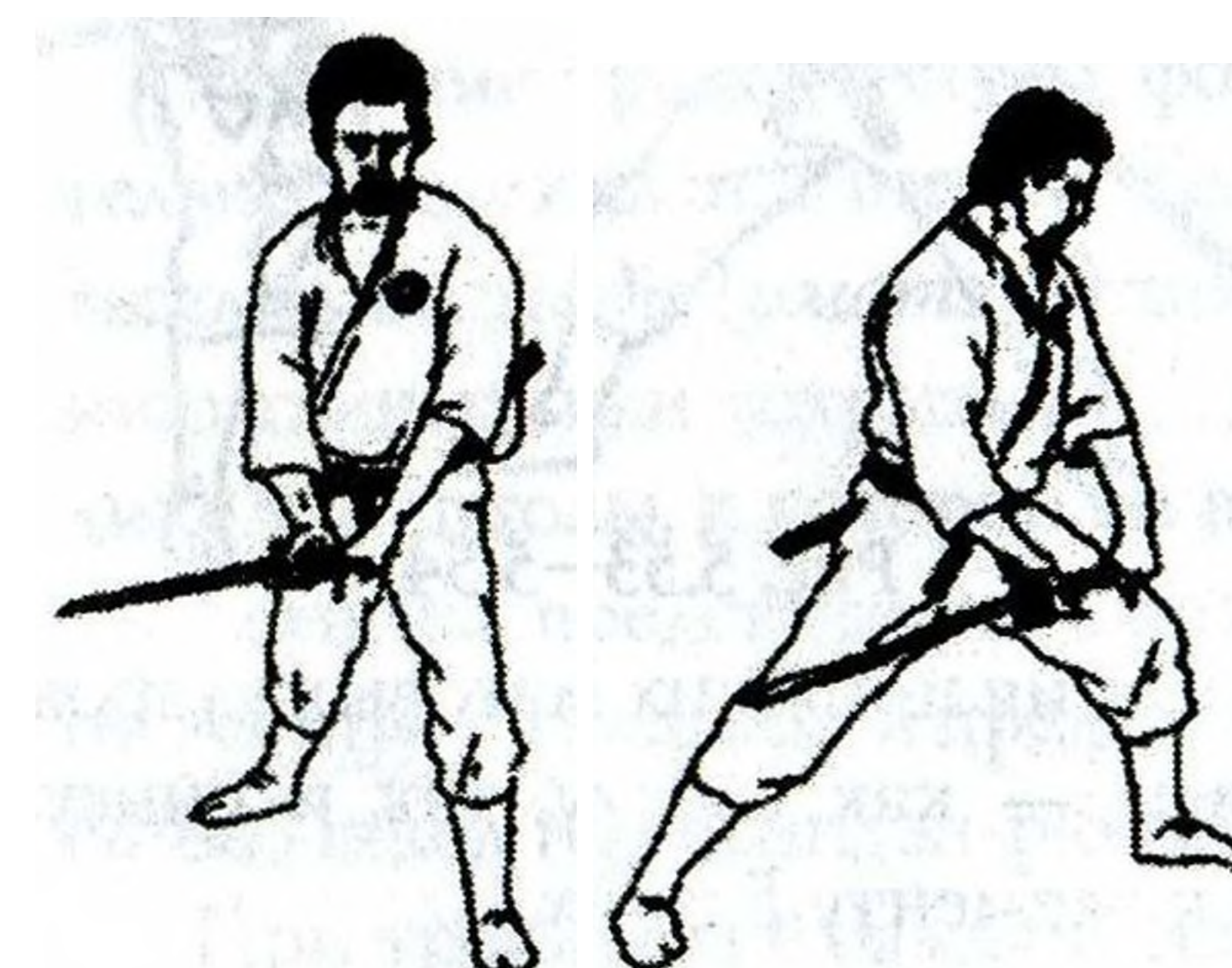


Рис. 5.49-5.50

Из гэдан-но камаэ сделайте широкий шаг левой ногой вперед—в сторону, одновременно смещая меч к левому бедру. Вес тела распределяется почти равномерно, но несколько больше на левую ногу. Эта позиция позволяет эффективно маневрировать с целью захода за спину противника с мгновенной контратакой сверху вниз или снизу вверх (рис. 5.49—5.50). Это камаэ относится к элементу *Воздух* по классификации Годай-сэцу.

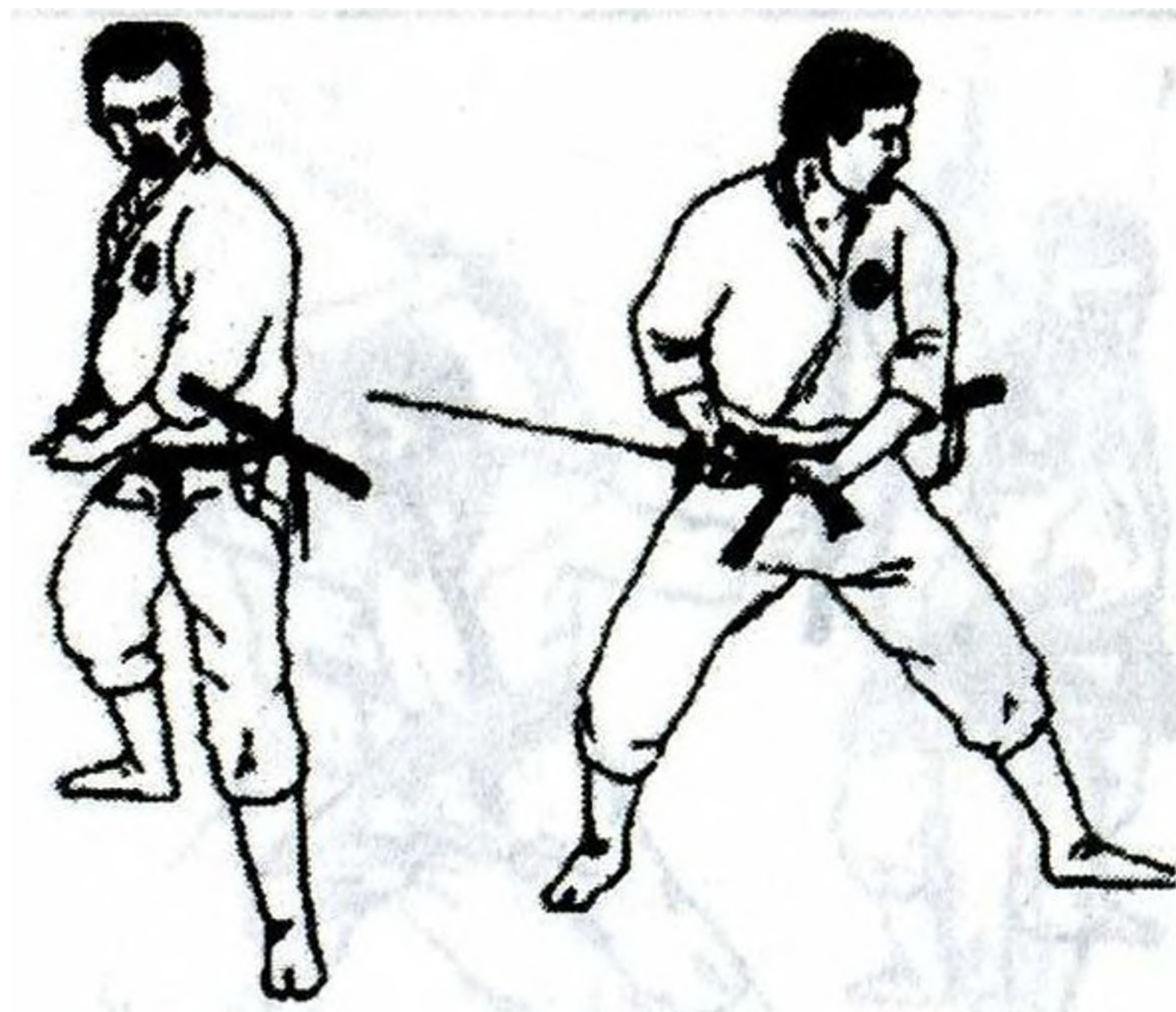


Рис 5.51–5.52

16. «Преследующая» позиция — [Ся-но камаэ]

Из конго-но камаэ отведи-те меч вправо—назад на уровне поясицы, одновременно совершая небольшой шаг левой ногой вперед. Острие меча направлено в сторону (рис. 5.51—5.52). Позволяет проводить очень эффективные

круговые уходы с линии атаки противника с одновременной горизонтальной рубя туей или режущей контратакой. Соответствует элементу *Воздух*.

17. Позиция «водяного дракона» — [Рюсуи-но камаэ]

Рюсуи-но камаэ почти не отличается от предыдущей позиции, но меч, отведенный назад, находится более низко и режущая кромка клинка направлена вверх, а не в сторону (рис. 5.53—5.54). Рюсуи-но камаэ — идеальная позиция для нанесения широких маховых ударов по диагонали — как сверху, так и снизу.

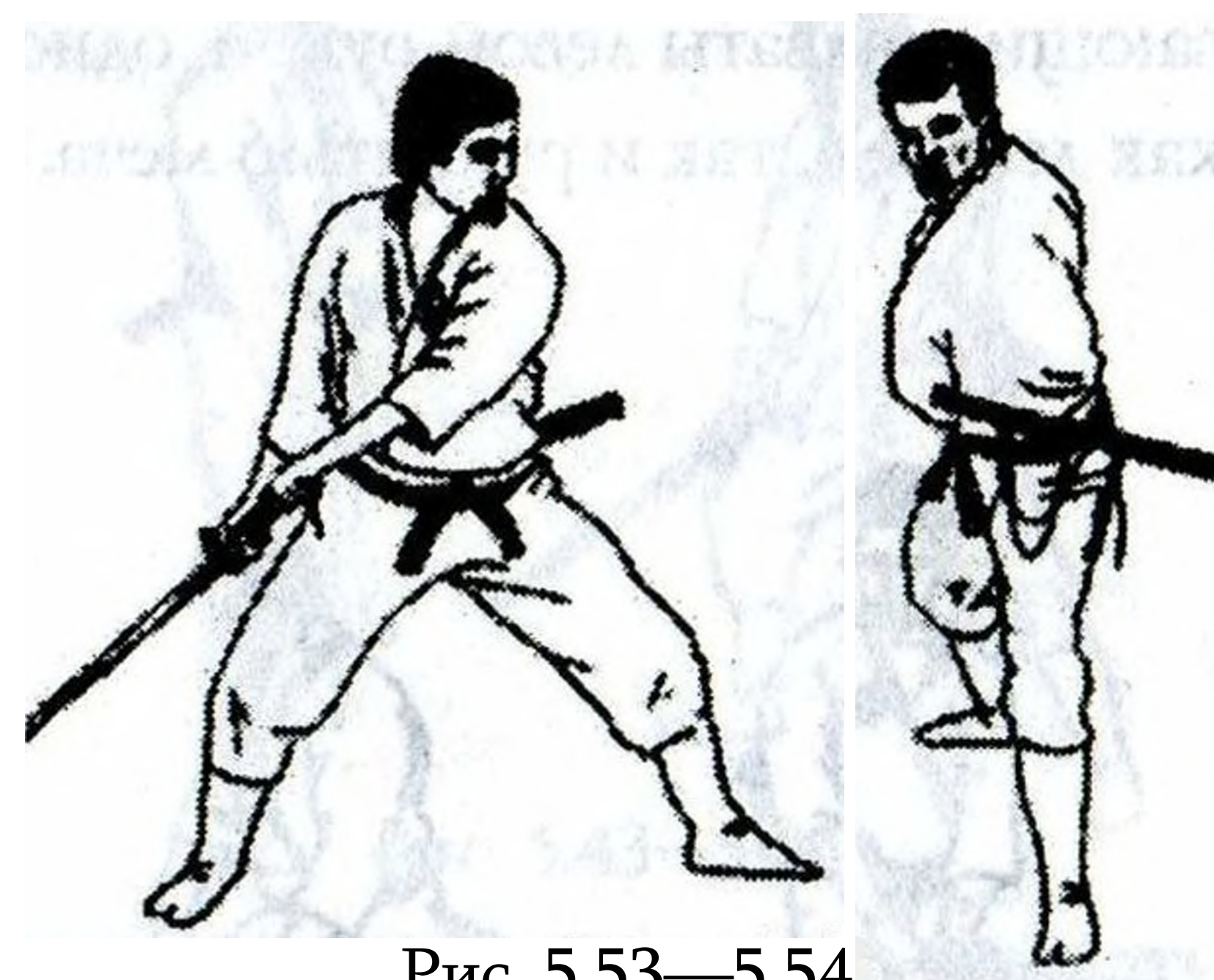


Рис. 5.53—5.54

Относится к элементу *Воздух*.

18. «Пустая» позиция — [Кара-но камаэ]

Другое название данного положения — «какуси-но камаэ», что означает «скрытая позиция». Действительно, расположенный в правой руке меч, взятый обратным хватом и удерживаемый за рукой (рис. 5.55—5.56), до последнего мгновения перед решающим ударом оставляет противника в неведении, откуда может быть нанесен удар. По внут-

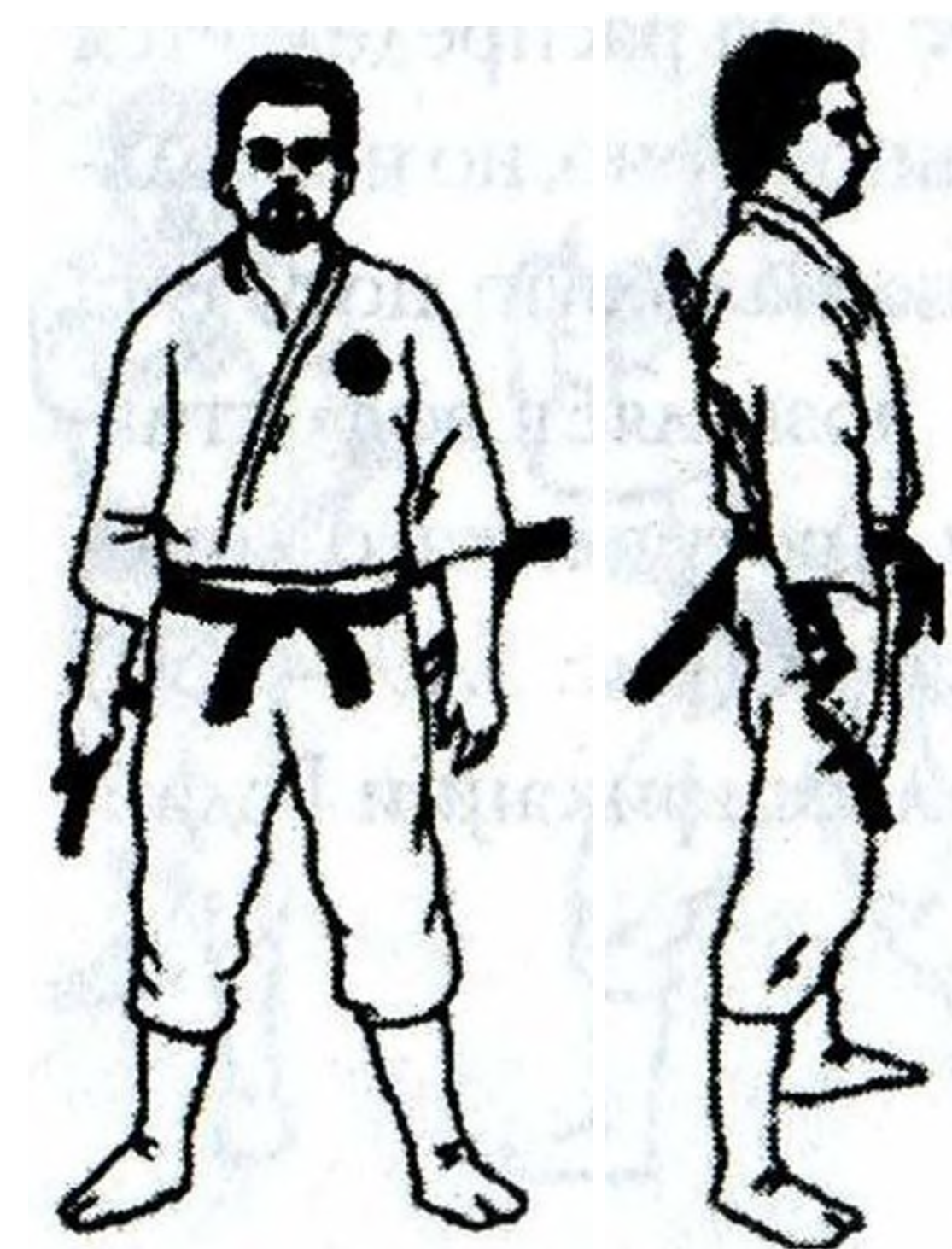


Рис. 5.55—5.56

ренному состоянию эта позиция сходна с хира-но камаэ в тайдзюцу — воспринимающей позицией элемента *Воздух*. Разнообразие возможных контратак и перемещений в любую сторону — главное преимущество бойца, использующего это камаэ.

Глава 6. Десять базовых ударов мечом ниндзя — [Синоби кэндзюцу-но кихон-вадза]

В этой главе мы рассмотрим достаточно известные техники нанесения ударов мечом, в той или иной степени свойственные практически всем школам фехтования средневековой Японии. Без овладения техникой этих ударов (естественно, используя принципы ниндзюцу) не может быть и речи о дальнейшем продвижении в специфических техниках ниндзя, так как не зная и не владея методами и приемами противника, невозможно сколь-нибудь эффективно защищаться и контратаковать. О специфических техниках ниндзя и углубленной продвинутой технике фехтования читатель сможет прочесть на страницах готовящейся к изданию книги «Ниндзя бикэндзюцу».

Изучение традиционных форм нанесения ударов было обязательно во всех кланах ниндзя. Только после хорошего освоения этой «всемирно известной» (*омотэ*) техники ученик мог приступать к изучению тайных, или «скрытых» (*ура*) движений и приемов по методике той школы, к которой он принадлежал.

Техника, представленная ниже, была передана Масааки Хацуми от Тосицугу Такамаду и представляла собой базовую работу (*кихон-вадза*) школ Кукисиндэн-рю и Такаги Иосин-рю.

При тренировке базовой техники необходимо быть очень внимательным, вовремя исправлять ошибки и не допускать появления новых. Присутствуйте в том, что вы делаете. Полностью сконцентрируйтесь на выполняемых движениях. На продвинутом этапе практики вы сможете использовать нижеизложенные движения и их комбинации как упражнения субури, но не делайте этого слишком рано — каждое движение кихон-вадза должно быть отработано не менее нескольких десятков тысяч раз, прежде чем вы сможете полностью отключать сознание от выполняемых движений. Будьте терпеливыми на пути к мастерству, и ваши усилия будут вознаграждены.

При отработке ударов помните о балансе (*хэйко*), вложении массы тела в удар (*кикэнтай*) и методе дыхания с напряжением передней стенки живота в момент выдоха, совпадающего с окончанием удара (известного как «*кимэ*» в каратэ и др.).

1. «Расщепление полого бамбука» — [Дай-дзедан-каратакэ-вари]

Из конго-но камаэ (рис 5.57) сделайте мощный и резкий замах мечом над головой (рис. 5.58), одновременно выпрямляя (вытягивая) спину и ноги. Ни в коем случае не напрягайте трапециевидные мышцы — это приводит к поднятию плеч, что в корне неправильно для нанесения четкого удара (рис. 5.59). Клинок должен подниматься и опускаться строго по центральной линии, условно делящей тело человека на две вертикальные части — левую и правую. Резко опустите меч вниз, как бы расщепляя ствол бамбука вдоль сверху донизу. Одновременно сделайте небольшой шаг левой или правой ногой в сторону, оставляя стопы параллельными (рис. 5.60). Клинок должен остановиться в 3—5 см от поверхности земли, ни в коем случае не касаясь ее. В момент нанесения удара выполните резкий короткий выдох с напряжением передней стенки живота. Кисти рук совершают небольшое как бы «выкручивающее» движение изнутри наружу, указательные пальцы выпрямлены, но не напряжены. Хват рукояти осуществляется за счет мизинца, безымянной и среднего пальцев.



Рис 5.57



Рис 5.58



Рис 5.59



Рис 5.60

Практическое применение

В момент, когда противник сделает замах мечом, занимая дай-дзедан-но камаэ, переведите свой меч в положение конго (рис. 5.61). Как только он начнет выполнять рубящий удар сверху вниз или по диагонали, шагните правой ногой вперед — вправо, одновременно выполняя замах для дай-дзедан-каратакэ-вари. Когда меч противника рассечет пустоту в том месте, где только что находились вы, молниеносным ударом отсеките ему одну или обе кисти рук (рис. 5.62). Завершите схватку, используя гяку-кэса-гири или йоко-гири, рассекающий горло противника (рис. 5.63).



Рис. 5.61



Рис 5.62



Рис 5.63

2. Рассекающий удар сверху вниз с шагом вперед — [Дай-дзедан-макко-гири]

Займите дай-дзедан-но камаэ, сделав шаг правой ногой назад (рис. 5.64). Шагнув правой ногой вперед, а левую тут же смещая по дуге вправо, выполните резкий и мощный удар сверху вниз, для усиления движения подавая правое плечо вперед (рис. 5.65). Клинок должен оставаться на уровне вашего тан д эн, причем острие меча должно быть несколько выше уровня рукояти (на 15—20 см), иначе при реальном ударе вы завалите противника на себя вместо того, чтобы рассечь



Рис. 5.64



Рис 5.65



Рис. 5.66

его (рис. 5.66). Безусловно, это движение легче и лучше выполнять несколько изогнутым, чем абсолютно прямым мечом, так как в первом случае верхняя треть клинка (от острия) рассекает цель по касательной, а не углубляется в тело по прямой, что происходит с мечом стиля текуче. Но при должной тренировке можно достичь хороших результатов с любым оружием.

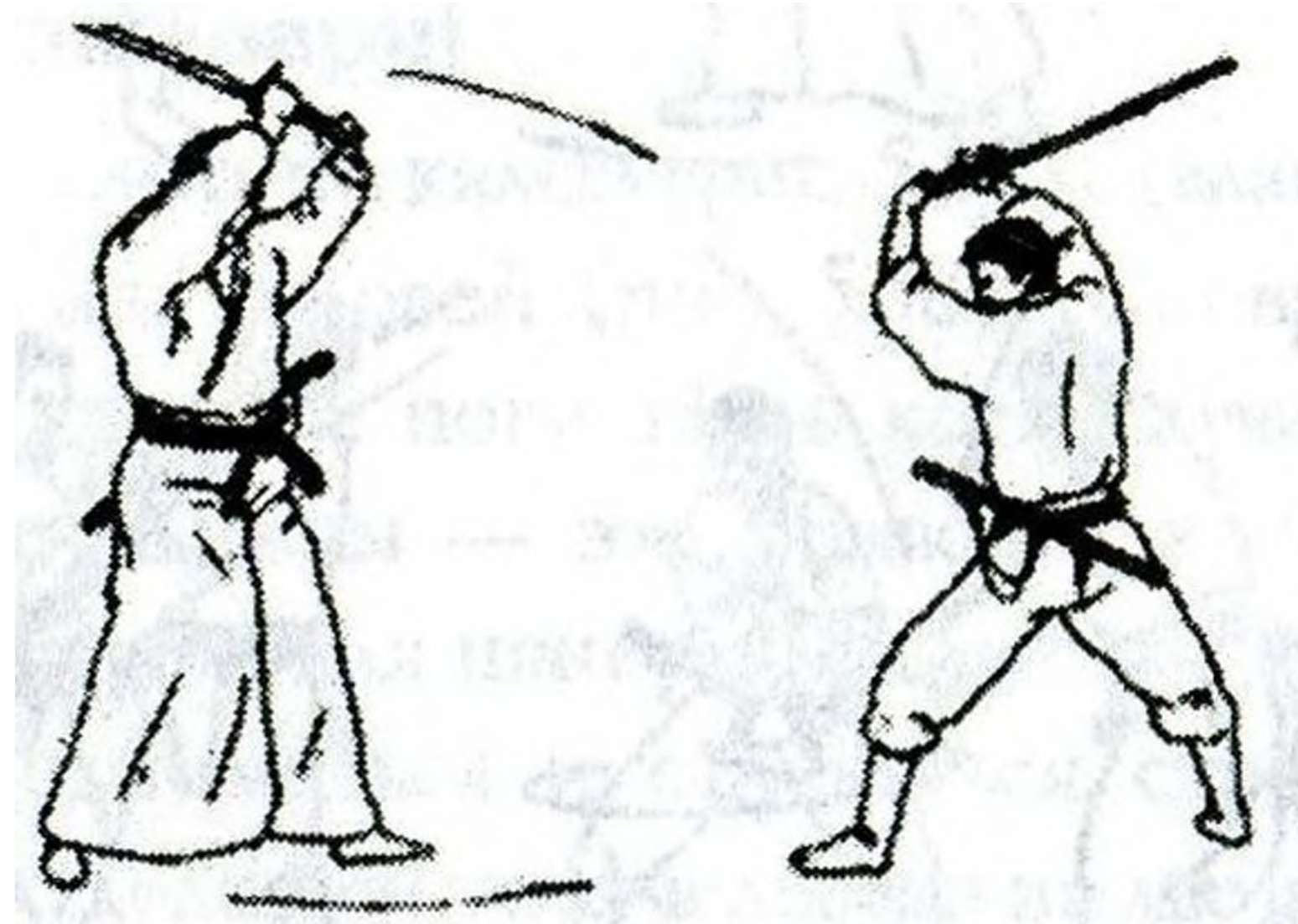


Рис. 5.67

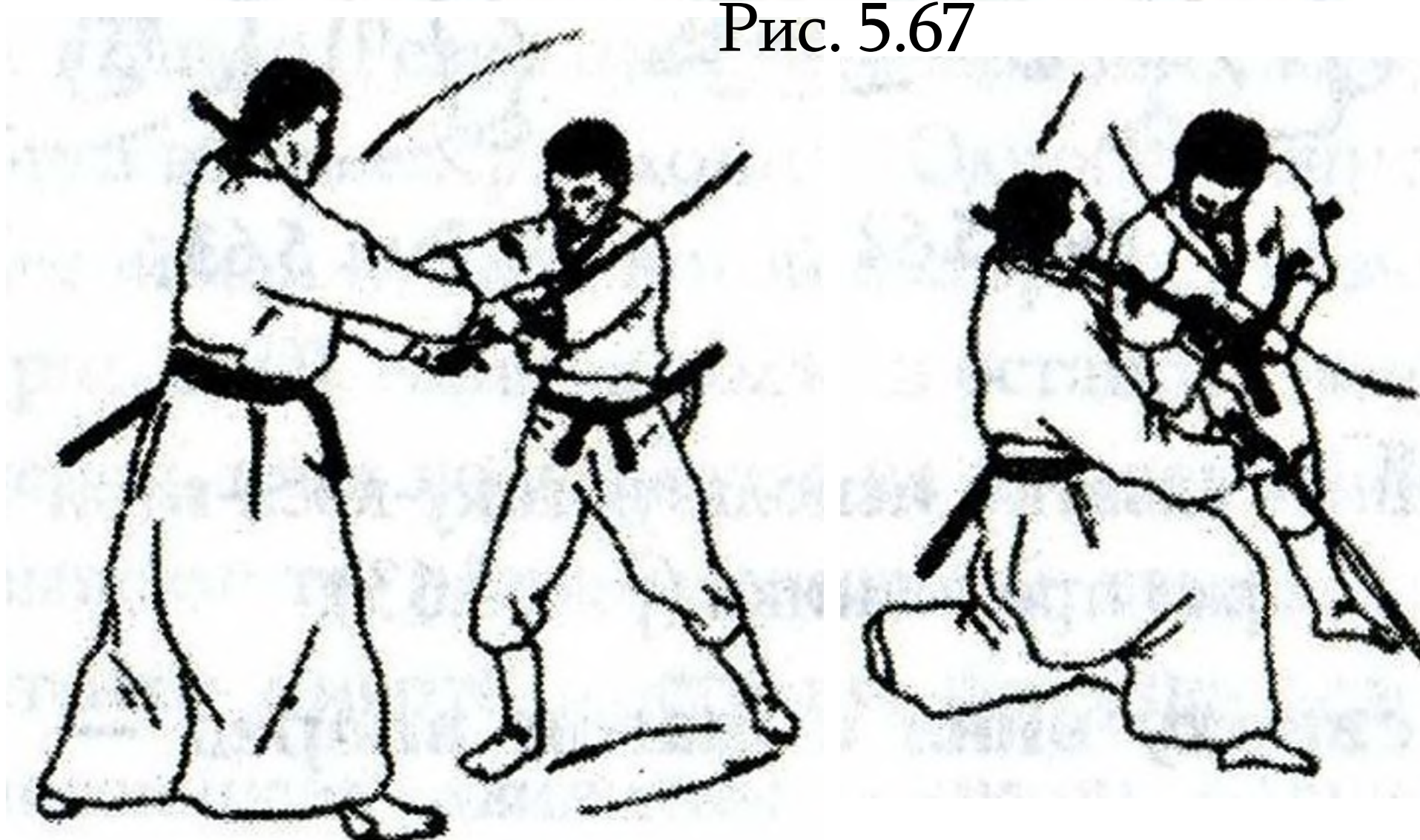


Рис. 5.68



Рис. 5.69

приподнимая правую ногу и оказывая давление правым плечом на обух клинка), углубите и удлините разрез, тем самым заканчивая поединок и отбрасывая противника от себя. В результате этого движения вы оказываетесь в син-но камаэ и готовы к отражению атаки другого противника (рис. 5.69).

3. Диагональный удар сверху вниз из позиции хассо — [Хассо-кэса-гири]

Этот удар имеет поэтическое название «плащ монаха» по аналогии с рясой буддистских монахов, носящих рясу от левого плеча до правого бедра. Шагните правой ногой назад, занимая хассо-но камаэ (рис. 5.70). Правая и левая нога движутся аналогично технике, используемой в предыдущем ударе, но меч выполняет рассекающий удар не строго по вертикали, а по диагонали справа налево

Практическое применение

Противник и вы стоите в дай-дзедан-но камаэ (рис. 5.67). Как только противник наступает, атакуя ударом сверху, сделайте шаг вперед — вправо правой ногой и, поворачиваясь на правой ноге примерно до 45 градусов по отношению к направлению атаки противника, нанесите рассекающий удар сверху вниз по его голове или ключице (рис. 5.68). Еще больше перенося вес тела на кромку меча (слегка

(рис. 5.71). Можно выполнять этот удар и из левосторонней позиции (рис. 5.72). Траектория удара должна быть четко выверена, а не размашиста. Концентрируйте силу внизу живота (в тандэн), выдыхая и напрягая мышцы брюшного пресса в момент удара. Помните, что удар наносит левая рука, правая же только направляет и корректирует траекторию движения.

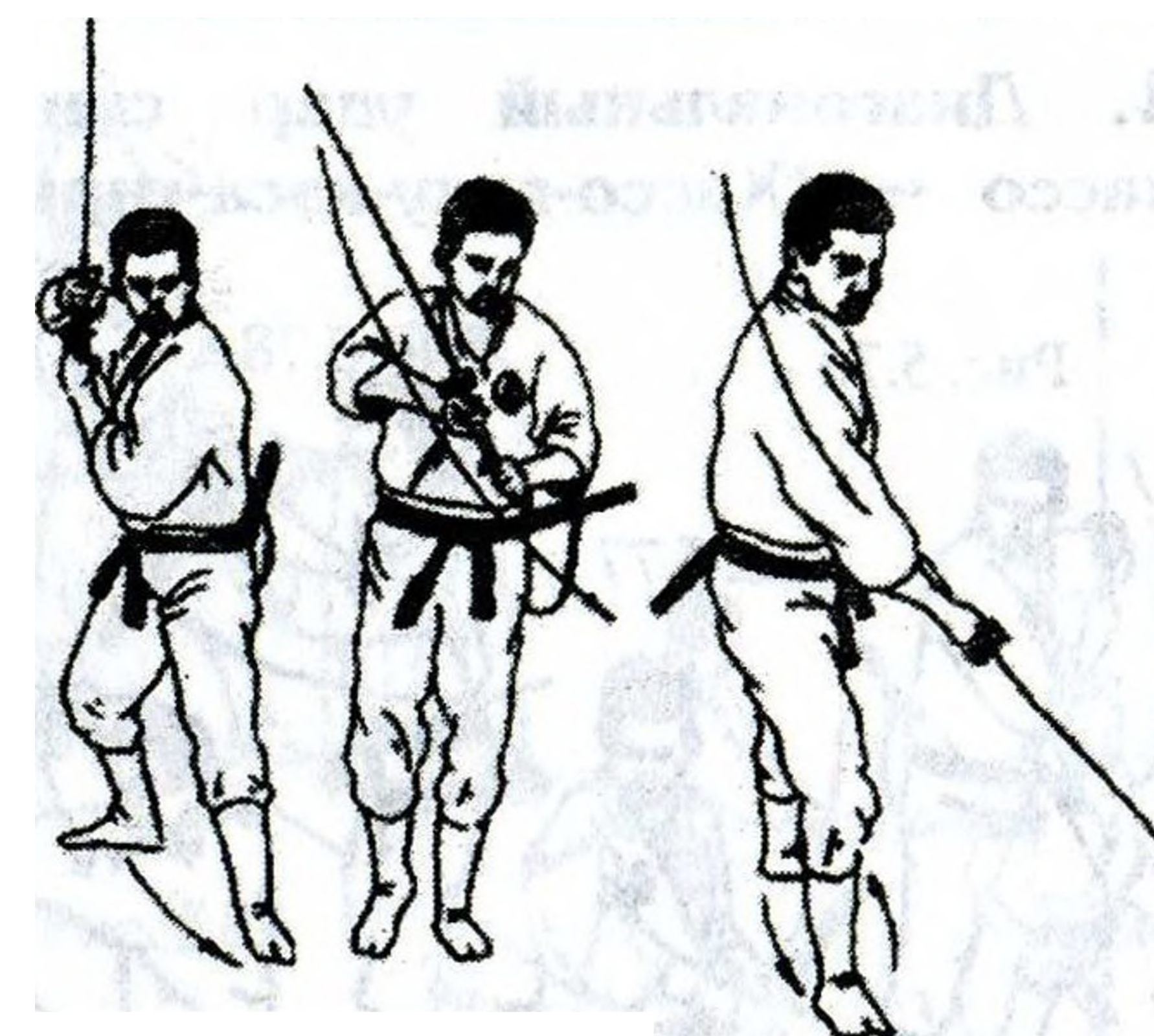


Рис. 5.70

Рис. 5.71

Рис. 5.72

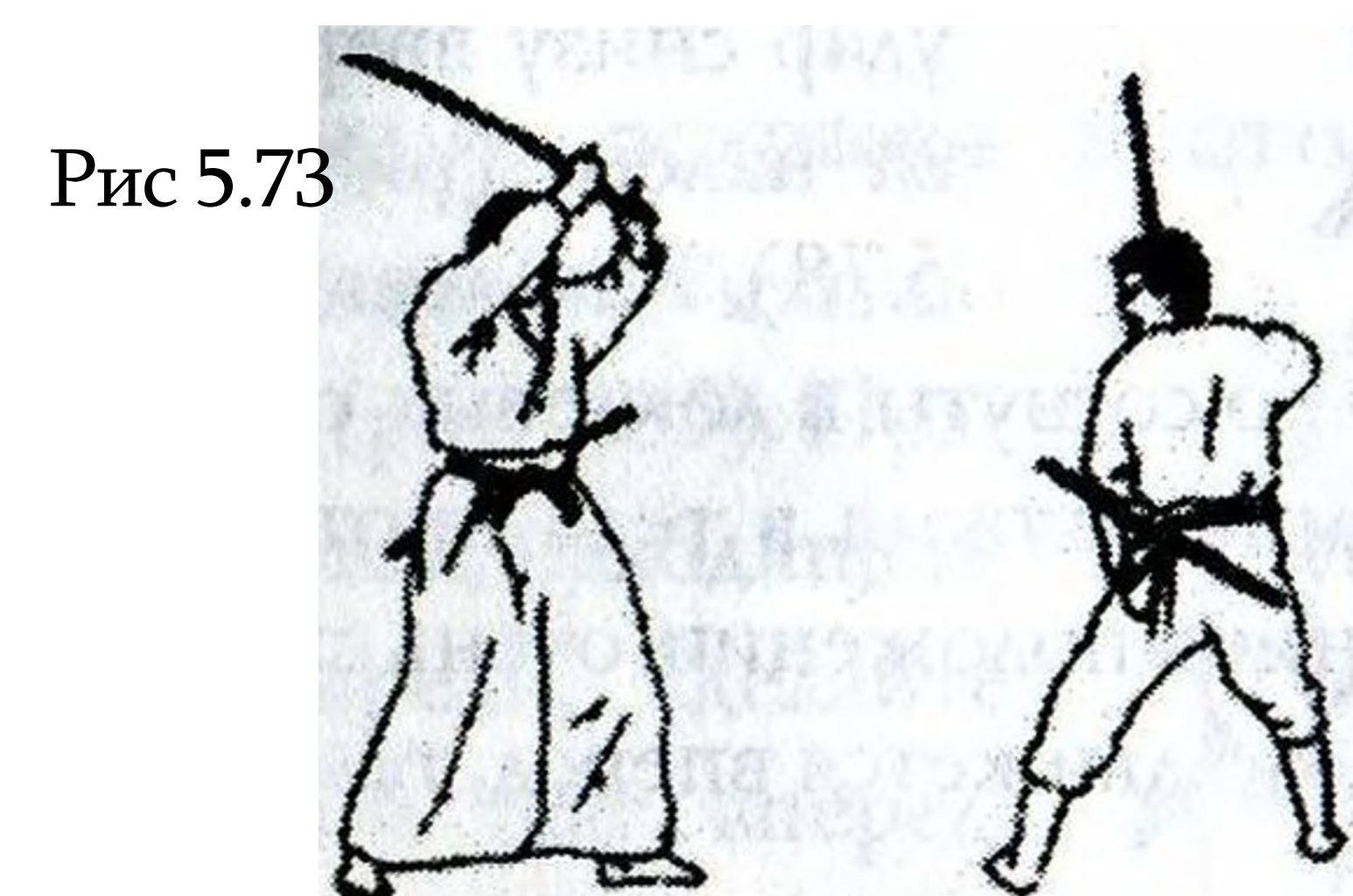


Рис. 5.73



Рис. 5.74

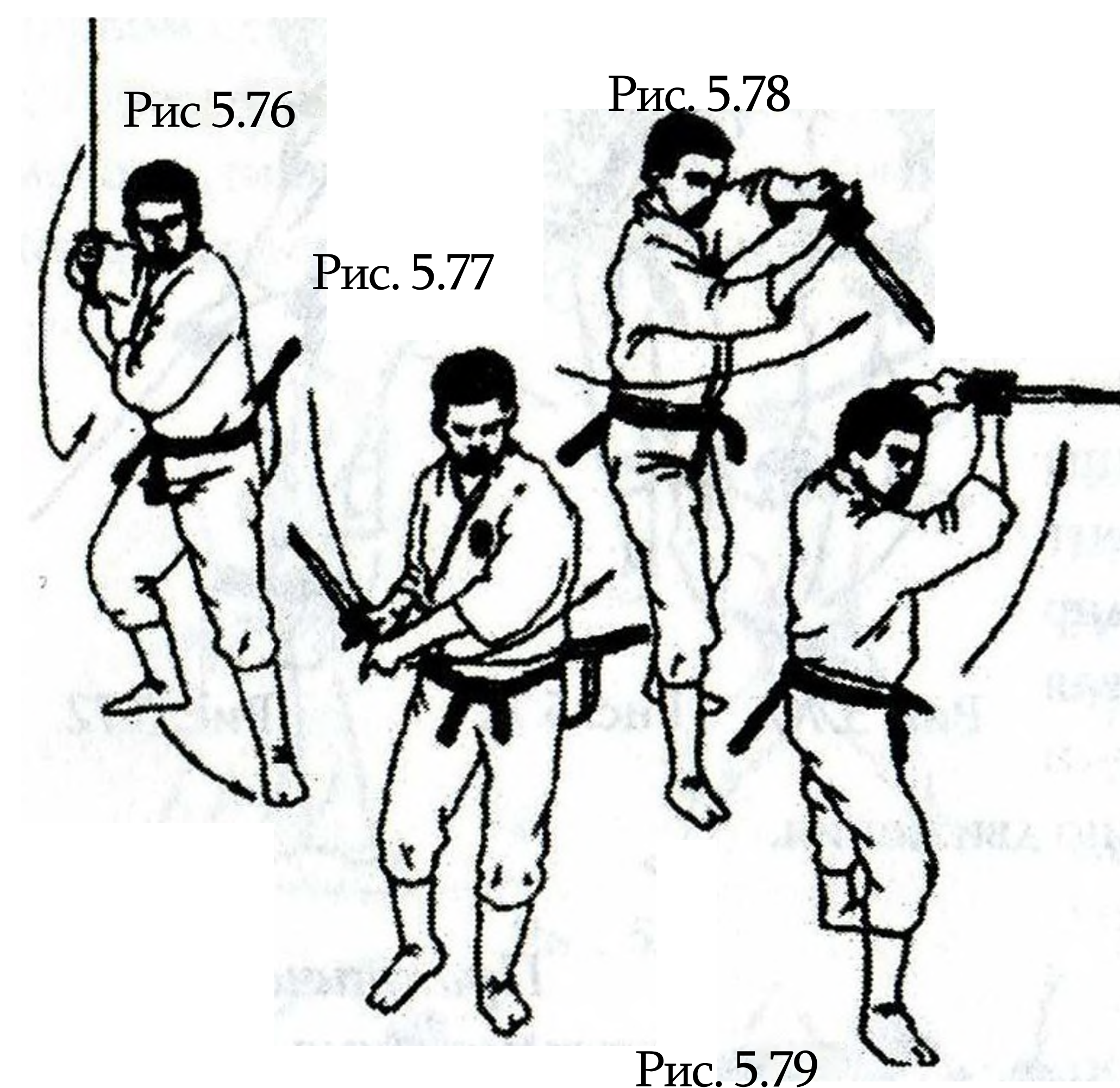
Рис. 5.75

Практическое применение

Как и в предыдущих техниках, противник атакует мечом сверху по голове (рис. 5.73). В то мгновение, когда его меч окажется у него перед лицом и закроет ему на долю секунды обзор, решительно исполняйте хассо-кэса-гири (рис. 5.74), тем самым рассекая тело противника от левого плеча к правому бедру

(рис. 5.75), не давая ему ни малейшей возможности продолжить свою атаку. Если противник отступит и уклонится от вашего удара, преследуйте его техникой ура-цуки, делая глубокий шаг правой ногой вперед.

4. Диагональный удар снизу вверх из позиции хассо — [Хассо-гяку-кэса-гири]



Этот удар прямо противоположен предыдущей технике. Из позиции хассо-но камаэ (рис. 5.76) шагните левой ногой чуть вперед—влево и, не прерывая движения, тут же шагните по диагонали влево правой ногой, одновременно выполняя рассекающий удар снизу вверх справа налево (рис. 5.77—5.78). Как левая, так и

правая рука должны быть несколько согнуты в локтевых суставах, иначе может произойти застревание оружия в теле противника. Левая рука оканчивает свое движение в положении, очень схожем с дзедан-агэ-укэ в каратэ. Правое плечо движется вперед, тем самым усиливая удар (рис. 5.79).

Практическое применение

Когда противник атакует ударом меча сверху (рис 5.80), сделайте малозаметный шаг левой ногой и тут же мгновенно проведите свой удар снизу вверх по диагонали, глубоко зашагивая правой ногой влево (рис. 5.81—5.82). Мгновенно шагнув вперед,

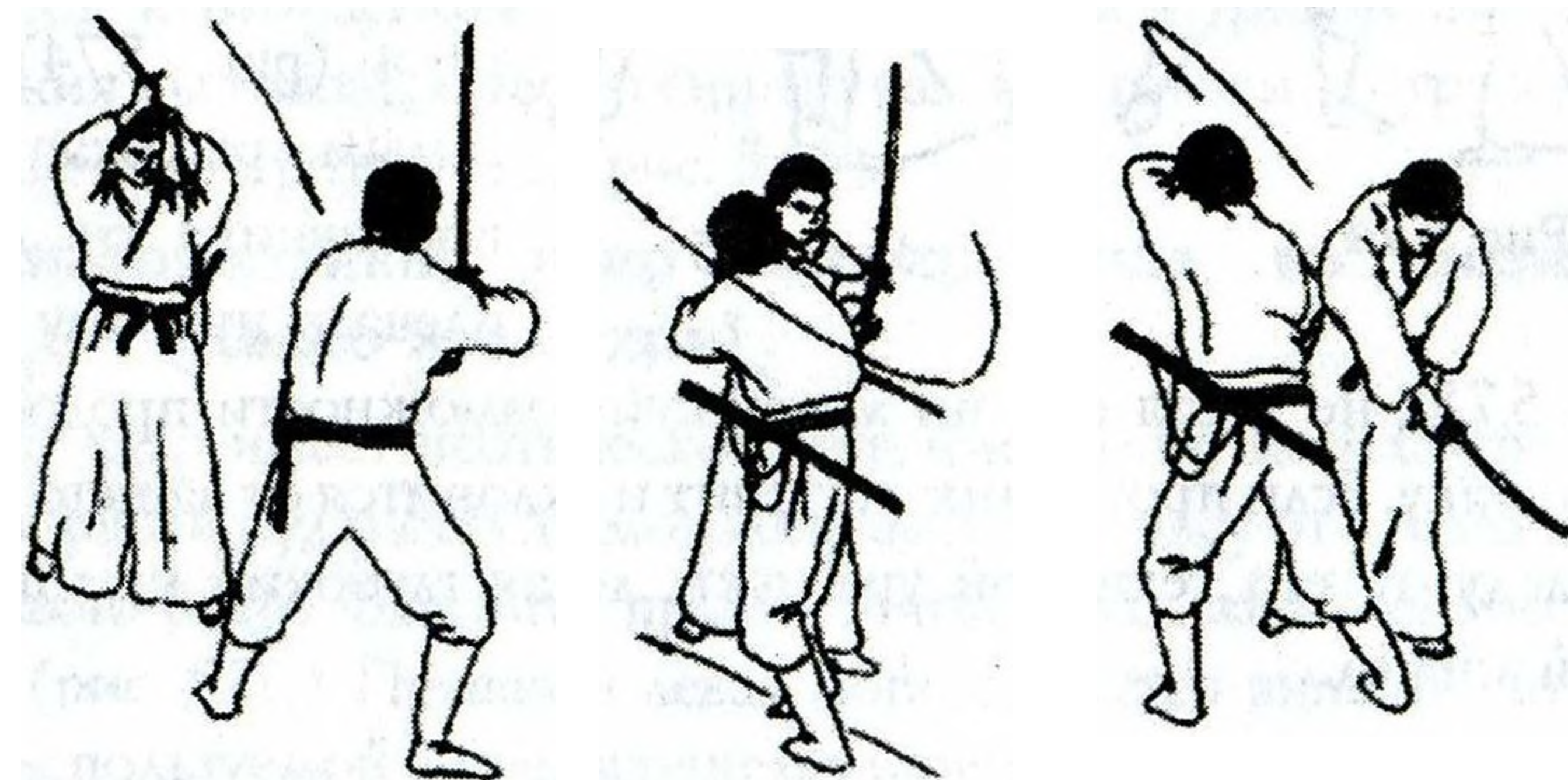


Рис 5.80

Рис 5.81

Рис 5.82

развернитесь на стопе левой ноги к противнику, одновременно вынося свой меч в позицию дай-дзедан-но камаэ (рис. 5.83). Завершите поединок ударом дай-дзедан-каратакэ-вари вдоль позвоночного столба противника (рис. 5.84).

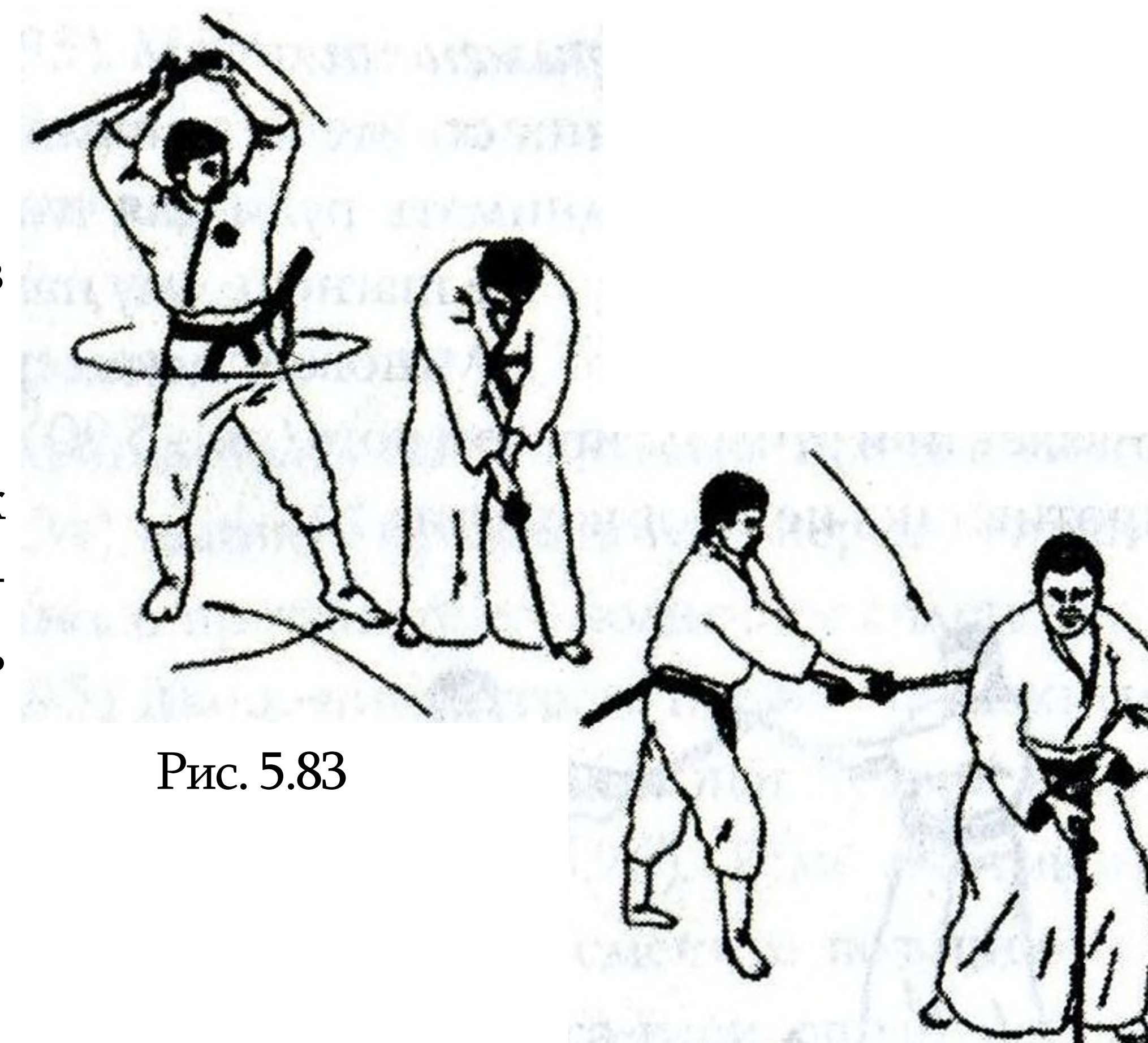


Рис 5.83

Рис 5.84

5. Тычок острием в стойке — [Тати-цуки]

Займите сэйган-но камаэ (рис. 5.85). Правой ногой, находящейся впереди, сделайте большой шаг вперед, вслед за ней подтягивая левую ногу (техника цуги-аси). Одновременно с шагом правой ноги выбросите свои клинок острием вперед

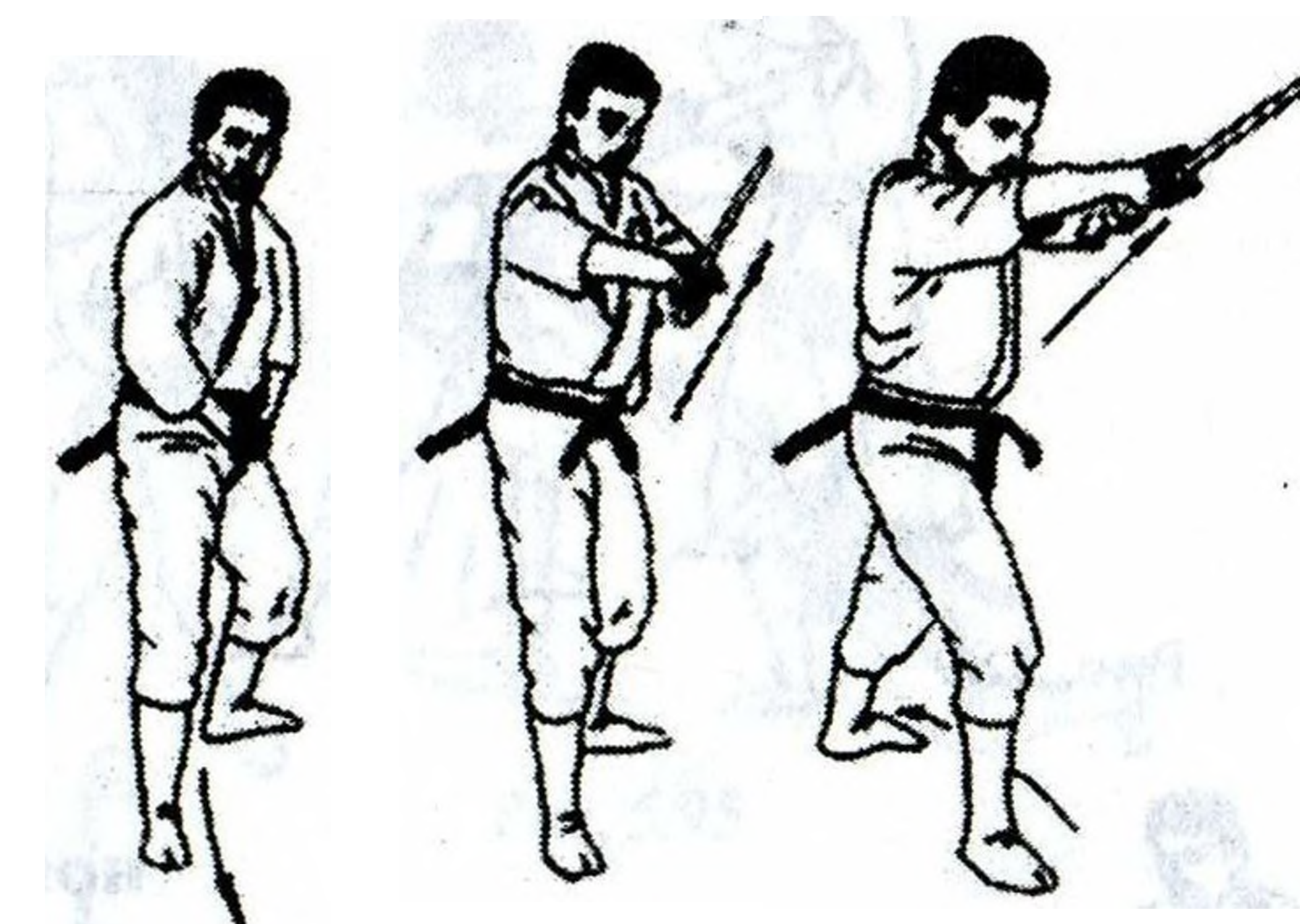


Рис 5.85

Рис 5.86

Рис 5.87

и несколько вверх (приблизительно на уровне горла или лица) — рис 5.86. Руки должны быть выпрямлены, туловище несколько наклонено вперед (но не слишком сильно). Кисти рук сохраняют диагональный хват рукояти, как и при всех остальных ударах. После выполнения тычка верните меч в исходное положение (сэйган-но камаэ или ити-но камаэ) строго по той же траектории, по какой наносился удар (это важно для облегчения вытаскивания при реальном втыкании клинка в тело противника) — рис 5.87.

Практическое применение

Вы и ваш противник стоите в сэйган-но камаэ (рис. 5.8.8). Как только он начнет поднимать руки для нанесения удара сверху и сделает шаг вперед, тут же шагните ему навстречу, вонзая свой меч ему в горло (рис. 5.8.9). Мгновенно выдерните клинок, разворачиваясь при этом на правой ноге (рис. 5.9.0), чтобы по инерции удар противника не смог поразить вас.

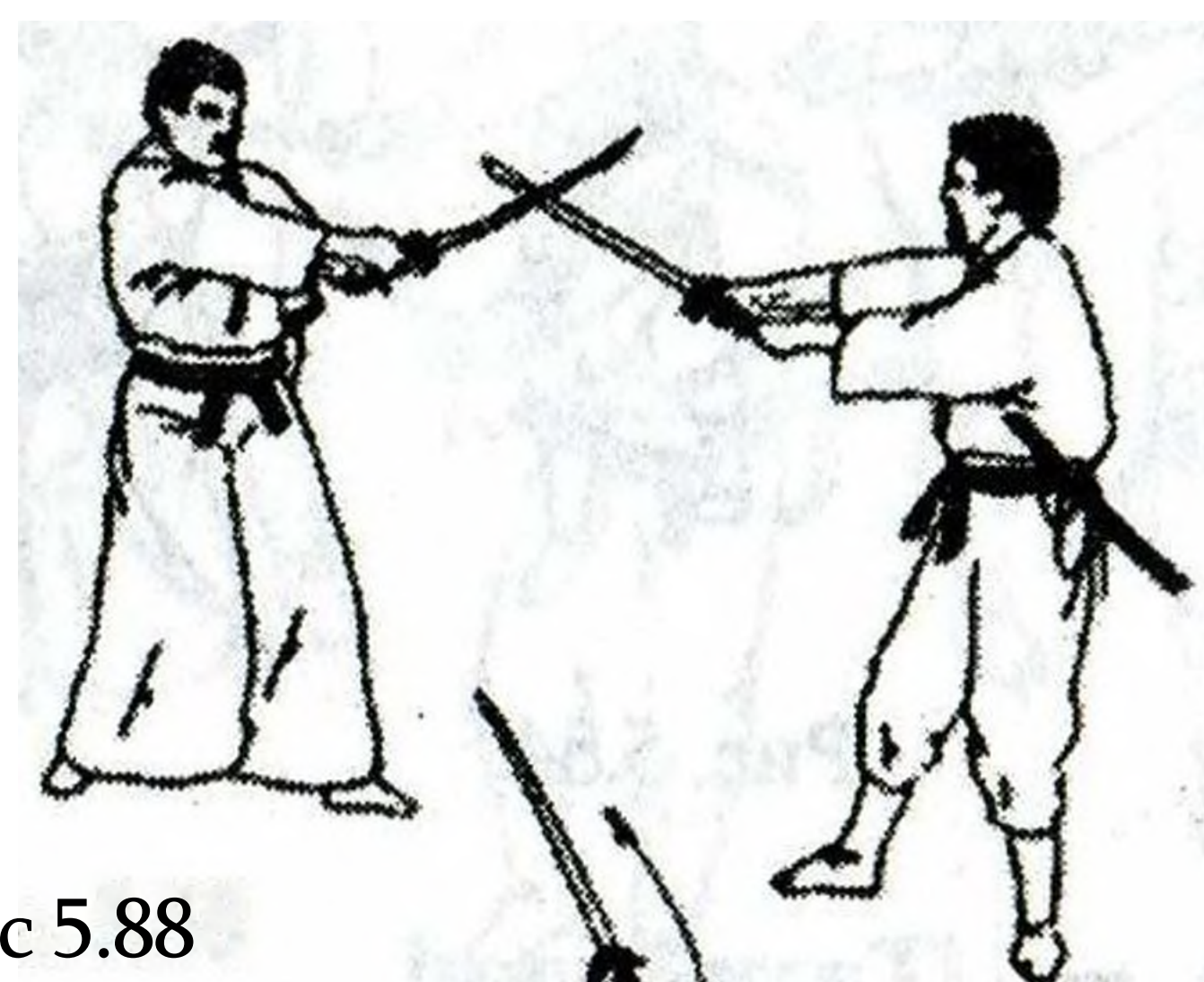


Рис 5.88

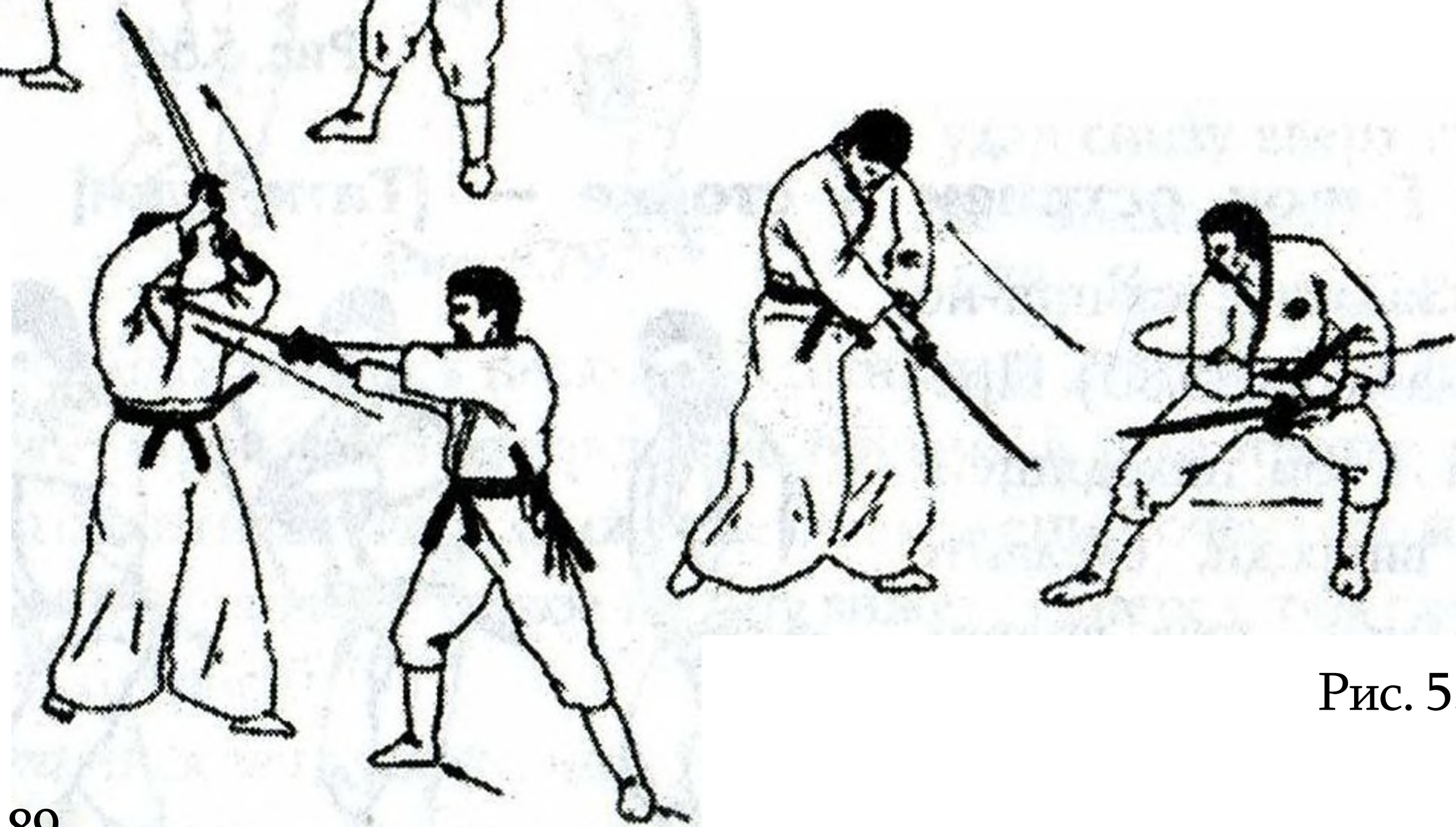


Рис. 5.89

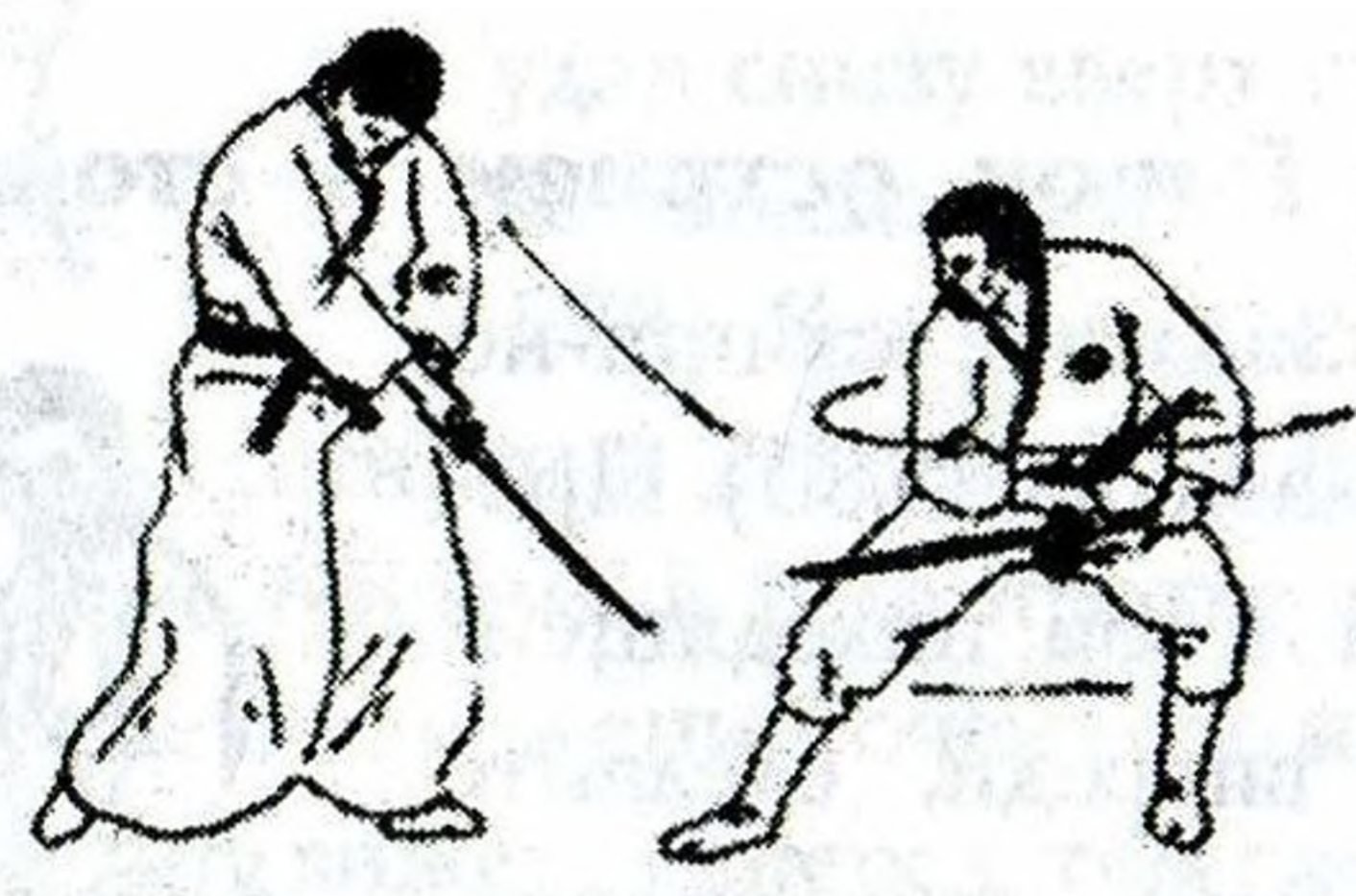


Рис. 5.90

6. Тычок вперед, становясь на одно колено — [Сувари-цуки]

Из сэйган-но камаэ (рис. 5.91) сделайте выпад мечом вперед, подобно предыдущему удару, но в момент постановки правой стопы на землю согните правое колено и займите положение стоя на левом колене. В момент завершения приседа тычок должен быть уже



Рис. 5.91

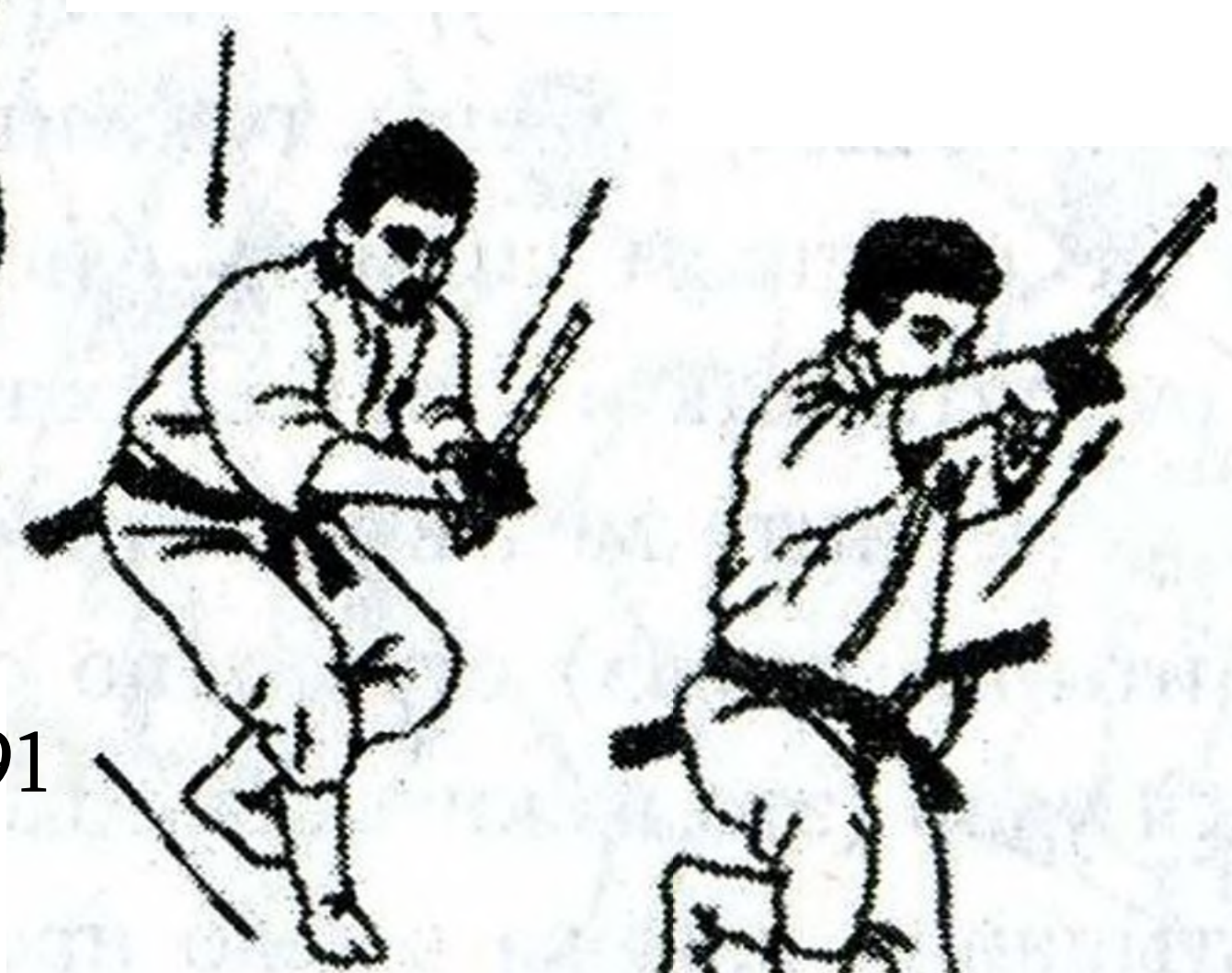


Рис. 5.92



Рис. 5.93

завершен (рис. 5.92—5.93). Мгновенно сделайте правой ногой шаг назад, поднимаясь в стойку и разворачивая клинок режущей кромкой вверх, занимая син-но камаэ.

Практическое применение

Когда противник из сэй ган-но камаэ наносит вам прямой тычок в лицо или горло (рис. 5.94), шагните правой ногой вперед-вправо, опускаясь на левое колено, и проткните его солнечное сплетение у него под руками (рис. 5.95). Движением, строго противоположным удару, выдерните клинок, одновременно делая шаг правой ногой назад и занимая хассо-но камаэ (рис. 5.96). Если противник пытается дотянуться к вам своим мечом, смените позицию и с шагом правой ногой выполните хассо-кэса-гири справа налево (рис. 5.97).



Рис. 5.94



Рис. 5.95



Рис. 5.96

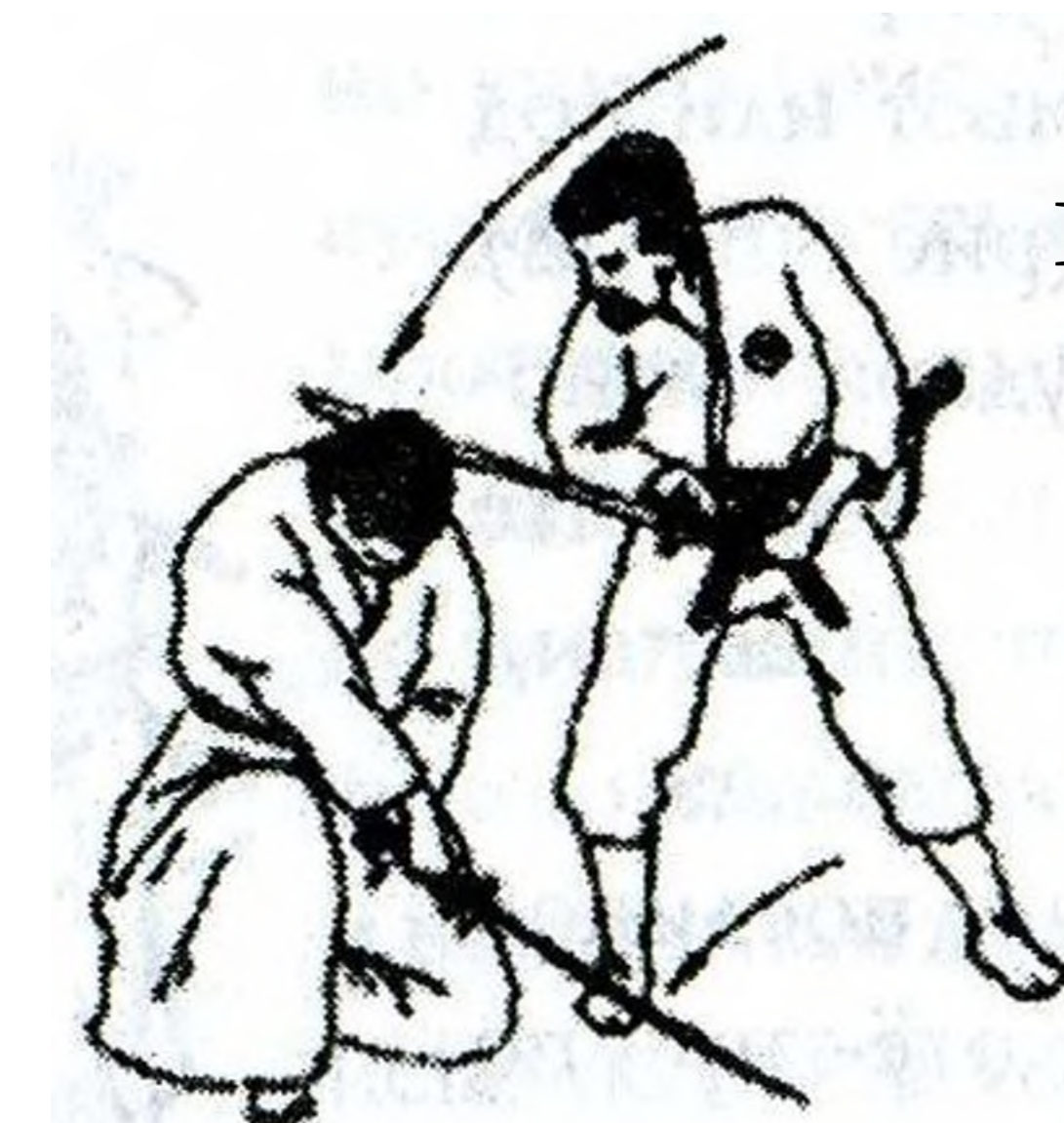


Рис. 5.97

7. Тычок из позиции Котё — [Котё-цуки]

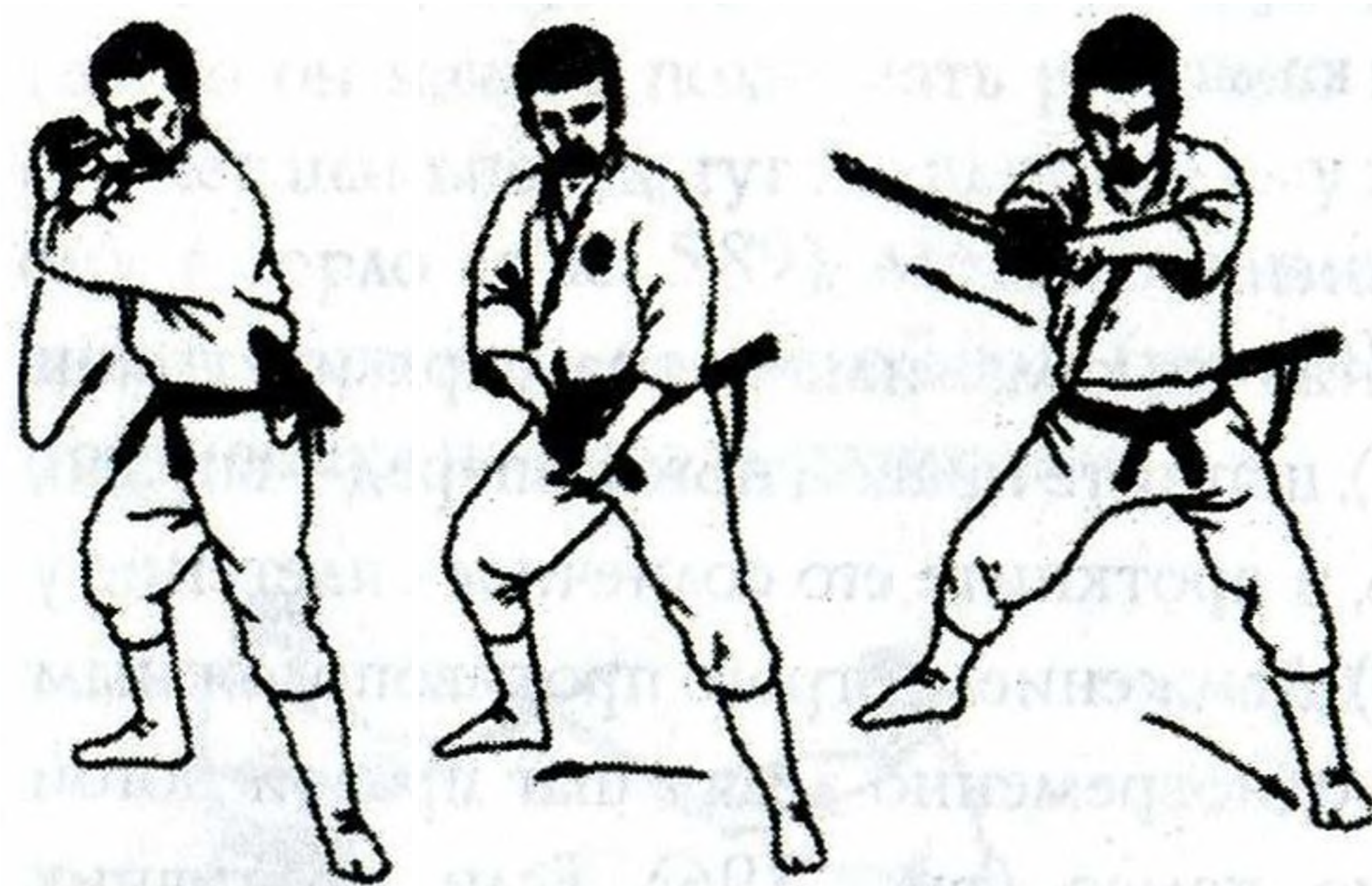


Рис 5.98

Рис 5.99

Рис. 5.100

Из Котё-но камаэ шагните левой ногой влево—вперед, одновременно смещая правую ногу по кругу влево. Синхронно с движением левой ноги проведите поддевающий тычок мечом на среднем (подан) или верхнем (дзедан) уровне (рис. 5.98—5.99). Ноги в момент завершения удара занимают позицию «сико» (широкую равностороннюю стойку, подобную киба-дати (стойки всадника) в каратэ). После нанесения тычка верните меч в положение Котё-но камаэ (рис. 5.100).

Практическое применение

В ответ на атаку противника (рис. 5.101) сделайте шаг левой ногой вперед по диагонали, одновременно нанося удар мечом ему в живот или под ребра (рис. 5.102). После удара мгновенно займите правостороннее Котё-но камаэ и закончите поединок ударом Котё-гири по горлу противника (рис 5.103).

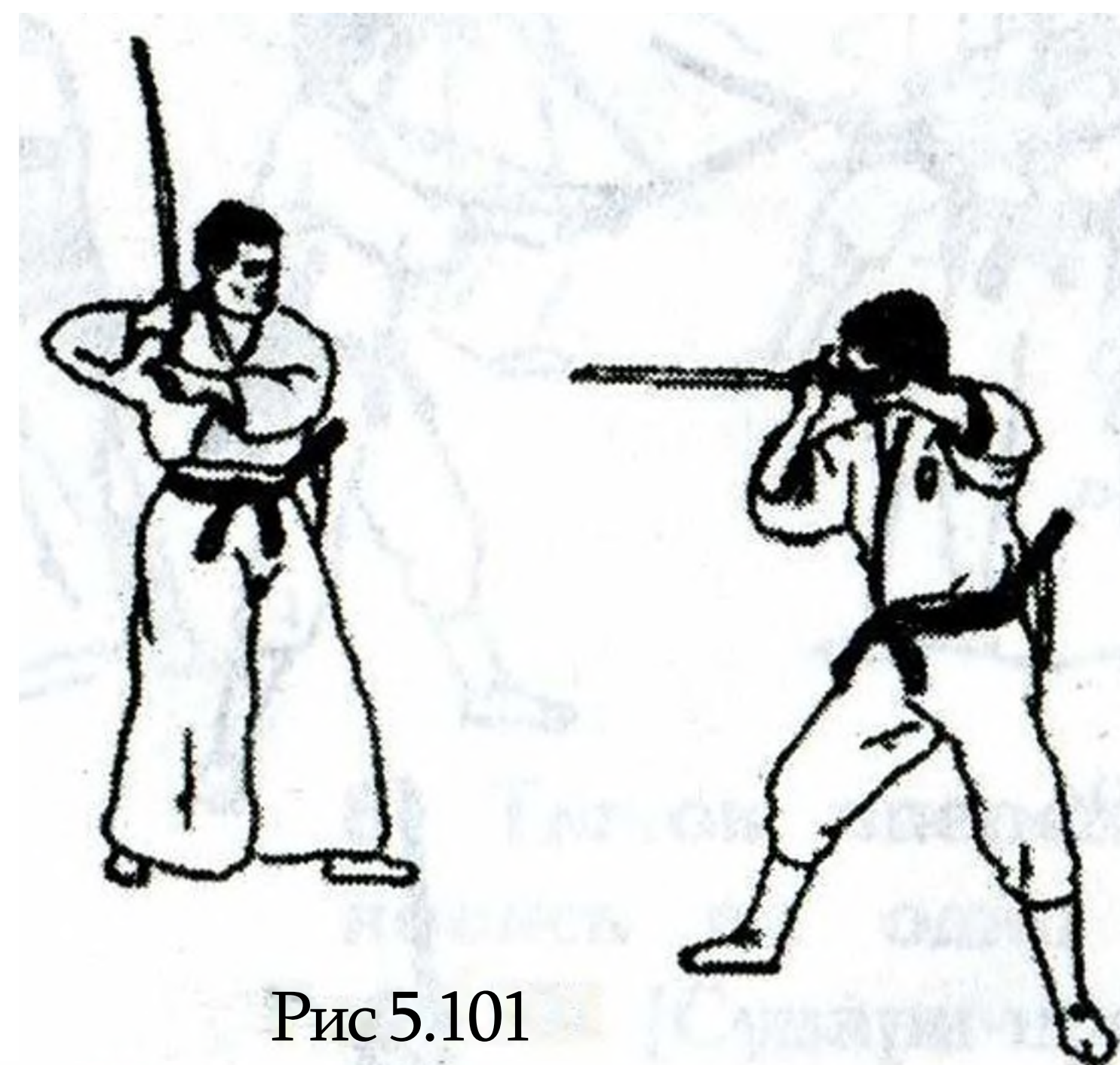


Рис 5.101



Рис 5.102



Рис. 5.103

8. Горизонтальный улар из позиции Котё — [Котё-гири]

Из левостороннего Котё-но камаэ (рис 5.104) сделайте небольшой шаг вперед по диагонали правой ногой, мгновенно подтягивая следом левую ногу (техника цуги-аси). Вместе с перемещением нанесите широкий горизонтальный удар мечом на верхнем или среднем уровне. Следите, чтобы клинок двигался строго по прямой линии, иначе удар потеряет свою эффективность (рис. 5.105). В этом ударе особенно важным является правильный хват меча. Если руки будут жестко сжимать рукоять вместо гибкого диагонального хвата, удар просто остановится на полпути, не пересекая цель, отчего теряется не только сила или скорость удара, но и сам смысл его проведения.

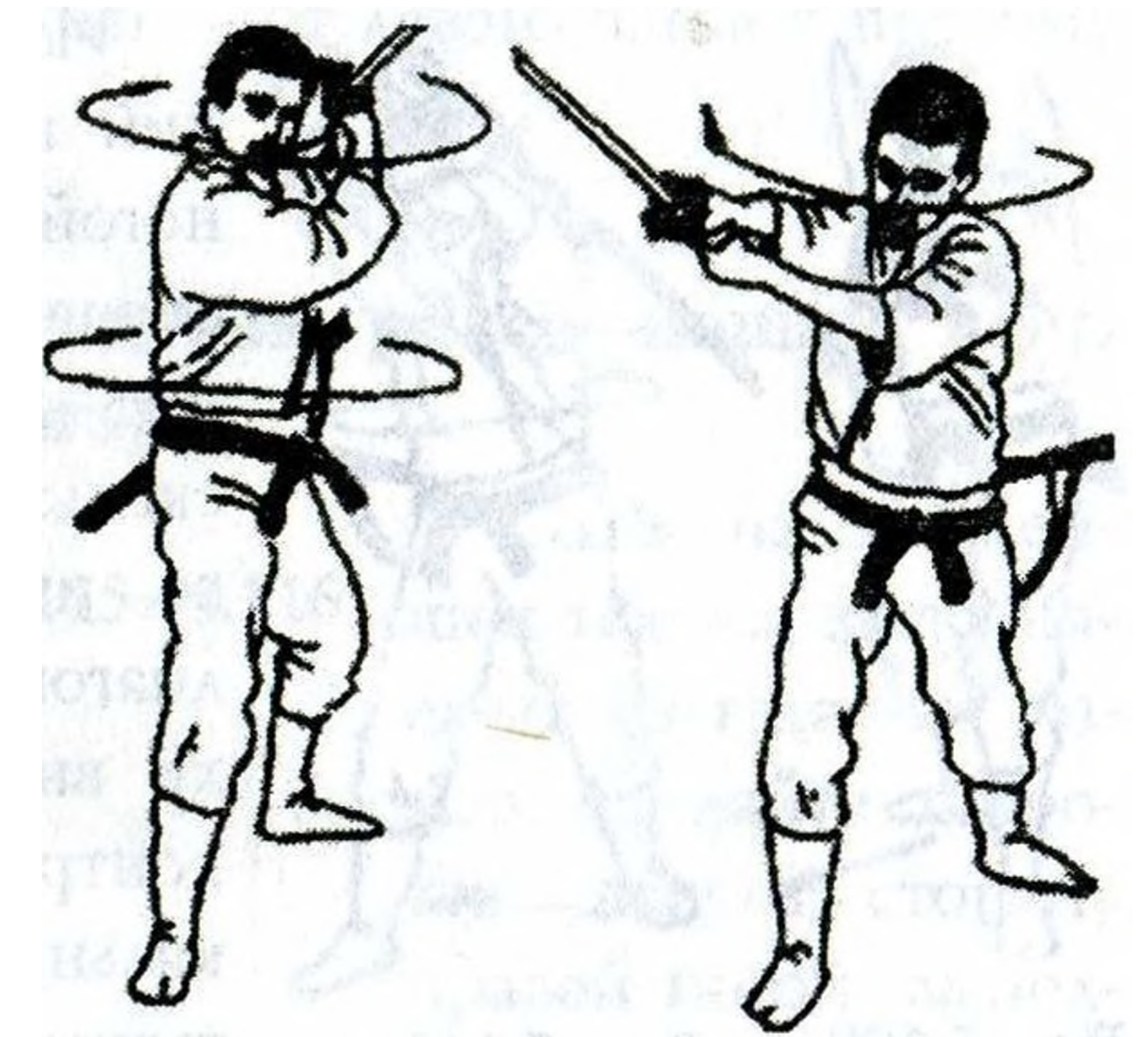


Рис. 5.104

Рис. 5.105

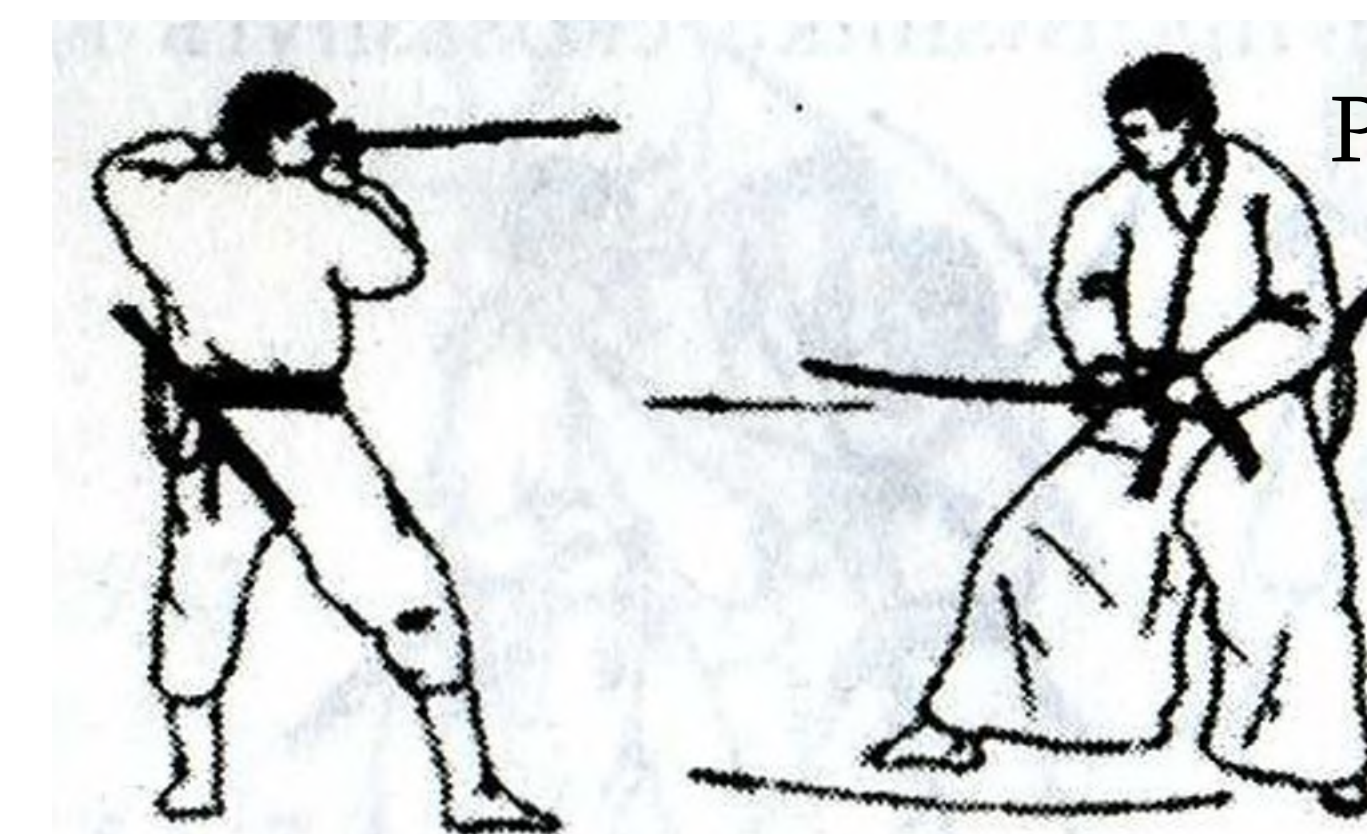


Рис. 5.106



Рис. 5.107



Рис. 5.108

Практическое применение.

В момент, когда противник занимает дай-дзедан-но камаэ, займите правостороннее Котё-но камаэ (рис. 5.106). Во время нанесения удара противника мгновенно сделайте шаг левой ногой по диагонали, пересекая линию атаки противника, и встречным движением, используя сложение сил, нанесите мощный рассе-

кающий горизонтальный удар по горлу противника (рис. 5.107—5.108).

9. Диагональный контратакующий удар с уходом в сторону — [Тайхэн-каэси-гири]

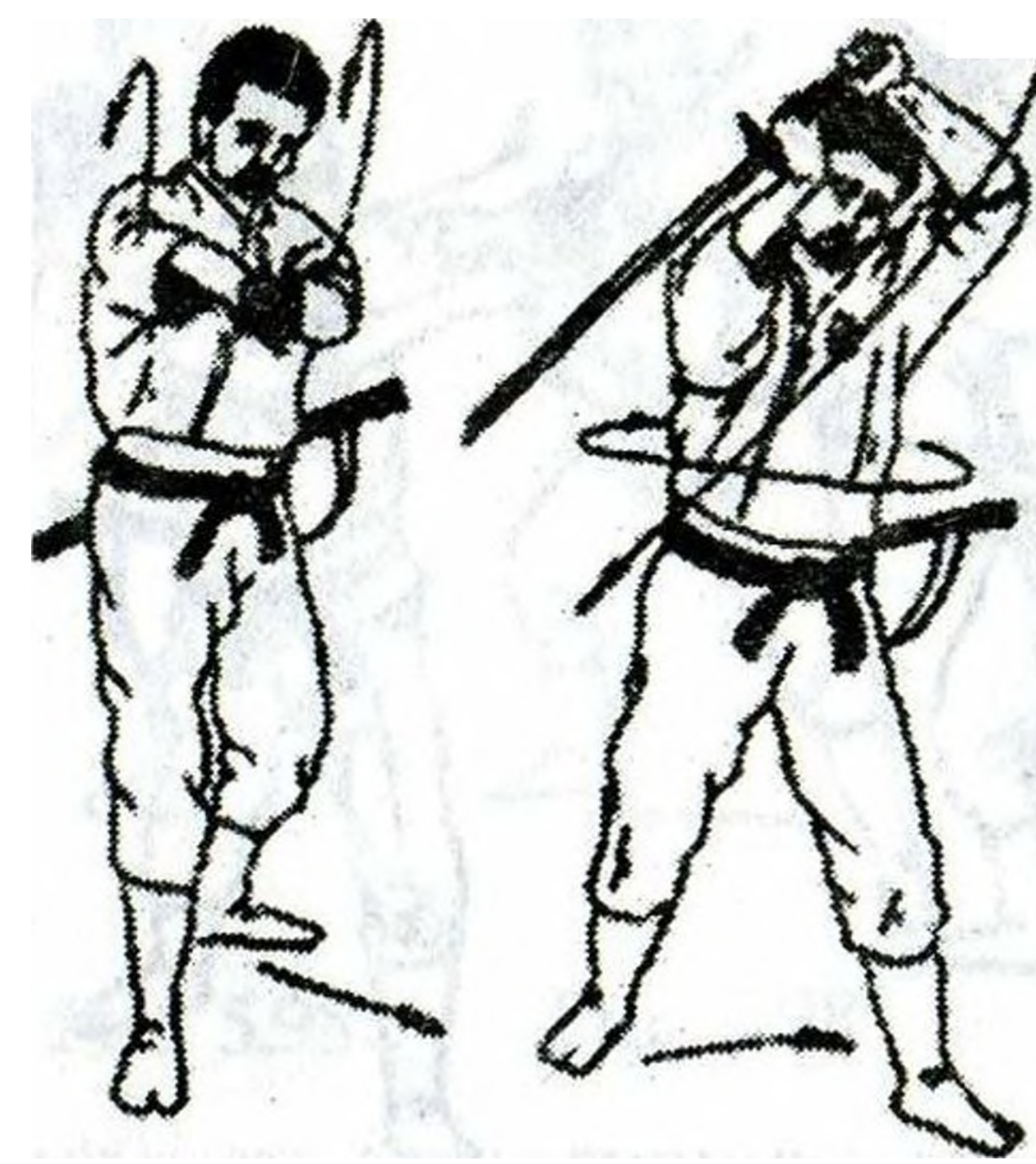


Рис. 5.109 Рис. 5.110

Из сэйган-но камаэ сделайте широкий шаг вперед по диагонали левой ногой, одновременно поднимая меч справа от себя, как показано на рис. 5.109. Не прерывая движения, скользните правой ногой по кругу влево, из предыдущей позиции нанося диагональный рассекающий удар сверху вниз — рис. 5.110. Прекрасная контратакующая техника от вертикальных ударов сверху вниз и прямых тычков меча противника. Работайте над слитностью исполнения техники,

не допускайте ни малейшей задержки в ходе проведения тайхэн-каэси-гири.

Практическое применение

Когда противник наносит дай-дзедан-макко-гири или хассо-кэса-гири, шагните ему навстречу левой ногой, поднимая над головой свой меч и позволяя мечу противника скользнуть вдоль

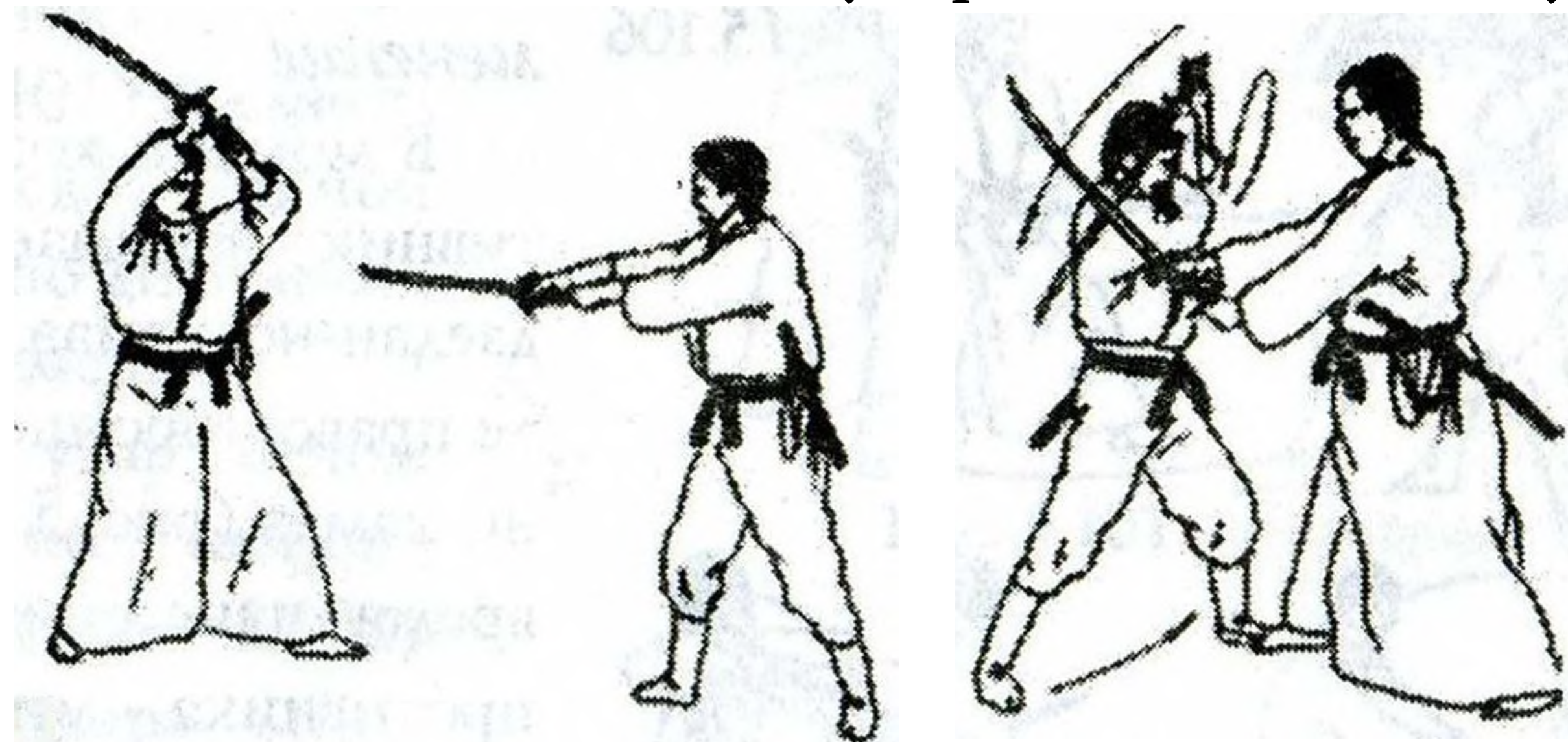


Рис 5.111

Рис 5.112



Рис. 5.113

Рис 5.114

лезвия вниз тем самым защищая вас от удара (рис. 5.111-5.112). Мгновенно скользните правой ногой по кругу влево и нанесите резкий рубящий удар по диагонали — от левого плеча к правому бедру (рис 5.113—5.114).

10. Блок вверх и диагональный рассекающий удар сверху — [Ханэагэ кирисагэ]

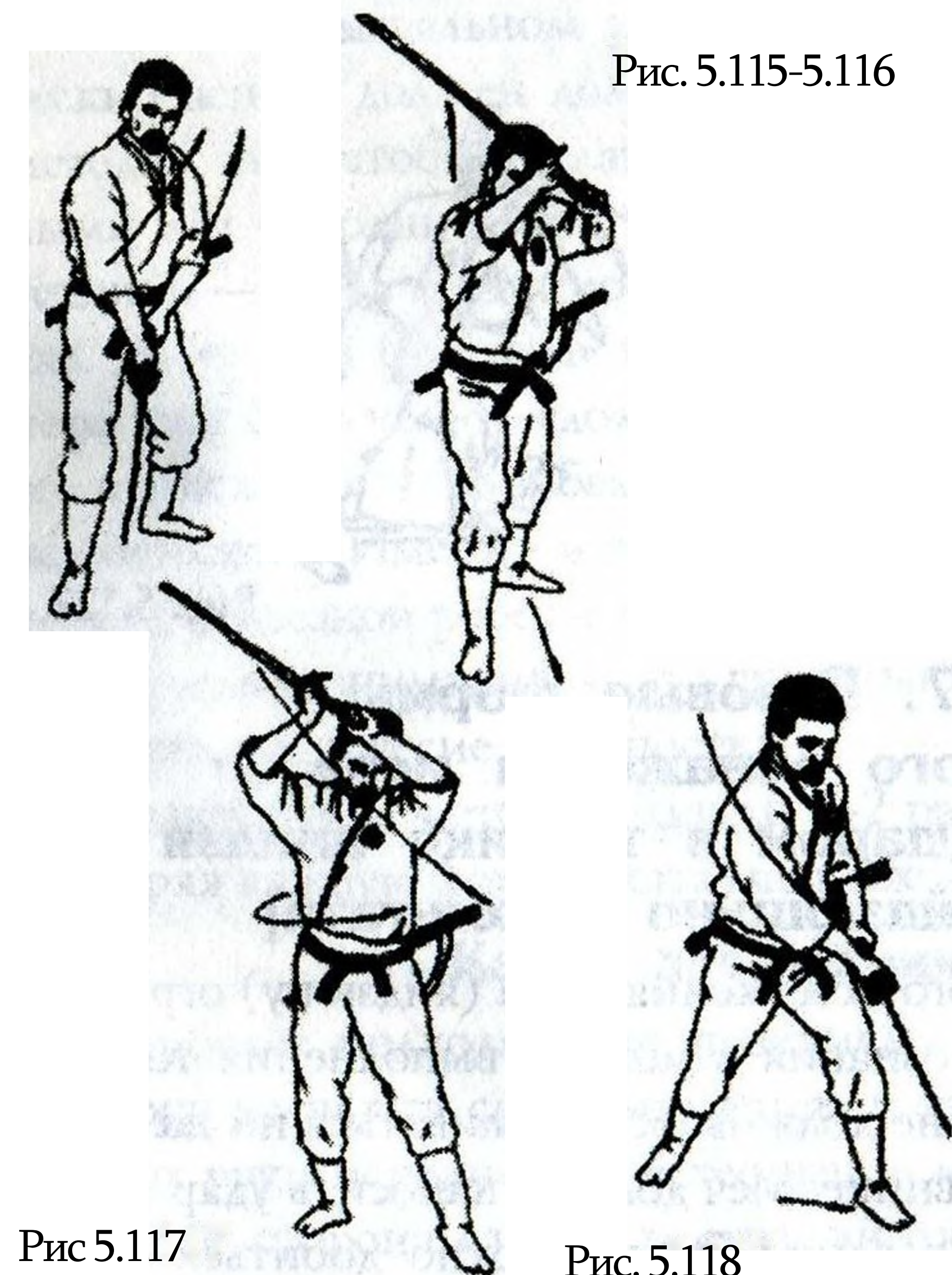


Рис 5.117

Рис. 5.118

Одна из важнейших техник, выполняемых из гэдан-но камаэ. Сделайте широкий шаг в сторону правой ногой, выполняя верхний блок мечом движением снизу вверх и изнутри наружу (рис. 5.115—5.116). Не останавливаясь, шагните вперед левой ногой и нанесите диагональный рассекающий удар справа налево (рис. 5.117). Выполняйте все движение слитно и быстро, блокируя на вдохе и на выдохе нанося удар (рис. 5.118).

Практическое применение

Когда противник наносит свой удар мечом сверху (рис. 5.119), шагните в сторону правой ногой и отбейте его оружие (а еще лучше — предплечья) вверх, открывая для своего удара его тело (рис. 5.120—5.121). Тут же нанесите диагональный удар, рассекая противника от левого плеча к правому бедру с шагом левой ноги вперед (рис. 5.122). Закончите технику в положении ити-но камаэ.

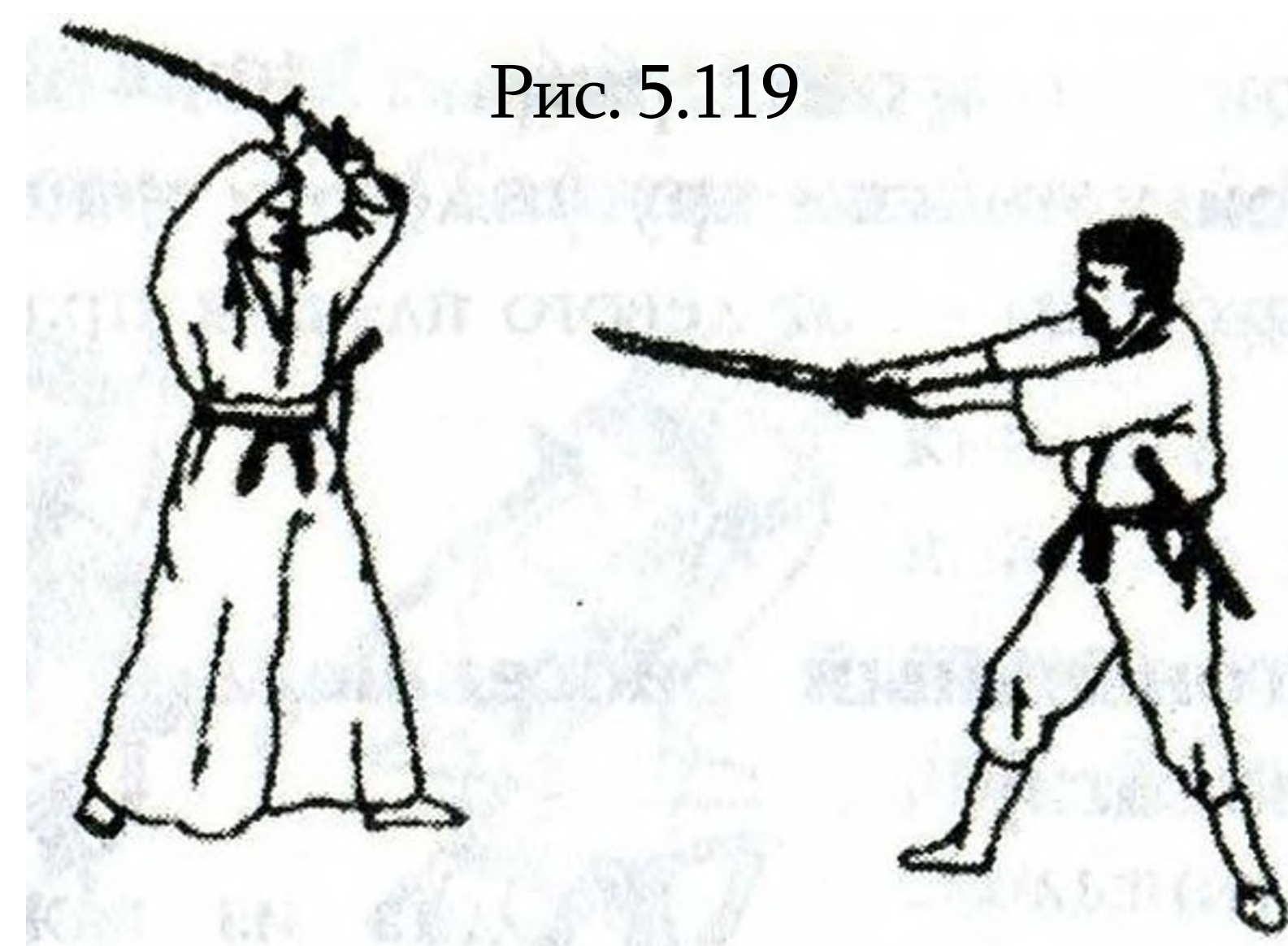


Рис. 5.119

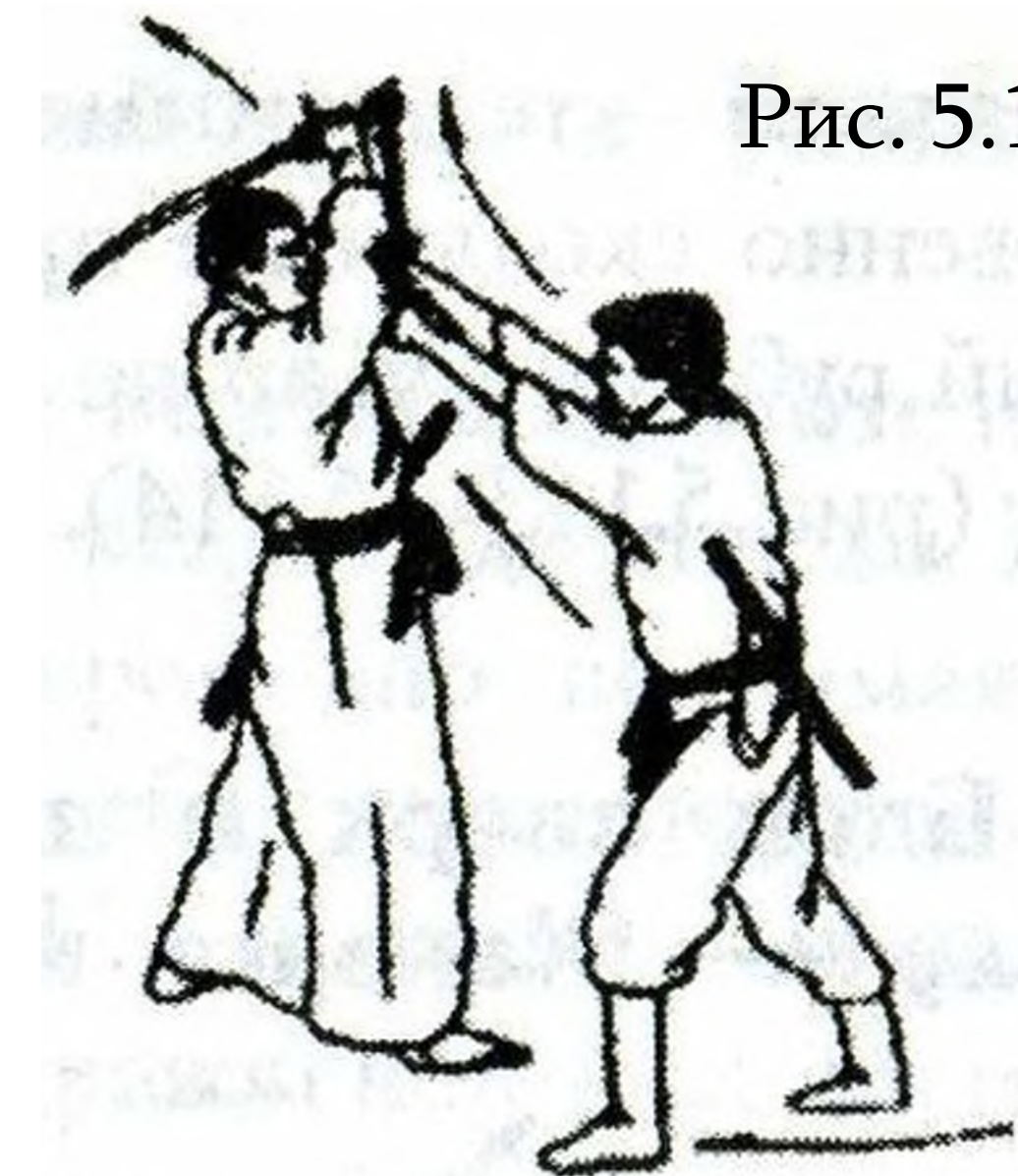


Рис. 5.120

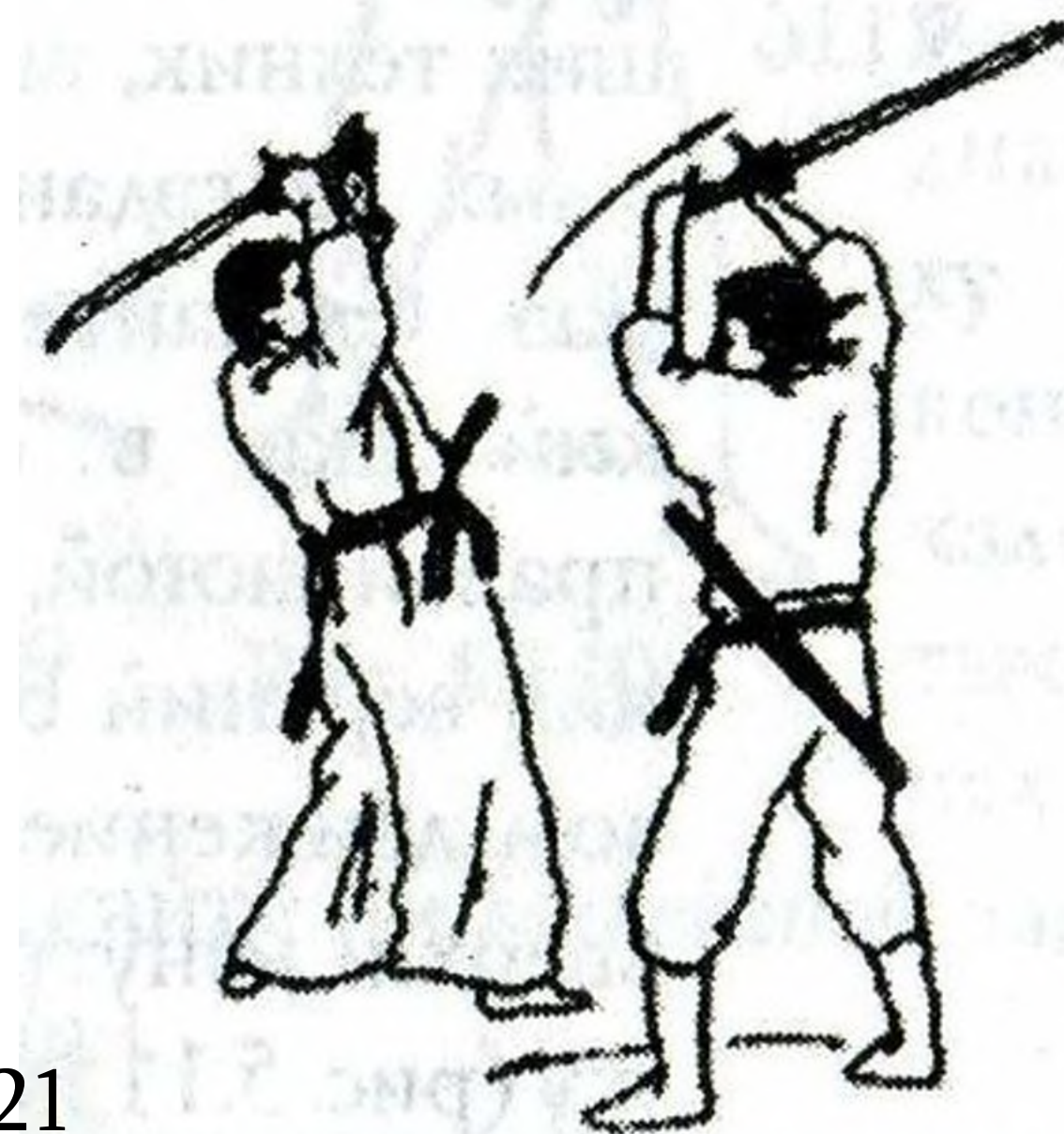


Рис. 5.121



Рис. 5.122

Глава 7. Базовые формы мгновенного обнажения меча с последующим ударом в технике ниндзя — [Синоби-яйдзюцу-но кихон-гата]

В технике мгновенного обнажения меча (яйдзюцу) огромную роль играет состояние сознания в момент выполнения того или иного движения. Мысли не должны останавливаться ни на чем — ни на мече, ни на противнике. Меч должен наносить удар как бы сам по себе, без участия воина. Этого можно добиться только многократными тренировками в базовых техниках яй, основные из которых изложены в настоящей главе.

Подобное состояние сознания можно было бы назвать активной медитацией, если бы не практическая направленность и реальная жизненность методов яй. Однако наряду со стрельбой из лука и метанием сюрикэн, одиночная тренировка в технике яйдзюцу прекрасно подходит для дзэнпо-тайсо — упражнения в концентрации и абстрагирования собственного сознания по методике дзэн.

Наиболее важным для практического применения яйдзюцу является скорость реагирования на малейшие изменения в позиции или даже взгляде противника. Успеть выхватить свой меч и нанести

удар до того, как меч противника коснется вас (или вообще успеет покинуть ножны), — задача не из простых. Поэтому настолько важной является именно психическая, а не физическая (хотя она, безусловно, также важна) готовность реагировать мгновенно, без оглядки и ненужных оценок происходящего. Когда наступает время для боя, логика уступает свое место подсознательной реакции, действующей напрямую по принципу «вопрос—ответ», минуя этап «размышление».

Однако на начальном этапе практики синоби-яйдзюцу технический аспект должен доминировать над психической стороной метода с тем, чтобы сделать все движения абсолютно естественными для исполнителя. Этот процесс приводит к «оживлению» техники — когда традиционный метод становится целиком своим, как бы «всегда бывшим» в мышечной памяти воина. Движение перестает быть чем-то сложным и трудновыполнимым. Наоборот, все происходит легко и без напряжения — как физического, так и психического. Именно в это время — но не ранее — наступает период серьезной работы психики. До этого главное, чему необходимо уделять внимание, — это правильность техники выполнения, скорость, равновесие и точность.

Практикуйте методы яйдзюцу 1-2 раза в день по 20—30 мин., повторяя каждую форму (ката) по несколько десятков раз.

Камаэ для техники яй

Наиболее подходящими позициями для выполнения техник яйдзюцу являются си дзэн-но камаэ и яй-госи-но камаэ. В обоих случаях руки исполнителя естественно и ненапряженно располагаются по сторонам тела, а в случае яй-госи — лежат на бедрах.

Исключительно важно оттренировать способность мгновенно выполнять хват рукояти меча правой рукой и устья ножен (кой-гути) левой рукой из полностью расслабленного положения. Чем меньше времени будет занимать у исполнителя это движение, тем лучше.

1. [Ити нинпо яй: дэнко-но ката нинпо-кэн (кагэ-но итто)]

Первая техника яй, которую мы рассмотрим, наиболее специфична именно для нинпо и не встречается в самурайских школах боевых искусств Японии. Дэнко-но ката — форма выхватывания



Рис. 5.123



Рис. 5.124



Рис. 5.125



Рис. 5.126



Рис. 5.127



Рис. 5.128

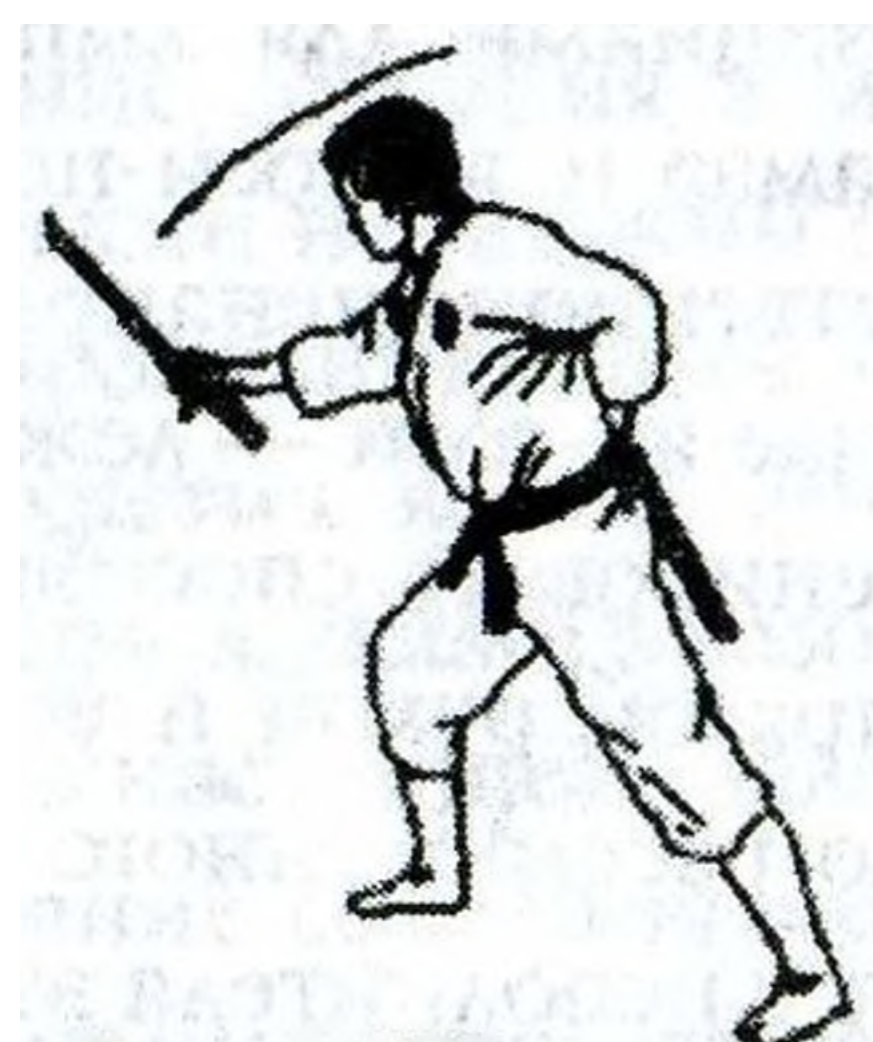


Рис. 5.129

меча из-за спины достаточно сложна и требует много времени для отработки.

Из сидзэн-но камаэ (рис. 5.123) захватите левой рукой устье ножен и, сделав шаг левой ногой в сторону, выдвиньте меч (с ножнами) из-за пояса влево (рис. 5.124). Провернув рукоять меча под

левой рукой (как бы загибая себе руку за спину), заведите ее вправо, не вынимая из-за пояса (рис. 5.125). Захватите рукоять правой рукой, как показано на рис. 5.126, и выведите левой рукой ножны меча максимально вверх вдоль спины (рис. 5.127). Сделайте шаг вперед правой ногой, одновременно сгибая левой рукой ножны вниз, а правой выхватывая меч вверх—вперед и нанося удар одной рукой (используя хон-кататэмоти) по диагонали сверху вниз (рис. 5.128— 5.129). Техника используется при приказе положить меч на землю ил и при нападении со спины на противника, а также при нападении вдвоем на одного.

2. [Ни нинпо яй: нукиюти кириагэ-но ката нинпо-кэн]

Из сидзэн или яй-госи-но камаэ левой рукой захватите ко и куги, а правой — рукоять у гарды (рис. 5.130). Поверните меч вместе с ножнами режущей кромкой вниз и, мгновенно выхватывая меч, этим же движением нанесите удар снизу вверх по диагонали (рис. 5.131—5.132), делая шаг правой ногой вперед по диагонали. В случае, если техника выполняется из яй-госи-но камаэ, используйте левую ногу как пружину для усиления движения снизу вверх. Кириагэ-но ката используется для удара под руки противника, наносящего удар в тот момент, когда ваш меч еще в ножнах с последующим рассекающим ударом (чаще всего, кэса-гири).



Рис. 5.130



Рис. 5.131

Рис. 5.132

3. [Сан нинпо яй: нукиюти кирисагэ-но ката нинпо-кэн]

Из сидзэн-но камаэ захватите рукоять меча так же, как в предыдущем движении. Сделайте шаг левой ногой назад, одновременно выхватывая правой рукой меч и нанося удар сверху



Рис. 5.133



Рис. 5.134



Рис. 5.135

вниз (рис. 5.133—5.135). Вес тела на 70% перенесен на правую ногу. Данная техника используется для перекрывания рук противника при его попытке выхватить свой меч или отсечения его запястий (запястья), если он уже наносит удар. Наилучшим продолжением для кирисагэ является тычок мечом в горло противника.

4. [Си нинпо яй: сакатэ кириагэ-но ката нинпо-кэн]



Рис 5.136



Рис. 5.137



Рис. 5.138

В сидзэн-но, или яй-госи-но камаэ захватите правой рукой рукоять меча, используя гяку-кататэ-моти и, делая шаг вперед правой или назад левой ногой, выхватывайте меч из ножен, нанося удар снизу вверх (рис. 5.136—5.138). Правая рука не разгибается в локте до конца в последней фазе удара — это может повлиять на траекторию удара. Используется так же, как и нукиюти кириагэ-но ката.

5. [Го нинпо яй: сая-нагэ кириагэ-но ката нинпо-кэн]

Эта техника очень похожа на нукиюти кириагэ-но ката с тем отличием, что меч в момент подготовки к выполнению удара находится в левой руке, а не за поясом. Захватив рукоять правой рукой, выведите меч в положение начала удара и разнонаправленным движением наносите удар правой рукой сверху вниз, а левой — сбрасывая ножны с клинка в другую сторону. Техника применяется против двух противников, в одного из которых бросаются ножны, а другому наносится удар. Бросок ножен в данном случае позволяет выиграть время, отвлекая противника, находящегося сзади.

6. [Року нинпо яй: сая-нагэ цуки-но ката нинпо-кэн]

Начало техники такое же, как в предыдущем случае. Из сидзэн-но камаэ перейдите в ити-но камаэ (меч удерживается двумя руками, причем левая рука держит ножны посередине). Не останавли-

Искусство владения мечом ниндзя — [Синоби кэндзюцу]

ливаясь, резким движением сбросьте ножны левой рукой в лицо противника, тут же перехватывая рукоять двумя руками и нанося глубокий тычок с шагом правой ногой. Использование ножен в данном случае играет ту же отвлекающую роль, что и в предыдущей технике с тем отличием, что направлено оно против одного, а не двоих противников.

7. [Сити нинпо яй: мэтэ-гаэси-но ката нинпо-кэн]

Эта техника абсолютно аналогична сакатэ кириагэ-но ката, но выполняется она не правой, а левой рукой (движение левой руки к рукояти не могло расцениваться как угрожающее, что давало ниндзя мгновение преимущества для решающего удара). Удар может наноситься в центральную линию противника снизу вверх с продолжением в форме тычка сверху вниз в трахею или, переворачивая оружие и перехватывая его правой рукой, режущим ударом по диагонали (кэса-гири).

Глава 8. Техника вариативного использования меча ниндзя — [Синоби-кэн-но хэнка-вадза]

Техника, описанная до этой главы, в той или иной степени характерна как для ниндзя, так и для самураев. Разница заключается в строении меча, технике приложения усилия, высоте стойки, но не в рисунке техники. Рубящий удар — это всегда рубящий удар, а принципы яйдзюцу одинаково хорошо работают на мастера этого искусства, вне зависимости от того, кто он — ниндзя или самурай.

Нужно отметить, что на эту технику ниндзя мог надеяться только при встрече с неопытным или ослабленным противником, в остальных же случаях воин-тень предпочитал внезапное нападение и превентивную атаку, а не фехтование и соревнование в искусстве выхвата меча. «Война — это путь обмана» — как сказал *Сунь цзы*. Ниндзя были необходимы неординарные, нестандартные решения стандартных задач, которые самурай решал заведомо известным способом — быстрым обнажением меча. Как раз именно этого ниндзя стремился избежать всеми возможными способами, в том числе использовал свой меч, часто даже не вытаскивая его из ножен. Если же это все-таки происходило, ниндзя навязывал гордому буси свой рисунок боя, который в корне отличался от привычных тому способов ведения поединка. Дело дошло до того, что в одной из известнейших и древних школ боевых искусств Японии — *Катори*

Синто-рю — была разработана специальная техника борьбы против техники ниндзя, так как обычные стандартные варианты часто просто не срабатывали при встрече с ночным демоном.

Тактика использования меча ниндзя (*ниндзя-то*) изобилует примерами именно таких необычных и неожиданных для противника действий, позволяющих ночному воину решать свои задачи с максимальной эффективностью, выигрывая у врага доли секунды, которые могли бы стать роковыми, если бы ниндзя не воспользовался своей хитростью и техникой. Здесь присутствует и работа рукоятью, и техника использования ослепляющих смесей (*мэцу-буси*), и внезапный бросок *сюрикэн*...

Достаточно типичные и известные традиционные техники из этого ряда мы представляем вам в этой главе. Однако при их рассмотрении и тренировке необходимо все время иметь в виду, что это — лишь *примеры использования определенных принципов*, а не раз и навсегда данные схемы поведения в той или иной ситуации. Следует понять, что число базовых техник (*кихон-гата*) ограничено, но широта вариантов использования этих техник (*хэнка*) поистине безгранична, если человек хорошо понимает принципы и в совершенстве владеет основами. Только отпущенное сознание и постоянная практика могут дать ниндзя мастерство во владении мечом. Нужно помнить о принципах естественности (*сидзэн*), достижении своих целей с минимальными усилиями и максимальным результатом (*инсин тонкэй*), а также о том, как ложь представить правдой (*кедзицу тэнкан хо*), — и тогда ваш дух сам проявит себя в той или иной ситуации оптимальным способом, часто даже не осознаваемом вами на логическом уровне. Это то, что в ниндзюцу называется «*Ку-но сэйкай*» или «*Синсин — синган*» — «Сердцем и глазами бога».

Использование рукояти

Пример 1: [Касира-отоси]

Когда противник хватается за меч, чтобы нанести рубящий удар в горизонтальной плоскости, мгновенно сделайте глубокий шаг правой ногой к нему и правой рукой перехватите рукоять меча противника, а левой рукой, удерживающей рукоять собственного меча, резко ударьте по внешней стороне правого запястья противника (рис. 5.139—5.140). Используя инерцию движения против-

ника, выведите его из равновесия вперед, одновременно вытаскивая его меч из ножен (рис. 5.141—5.142). Если во время предыдущего движения противник отпустит захват рукояти собственного меча, левой рукой перехватите его руку у запястья. Контролируйте противника на земле за счет давления своим коленом на область точки *хидзидзумэ* (над локтем бббб).



Рис. 5.139

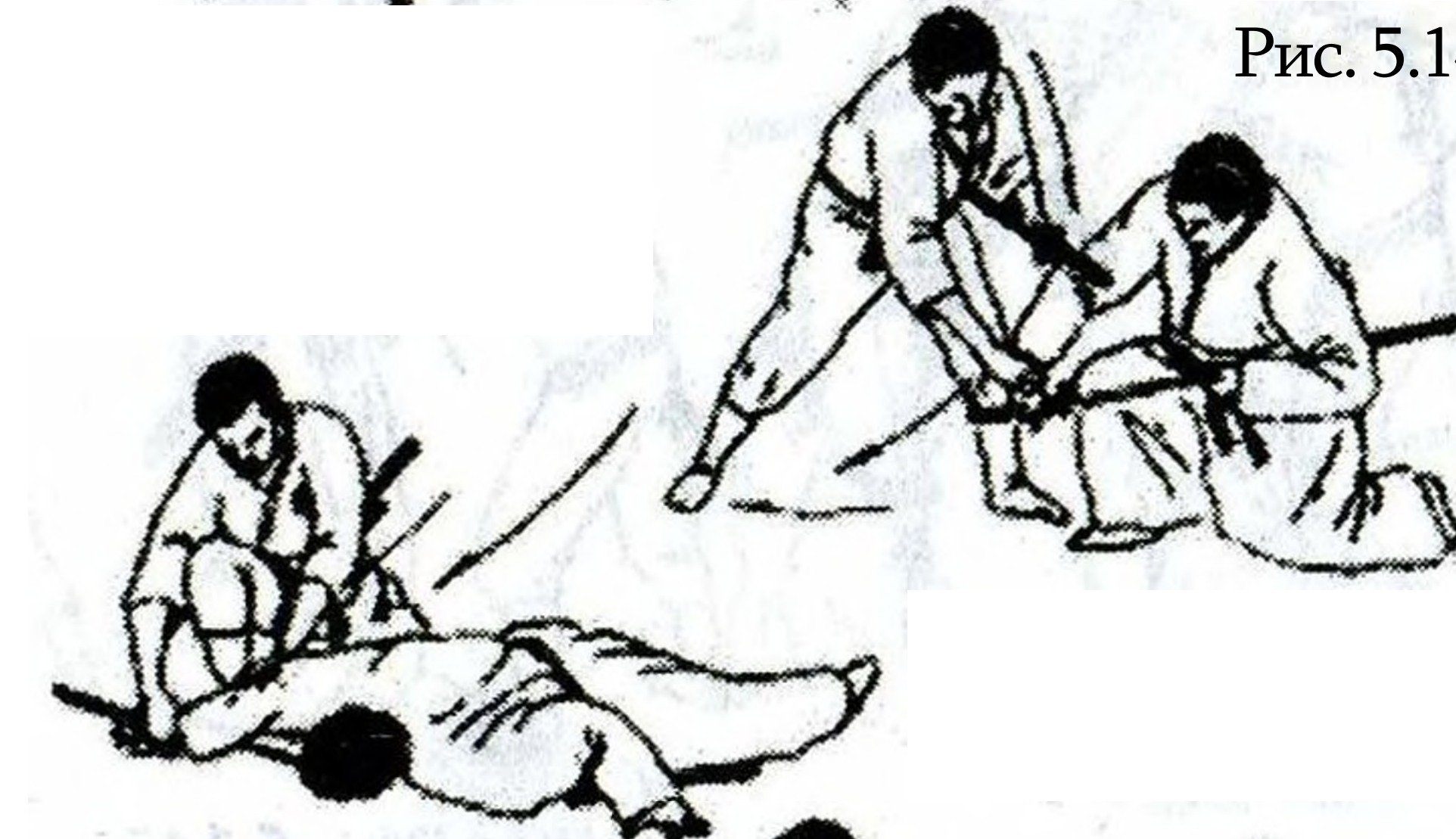


Рис. 5.140

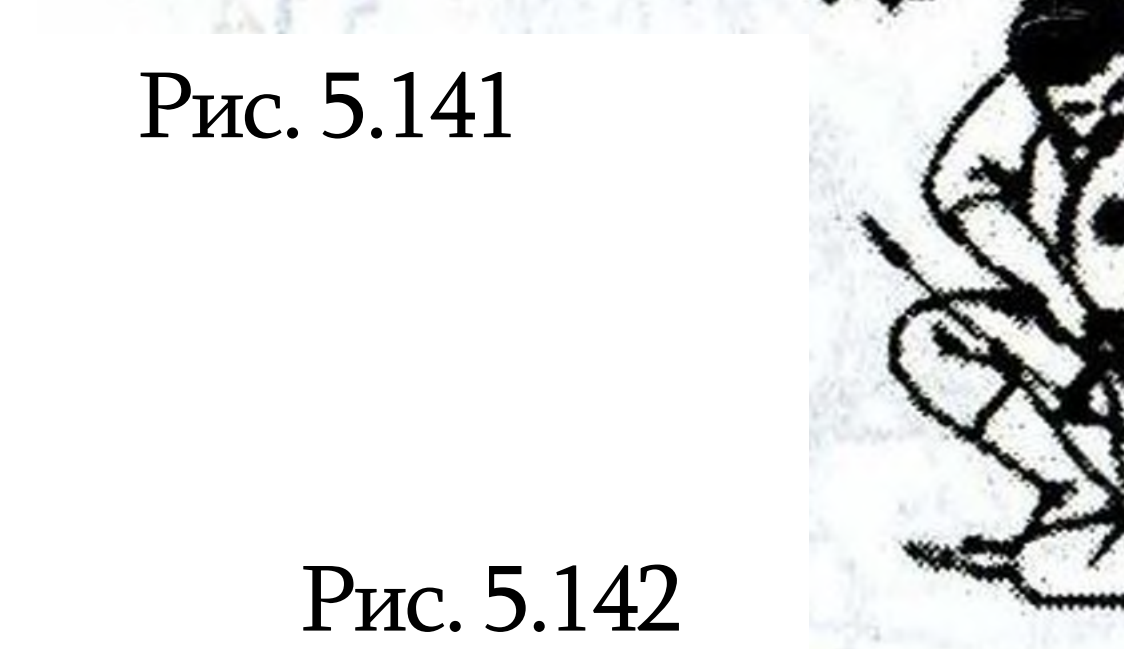


Рис. 5.141



Рис. 5.142

Пример 2: [Кё-но ката]

Начало техники аналогично предыдущей (рис. 5.139). Резкими сильным движением левой руки (используя большой палец) *щелчком* выбросьте рукоять своего меча в лицо противника (при должном исполнении противник не успевает уклониться и единственно возможным для него действием является перехват рукояти, летящей ему в лицо) — рис. 5.143. В тот же миг правой рукой выхватите меч противника из ножен (рис. 5.144) и поразите его с глубоким шагом вперед — рис. 5.145.

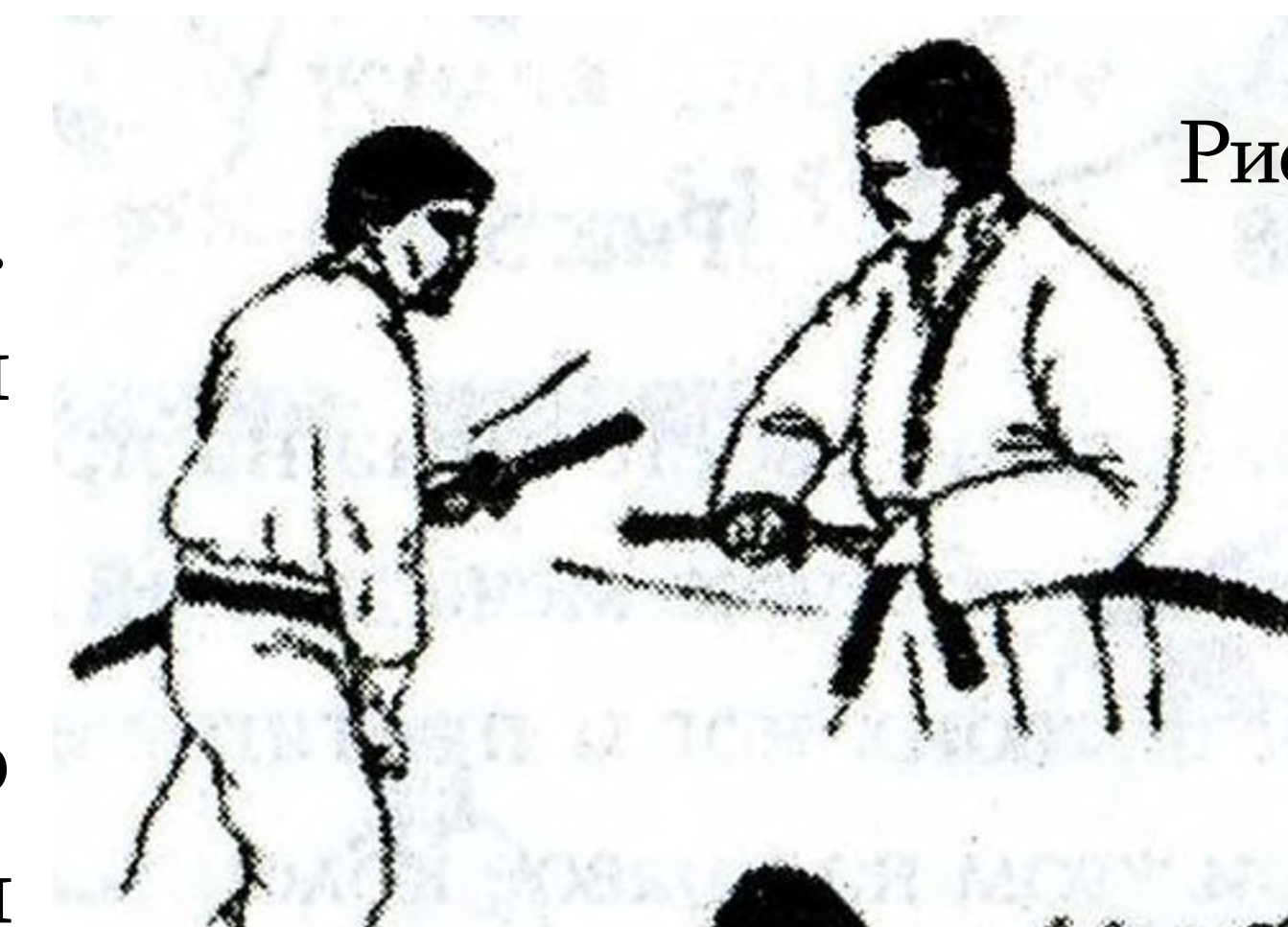


Рис. 5.143

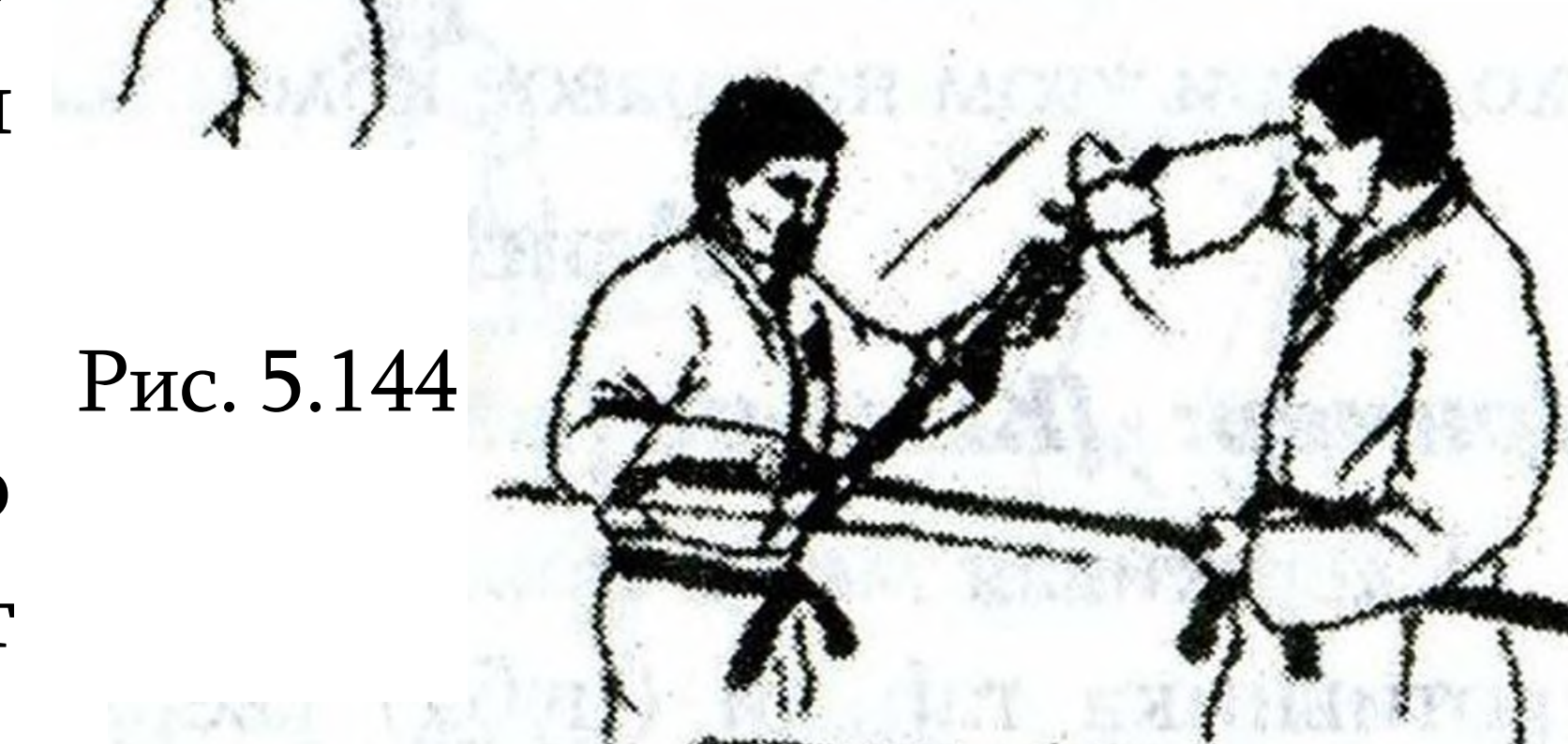


Рис. 5.144



Рис. 5.145

Пример 3: [Соби-гири]

Когда противник хватается за рукоять своего меча с намерением нанести рубящий удар, мгновенно шагните к противнику



Рис 5.146



Рис. 5.147



Рис 5.148



Рис. 5.149

правой ногой, одновременно блокируя правой рукой, удерживающей рукоять меча, правую руку противника у запястья и нанося удар своей рукоятью в его лицо, горло или грудь (рис. 5.146—5.147). Используя вес своего тела, максимально сильно надавите на руку противника своим правым предплечьем, заставляя его вернуть меч в ножны и этим же движением обнажая свой меч (рис. 5.148).

Положив лезвие своего меча на правую сторону шеи противника, надавите на обушок меча левой ладонью, одновременно меняя положение своих ног и протягивая меч по шее противника вниз, уходя при этом на правое колено слева от противника (рис. 5.149).

Использование гарды

Пример: [Кику-но ката]

Удерживая меч в ножнах в левой руке, блокируйте удар меча противника гардой (цуба) вверх с шагом левой ногой вперед (рис 5.150), используя давление правой рукой. Круговым движением перенаправьте движение противника в сторону от себя, а затем вниз (рис. 5.151—5.152) и тут же захватите рукоять своего меча правой рукой, мгновенно обнажая лезвие и нанося горизонтальный рубящий удар по рукам противника, травмируя и обезоруживая его (рис 5.153). Перехватив меч левой рукой, нанесите



Рис. 5.150



Рис. 5.153



Рис 5.151



Рис 5.152

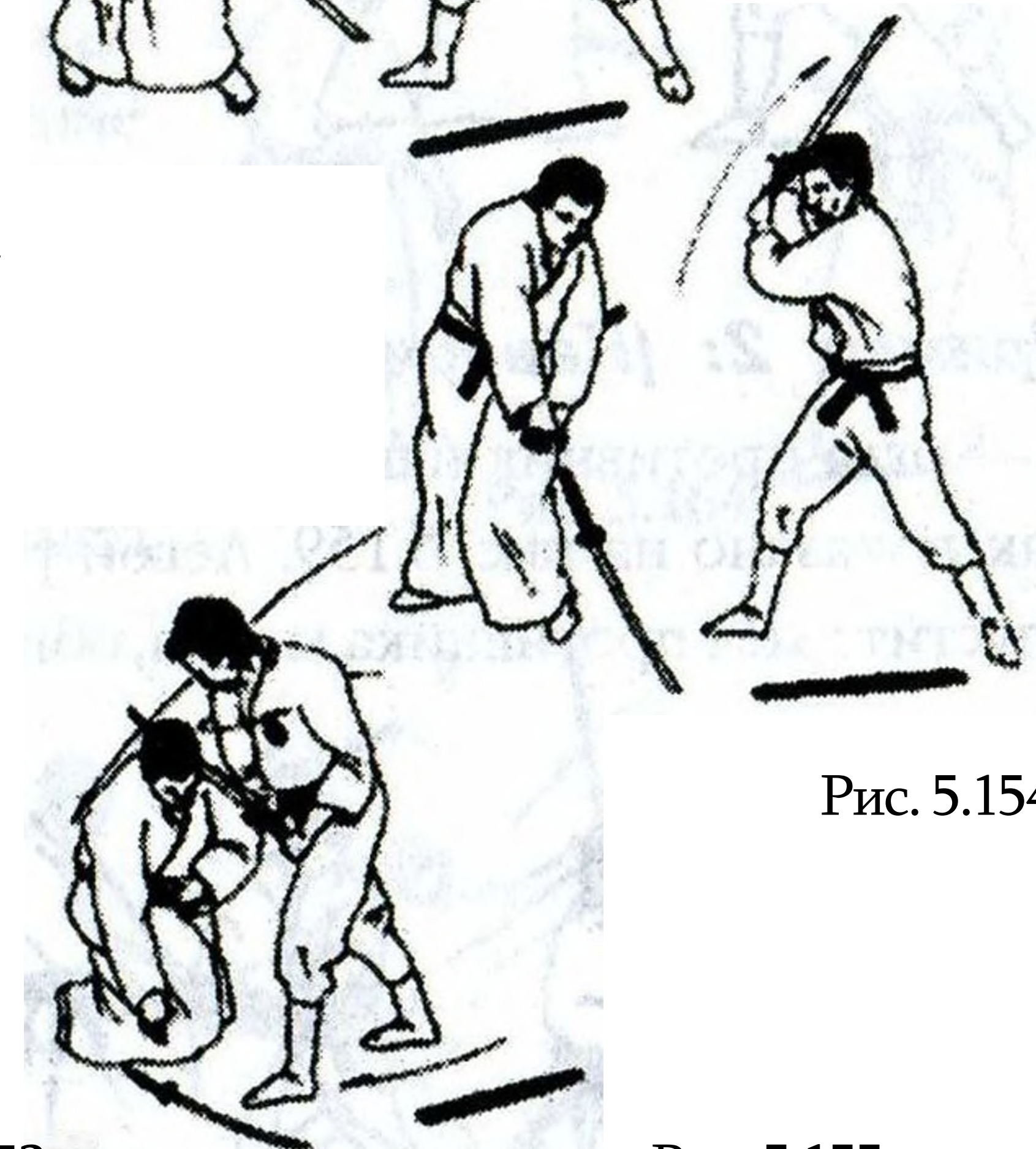


Рис. 5.154

Рис. 5.155

кэса-гири с шагом правой ногой, усиливая движение давлением левого плеча на обушок клинка (рис. 5.154—5.155)++.

Использование ножен

Пример 1: [Сая-атэ]

Удерживайте меч в ножнах перед собой (рис. 5.156). Когда противник хватается за меч и атакует, сделайте шаг назад правой ногой, одновременно выхватывая свой меч назад и бросая ножны меча в лицо противника (рис. 5.157). Не прерывая движения, в момент, когда противник вынужден отбивать ножны, с шагом вперед правой ногой проткните противника у него

Рис 5.156

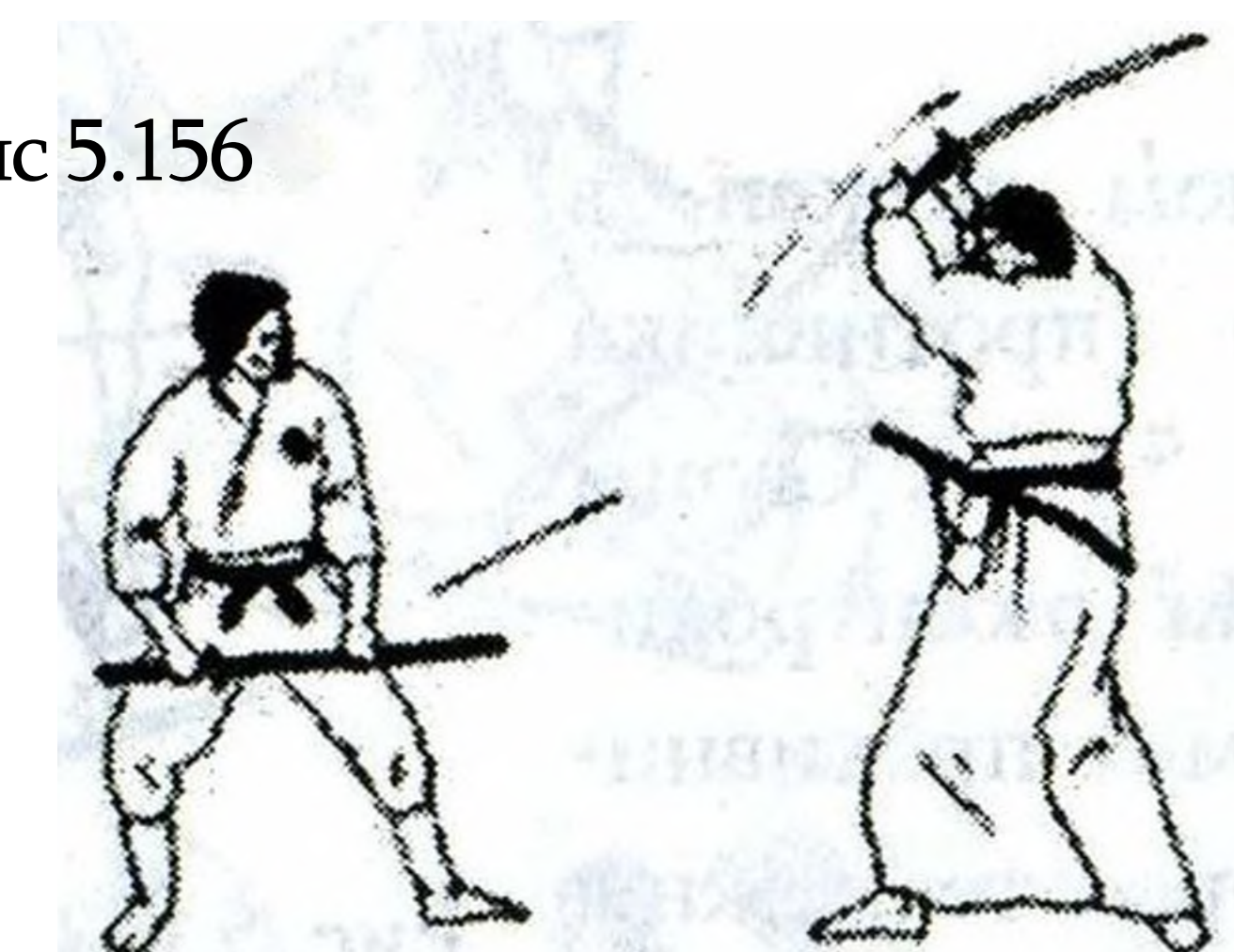
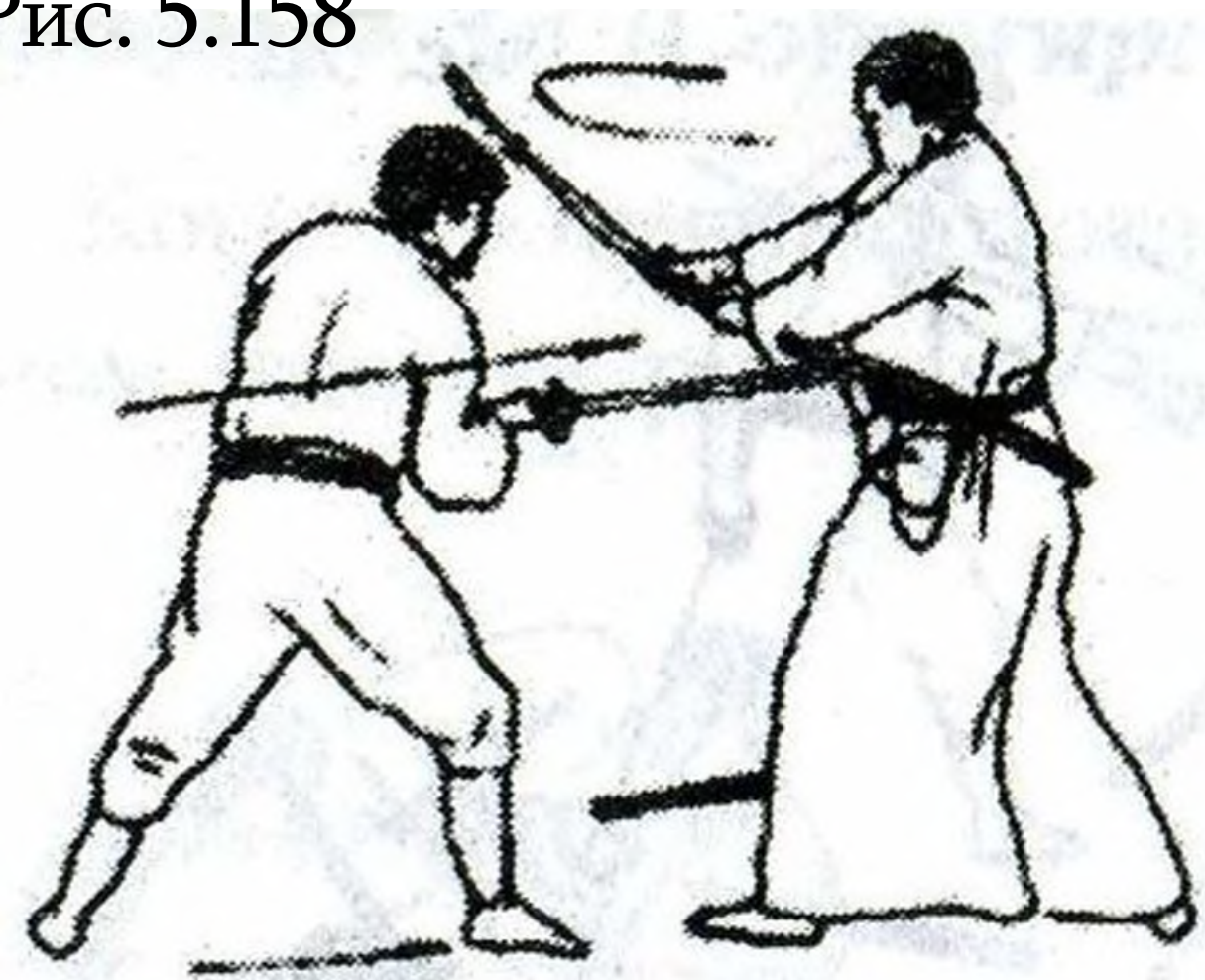


Рис. 5.157



Рис. 5.158



под руками и тут же уйдите вправо, уклоняясь от возможного удара противника (рис. 5.158).

Пример 2: [Каварими-но ката]

Когда противник наносит удар, блокируйте его ножнами меча, как показано на рис. 5.159.левой рукой оказывая давление вниз, опустите меч противника вниз и, обнажая меч назад, нанесите удар

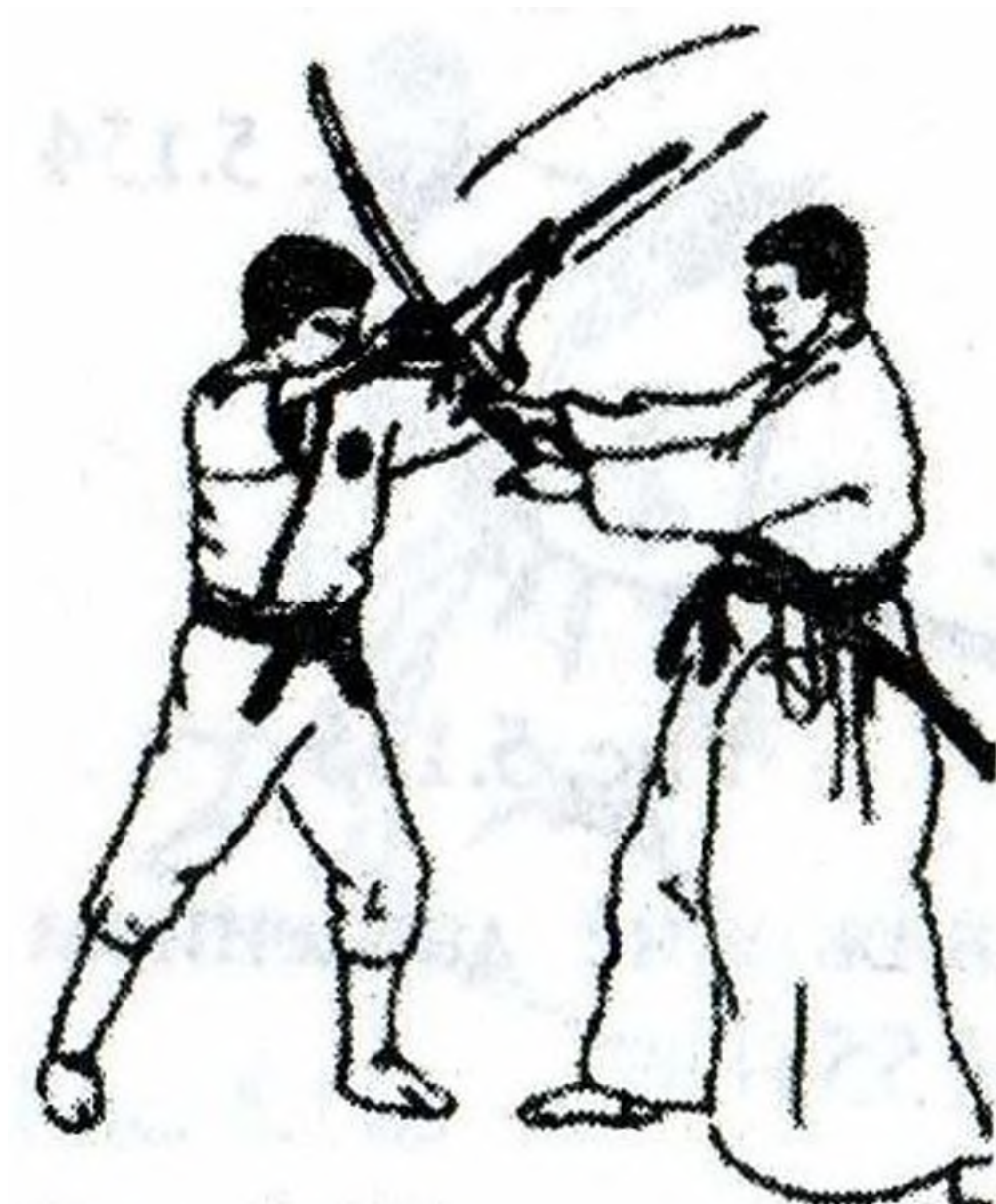


Рис. 5.159

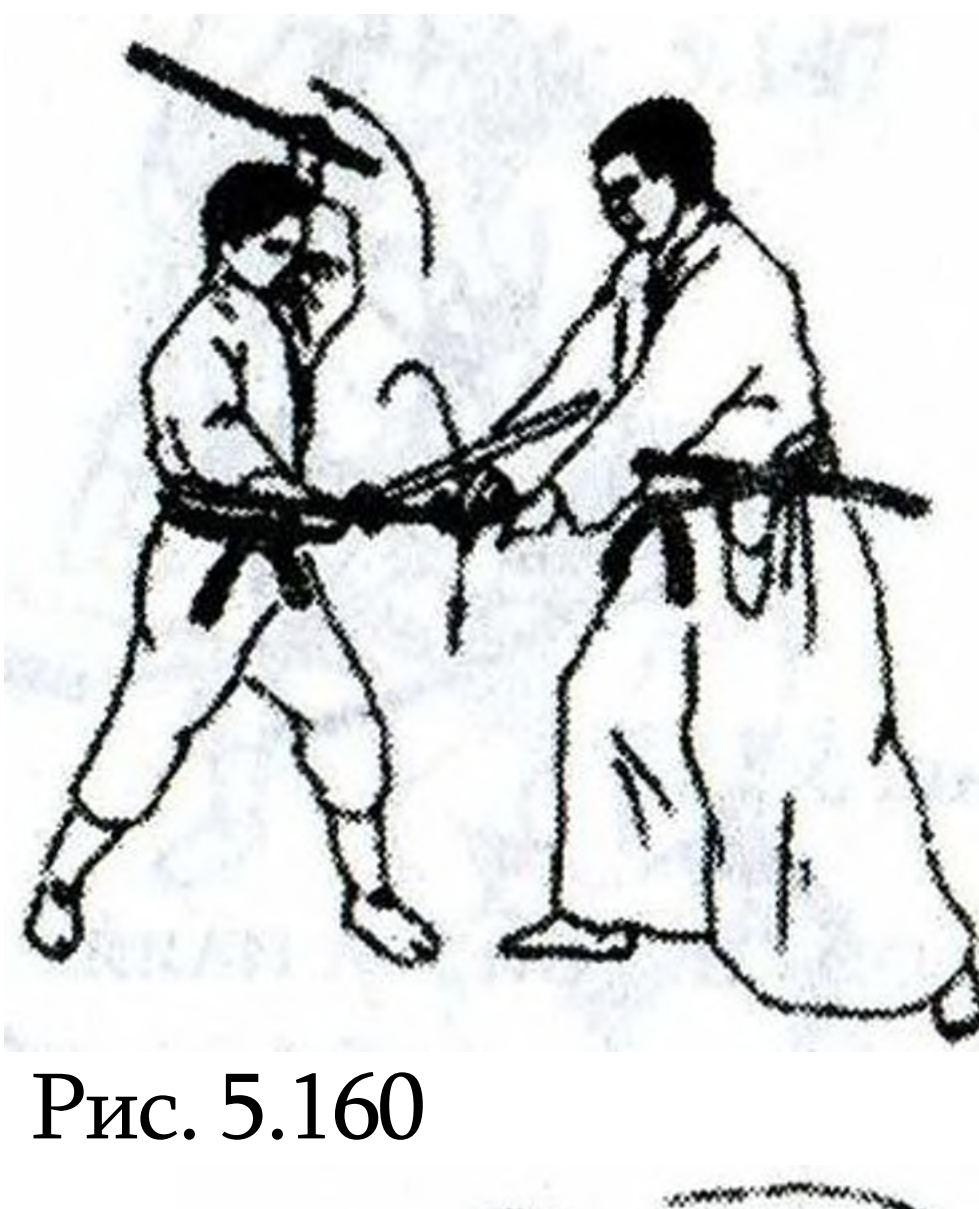


Рис. 5.160

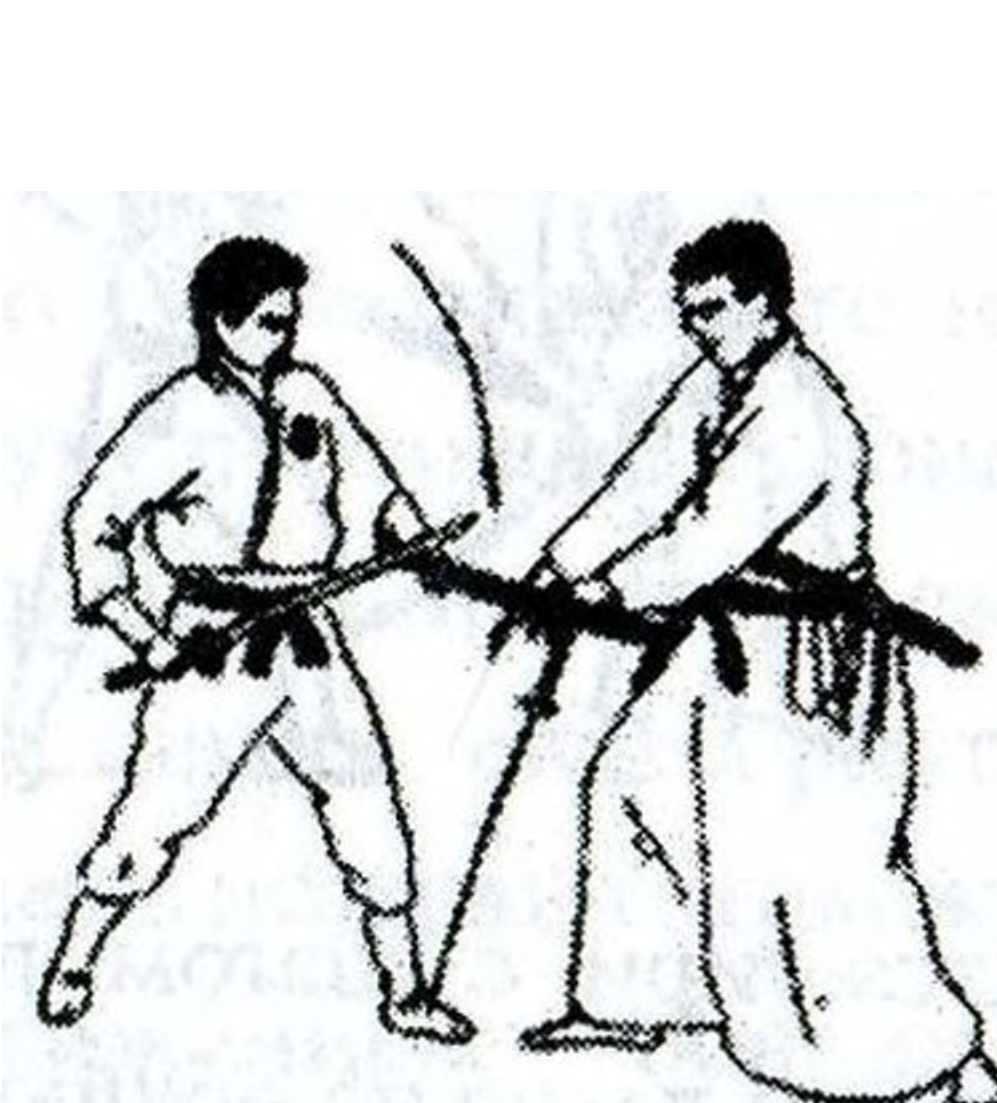


Рис. 5.161

концом ножен в лицо противника (рис. 5.160). Своим мечом контролируя меч противника, бросьте ножны на землю и захва-

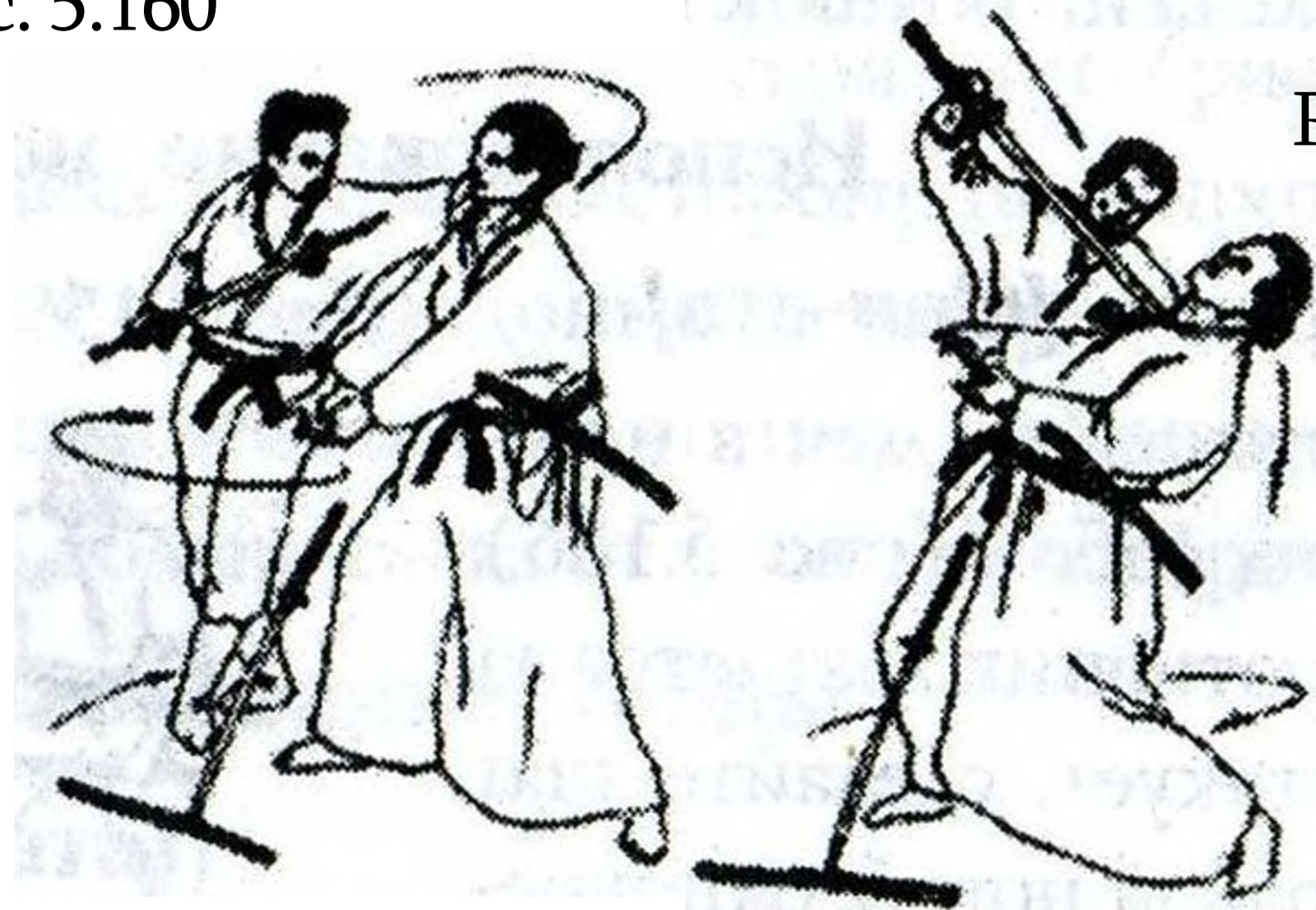


Рис. 5.162



Рис. 5.163

тате волосы на затылке противника — рис. 5.161. Оттянув голову противника назад—вниз, поразите его мечом движением сверху вниз (рис. 5.162—5.163).

Использование ослепляющего порошка

Пример 1: [Мутон-юхо-но мэубуси-гата итихо]

Противник занимает дай-дзедан-но камаэ в то время, когда ваш меч еще находится в ножнах (рис. 5.164), не оставляя вам никаких шансов на нанесение превентивного удара. Правой рукой достав порошок мэубуси из-за ворота куртки (рис. 5.165), с глубоким шагом вперед бросьте ослепляющую смесь в глаза

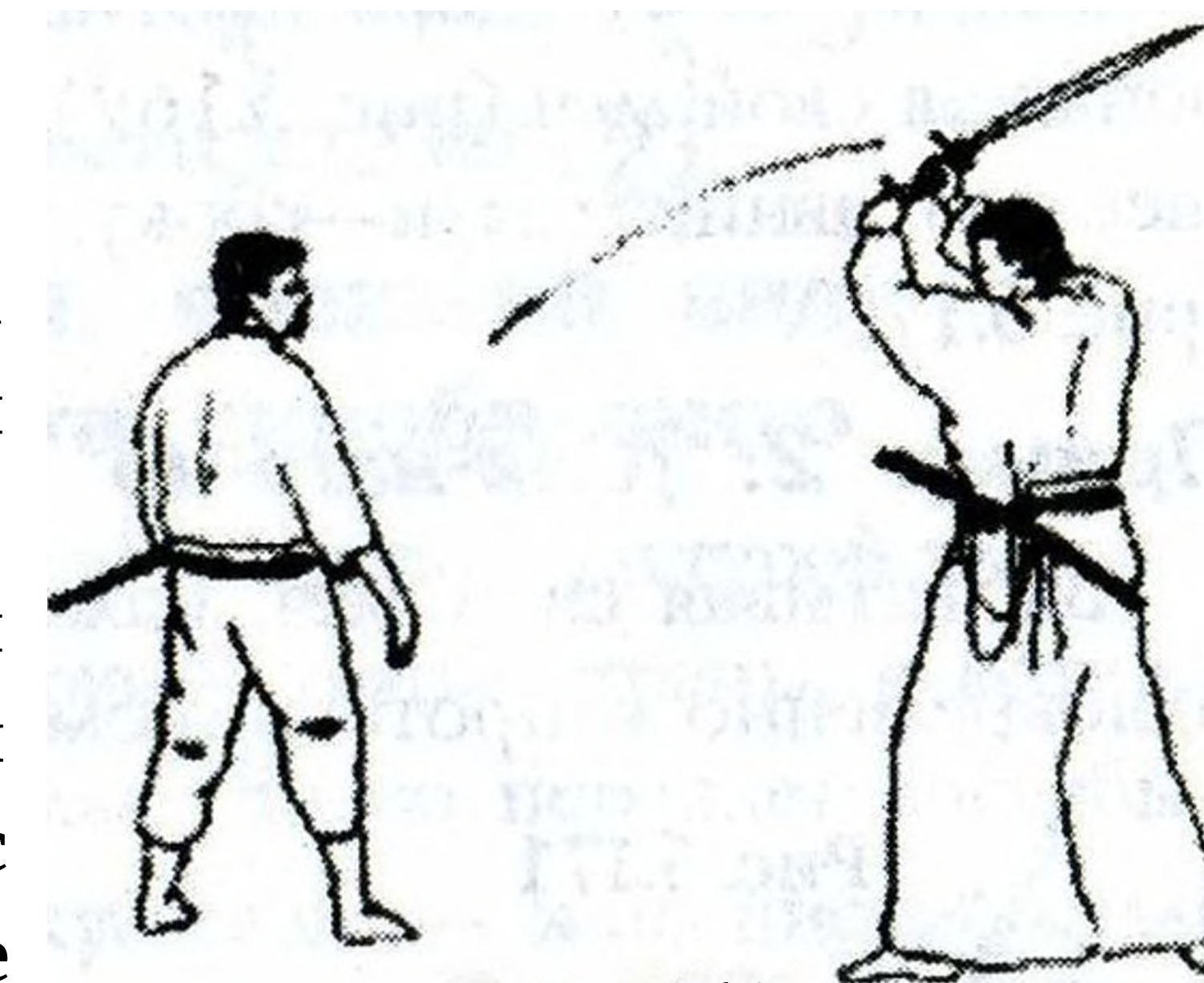


Рис. 5.164



Рис. 5.165

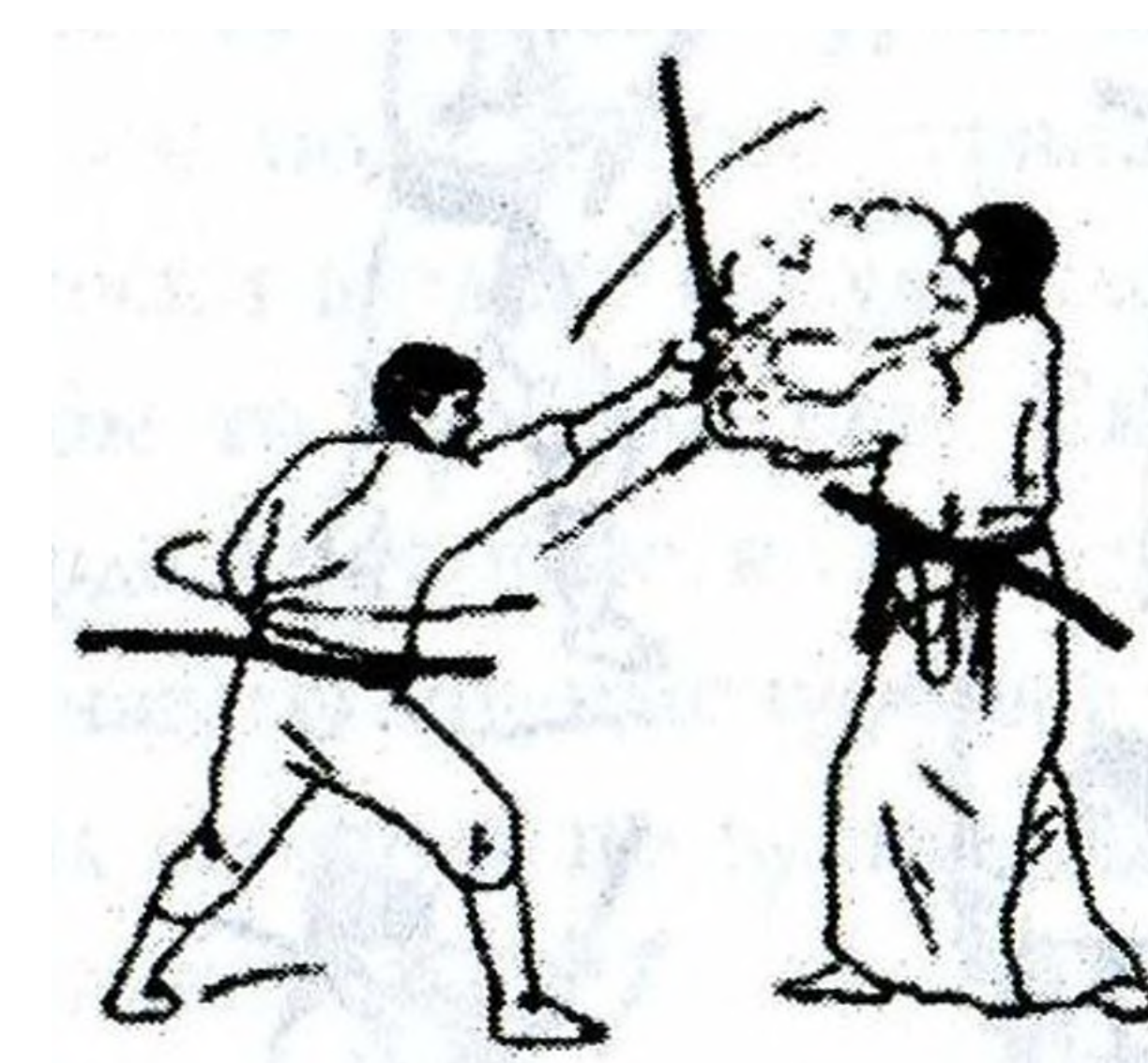


Рис. 5.166



Рис. 5.167

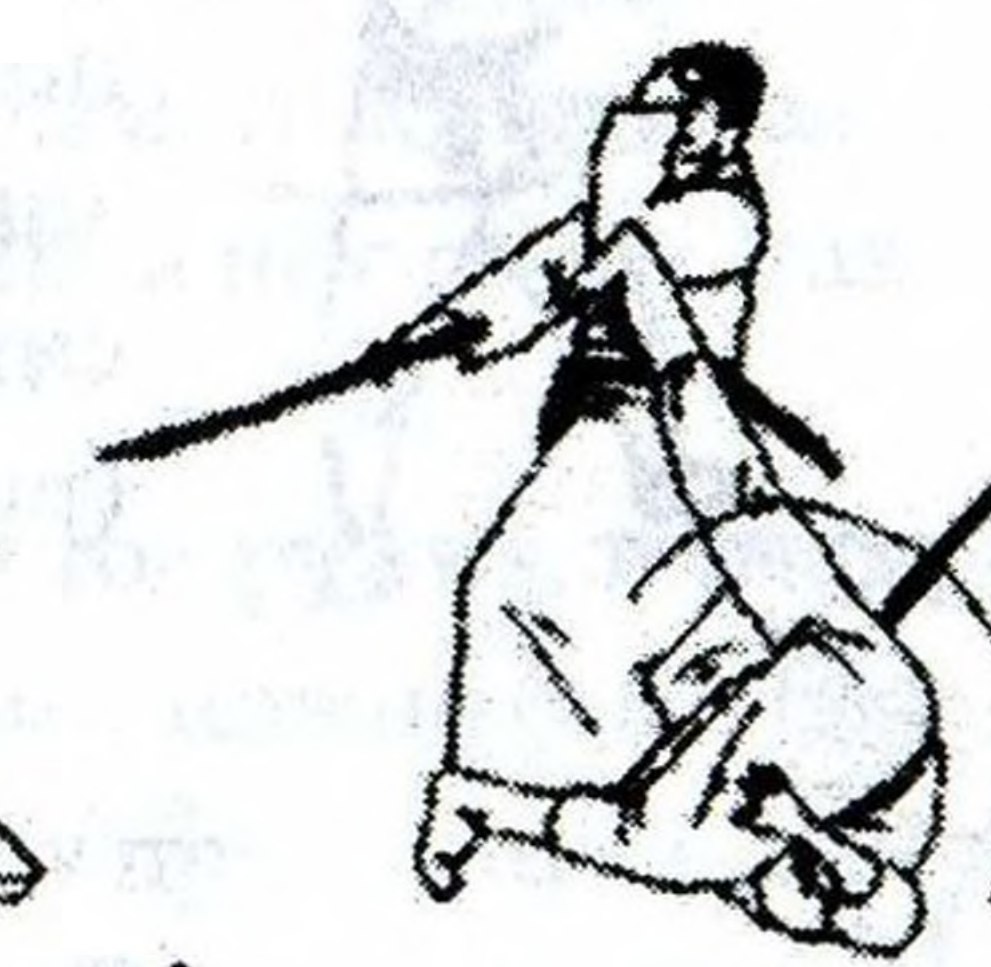


Рис. 5.168

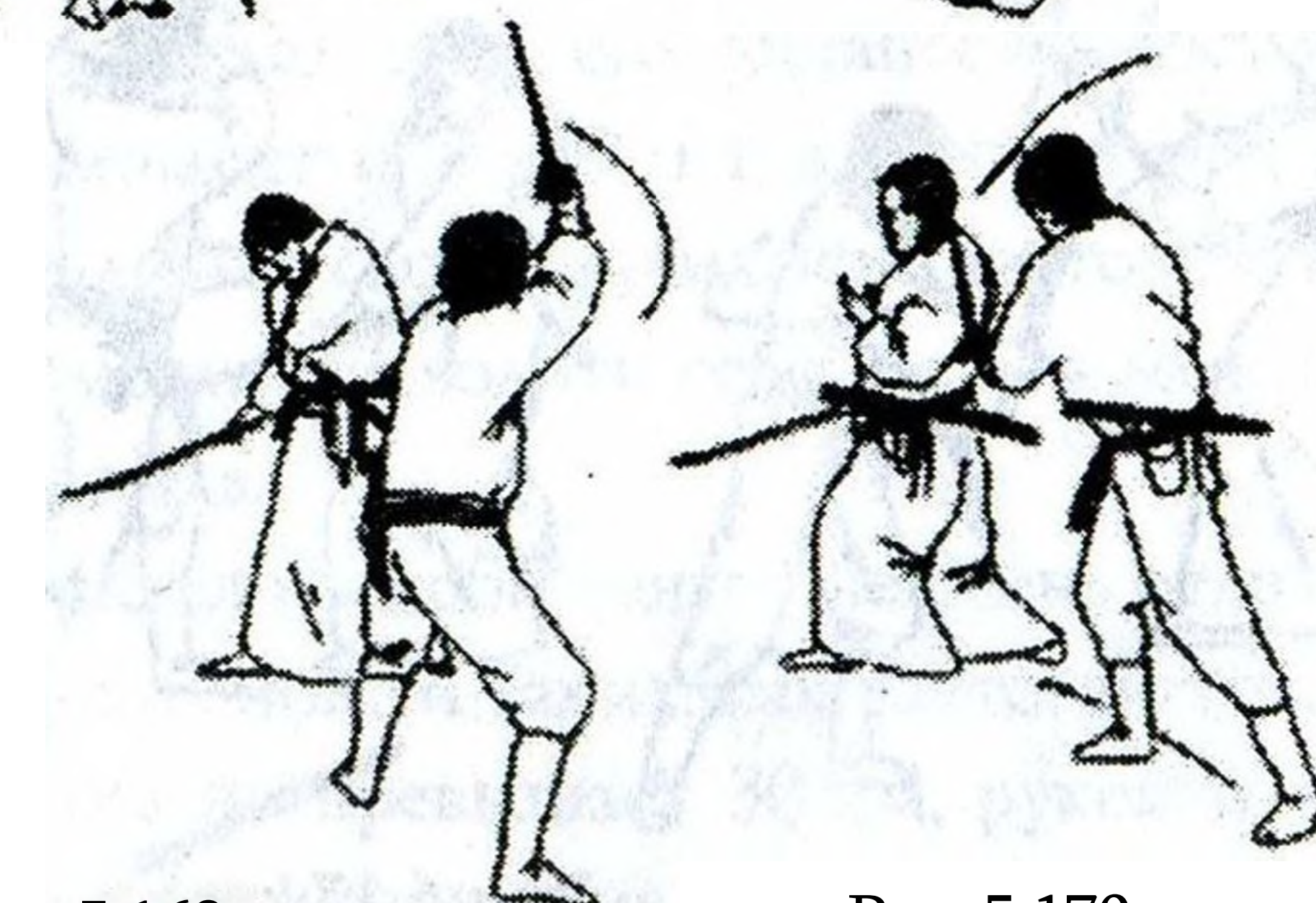


Рис. 5.169

Рис. 5.170

противника (рис. 5.166), тут же проводя сайю-ценпо-кайтэн (передний кувырок по диагонали наружу) (рис. 5.167—5.168), тем самым уходя от удара противника и заходя к нему за спину и обнажая свой меч (рис 5.169). Мгновенно нанесите кэса-гири по шее противника сзади—сбоку, пока он не оправился от ослепления (рис 5.170).

Пример 2: [Сая-нагэ-но мэиубуси-гата ни хо]

Выхватывая свой меч, находящийся в руках, а не за поясом, одновременно с противником и начиная сближение с ним, за-

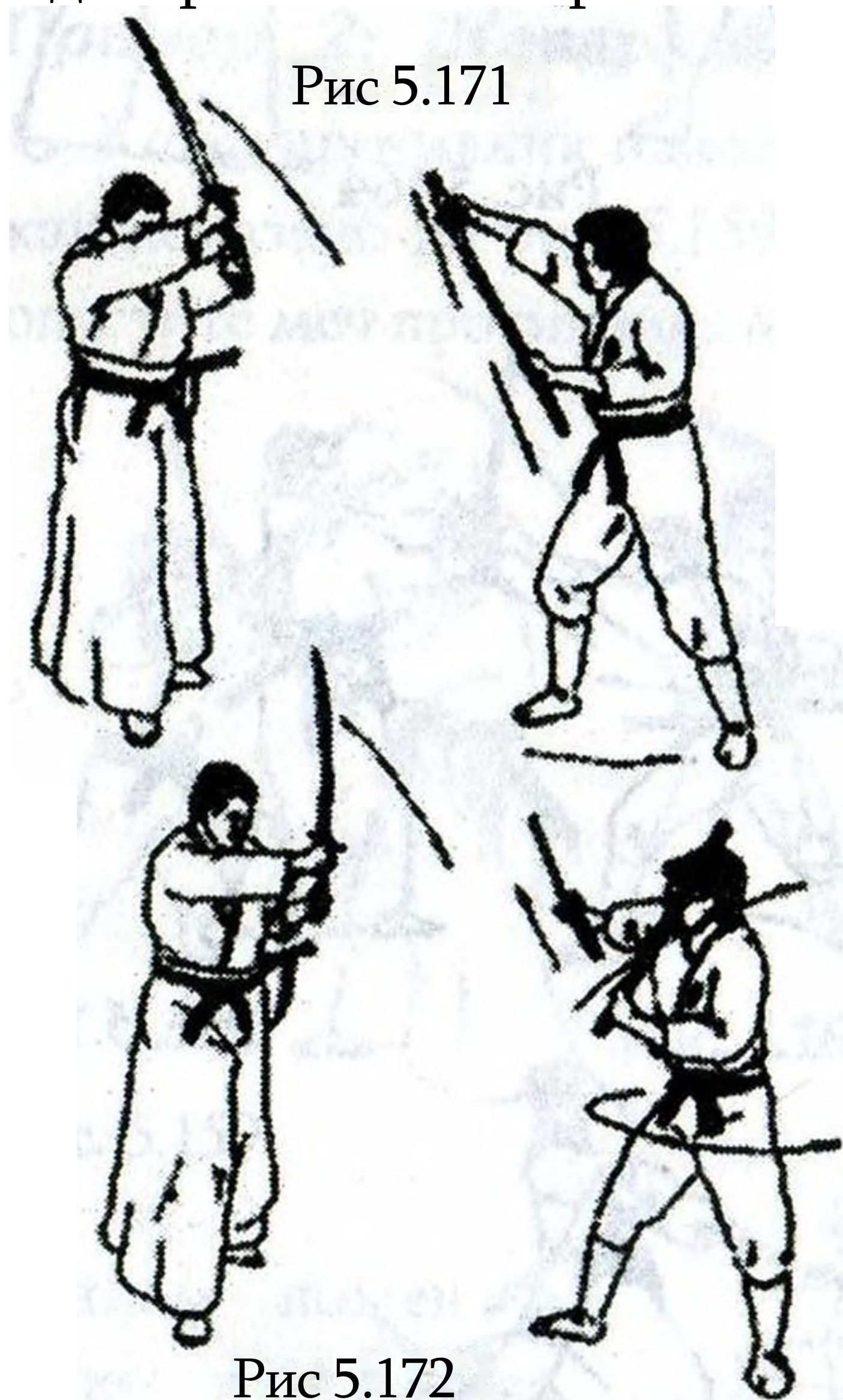


Рис 5.171

махнитесь ножнами меча в левой руке, содержащими в себе порошок мэцубуси в тот момент, когда противник замахнется для удара (рис. 5.171). Блокируйте удар противника резким ударом ножнами сверху вниз—внутри таким образом (рис 5.172), чтобы выбросить ослепляющую смесь ему в лицо (рис. 5.173). Повторите удар ножнами по пальцам рук противника, чтобы обезоружить его, и бросьте ножны на землю, занимая дай-дзедан-но камаэ (рис. 5.174). Нанесите ему дай-дзедан-макко-гири (рис. 5.175).

Рис 5.172

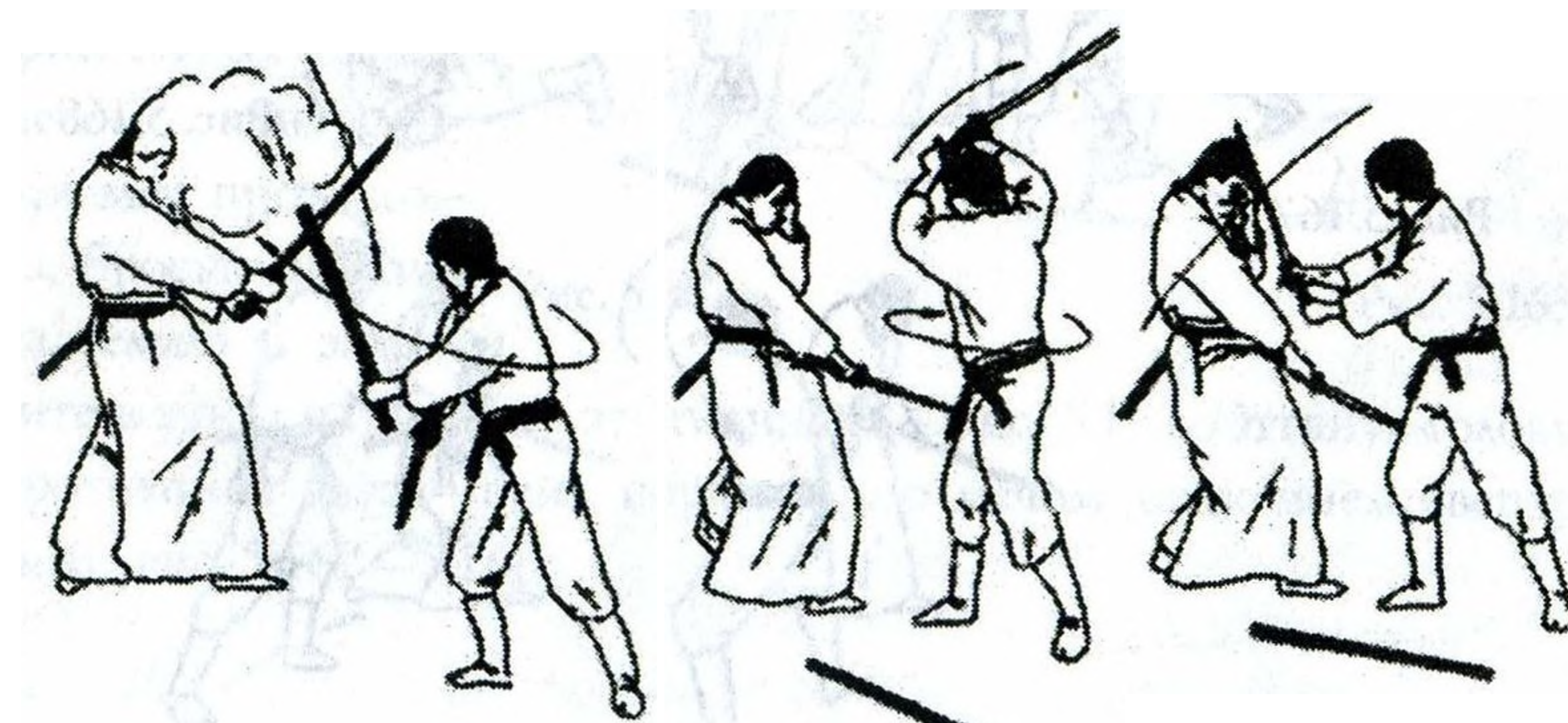


Рис 5.173

Рис. 5.174

Рис 5.175

Искусство владения ножом ниндзя —

[Синоби-тантодзюцу]

Глава 1. История, внешний вид и способы захвата синоби-танто

Японскую культуру можно смело назвать «культурой клинка и кисти», так как не существует другой такой страны, в которой традиции боевых искусств настолько тесно переплетались бы с общей духовной культурой и искусством — живописью, каллиграфией, стихосложением. Искусство изготовления клинкового оружия нигде не достигло подобного высочайшего уровня, какому до сих пор не перестают удивляться люди во всех странах мира. Естественно, что и умению мастерски владеть им уделялось внимания гораздо больше, чем где бы то ни было еще. Сказанное относится не только к мечу, алебарде или копьё, но и к короткому клинковому оружию, по-японски чаще всего именуемому «танто», хотя к нему относится целый ряд сходных по внешнему виду и строению клинков, в том числе и нож ниндзя.

Все японское короткое клинковое оружие имеет характерную особенность — это именно ножи, а не кинжалы, то есть лезвие заточено только с одной стороны, а не с обеих, как это распространено во многих странах.

По внешнему виду клинкового оружия, торчавшего из-за пояса хозяина, в средневековой Японии можно было безошибочно определить не только род, к которому принадлежал самурай, или школу боя, которую он представлял, но и его финансовое состояние, на службе он в данный момент или нет и т. д. Кроме того, представители низших социальных слоев, таких как торговцы или ростовщики, хотя и не могли позволить себе носить меч, но танто носили практически всегда.

Строение ножа ниндзя (синоби-танто) не очень отличается от строения семьи японских ножей таких, как танто, айгути, коигути и др. Длина его клинка не превышает 30 см, рукояти — 15 см. Стандартным считается соотношение 20 см (клинок) — 12 см

(рукоять). Обычно синоби-tanto не имеет никаких украшений и даже рудиментарной гарды, как, например, айгути (нож, носившийся ронинами). Общераспространенное ошибочное мнение о том, что гарда якобы защищает руку воина от удара противника, абсолютно не верно, как и мнение, что она препятствует соскальзыванию пальцев на клинок (что с японскими ножами равносильно ампутации) при сильном ударе как прямым, так и обратным хватом. При правильном захвате рукояти этого не происходит никогда, каким бы сильным ни был удар. Ниндзя уяснили это очень давно и принесли цуба (гарду) в жертву лучшей маскировке и упрощению изготовления своих ножей. Рукоять и ножны выполняются из твердой древесины и часто камуфлируются под деревянный пенал или дощечку. Следует также отметить, что клинок часто бывает абсолютно прямой, в отличие от изогнутых вариантов, принятых в самурайской среде. Толщина лезвия колеблется от 5 до 3 мм в наиболее широкой части, которая часто смещена к середине клинка (таким образом, срез лезвия приобретает несимметричную ромбовидную форму).

Из десятков возможных вариантов хватов и перехватов рукояти ножа (tanto-мотиката), которые иногда больше напоминают жонглирование, чем что-то похожее на боевое искусство (достаточно просмотреть книгу г-на Пучкова «Кинжалы», в которой приводится несколько десятков абсолютно абсурдных движений, совершенно не применимых перед лицом реальной опасности и подходящих разве что как общеразвивающие упражнения для пальцев), в реальном бою традиция ниндзюцу настаивает только на двух, а именно:

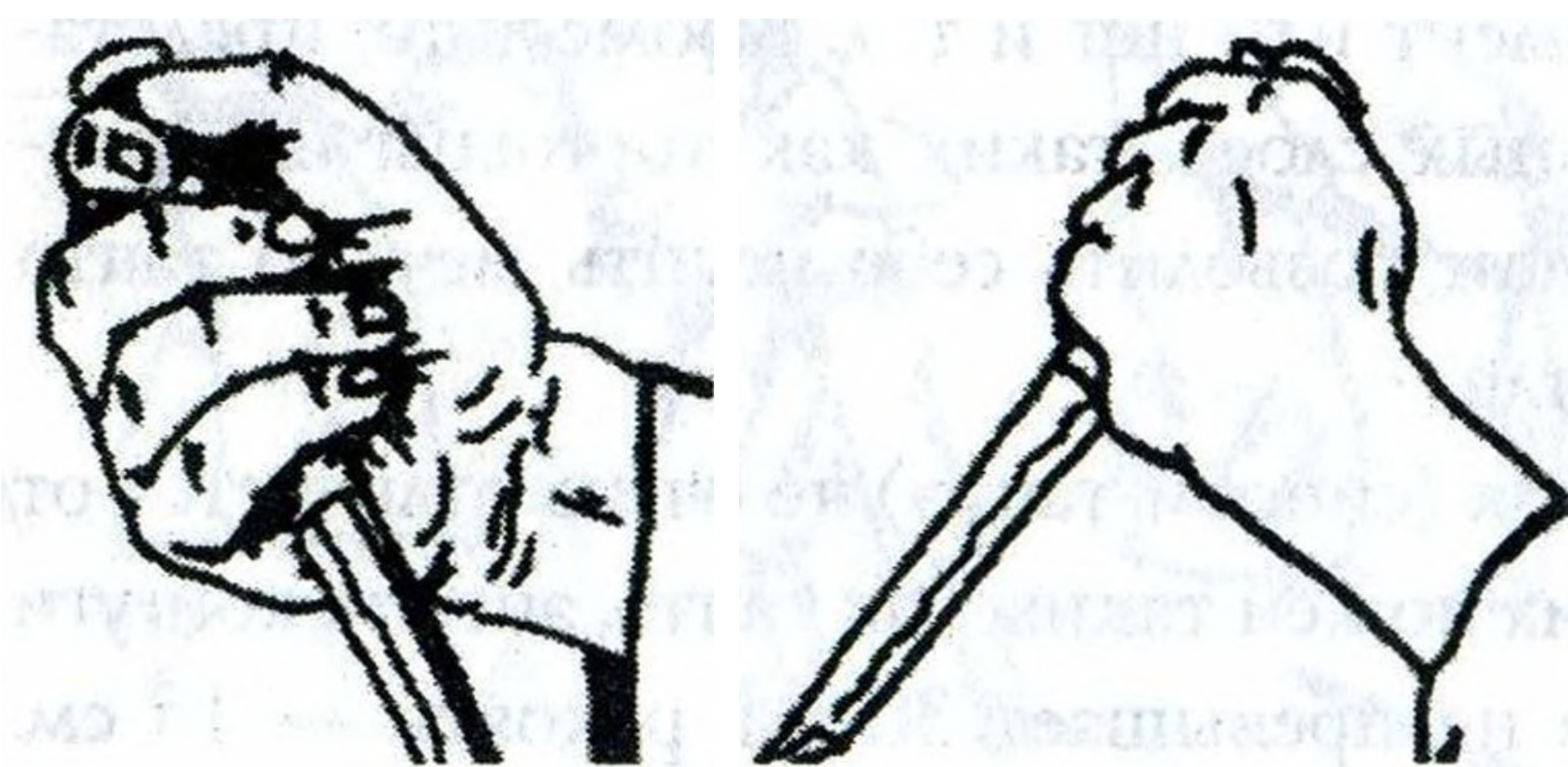


Рис. 6.1

Рис. 6.2

Хонтэ моти (омотэ, ура): хват ножа с «клинком от большого пальца» лезвием вниз (омотэ) — рис. 6.1 и вверх (ура) — рис. 6.2.

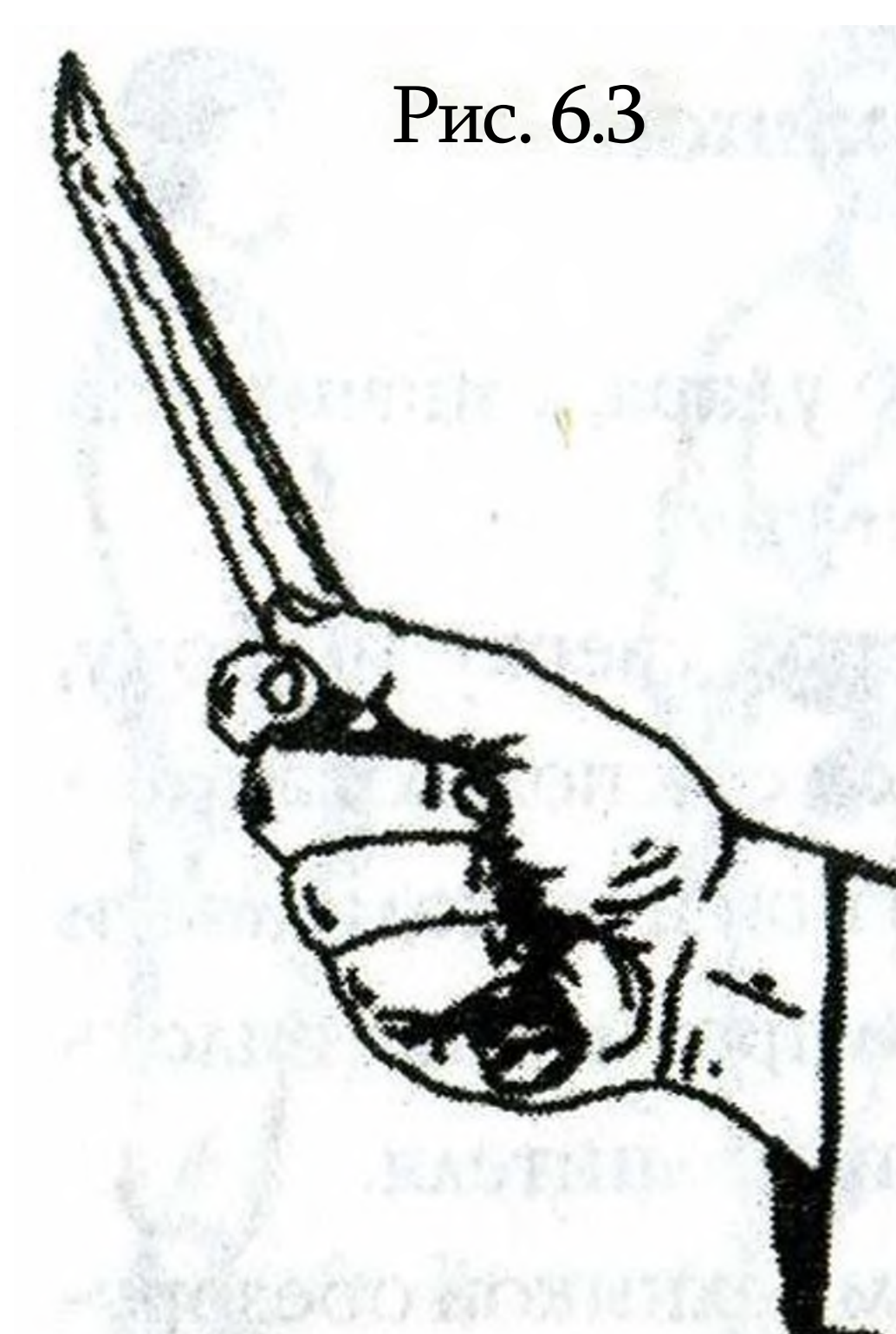


Рис. 6.3

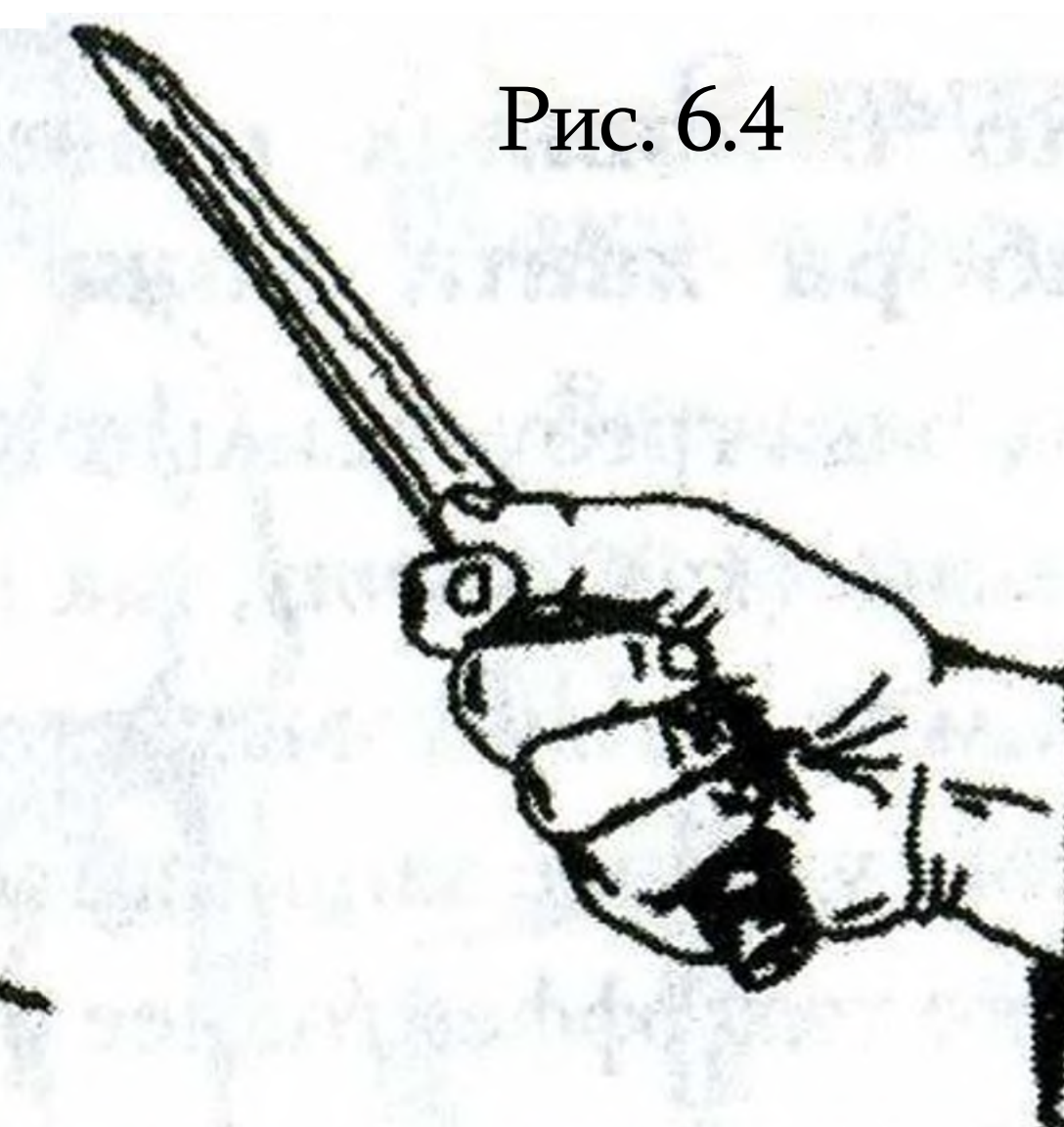


Рис. 6.4

Гякутэ моти (омотэ, ура): хват ножа с «клинком от мизинца» лезвием от себя (омотэ) — рис. 6.3 и к себе (ура) — рис. 6.4.

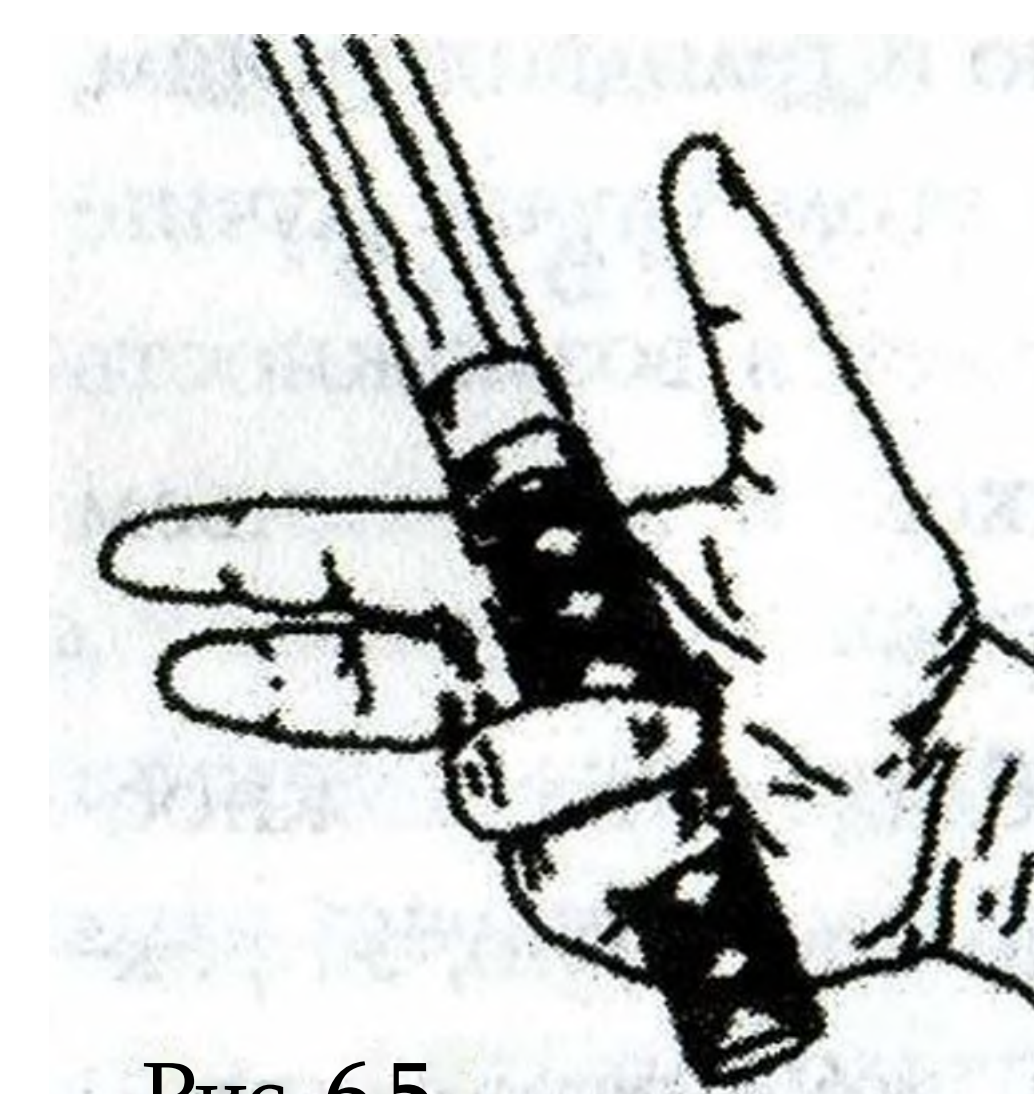


Рис. 6.5

правляют оружие к цели. При гякутэ моти возможно также наложение большого пальца на головку рукояти.

Основное движение смены хвата с прямого на обратный и наоборот заключается в отработанном движении пальцев и всего запястья в целом. Не злоупотребляйте изменением хвата и отработайте его до совершенства прежде, чем пытаться применить его в учебном, не говоря уже о реальном поединке. Схема движения на рис. 6.6—6.9.



Рис. 6.6

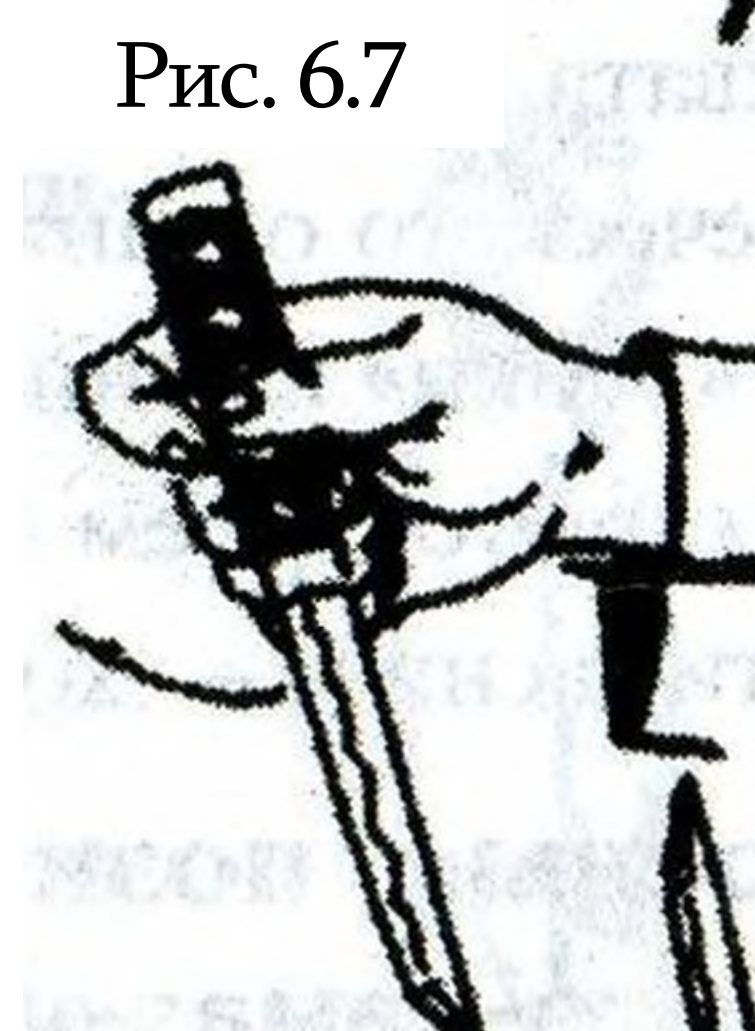


Рис. 6.7



Рис. 6.8



Рис. 6.9

Несколько основных принципов выбора хвата ножа

1. Толстая, прочная одежда требует сильного удара, а значит, как правило, и хвата гякутэ моти (как *омотэ*, так и *ура*).

2. При сильных, в том числе маховых ударах сверху и сбоку, проводимых противником, удобнее защищаться с использованием хвата гякутэ-моти. Этот же хват эффективнее и при необходимости оказания сильного давления на оружие или тело противника вплоть до использования опоры клинка о предплечье исполнителя.

3. При поединке с противником, владеющим техникой обезоруживания, что сразу определяется по поведению и телодвижениям, предпочтительнее хват гякутэ мотиомотэ. В этом случае лучше «охраняется» кисть вооруженной руки, появляется возможность захвата конечности противника между клинком и предплечьем (кагэукэ), облегчается ведение боя вплотную.

4. Если противник быстр и подвижен и обладает возможностями для маневра, однако не стремится к бою вплотную, эффективнее бывает использование хонтэ-моти, бой же в отраженном пространстве требует использования хвата гякутэ-моти,

5. Чем оружие тяжелее, длиннее и более приспособлено для нанесения рубяще-режущих ударов, тем предпочтительнее становится использование хвата хонтэ моти омотэ. Анатомо-физиологические свойства человеческого организма обеспечивают более высокую эффективность «рубки» именно при этом хвате.

6. При нанесении ударов острее легче использовать при ударах сверху хват гякутэ-моти, а снизу — хонтэ-моти.

Глава 2. Боевые позиции с танто — [Танто-камаэ-но ката]

Боевые позиции с ножом в основном повторяют позиции тайдзюцу (безоружного боя). Это обусловлено прежде всего тем, что в старину обучение технике ножа и других мелких (дополняющих) видов оружия, таких как сюко, тэкко и т. п., шло неразрывно с обучением технике безоружного боя, а также сюрпризностью применения оружия из положения, которое больше соответствует безоружному, нежели вооруженному человеку.

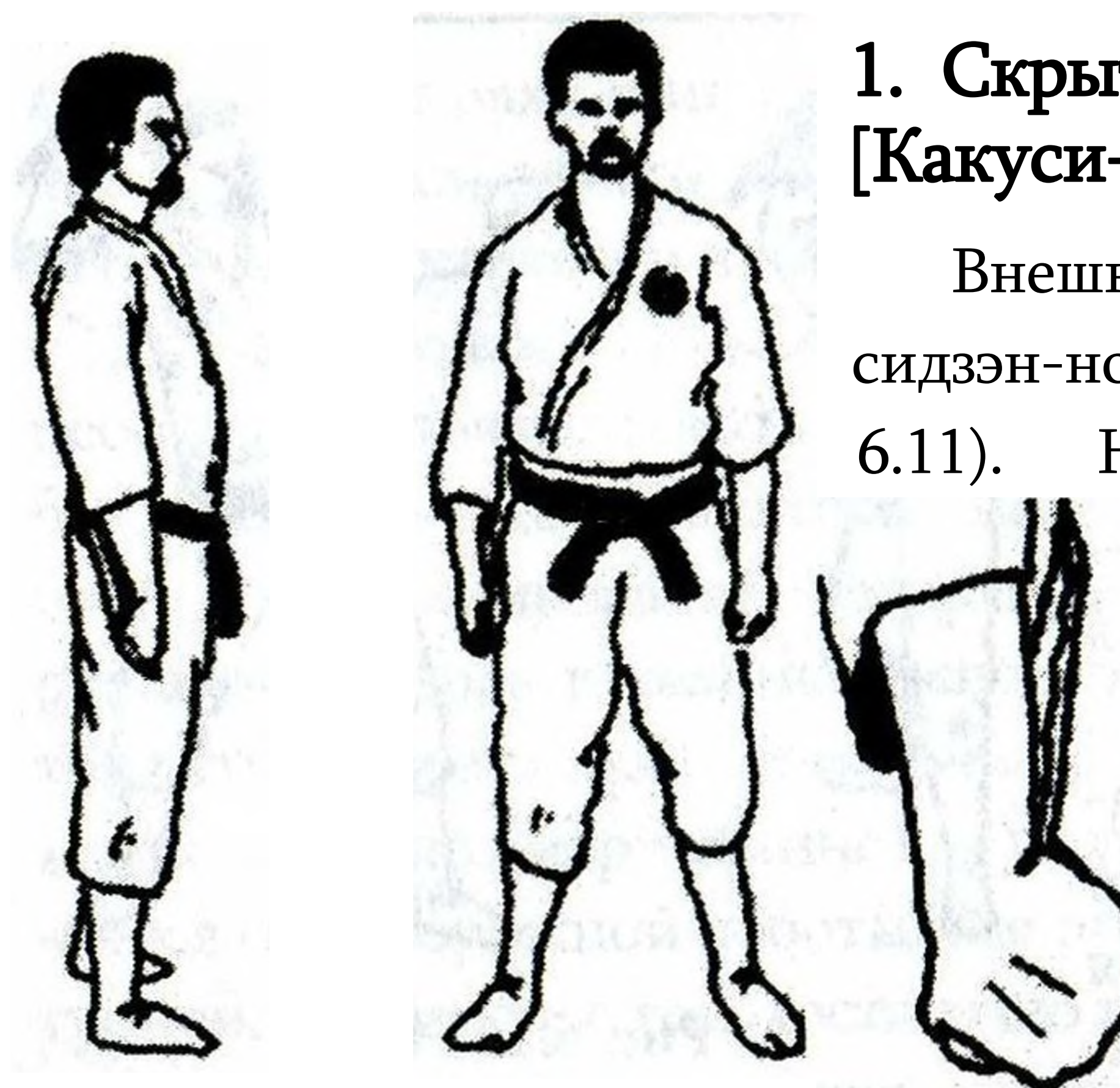


Рис. 6.10—6.11

1. Скрытая позиция — [Какуси-но камаэ]

Внешне ничем не отличается от сидзэн-но камаэ тайдзюцу (рис. 6.10—6.11). Нож, удерживаемый хватом гякутэ-моти, расположен позади предплечья, полностью прижимаясь к нему (рис. 6.12). Прекрасная позиция для неожиданной атаки в любом направлении. Второй вариант данной позиции заключается в

Рис 6.12

удерживании ножа хватом хонтэ-моти, где лезвие располагается горизонтально, скрываясь за одноименным бедром сзади или с руками, заведенными за спину. Во втором случае противнику придется гадать не только о том, вооружен воин или нет, но и в какой руке он удерживает оружие (чем бы оно ни оказалось). Соответствует элементу *Земля*.

2. Воспринимающая позиция — [Хира-но камаэ]

Также практически не отличается от камаэ тайдзюцу с аналогичным названием (рис. 6.13—6.14), лишь с тем отличием, что в одной руке удерживается нож хватом хонтэ-моти. Соответствует элементу *Воздух*.

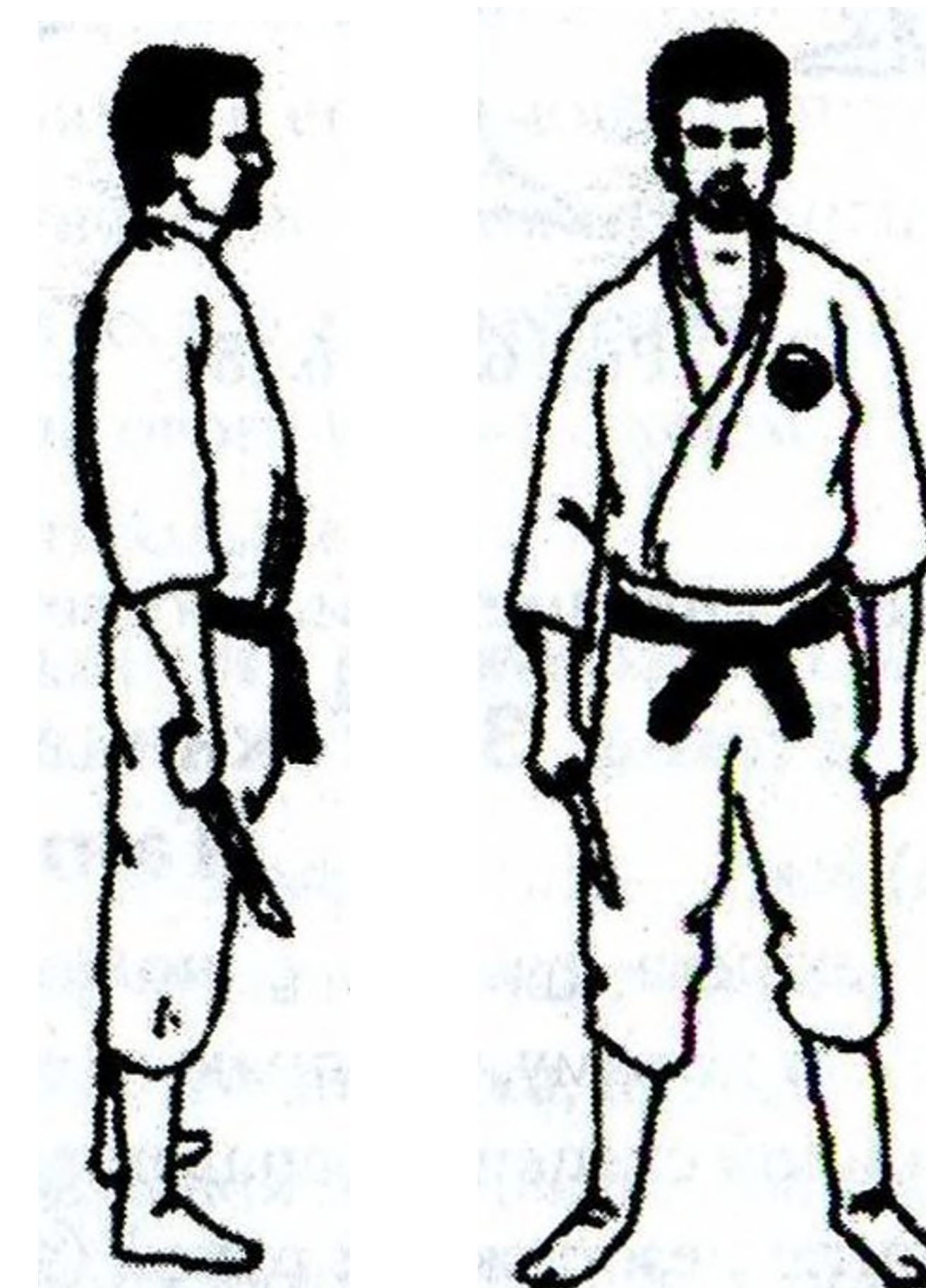


Рис 6.13—6.14

3. Позиция «яростного тигра» — [Доко-но камаэ]

Заняв камаэ, соответствующее позиции безоружной борьбы ниндзя (рис. 6.15—6.16), можно удерживать оружие как прямым (хонтэ), так и обратным (гяку) хватом. В случае удерживания хватом хонтэ, эта позиция может также называться нагэюти-но камаэ. Очень мобильная и вариативная в использовании защитная позиция, соответствующая элементу *Вода*.

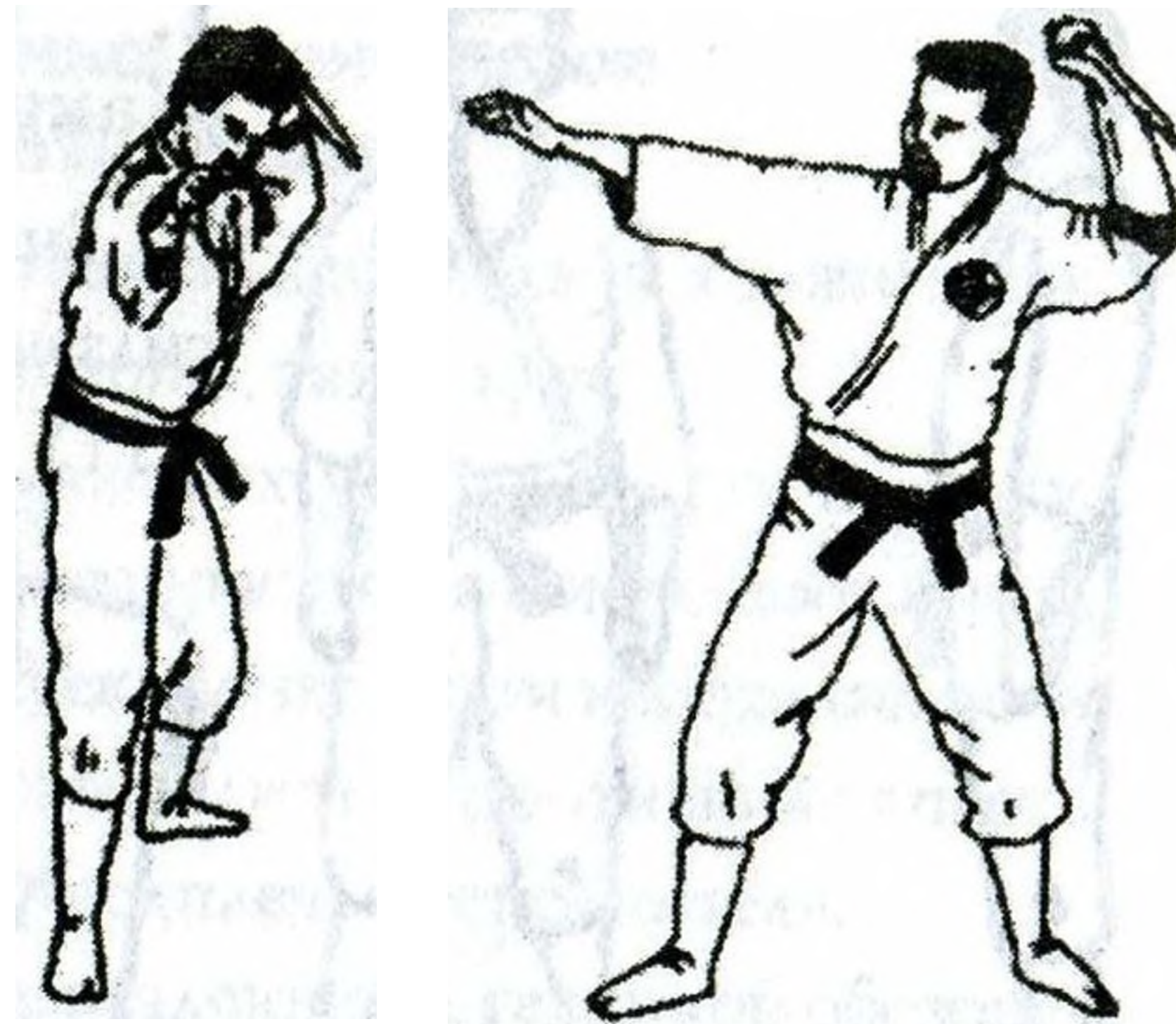


Рис. 6.15—6.16

4. Позиция «единицы» — [Ити-но камаэ]

В отличие от безоружного камаэ, позиция ити с ножом несколько отличается положением сзади расположенной руки в том случае, если она удерживает оружие (чаще всего, хватом хонтэ-моти) — рис 6.17—6.18. Если же нож находится в передней руке, внешняя форма ити-но камаэ



Рис. 6.17-6.18

остается неизменной. Соответствует элементу *Вода*.

Глава 3. Техника работы с ножом — [Танто-но ката]

Техника работы с ножом проста и сложна одновременно. Проста потому, что практически все удары и защиты ножом в той или иной степени совпадают по траектории с ударами и техникой защиты безоружной рукой (это обусловлено прежде всего длиной клинка) и овладеть базовыми движениями с ножом не составляет особого труда. Вложение веса тела в удар (кикэнтай), дыхание,

Искусство владения ножом ниндзя — [Синоби-тантодзюцу]

динамика выпрямления или сгибания конечностей, перемещение ног и тела (аси-сабаки и тай-сабаки), а также дистанция (маай) остаются практически неизменными как для безоружного боя, так и для боя с ножом. Но вся сложность заключается в том, что нож необходимо почувствовать неотделимой частью руки и отработать базовые удары до полного автоматизма движений, так как свободное комбинирование, базирующееся на этом навыке, играет решающую роль в технике использования синоби-танто. Кроме того, существует определенное число техник, характерных именно для ножа (например, резание), — их траектория, естественно, отличается от безоружной работы. Все это делает работу с ножом доступной, но, вместе с тем, достаточно трудоемкой по части времени, которое должно быть затрачено учеником для того, чтобы он смог в должной мере овладеть мастерством боя с ножом в стиле ниндзя. Во время тренировок не забывайте о равновесии (хэйко), концентрации усилия в одной точке (кимэ) и правильной форме движения (кихон-гата) — и успех не заставит вас ждать слишком долго, тем более, что в этой книге мы изложили только наиболее простые техники, доступные для самостоятельного изучения и овладения.

1. Тычковые удары острием - [Цуки-вадза (Хонтэ-моти)]

Первым видом техники, которым необходимо овладеть, является тычок острием ножа. Во-первых, это движение самое быстрое и короткое из-за прямой траектории и с его помощью (при правильном перемещении) можно мгновенно положить конец поединку, а во-вторых, оно наиболее простое для изучения. Здесь мы рассмотрим три основных вида тычкового удара острием синоби-танто, хотя их, естественно, намного больше.

Прямой тычок (одноименный и разноименный) - [Теку-цуки (дзюн, гяку)]

Этот удар может быть нанесен в двух вариантах — *дзюн* (одноименном) и *гяку* (разноименном). Первый вариант сильнее, второй — быстрее. Отличие между ними заключается, прежде всего, в перемещении: если в *дзюн-цуки* исполнитель делает шаг вперед (рис. 6.19—6.20), то для *гяку-цуки* достаточно лишь небольшого мощного посылы бедер и плеч вперед (рис 6.21).

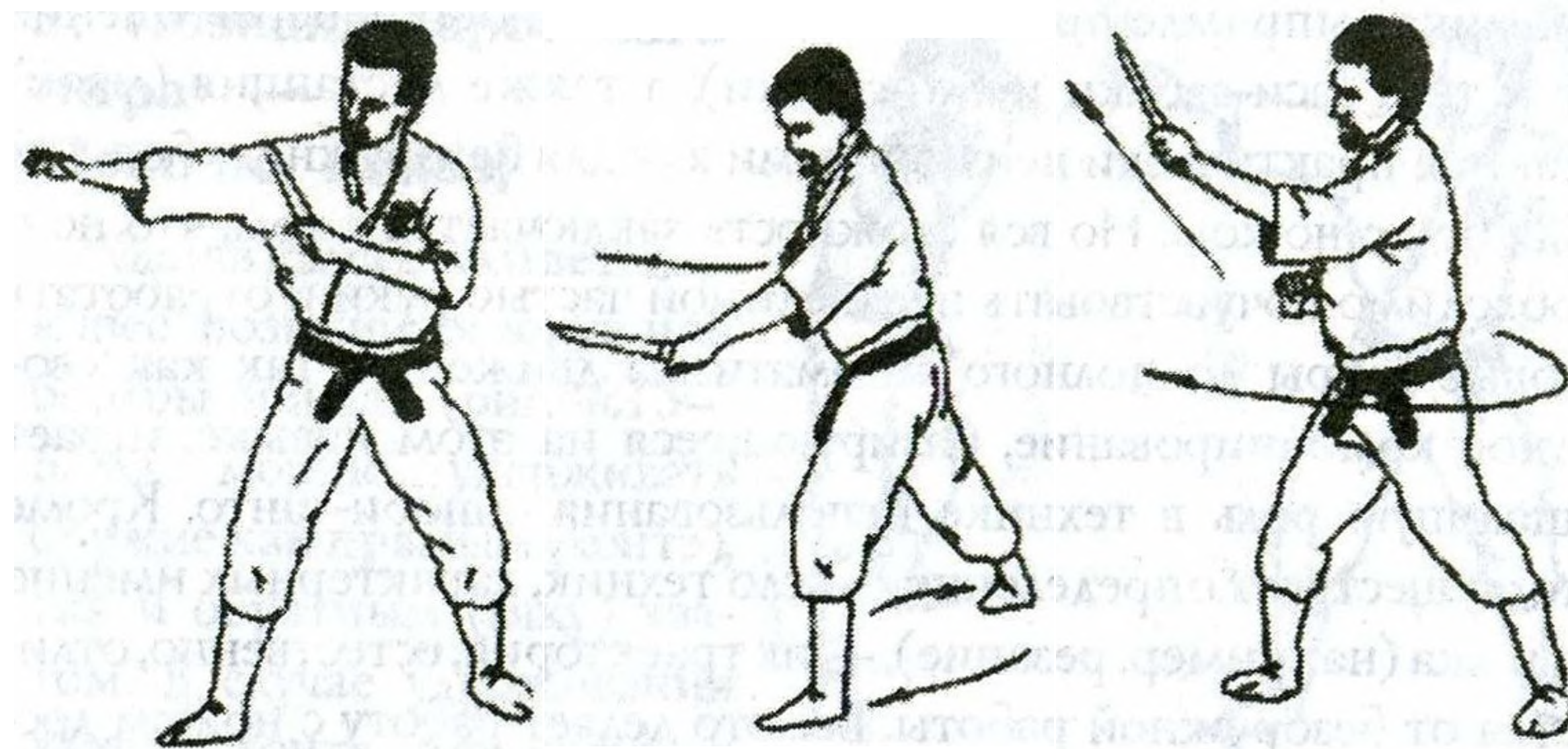


Рис 6.19

Рис. 6.20

Рис. 6.21

Практическое применение

Во время нанесения противником удара мечом сверху вниз или удара кулаком в голову выполните саю-сабаки (уход вперед по диагонали) и нанесите дзюн-тёку-цуки в его правую или левую подмышку (рис. 6.22–6.23). Движение ухода и нанесение удара должны быть максимально сжаты по времени. Левая рука в момент нанесения удара поднята на уровень подбородка, контролируя дальнейшие действия противника. После удара правая рука отдергивается назад по той же траектории, по которой и наносится удар.

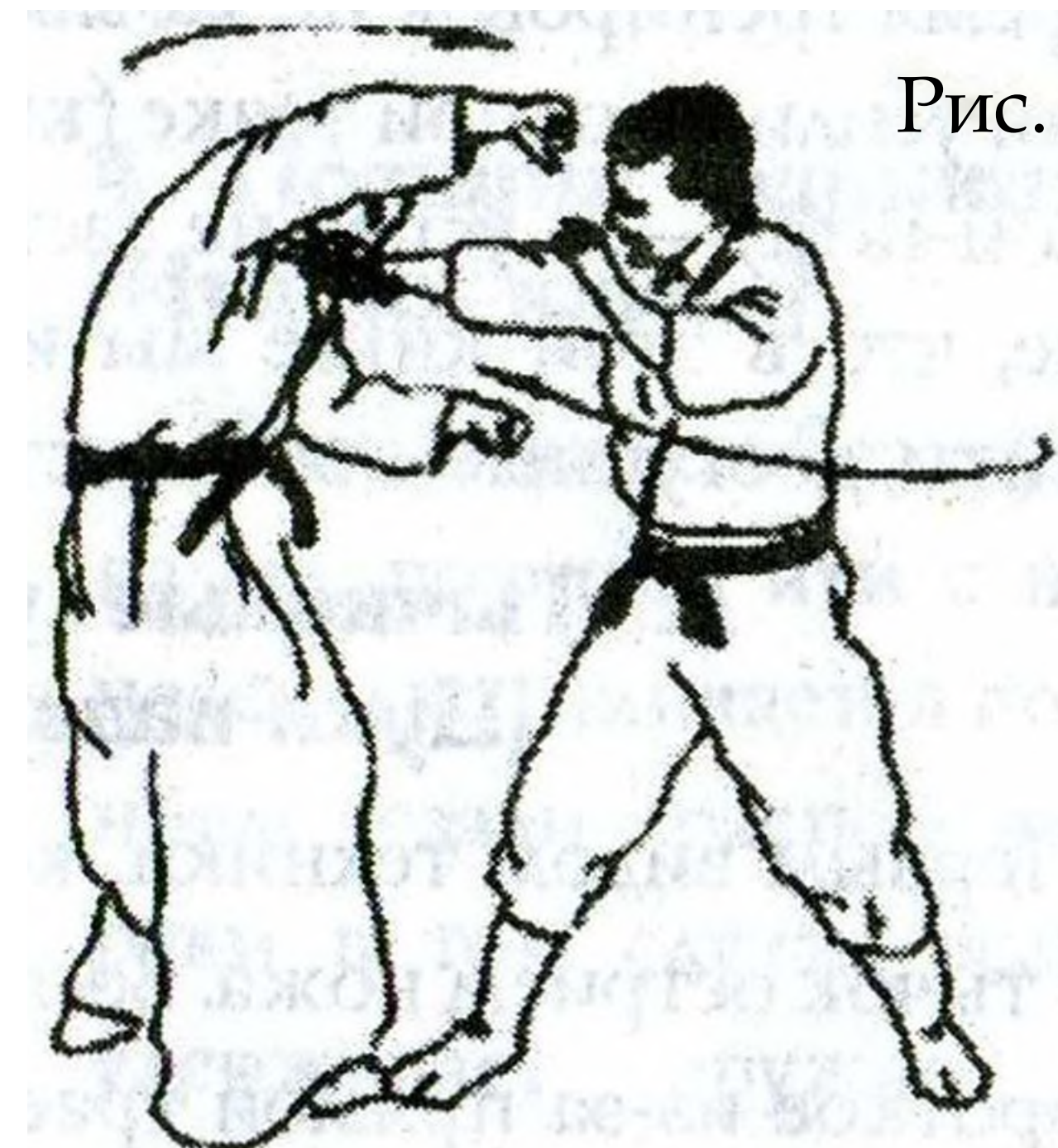


Рис. 6.22

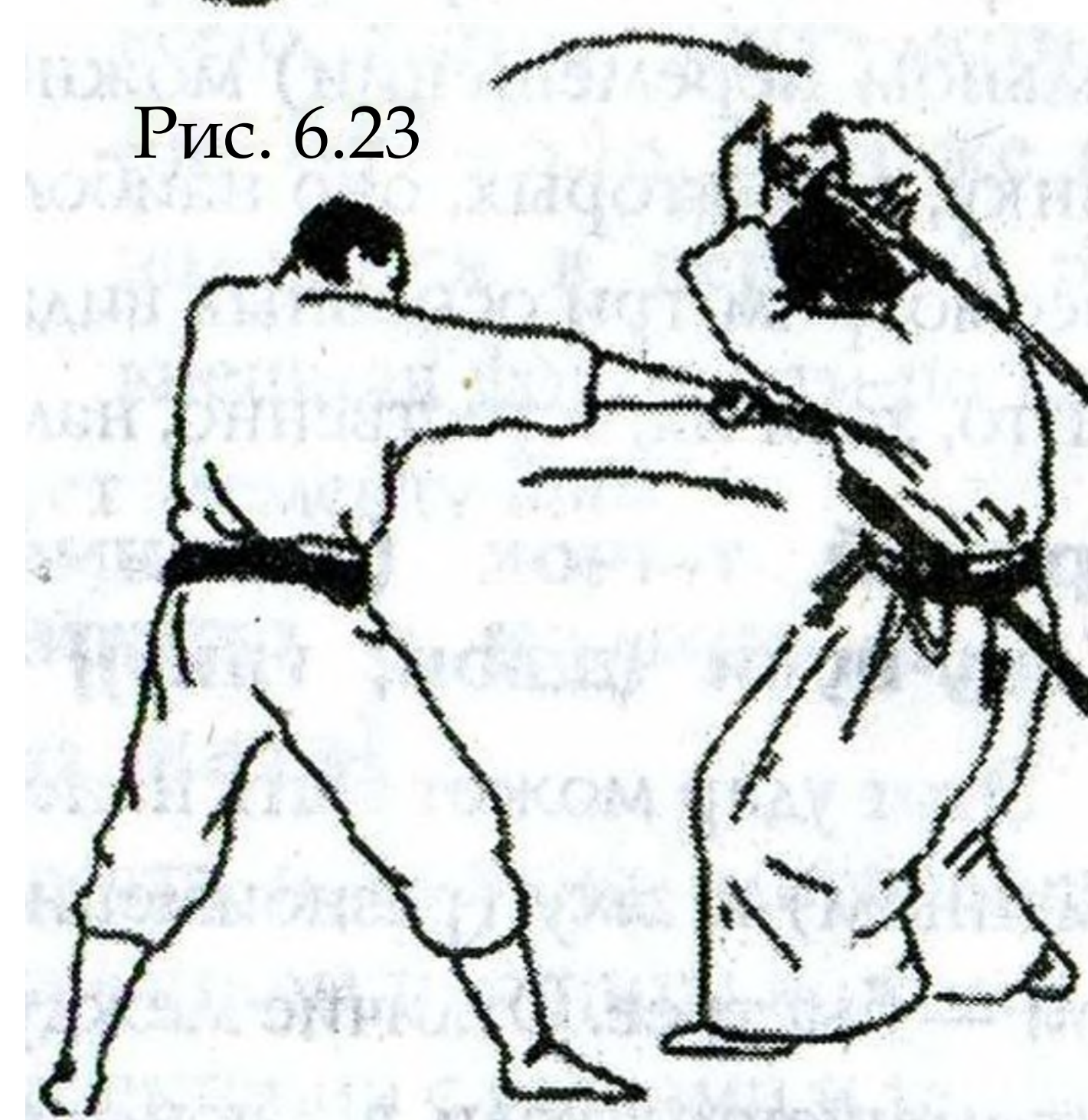


Рис. 6.23

Искусство впадения ножом ниндзя — [Синоби-тантодзюцу]



Рис. 6.24

Тычок вниз — [Отоси-цуки]

Техника тычка вниз ничем не отличается от дзюн- или гяку-тёку-цуки, но направлен он не вперед, а вниз (рис. 6.24). Часто используется как естественное продолжение после броска противника наземь.

Тычок вверх — [Ура(аго)-цуки]

Для тычка вверх собственно техника выпрямления бьющей конечности остается неизменной. Но необходимо заметить, что позиция ног чаще всего выше, чем при тычке вперед или вниз — это обусловлено стремлением направить вес тела в удар. Кроме того, масса тела равномерно распределяется между ногами (рис. 6.25). Эффективное движение для поражения горла, подъязычной железы и т. д. на очень близком расстоянии.

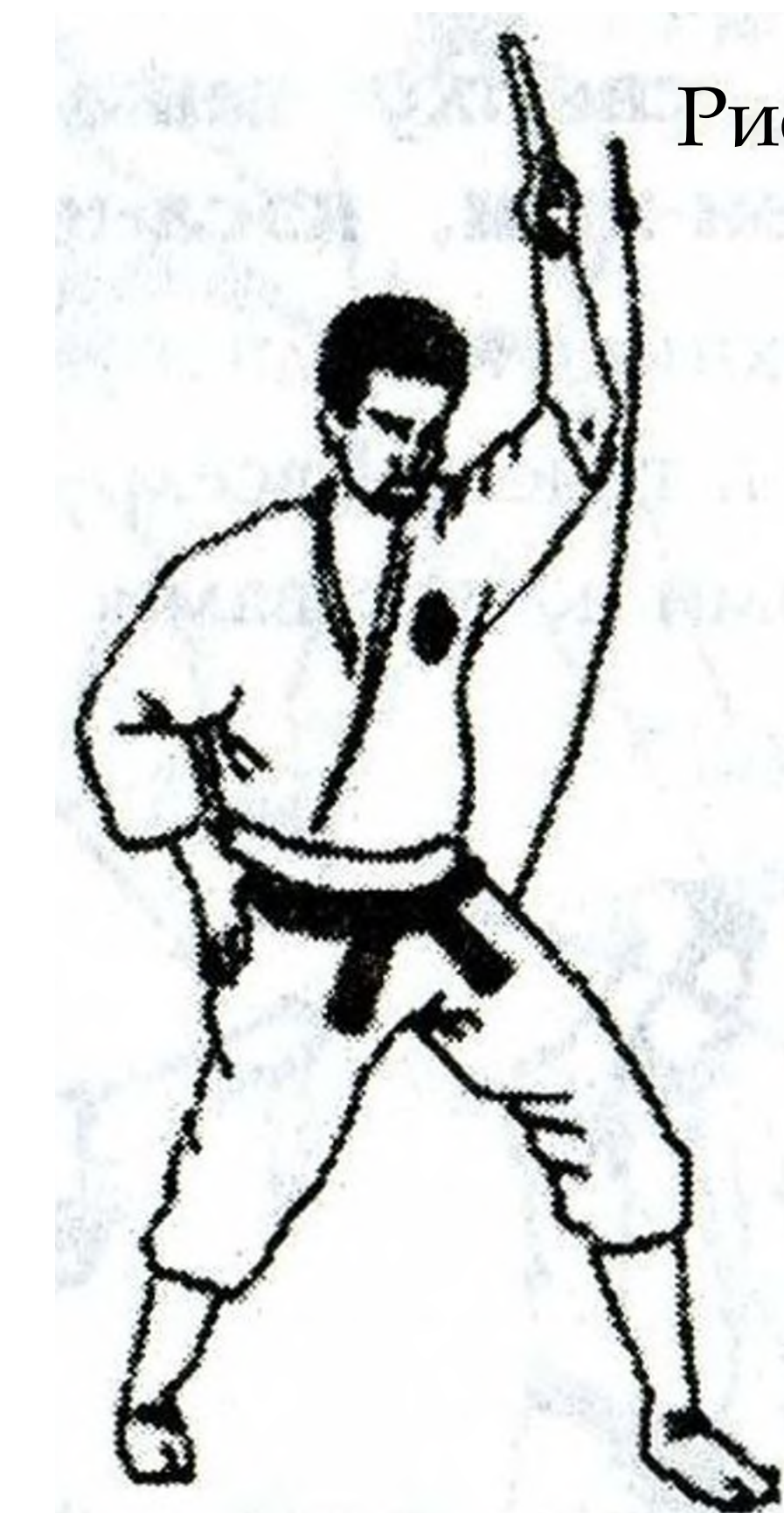


Рис. 6.25

Практическое применение

Пропуская меч противника мимо себя — используя технику саю-кохо-сабаки (ухода назад по диагонали), левой рукой перекрывая его предплечья сверху, а правой контролируя движения клинка, резким движением нанесите короткий тычок ура-цуки в горло противника, мгновенно заканчивая схватку (рис. 6.26).



Рис. 6.26

2. Коллющие удары острием — [Юти-вадза (гякутэ-моти, хонтэ-моти)]

Коллющие удары острием (юти-вадза) требуют к себе повышенного внимания при изучении, так как именно против них чаще всего направлены техники обезоруживания в большинстве систем рукопашного боя. Без изучения юти-вадза не может быть и речи о комбинировании и свободном владении ножом, поскольку именно приемы куги охватывают наиболее сложные траектории в пространстве под самыми различными углами, проникая под или над защитой, разя в удаленные цели и, чаще всего, приводя поединок к летальному для врага исходу.

Удар сверху вниз и сверху вниз по диагонали — [Семэн-юти, кэса-юти]

Техника исполнения семэн-юти (тэнти-юти) наверняка известна практически всем — даже тем, кто не занимается никакими боевыми искусствами.

Рис. 6.27

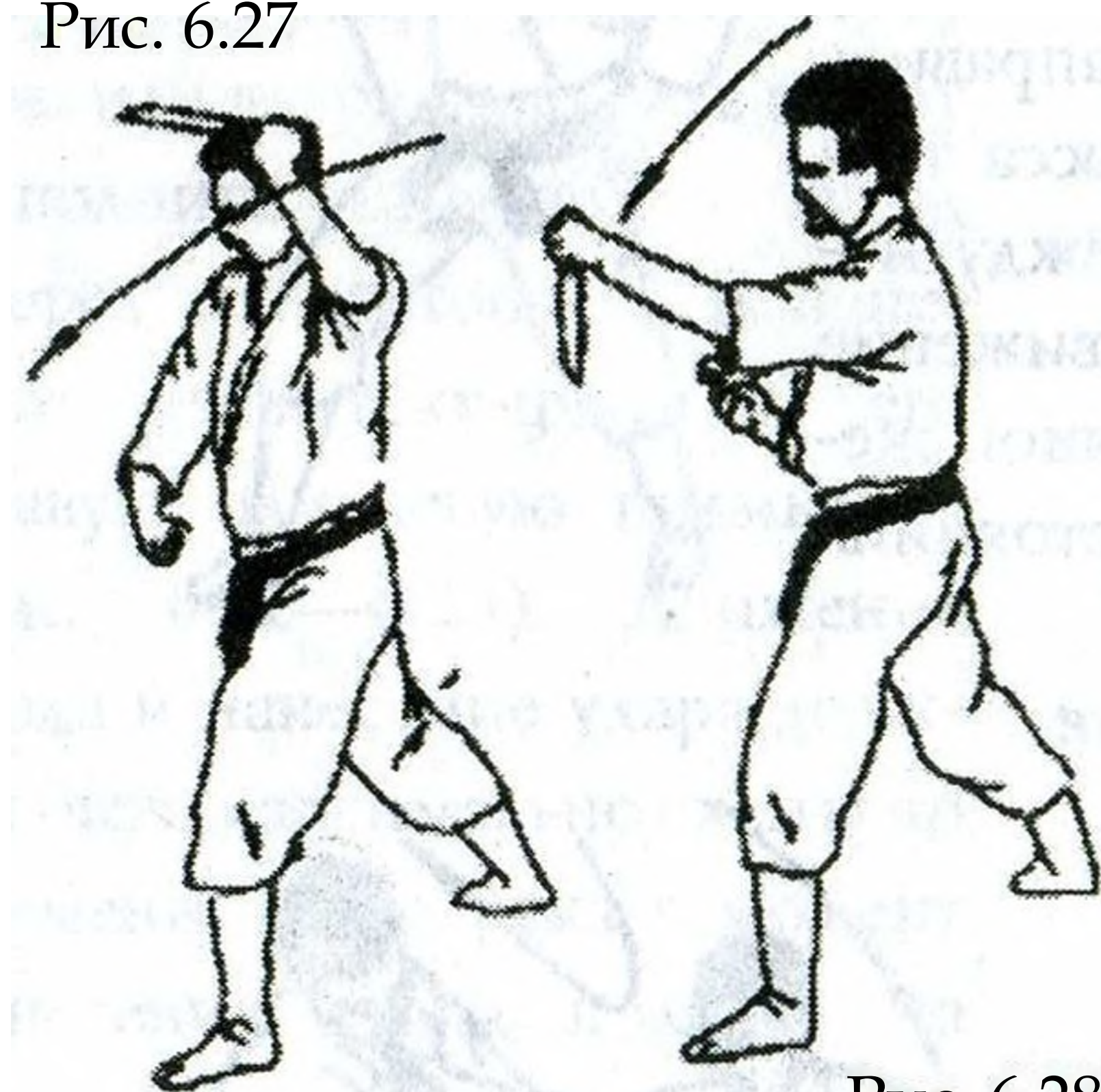


Рис. 6.28

Взяв нож хватом гякутэ-моти, резко взмахните им вверх на уровне головы (не выше, иначе будет нарушено равновесие и общая защищенность корпуса исполнителя) и тут же, не прерывая общего темпа движения, с силой нанесите удар сверху-вниз—вперед, стремясь, чтобы острие ножа находилось на одной линии с направлением удара (рис. 6.27—6.28). Мгновенно верните нож в пре-

дыдущее положение по той же траектории (это исключительно важно при реальном поражении цели — если нож изменит направление движения в ране, он может застрять в ней и его будет очень трудно вытащить, в то время как противник в агонии может нанести вам смертельный удар). Техника кэса-юти практически не отличается от сёмэн-юти — только рука, наносящая удар, немного больше смещается внутрь или наружу от центральной линии

Искусство владения ножом ниндзя — [Синоби-тантодзюцу]

тела — поэтому мы станем рассматривать здесь этот удар как отдельную технику.

Практическое применение

В момент нанесения удара мечом вашим противником резко отшагните в сторону, не блокируя или отводя его руки, но резко замахиваясь левой рукой (рис. 6.29). Мгновенно нанесите кэса-юти ему в горло, трахею или бок шеи (рис. 6.30), продолжая движение правой ногой наружу по дуге, во избежание случайного попадания мечом. Возможно также поражение непосредственно в лицо — глаза, рот и др.

Боковой удар — [Йоко-юти]

Техника этого удара очень напоминает сэйкэн-маваси-юти в Кёкусинкай каратэ. Удерживая танто хватом хонтэ-моти, отведите руку в сторону (рис. 6.31) и тут же, по закругляющейся к центру движения траектории, нанесите сильный удар острием ножа снаружи внутрь на среднем или верхнем уровне, не забывая возвращать руку назад тем же, но обратным движением (рис. 6.32).

Рис 6.29

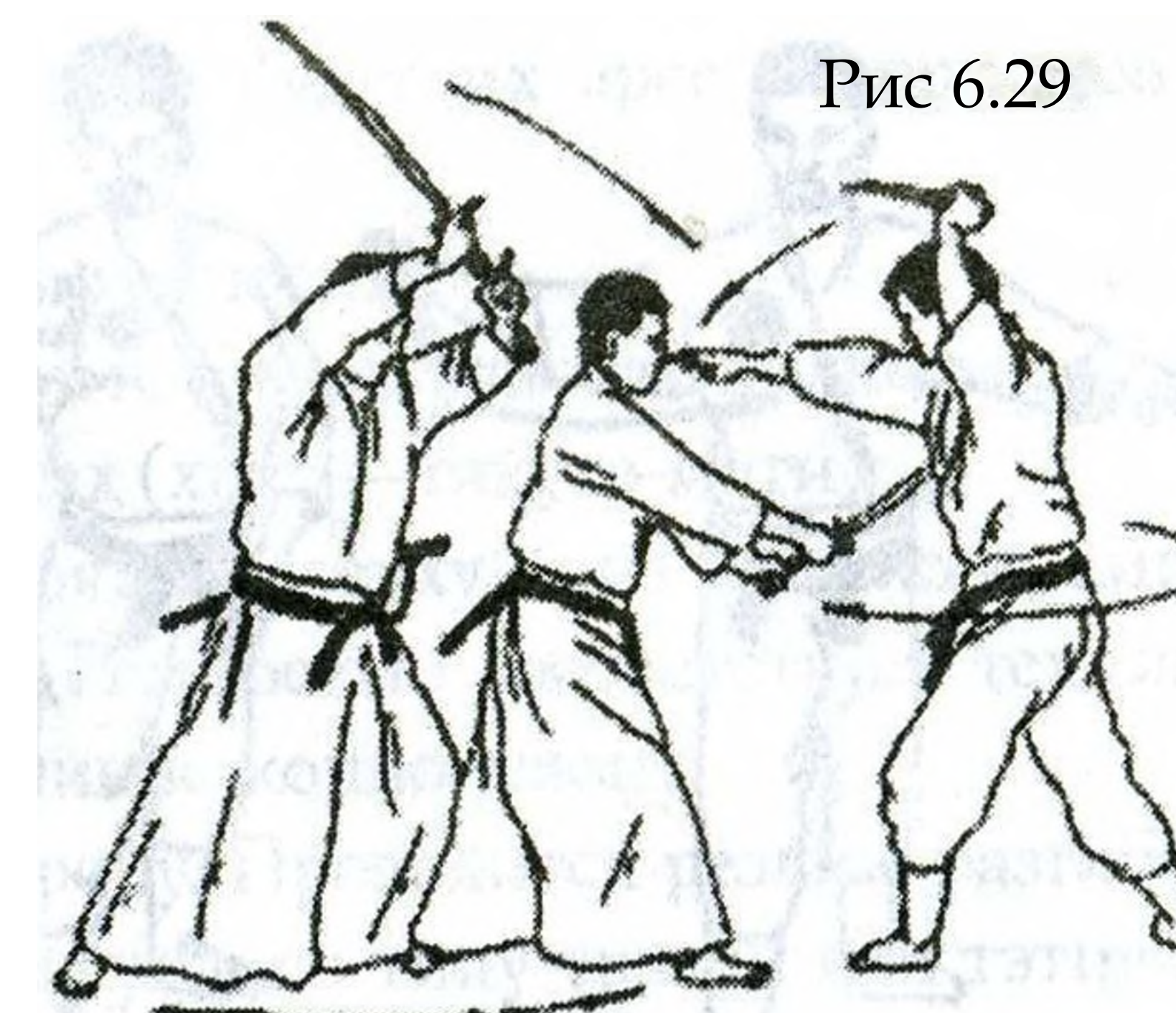


Рис. 6.30

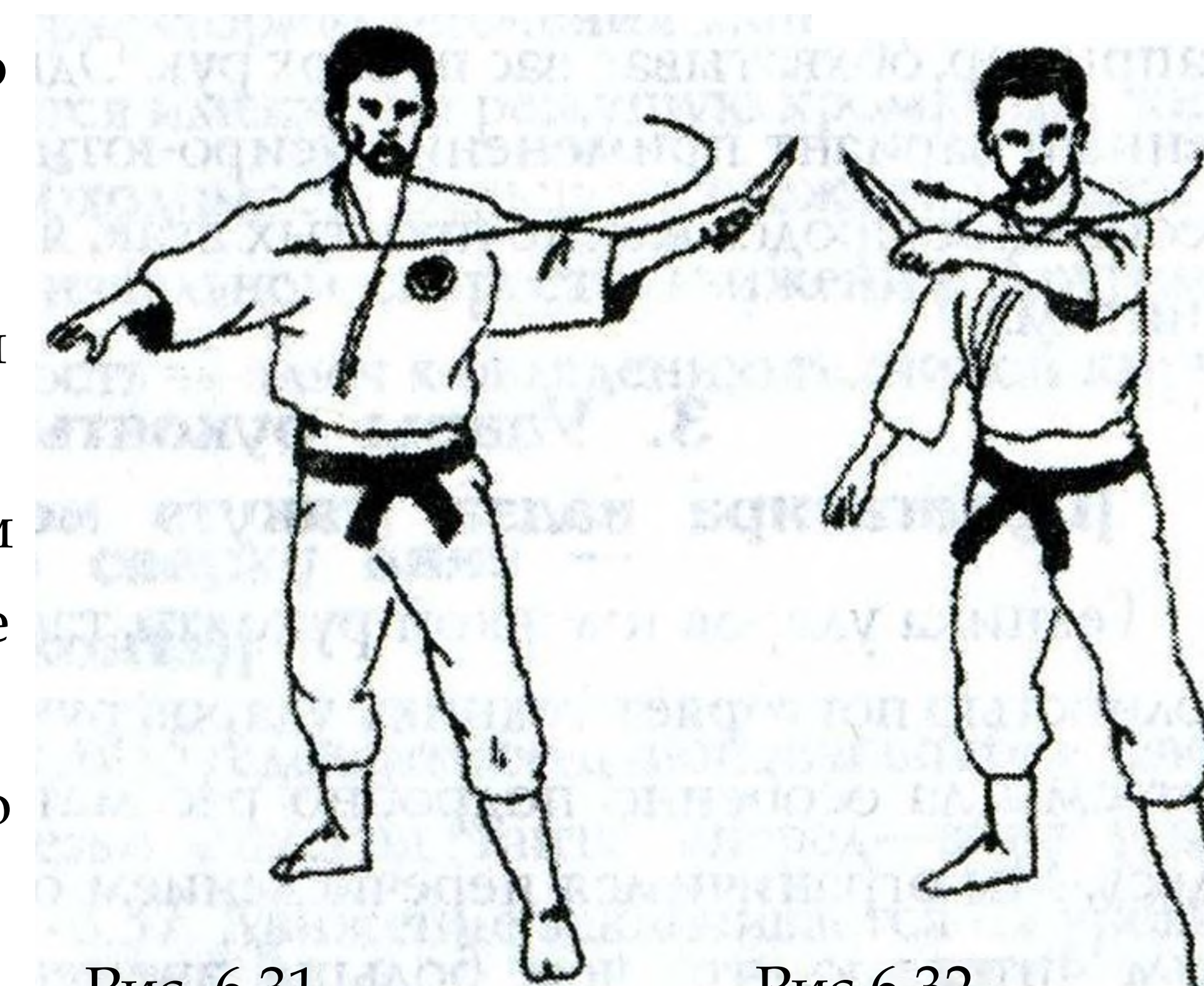
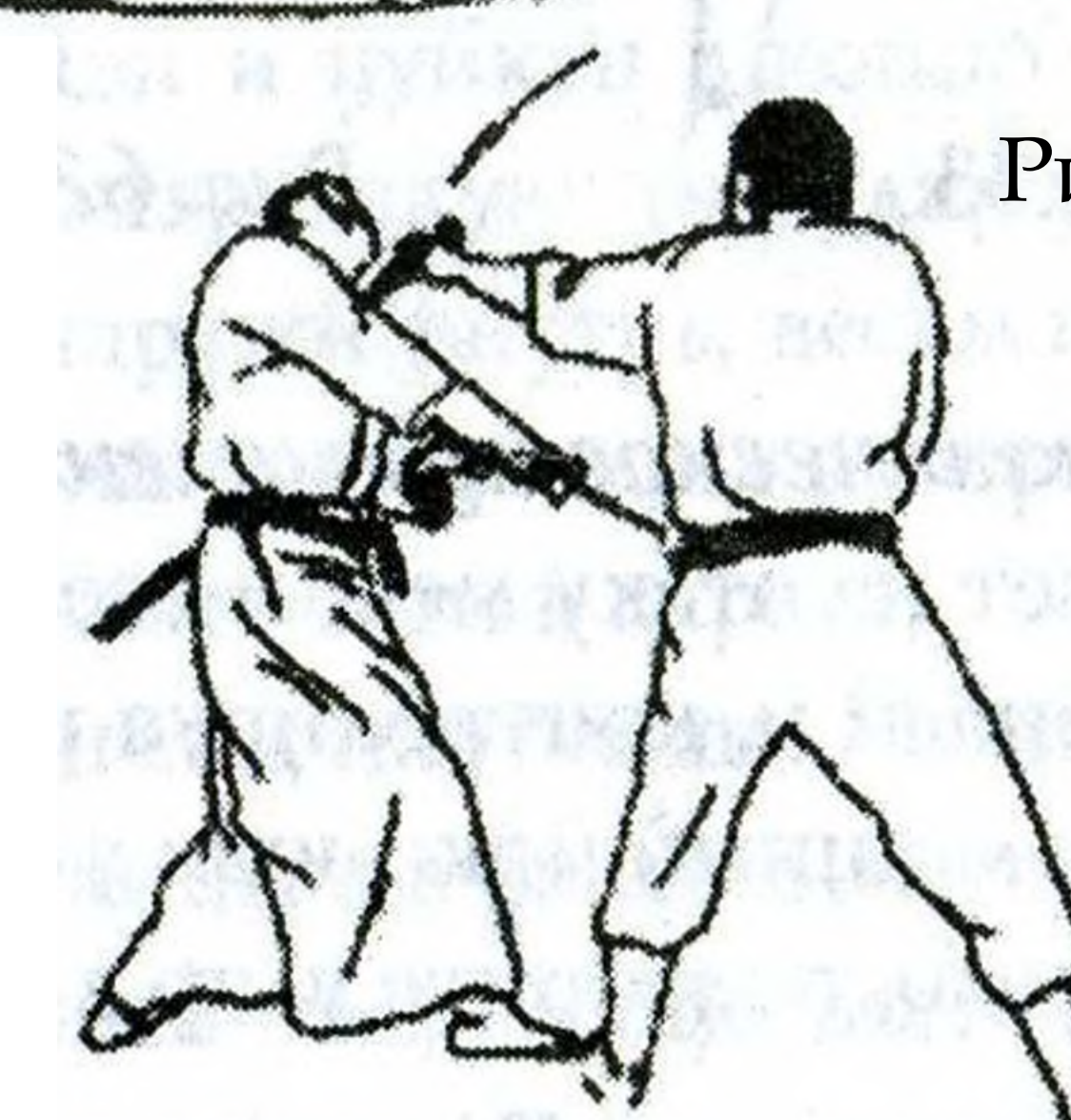


Рис. 6.31

Рис 6.32

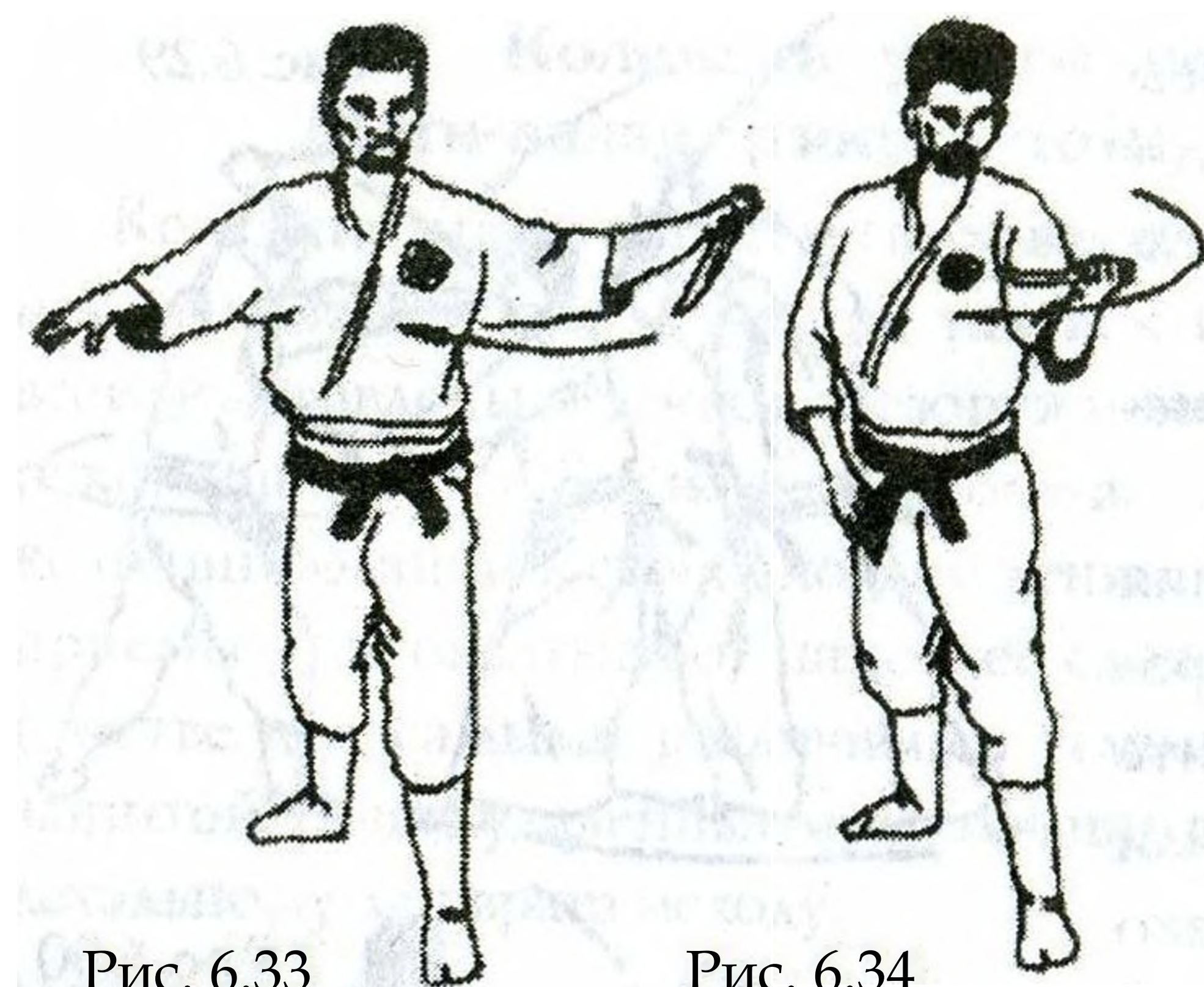


Рис. 6.33

Рис. 6.34

Также возможно нанесение йоко-юти с использованием хвата гякутэ моти — в этом случае техника удара очень схожа с выполнением сото-маваси тэтцуй-юти (удара снаружи внутрь основанием сжатого кулака) в каратэ (рис. 6.33—6,34).

Практическое применение

В ответ на атаку мечом сверху шагните влево вперед в сторону по диагонали и, контролируя руки противника левой рукой, нанесите ему мощный йоко-юти в солнечное сплетение. Если это будет необходимо, повторите удар в горло.

Удар назад — [Усиро юти]

Удерживая нож хватом гякутэ моти, поднимите его перед собой и с силой ударьте назад на уровне бедер, одновременно делая шаг левой ногой в сторону или назад. Верните оружие и начальное положение.

Практическое применение

Весьма эффективно использовать усиро-юти на близкой дистанции в ситуации когда противник пытается напасть на вас сзади, например, обхватывая вас поверх рук. Однако это далеко не единственный вариант применения усиро-юти, очень эффективного как необычное продолжение простых атак, являющихся на самом деле финтом.

3. Удары рукоятью —

[Цукагасира вадза (гякутэ моти, хонтэ моти)]

Техника ударов головкой рукояти танто (касира) практически полностью повторяет технику ударов руками без оружия, поэтому нет смысла особенно подробно рассматривать этот вид техники здесь. Мы ограничимся перечислением основных ударов и напомним читателю, что чем больше времени они уделят изучению

Искусство владения ножом ниндзя — [Синоби-тонтодзюцу]

техники ударов руками, тем шире будет их арсенал приемов с использованием цука-гасира.

К основным ударам рукоятью относят:

Теку цуки — прямой тычок головкой рукояти в одноименном и разноименном вариантах (хват — гякутэ-моти);

Сёмэн юти — удар рукоятью сверху вниз по голове, лицу, рукам, ключицам и т. д. Полностью соответствует технике цуйкэн (кулак-молот) в нинпо коппо-дзюцу;

Йоко юти — удар в сторону. Проводится резким разгибом бьющей руки изнутри наружу по типу уракэн или тэтцуй в каратэ (соответственно сюкокэн и цуйкэн в коппо и коси-дзюцу). Чаще всего является контратакующим ударом;

Сото маваси юти — удар снаружи внутрь, весьма эффективный для поражения виска или плавающих ребер. Выполняется аналогично удару сото-сюто-юти в каратэ;

Усиро юти — удар рукоятью назад наотмашь. Может наноситься также и методом, описанным в разделе «Юти-вадза».

Очень неожиданный и мощный удар, чаще всего направленный в пах, висок или колено противника.

4. Кири-вадза

Рубяще-режущие движения ножа предоставляют бойцу огромный спектр разнообразных действий — начиная от активной защиты с перерезанием сухожилий и жизненно важных артерий на руках и ногах противника и заканчивая мощными контратакующими ударами в область шеи и лица. В *кири-вадза* особенно важно умение контролировать траекторию движения клинка, так как основная нагрузка приходится именно на режущую кромку оружия. Отсюда проистекает необходимость большего вложения массы в удар за счет увеличения начальной скорости движения. Другими словами, скорость и точность — ключ к овладению техникой кири-вадза.

Опускающийся удар сверху вниз — [Семэн-отоси-кири (хонтэ)]

Из доко-но камаэ (рис. 6.35) сделайте большой шаг вперед левой ногой, одновременно резко опуская танто вперед—вниз (хват хонтэ моти) — рис 6.36—6.37. Движение заканчивается на уровне

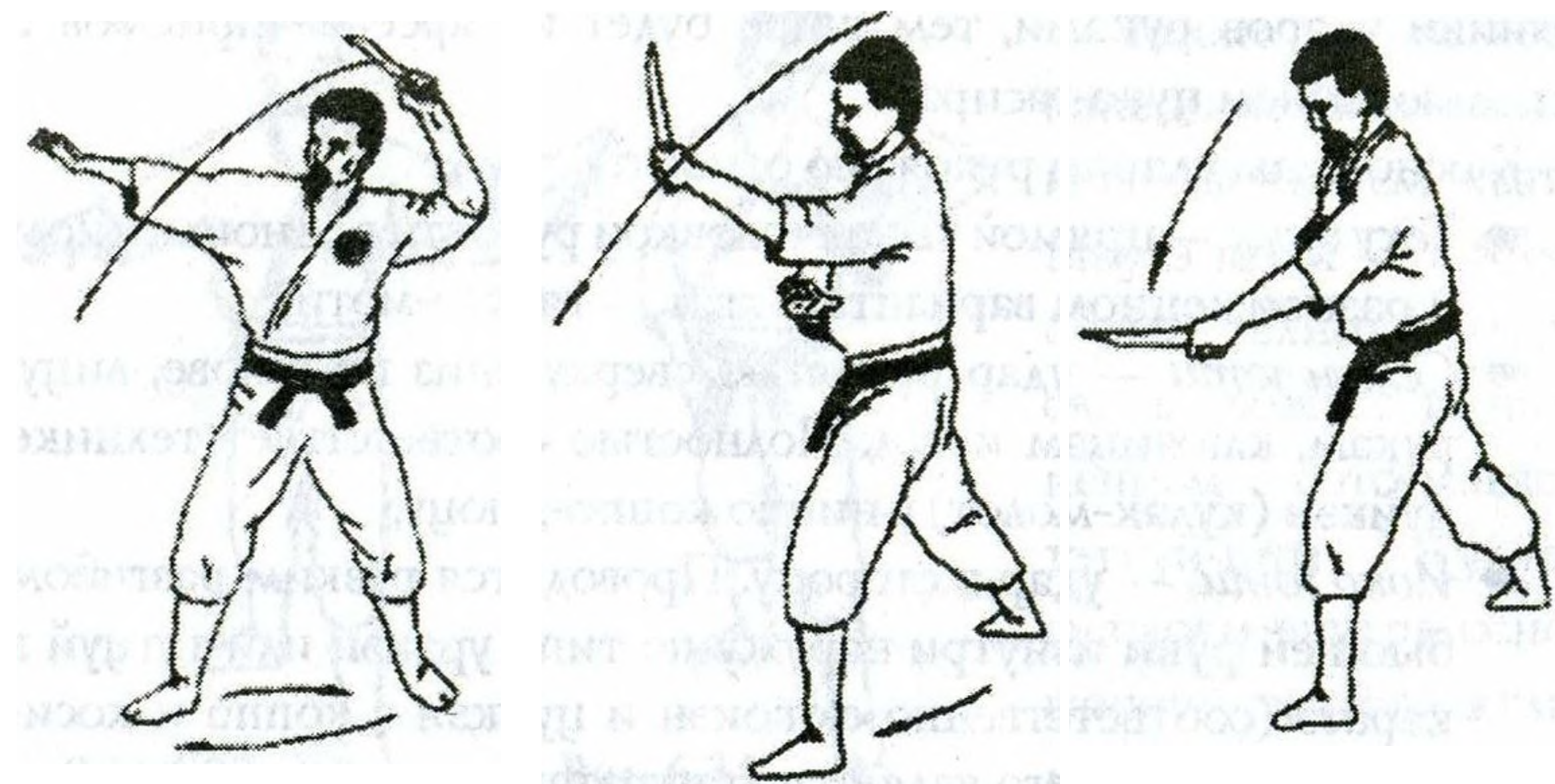


Рис 6.35

Рис 6.36

Рис 6.37

бедер. Следите за тем, чтобы удар наносился по строго вертикальной линии — в случае правильного выполнения нож рассекает воздух с характерным свистом. Повторите это движение для обеих рук.

Диагональный опускающийся удар сверху вниз — [Кэса гири (хонтэ)]

Техника выполнения *кэса гири* отличается от *сёмэн отоси кири* только траекторией движения — по диагонали (рис. 6.38–6.39). После окончания удара разверните нож острием к себе у противоположного ударной конечности бока — это выводит бойца в начальное положение для *гяку юса гири* (рис. 6.40).



Рис.6.38

Рис. 6.39

Рис. 6.40

Другой вариант *кэса гири* наносится от противоположного уха (рис 6.41–6.43). Он отличается большей силой, но меньшей защищенностью в момент нанесения удара.

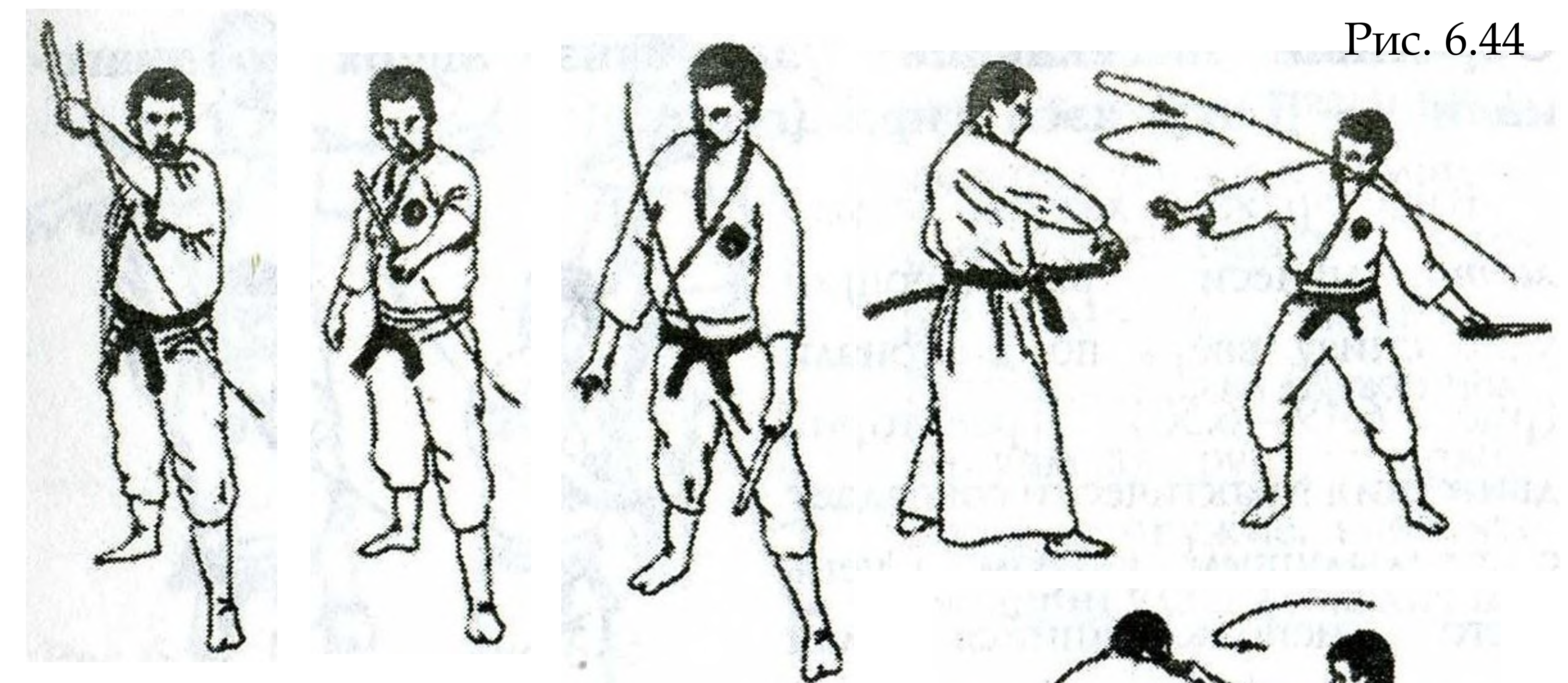


Рис. 6.41

Рис. 6.42

Рис. 6.43

Рис. 6.44

Практическое применение

Как только противник пытается выхватить свой меч, перехватите его предплечье своей правой рукой и, мгновенно меня правостороннюю стойку на левостороннюю, широким махом нанесите *кэса-гир* по его сонной артерии (рис. 6.44–6.45). Движение позволяет, не меняя траектории перемещения, отобрать меч у противника и атаковать его его же оружием.



Рис. 6.45

Рассекающий удар снизу вверх по диагонали - [Гяку кэса гири (хонтэ)]

Из позиции у противоположного бока (рис. 6.46) резким маховым движением нанесите диагональный рассекающий удар снизу вверх (рис. 6.47). В момент нанесения удара кисть руки, выполняющей движение, максимально выгибается вверх, вкладывая дополнительную силу в движение (рис. 6.48).

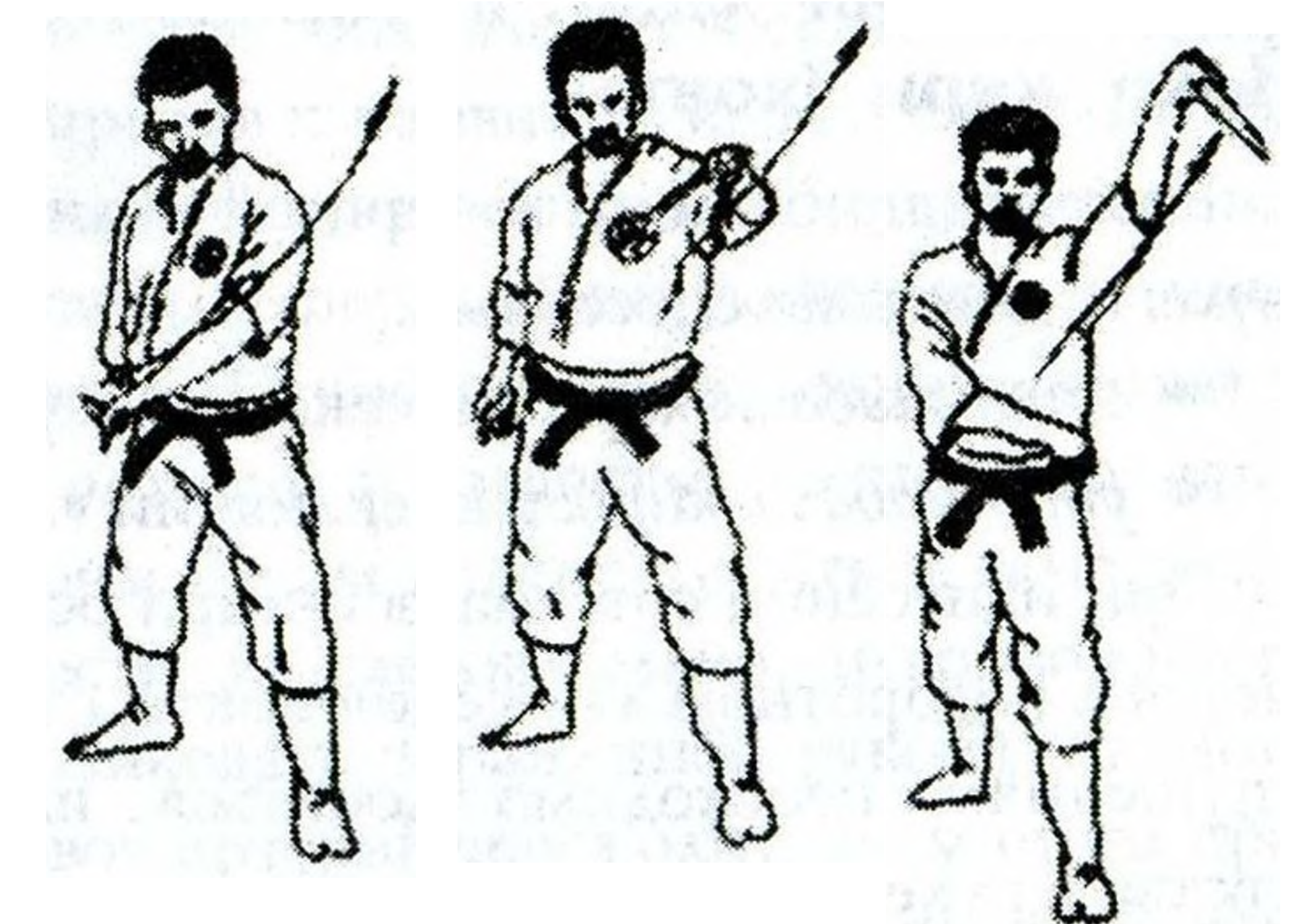


Рис. 6.46

Рис. 6.47

Рис. 6.48

Обратный рассекающий удар снизу вверх по диагонали — [Гяку кэса гири (гякутэ)]

Взяв оружие хватом *гякутэ моти*, нанесите рассекающий удар снизу вверх по диагонали (рис. 6.49—6.50). Траектория движения практически совпадает с предыдущим ударом. Очень часто использующийся для защиты удар, так как его движение очень трудно предсказать и даже порой заметить (рис. 6.51—6.53).

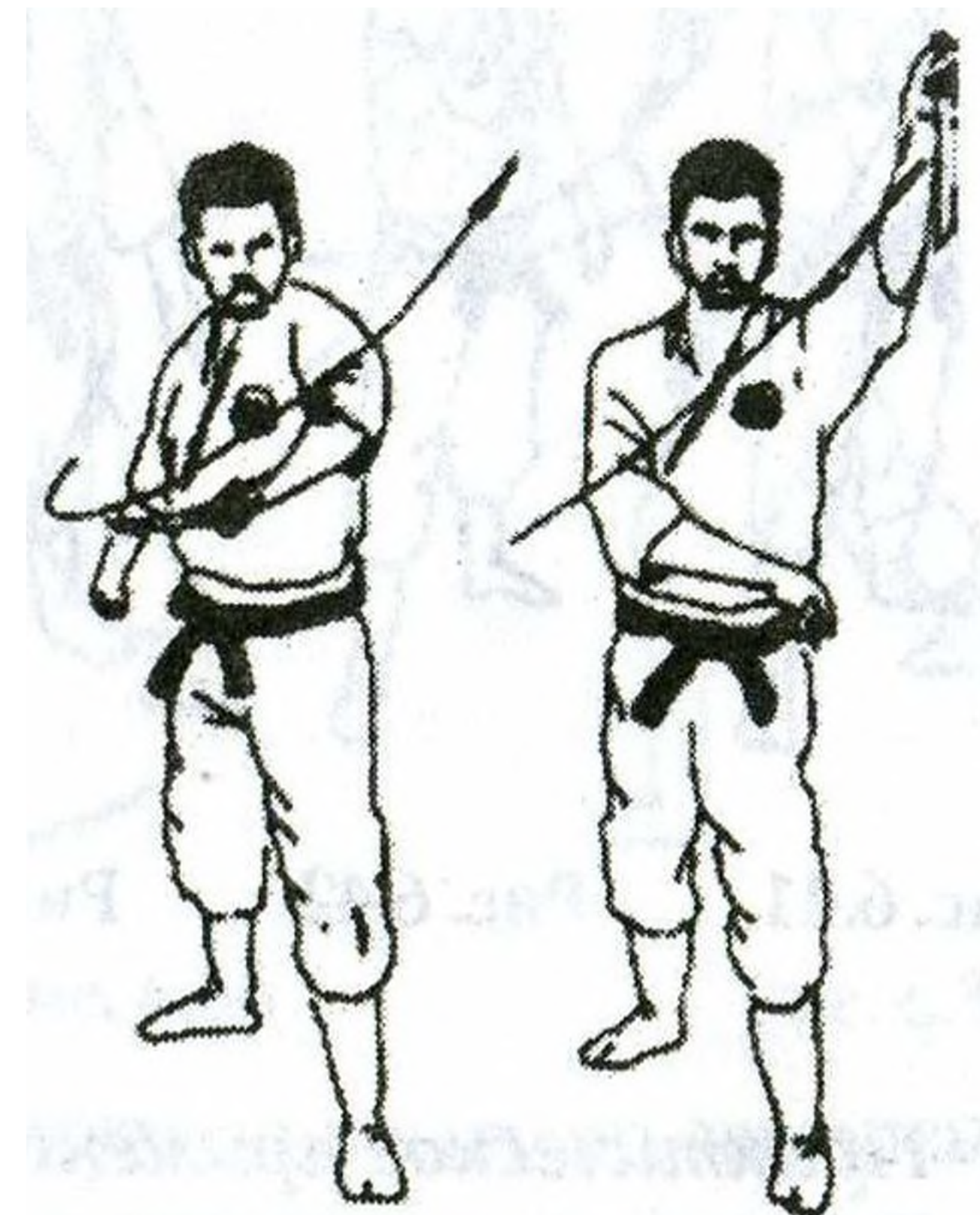


Рис. 6.49

Рис. 6.50

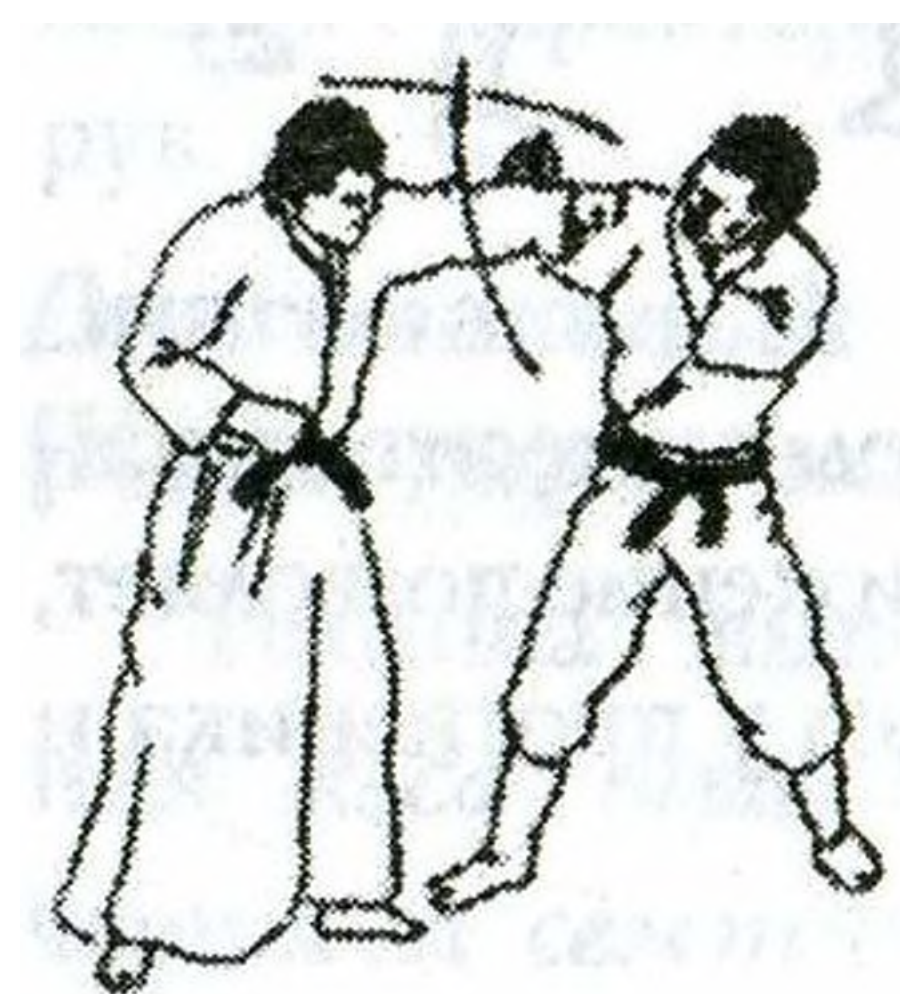


Рис. 6.51



Рис. 6.52



Рис. 6.53

Рассекающий удар в горизонтальной плоскости [Йоко кири (хонтэ)]

Рассекающий удар в горизонтальной плоскости наносится двумя основными способами:

сото-маваси-кири: рассекающий удар снаружи внутрь;

ути-маваси-кири: рассекающий удар изнутри наружу.

При нанесении *сото-маваси-кири* основная сила удара зарождается в поворотном движении локтя, стремящегося к центру. По ощущениям необходимо добиться плетеобразного, хлесткого чувства в руке. Клинок также разворачивается во время движения (рис. 6.54—6.55).

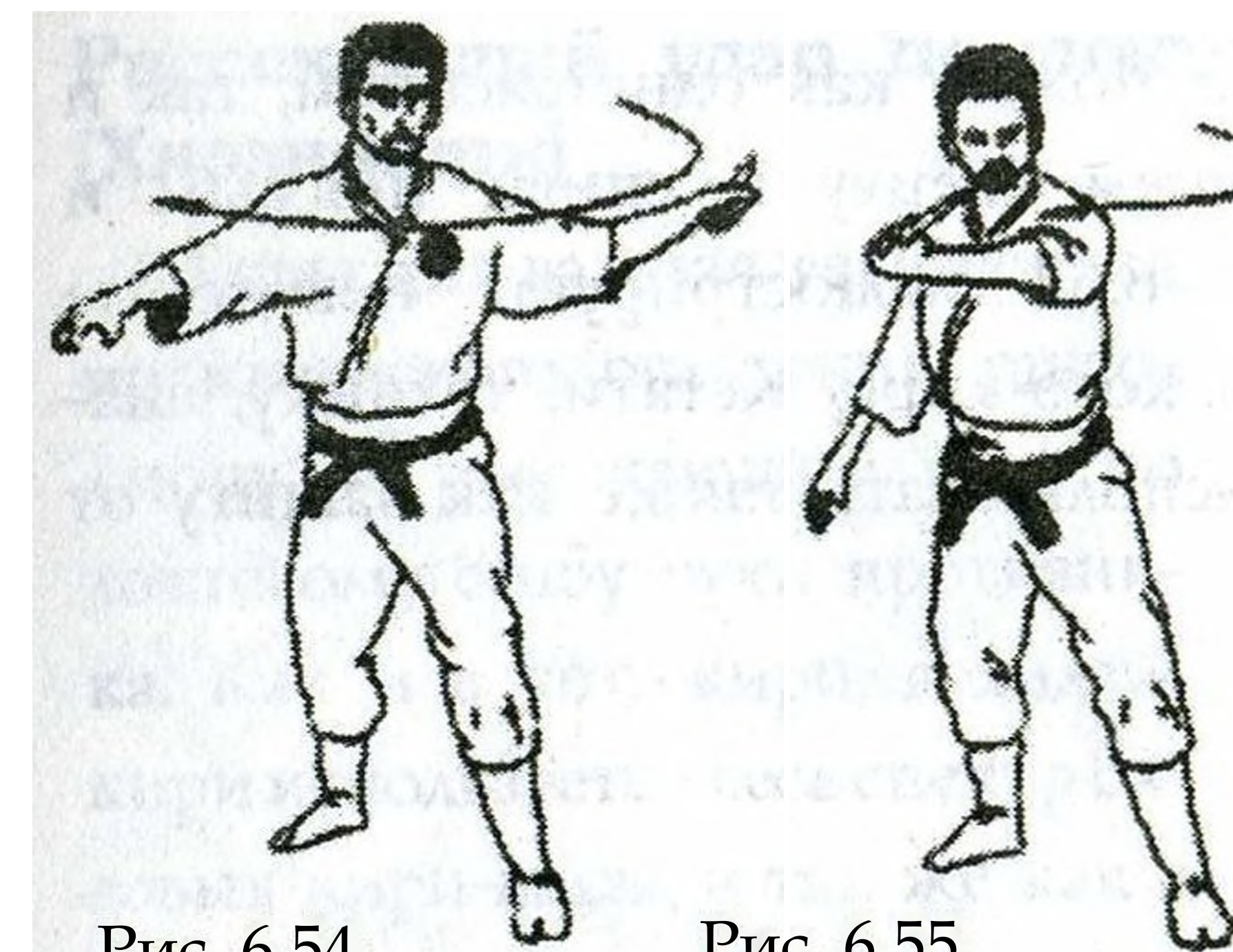


Рис. 6.54

Рис. 6.55

Обратным по отношению к *сото-маваси-кири* является *утимаваси-кири* удар изнутри наружу в горизонтальной плоскости. Резким маховым движением, выпрямляя руку, удерживающую оружие, нанесите рубящий удар, добавляя не-

большой подхлест кистью (рис. 6.56—6.57).

Наиболее распространенными вариантами практического использования *йоко кири* являются:

дзедан-куби-кири: удар

по горлу или шее;

тюдан-хара-кири:

удар по животу;

гэдан-кансэцу-кири:

удар по сухожилиям

ног под коленями.

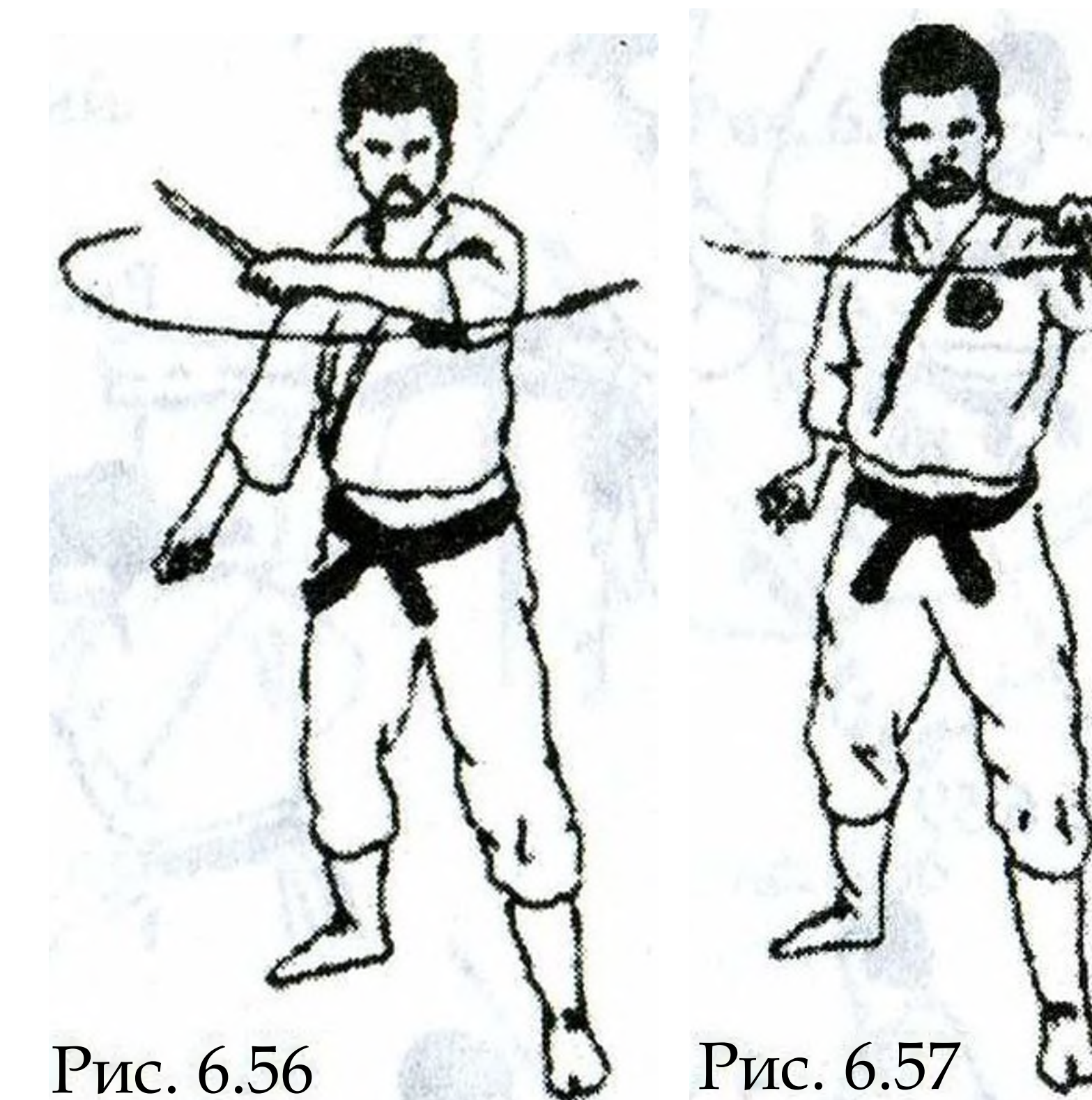


Рис. 6.56

Рис. 6.57

Рубящий удар по сухожилиям запястья — [Котэ-кири]

Одной из наиболее важных техник боя с ножом, относящихся к *куми-танто*, является *котэ-кири*. Фактически с ее использования начинается любая работа против противника, использующего оружие или атакующего руками. В сущности, для ее осуществления можно использовать любую вышеперечисленную базовую технику (*танто-кихон-гата*) *кири-вадза*. Основной целью техники является поражение сухожилий и артерий на запястье противника, чаще всего с внутренней стороны. Этим можно добиться, во-первых, обездвиживания конечности (а следовательно, невозможности удерживать оружие или атаковать пораженной рукой), а во-вторых, при поражении лучевой артерии через одну-две минуты противник попросту теряет сознание от потери крови и умирает, если ему не будет оказана необходимая помощь.

Поражать руку противника можно как одноименной, так и разноименной рукой, движением сверху и снизу, прямым и обратным хватом. Рис. 6.58–6.62 иллюстрируют некоторые возможные варианты техники котэ-кири. Кстати, технику, аналогичную котэ-кири, можно использовать также как защиту от ударов ногой (рис 6.63).

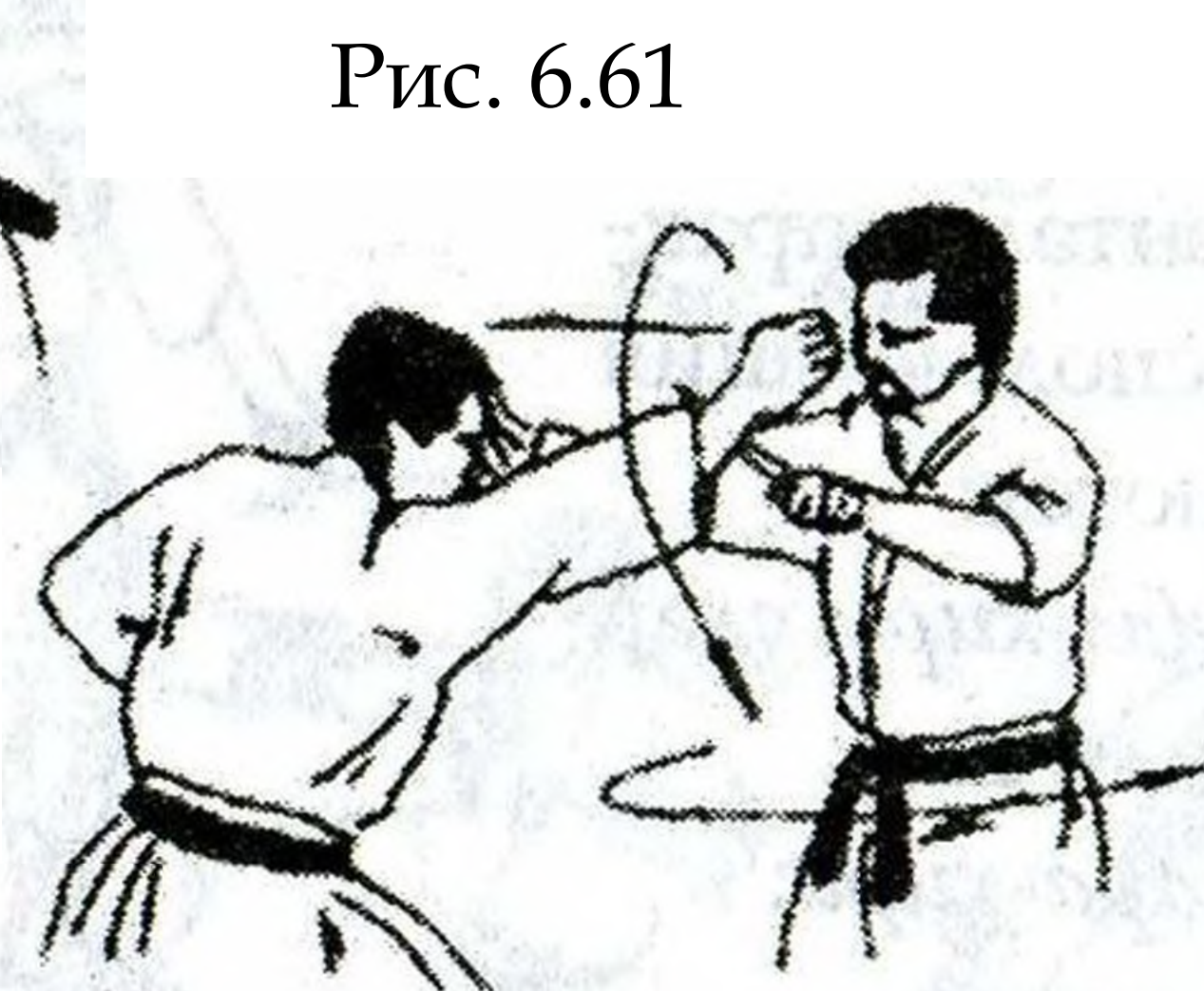
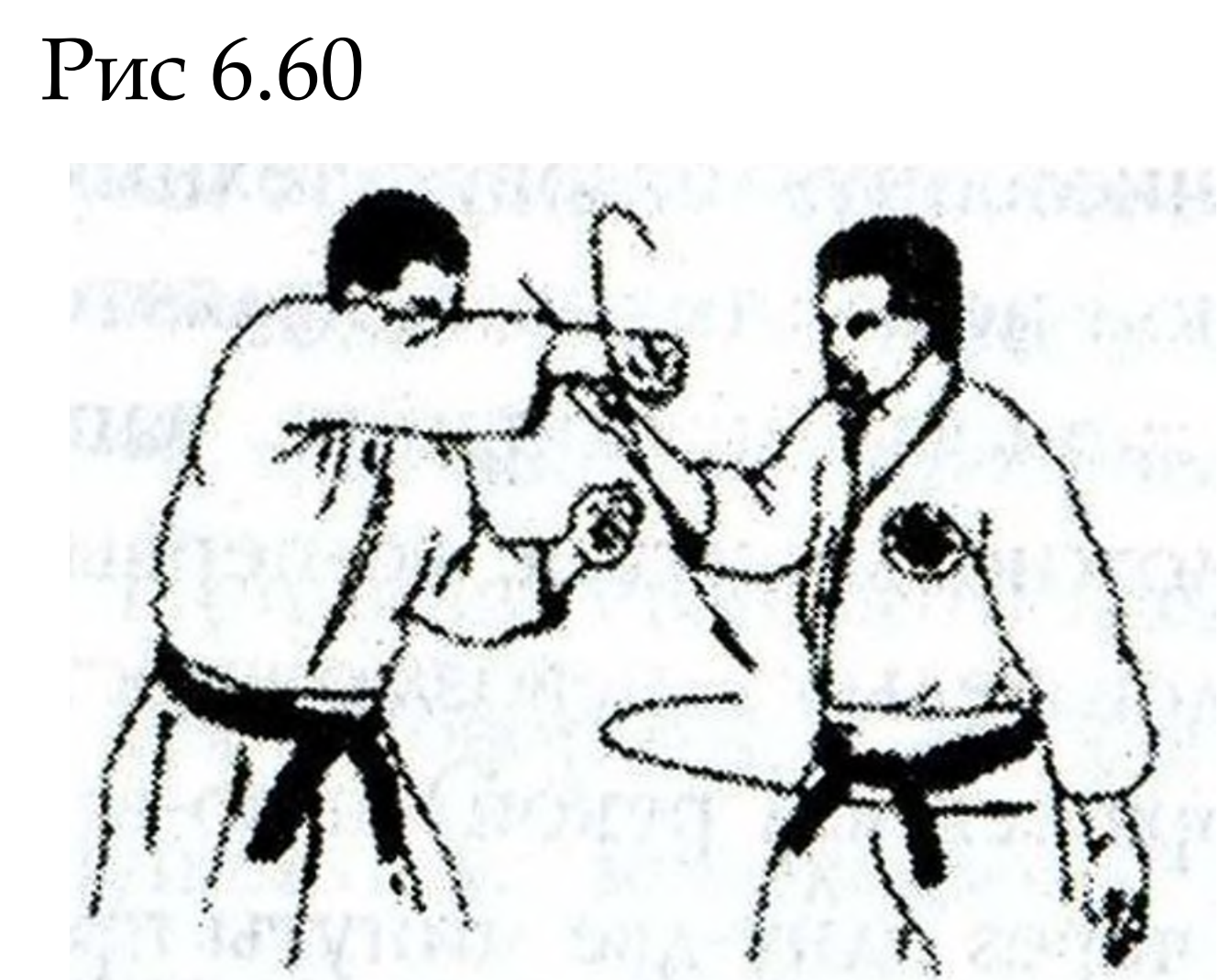
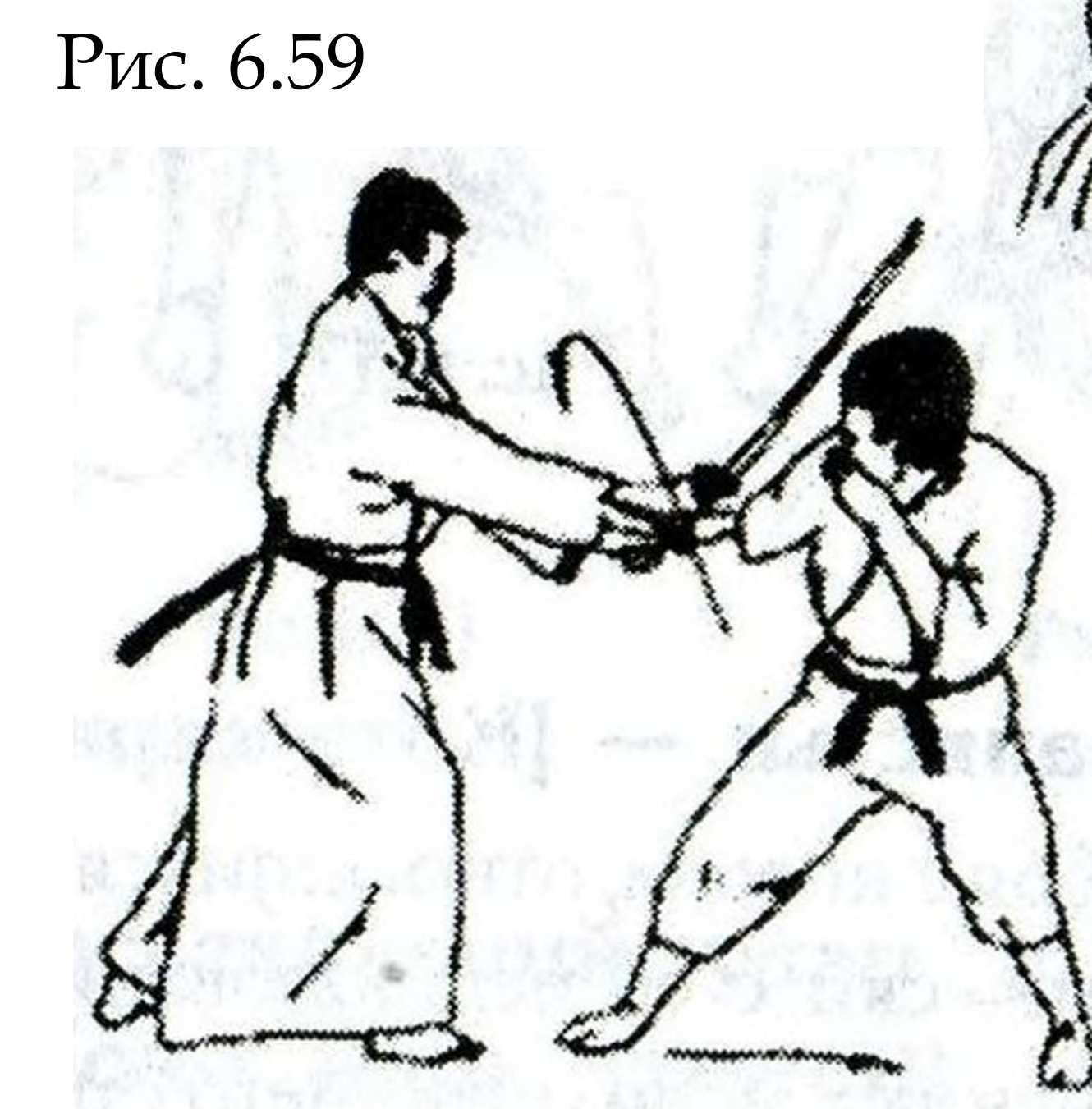
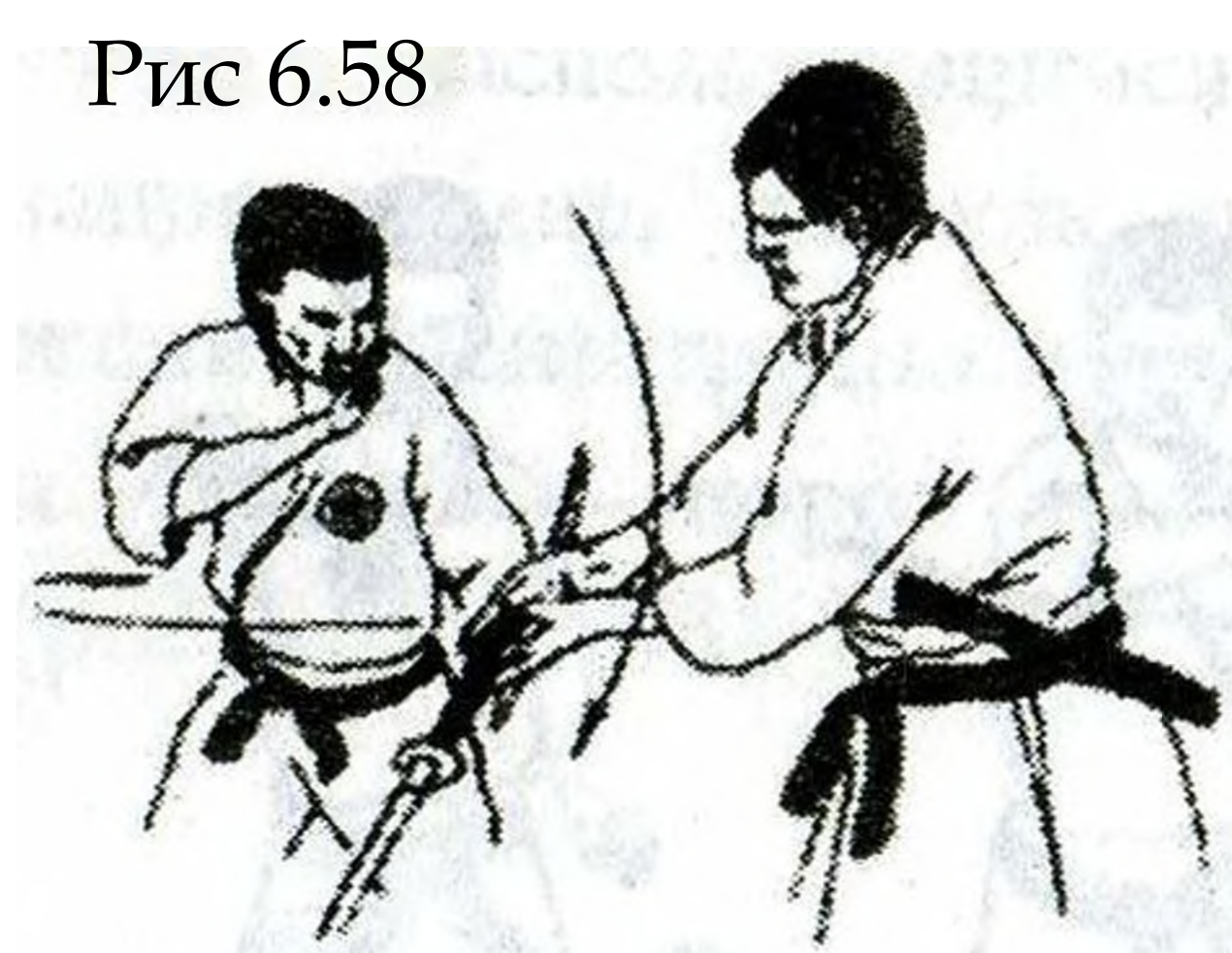
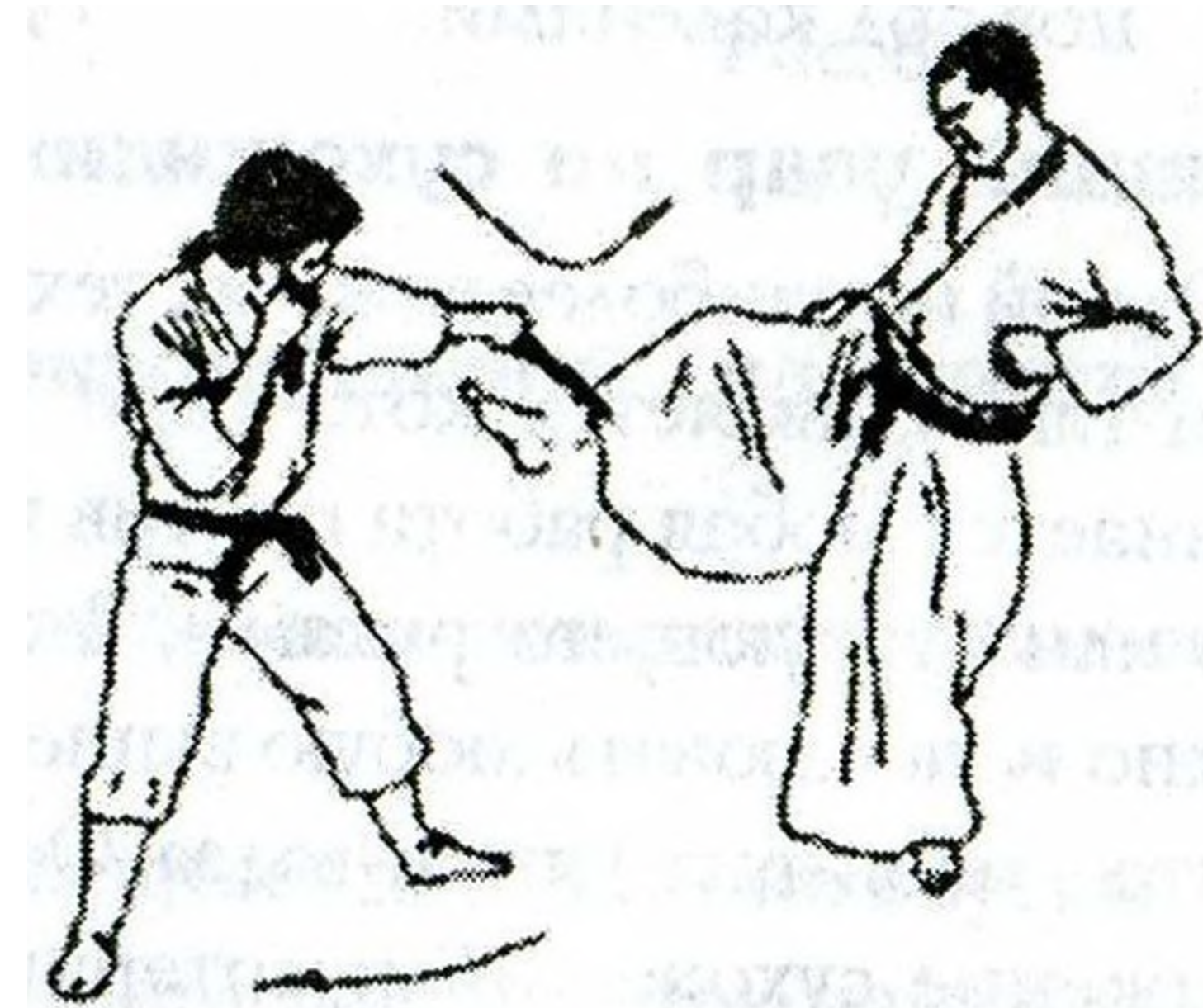


Рис 6.63



Рассекающий удар по локтевому сгибу — [Хидзи-кири]

Еще одна важная техника для практического овладения тантодзюцу — рассекающий удар по локтевому сгибу руки противника. Как и в котэ-кири, в хидзи-кири используется весь спектр базовых кири-вадза, и так же как в предыдущем случае главное — поражение конечности (сухожилий, вен и артерий) противника.

Рис 6.64–6.66 иллюстрируют некоторые возможные варианты техники.

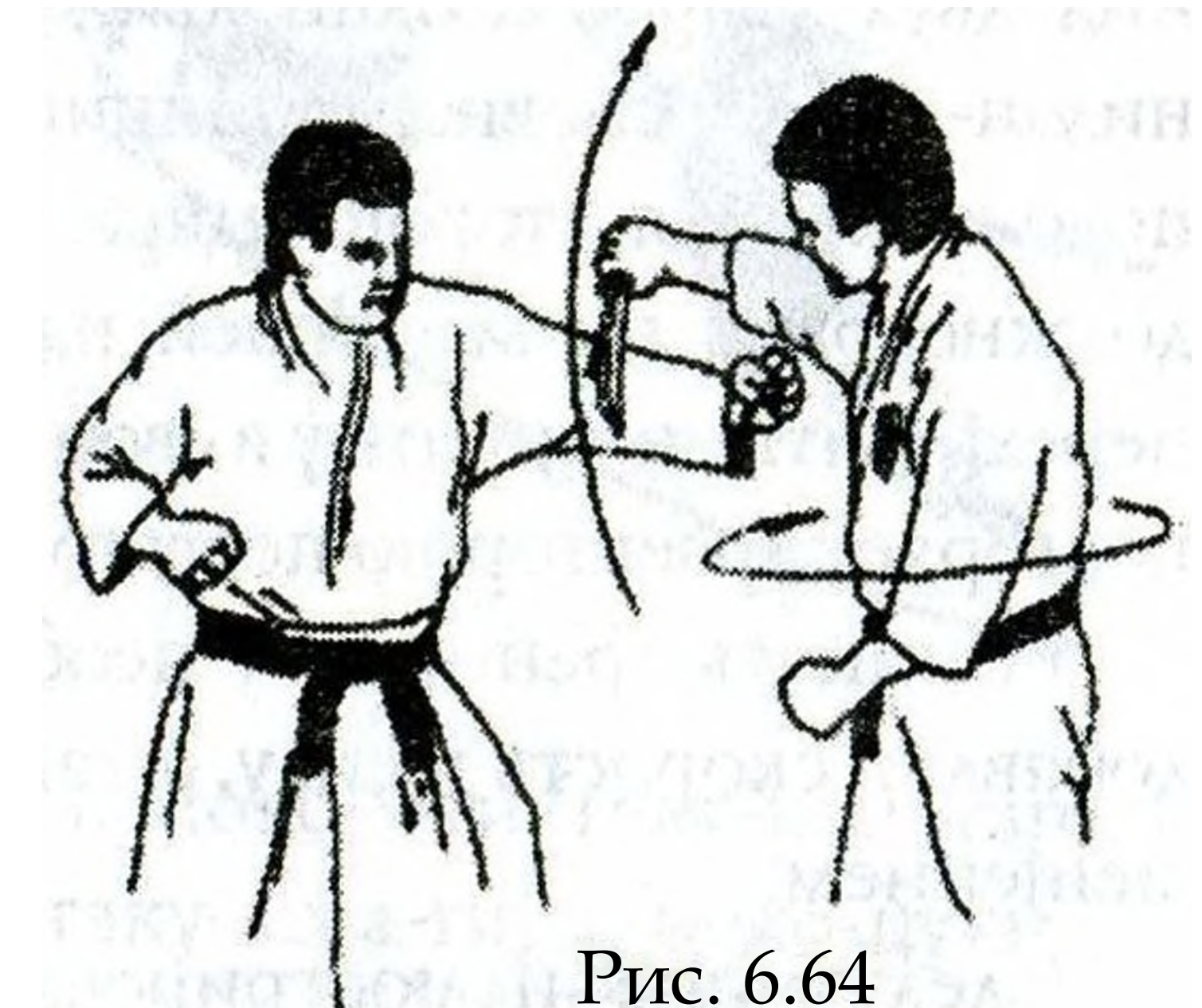


Рис 6.65

Рис. 6.66

Глава 4. Принципы комбинирования в технике танто — [Рэндзоку-вадза]

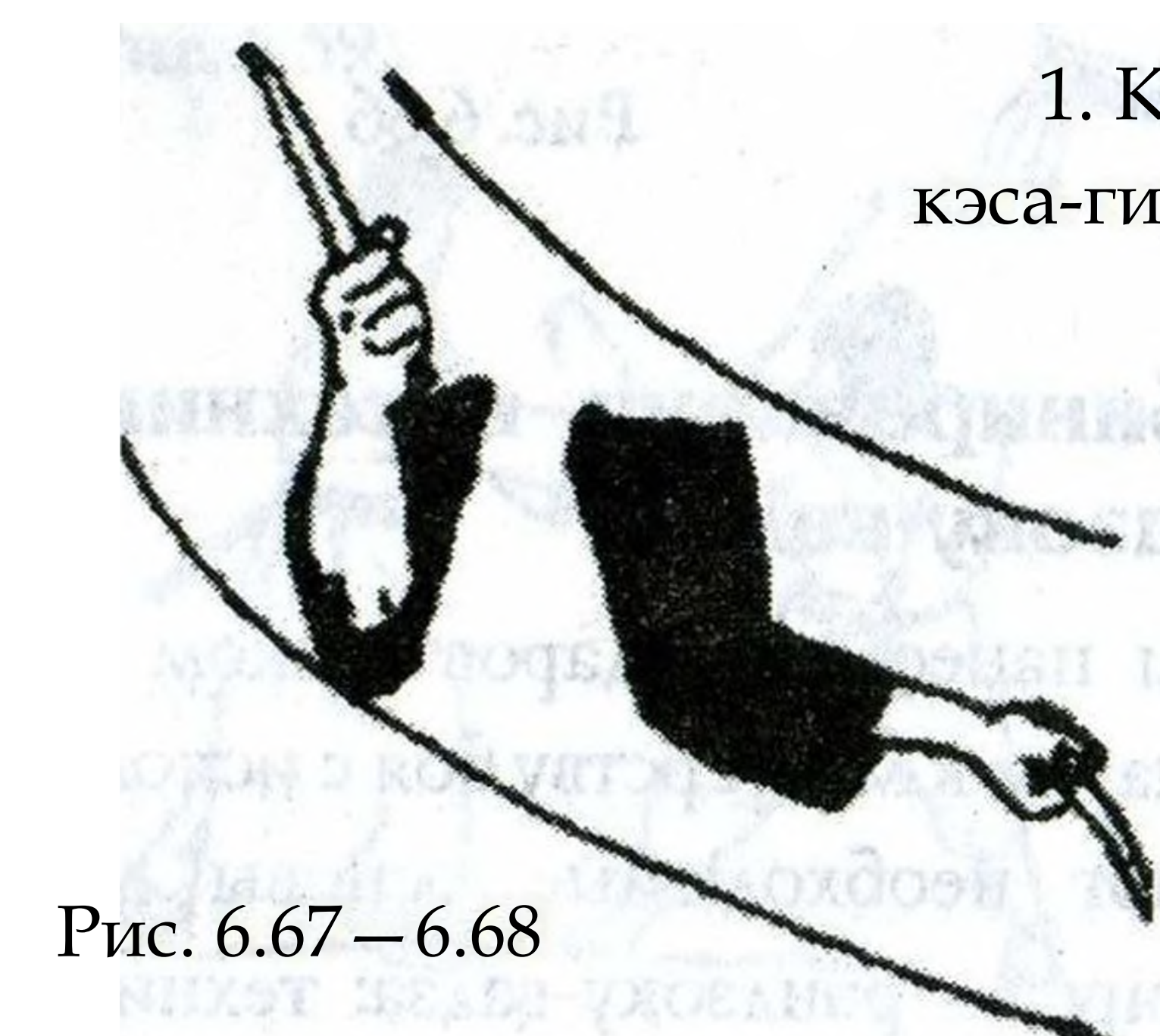
Кихон-гата — базовые формы нанесения ударов ножом — являются только первым робким шагом к мастерству боя с использованием танто. Они закладывают необходимые основы для главной части искусства тантодзюцу — рэндзоку-вадза: технике свободного комбинирования ударов и защит, уколов и порезов, тычков и рубящих техник. Главное для постижения рэндзоку-вадза — активное понимание принципов (т. е. умение использовать теоретические знания на практике) и владение базовыми траекториями движений с ножом. Ниже приведены основные варианты комбинаций, в направлении которых необходимо работать ученику, желающему овладеть искусством танто.

1. Нидан-вадза (два удара)

Начинать комбинирование ударов ножом необходимо с совмещения двух ударов в одно движение. Такая техника носит название нидан-вадза. Основной принцип: первый удар должен выводить нож в положение для второго удара. Между первым и вторым ударом не должно быть ни малейшей паузы, иначе противник может успеть перехватить инициативу в свои руки. Часто (но не всегда) второй удар повторяет траекторию первого удара, но в обратном направлении.

Начинать тренировку необходимо легко и плавно, лишь затем добавляя скорость и силу, а также совмещая технику удара с перемещением.

Следующие иллюстрированные примеры помогут читателю лучше разобраться с вышесказанным. Однако помните, что это — только примеры, а не исчерпывающая информация, отработав которую можно остановить практику. Только постоянный рост тренированности, открытие новых возможностей и расширение собственной техники могут дать вам реальное превосходство в смертельном бою.



1. Кэса-гири/ура-цуки и ура-цуки/кэса-гири (рис 6.67 — 6.68).

Рис. 6.67 — 6.68



Рис. 6.69-6.72

2. Сото-маваси-кири / ути-маваси-кири и ути-маваси-кири/сото-маваси-кири (рис. 6.69-6.72).



Рис. 6.73-6.75

3. Сото-маваси-кири / ура-йоко-цуки (рис. 6.73 — 6.75).

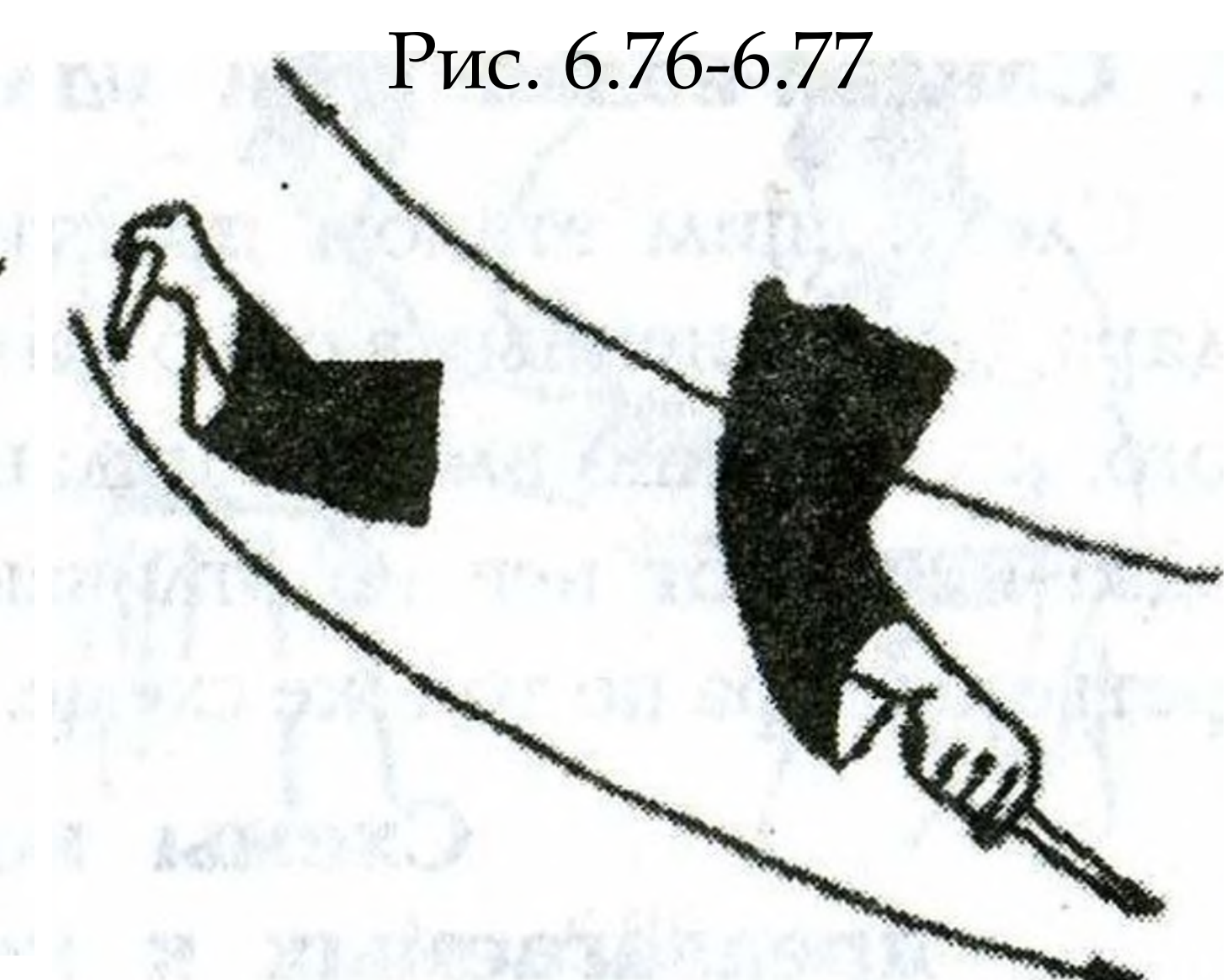


Рис. 6.76-6.77

4. Йоко-юти/гяку-кэса-гари и гаку-кэса-гири/йоко-цуки (рис. 6.76 — 6.77).

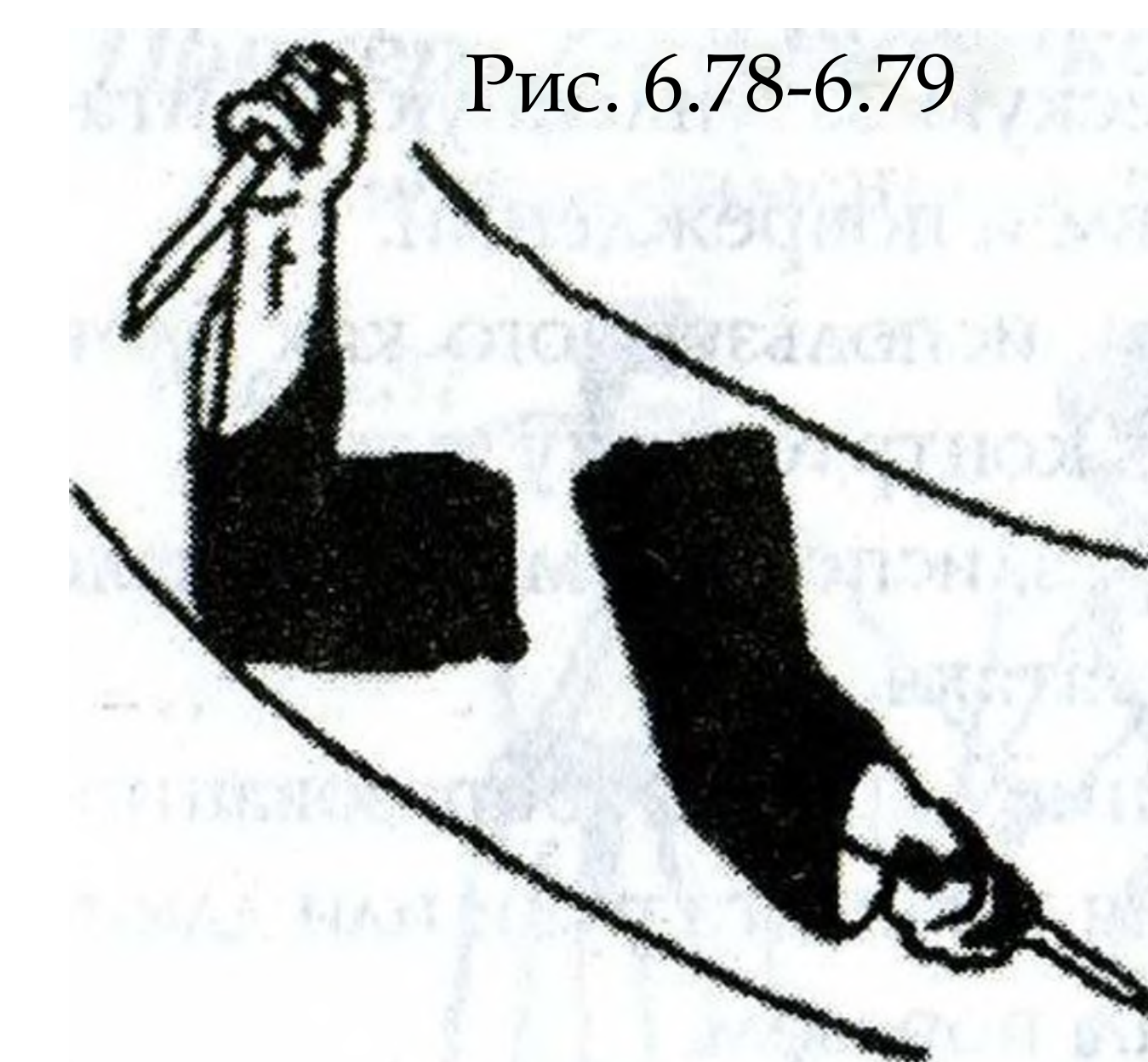


Рис. 6.78-6.79

5. Гякутэ-йоко-кири/ йоко-юти (рис. 6.78 — 6.79).

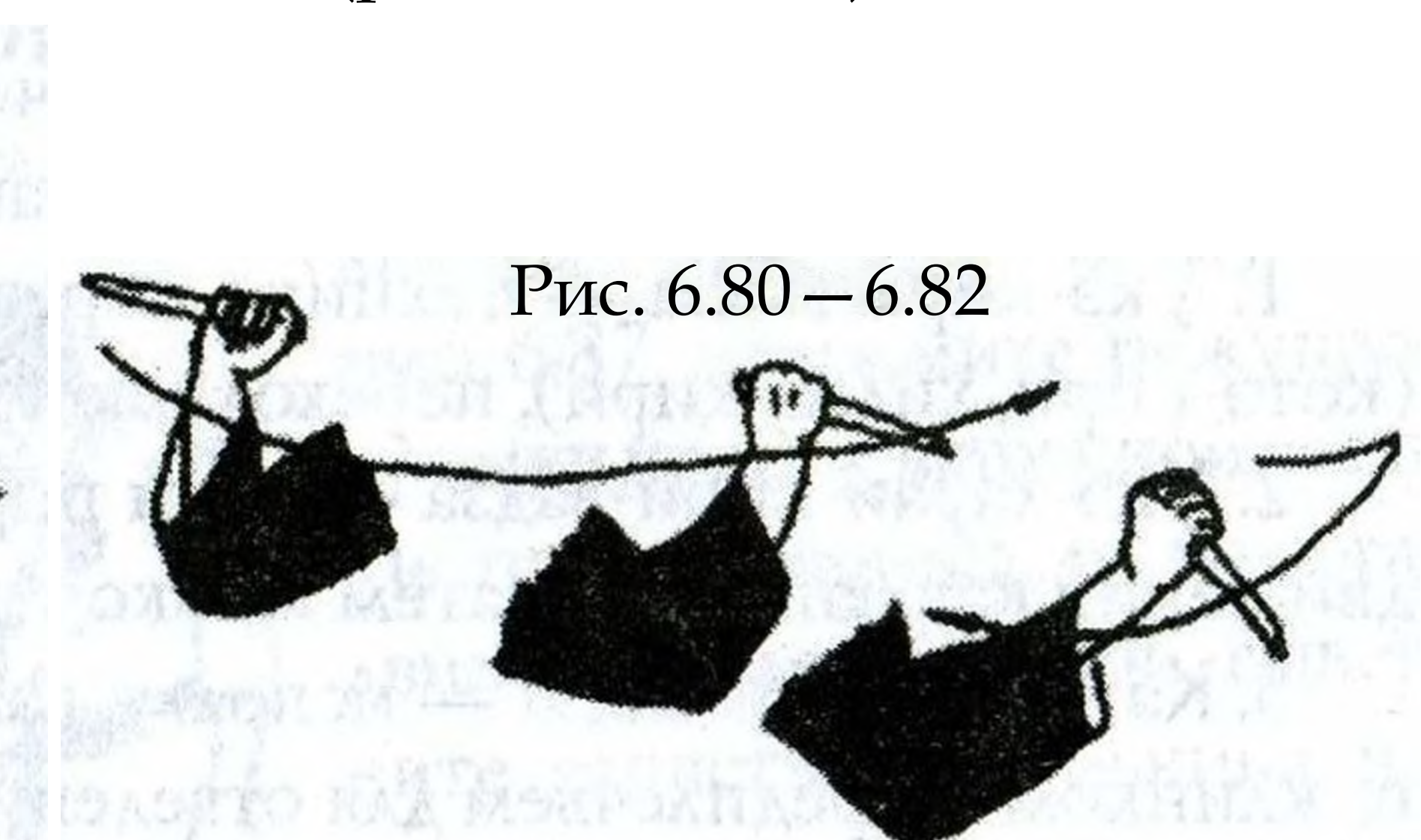


Рис. 6.80 — 6.82

6. Гякутэ-кэса-гири / усиро-юти (рис. 6.80 6.82).

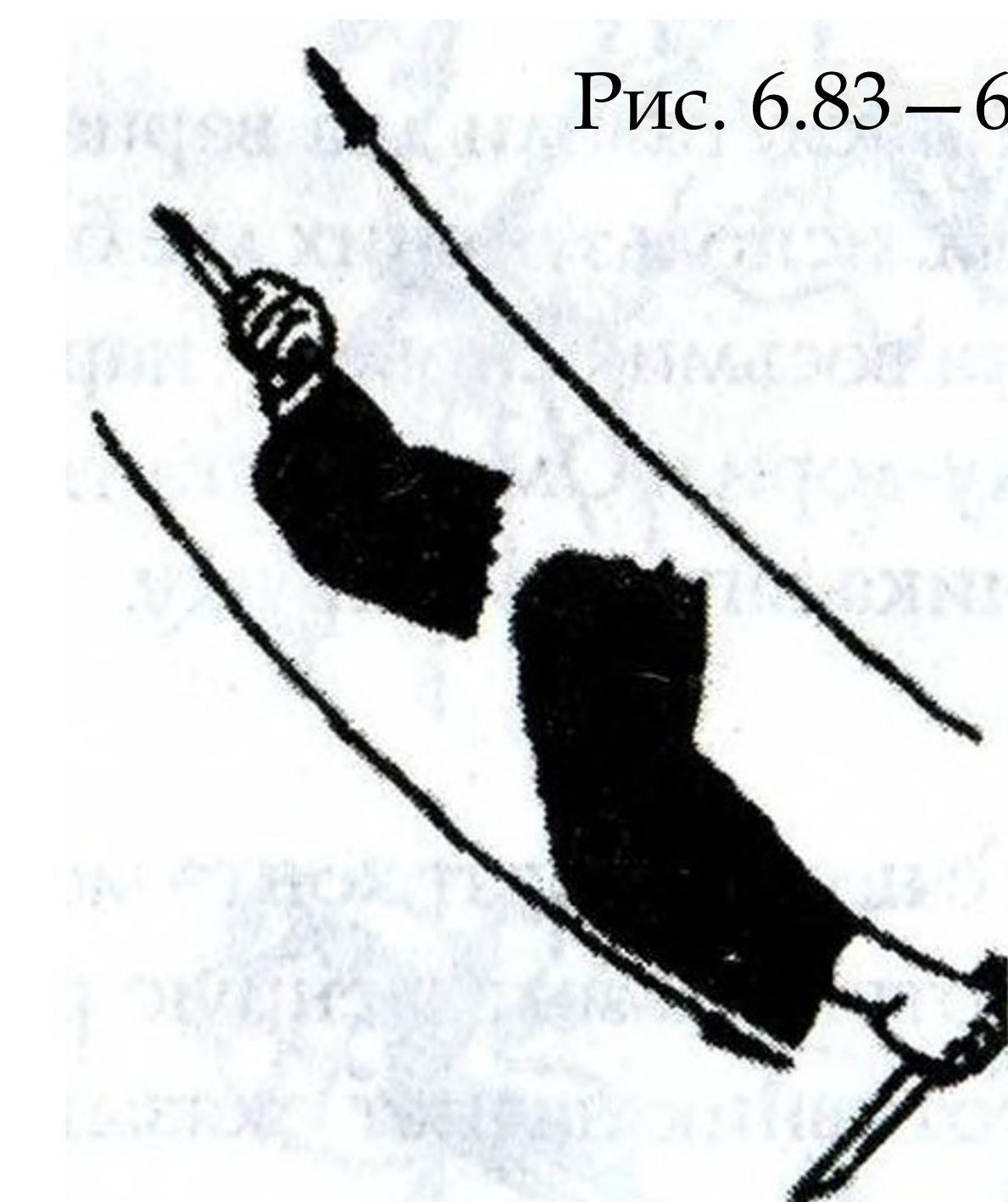


Рис. 6.83 — 6.84

7. Гяку-кэса-гири (гякутэ-моти)/ йоко-юти и йоко-юти/гяку-кэса-гари (рис 6.83 — 6.84).

2. Сандан-вадза (три удара)

Следующим этапом практики является сандан-вадза — три удара, объединенных в одно движение. Эта техника не сложна для того, кто хорошо владеет нидан-вадза, так как принципы сандан-вадза ничем от нее не отличаются, за исключением добавления третьего удара по той же схеме.

Схемы комбинаций, предлагаемых к необходимой практике

Ниже мы перечислили те варианты комбинаций с практическим применением, которые должны быть хорошо проработаны вами в ходе ваших занятий. Используйте технику базовых комбинаций и ударов для своей практики. На тренировках с партнером используйте деревянную или металлическую затупленную имитацию танто во избежание серьезных травм и повреждений.

1. Укэ-кири-вадза — техника пореза, используемого как блок (котэ-кири, хидзи-кири), переходящая в контртехнику тычком.
2. Укэ-хараи-кири-вадза — один порез, используемый в начале движения как защита, а затем как контратака.
3. Кагэукэ-кири-вадза — использование «крюка», образованного клинком и предплечьем для отведения и захвата руки или минного оружия противника с последующим порезом.
4. Вуки-каэси-вадза — контрудар или порез без вхождения в контакт с атакующими конечностями противника
5. Каэси-вадза — контрприем с использованием техники тай-дзюцу.

Как пример этой техники, ниже мы представили два варианта освобождения от захвата руки с оружием, использующих две базовые техники Кихон-хаппо-но ката («Ката восьми основ» — парная базовая ката Тогакурэ-рю): Ура-котэ-гяку-дори и Омотэ-котэ-гяку-дори — выкручивание запястья противника внутрь и наружу.

Пример 1: [Ура-котэ-гяку-дори]

Когда противник захватил вашу руку с ножом (хват хонтэ моти) своей одноименной рукой — рис. 6.85, потяните захваченную руку к себе на уровне бедер и, как только противник начнет оказывать силовое противодействие вашему движению, используя разворот корпуса, проверните собственное захваченное запястье таким образом, чтобы клинок оказался над кистью противника, оказывая на

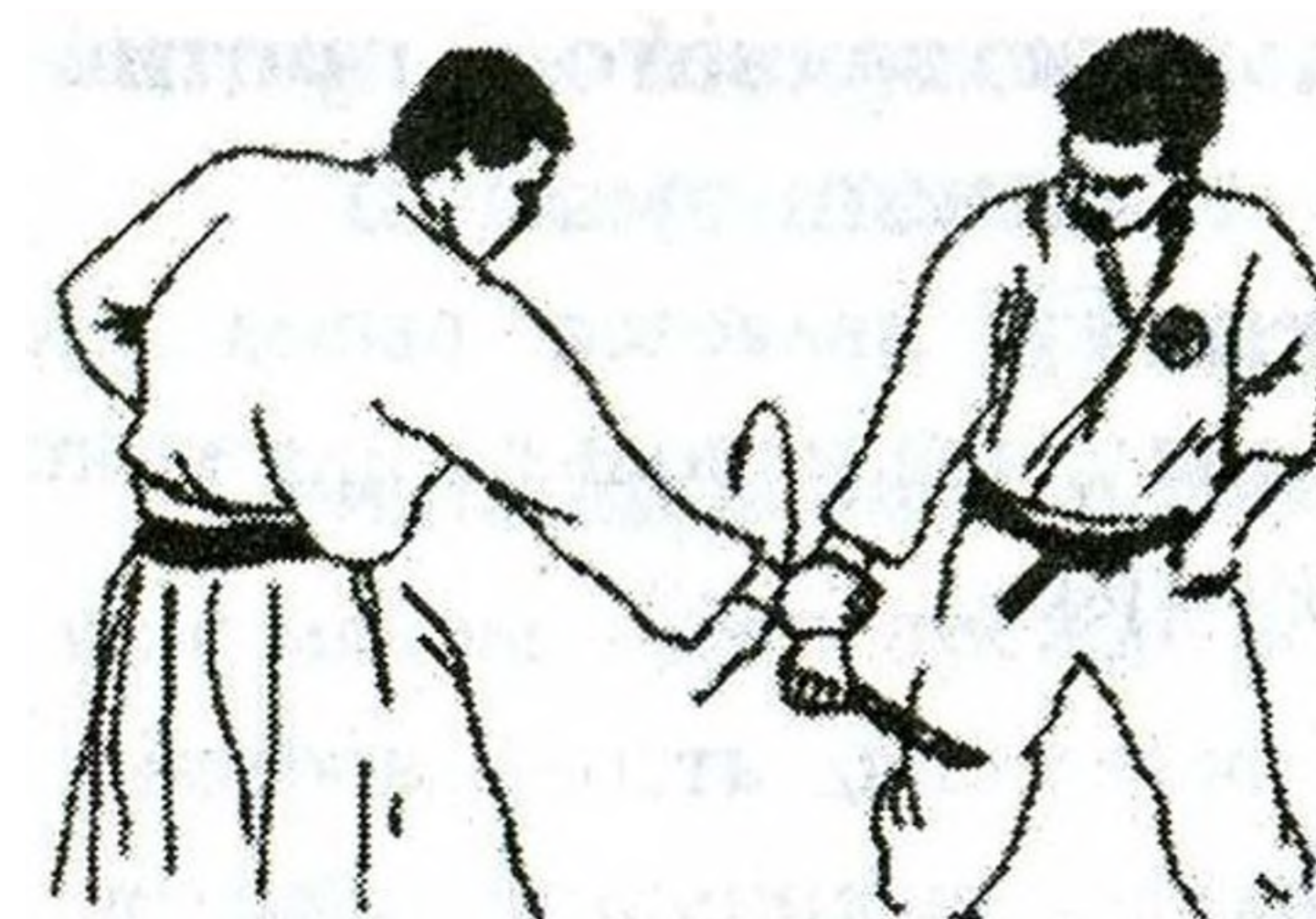


Рис. 6.85

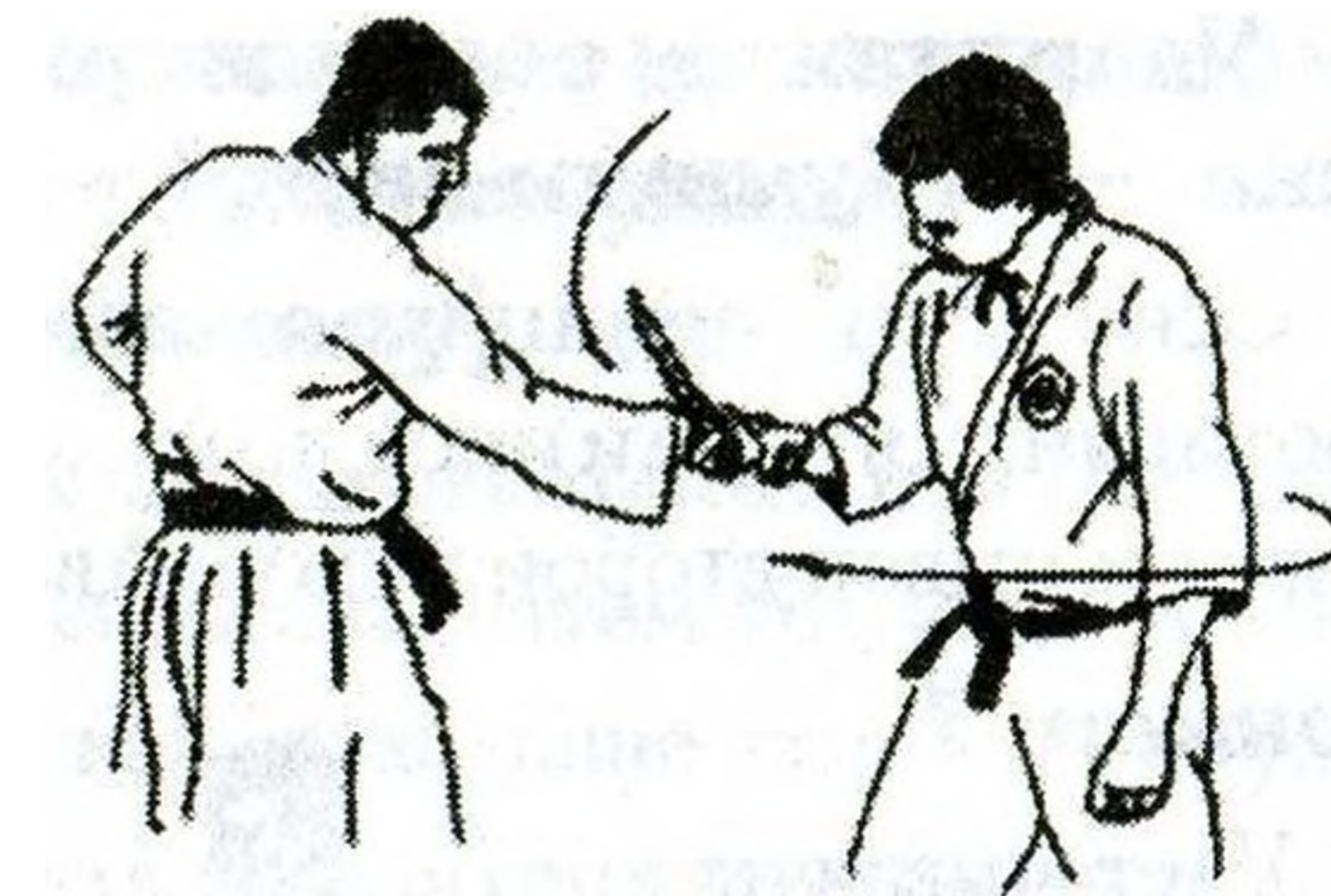


Рис. 6.86

нее болевое воздействие выкручиванием внутрь (рис 6.86). Освободитесь от захвата резким движением клинка вниз, одновременно рассекая сухожилия на запястье противника.

Пример 2: [Омотэ-котэ-гяку-дори]

При разноименном захвате вашей руки (нож удерживается хватом гякутэ моти) — рис. 6.87, прижмите режущую кромку ножа к наружной части кисти противника и, помогая движению левой рукой, выверните запястье противника наружу техникой *омотэ-гяку* (по выполнению это хэнка-вадза «руки-зеркала» — *тэ-гасуми* — для продвинутых учеников) — рис. 6.88-6.89.

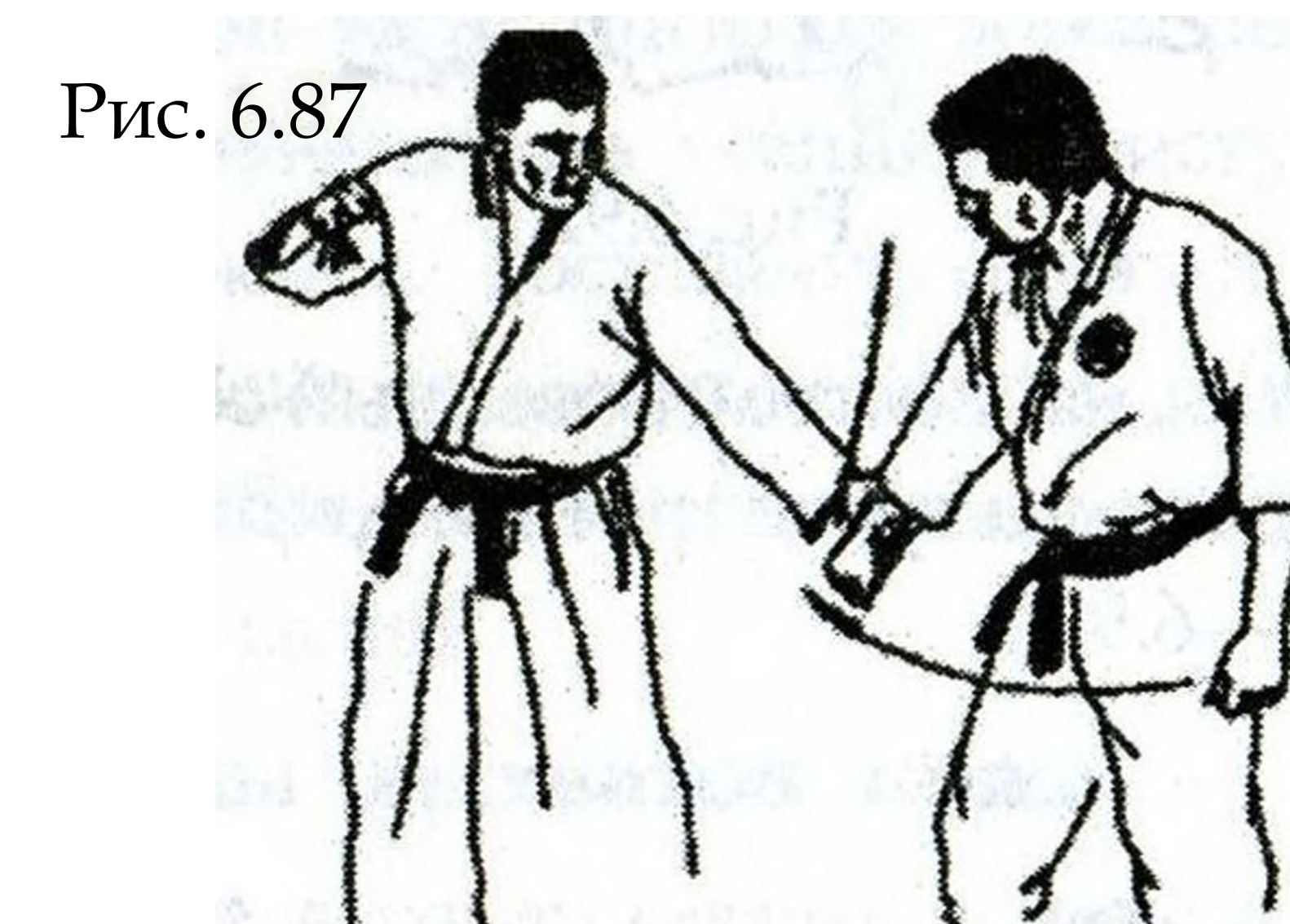


Рис. 6.88

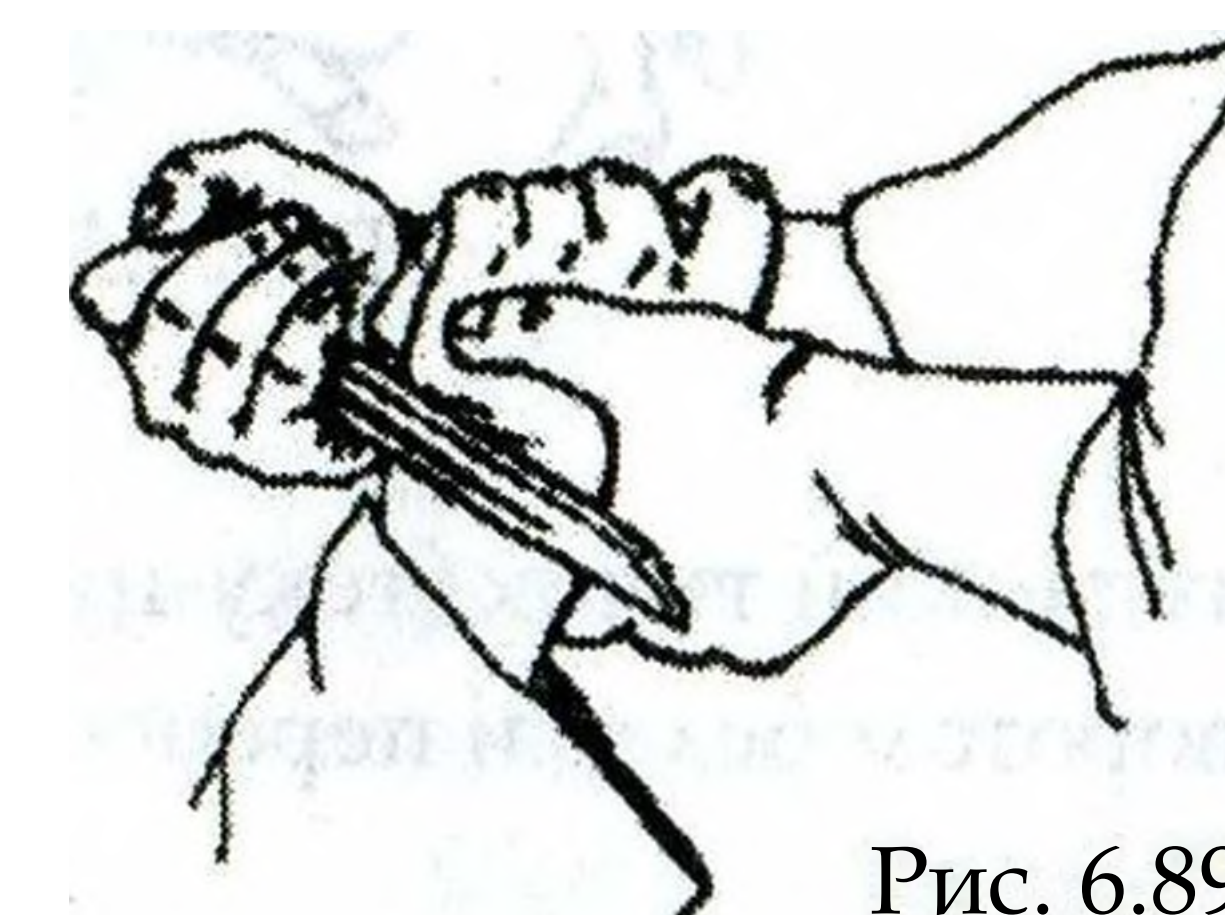
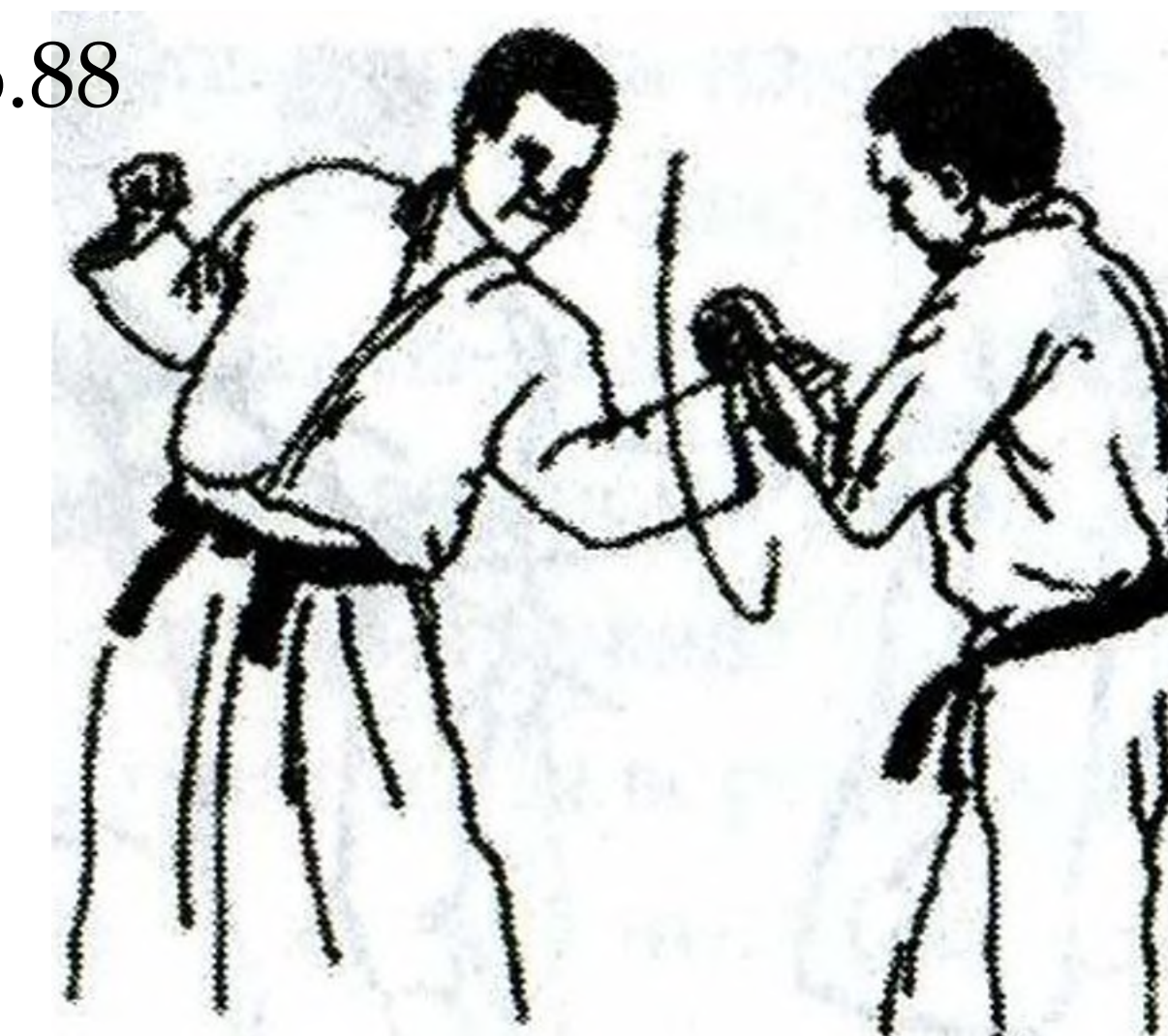


Рис. 6.89

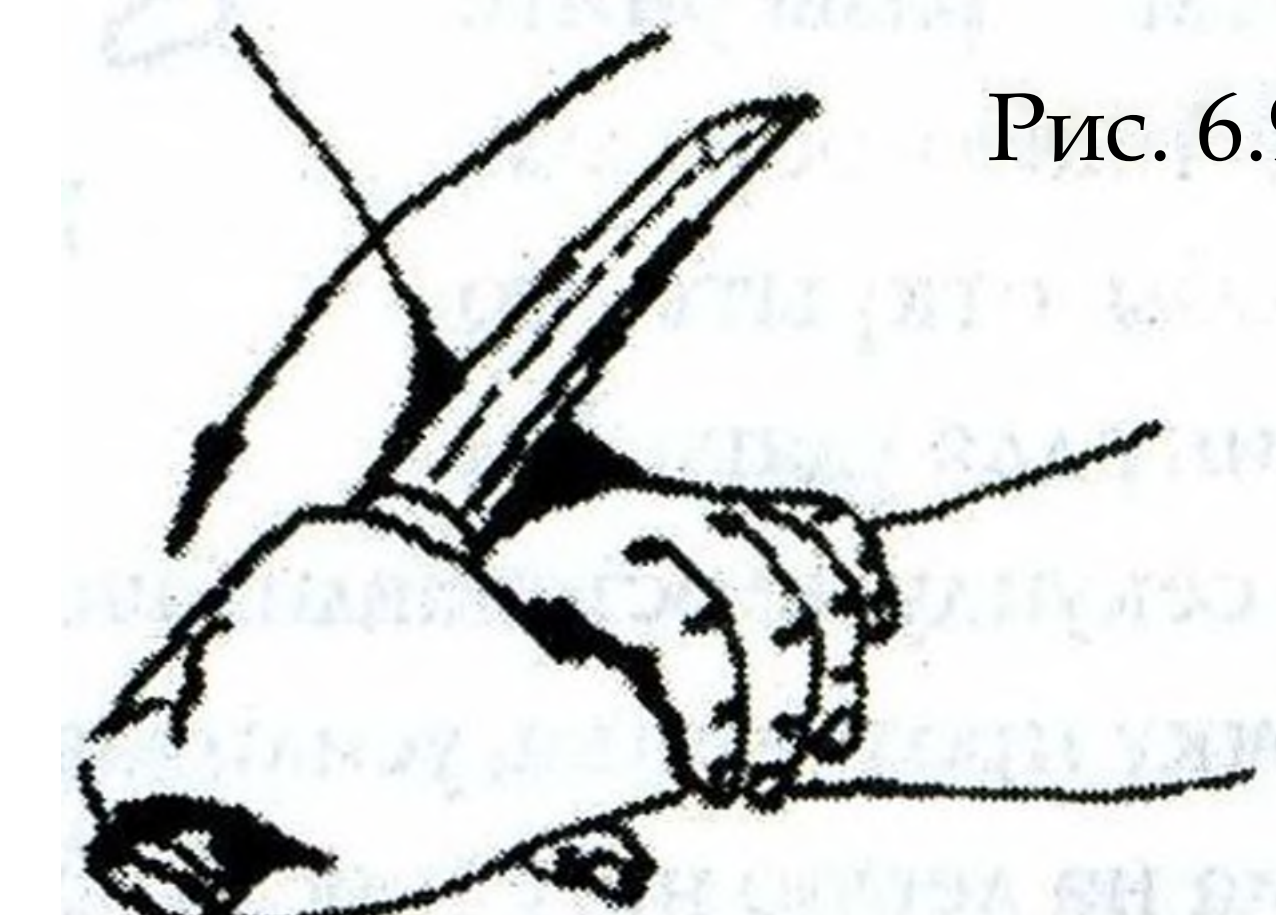


Рис. 6.90

3. Удар танто с предварительным захватом противника — [Кумиути-вадза]

Основным принципом этой техники является выведение противника в то или иное положение для удара, используя для этого захват и рывок второй рукой. Два примера.

Пример 1

Удерживая нож хватом гякутэ мотиза спиной, быстро захватите ворот противника левой рукой и с силой резко дерните его вниз для того, чтобы он наклонился вперед. Как только это произойдет и противник попытается выпрямиться, нанесите мгновенный сёмэн-отоси-юти под основание черепа, используя встречное движение руки и шеи противника (рис. 6.91 — 6.92).



Рис. 6.91

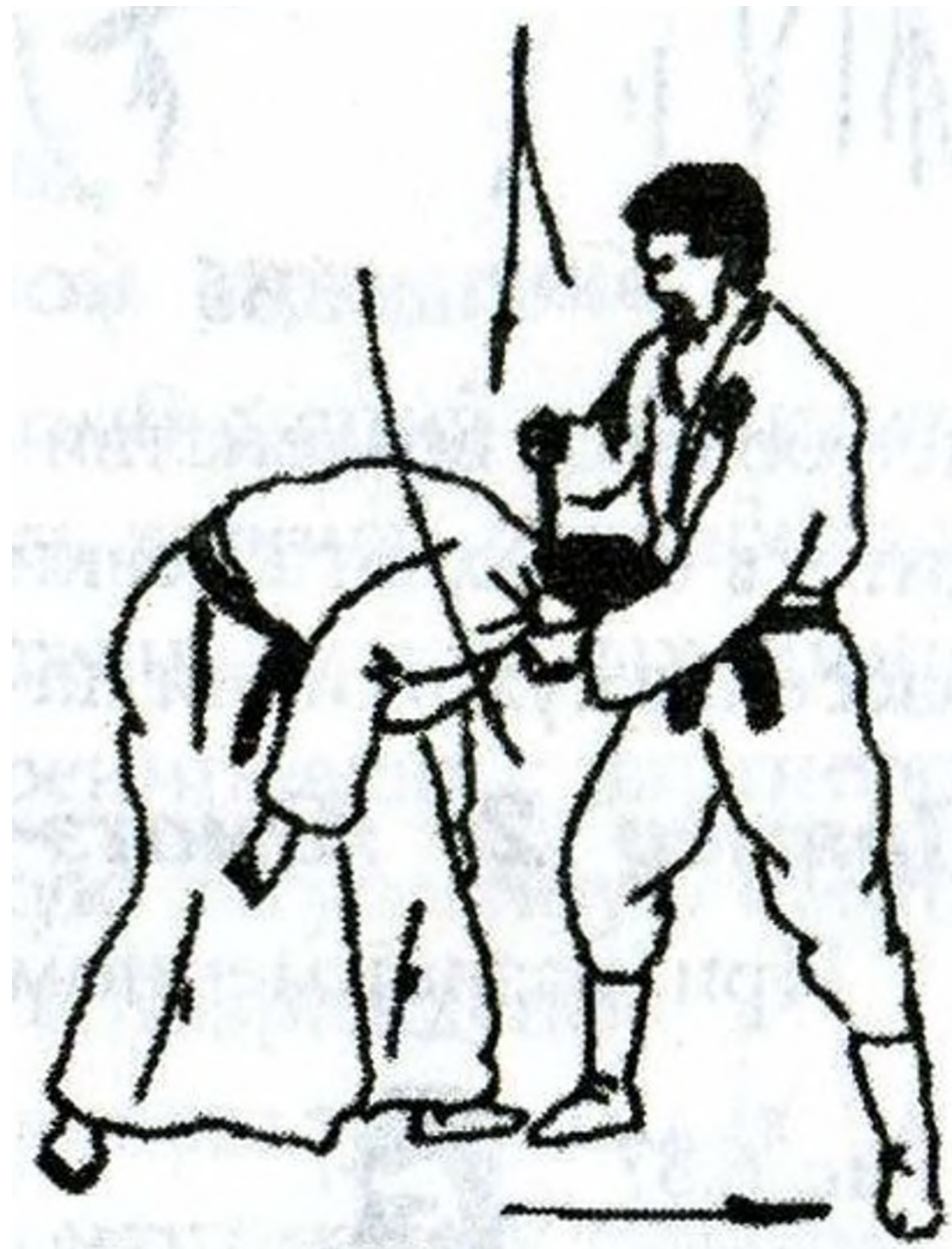


Рис. 6.92

Пример 2

Нож удерживается хватом хонтэ-моти. Захватите левой рукой одноименное плечо противника и резким круговым движением разверните его таким образом, чтобы открыть его спину для удара. Ни на секунду не останавливаясь, нанесите резкий тычок (теку-цуки) в почку противника, усиливая удар разворотом бедер и переносом веса тела на левую ногу (рис. 6.93 — 6.94).

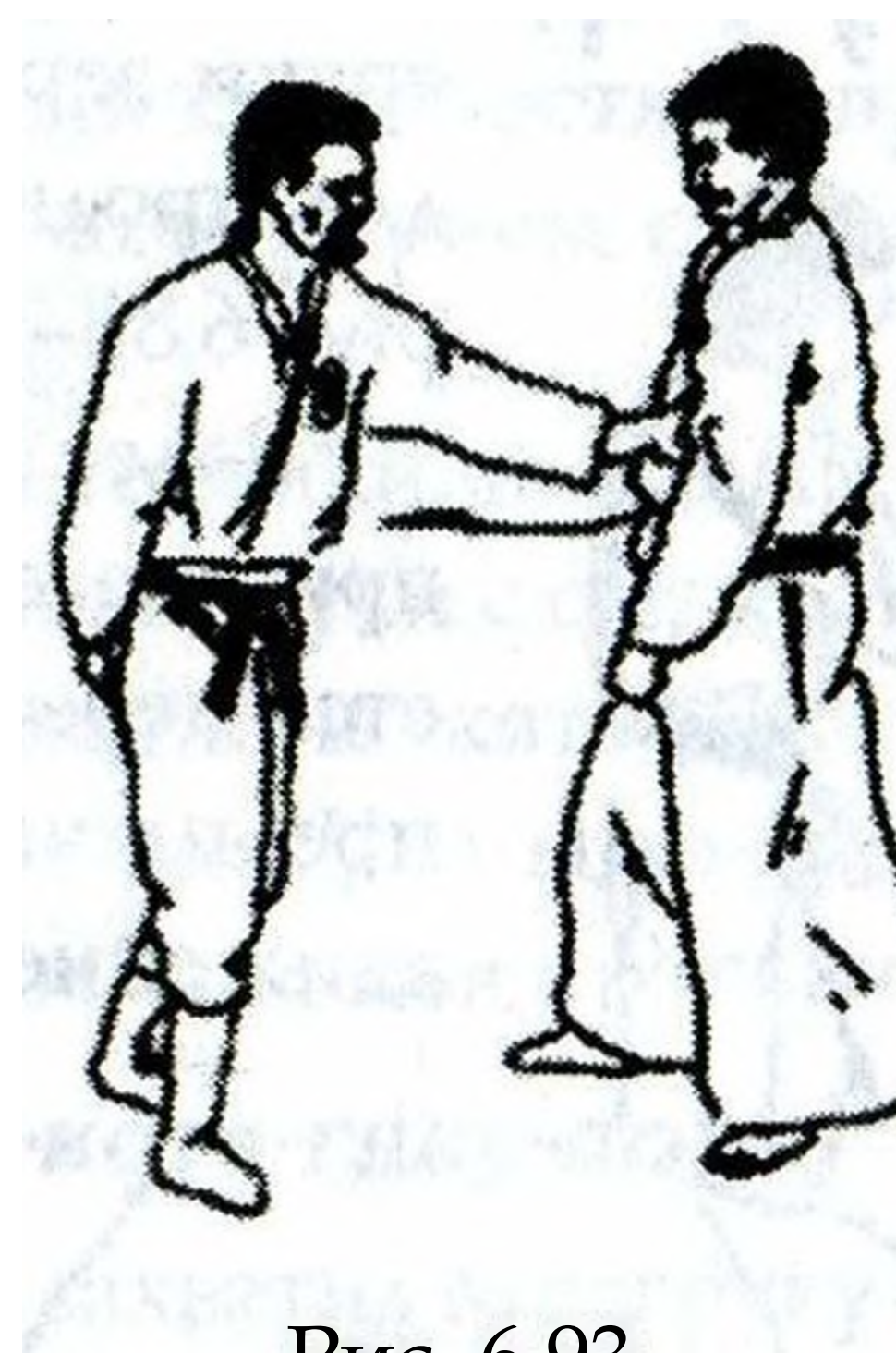


Рис. 6.93

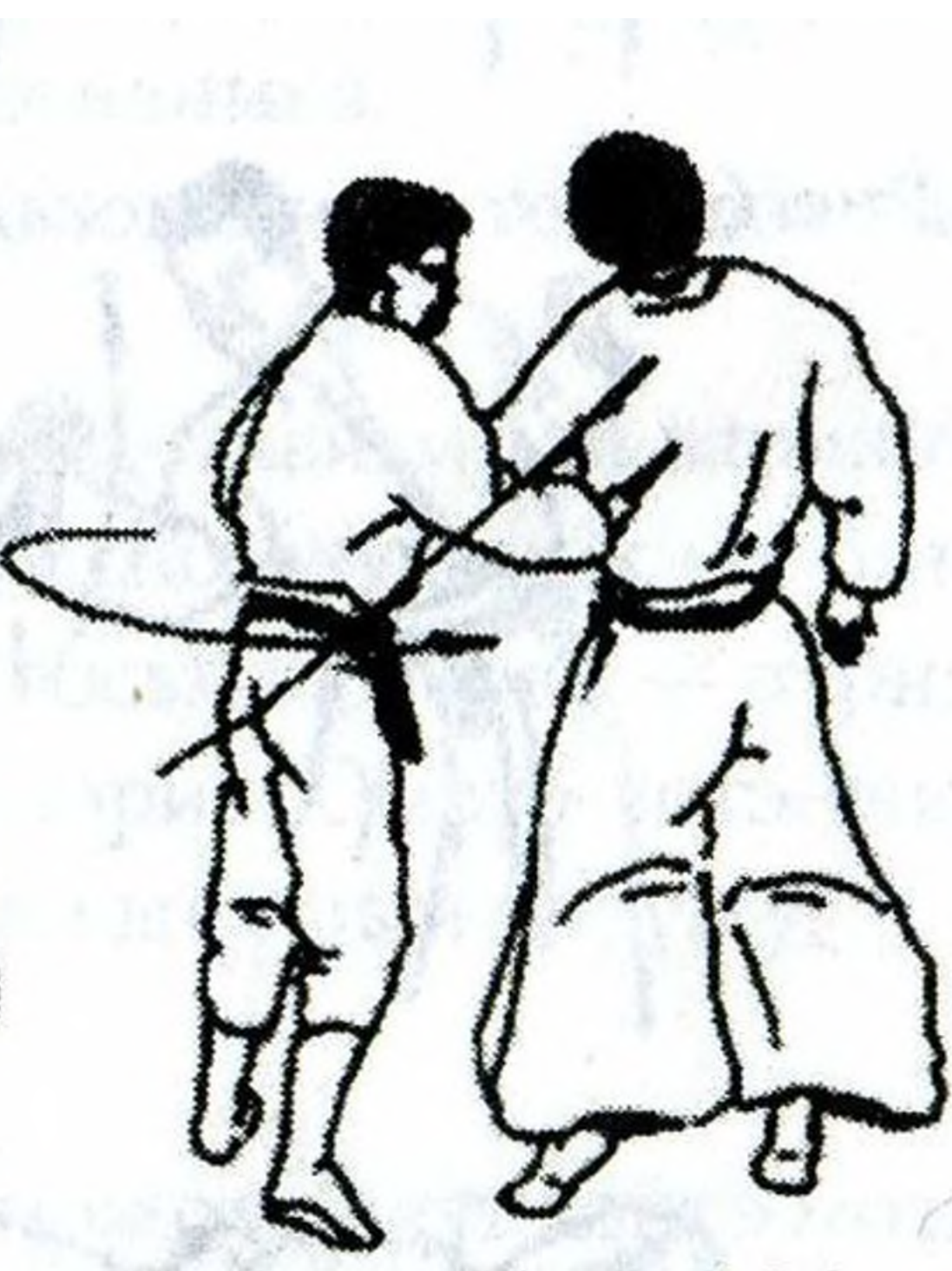


Рис. 6.94

Глава 5. Искусство мгновенного выхвата ножа с немедленным нанесением удара — [Танто-яйдзюцу]

Принципы *танто-яйдзюцу* не слишком отличаются от *яйдзюцу* с мечом — это прежде всего скорость, затем точность и координированность движения. Так как нож чаще всего — оружие скрытого ношения, необходимо для начала определиться с тем, где именно воин будет его носить, и лишь затем переходить к отработке выхватывания. Ниже мы перечислили основные виды *яй-танто*, не давая никаких комментариев к ним, так как техника, используемая для выхвата, — это все те же базовые удары, описанные выше, но выполняемые на продвинутом этапе тренировки с гораздо большей скоростью и точностью. Только отработав *кихон-гата* с танто до уровня рефлекторного реагирования, можно рекомендовать ученику приступать к овладению *яй*. Собственно движение доставания оружия — сугубо индивидуально, так как зависит от места ношения, одежды, роста и т. д., поэтому мы не можем дать никаких конкретных рекомендаций, кроме оговоренных выше.

Виды выхватов ножа — [танто-яйдзюцу]:

- выхват слева из-за пояса (*хидари-оби-но яй*);
- выхват справа из-за пояса (*миги-оби-но яй*);
- выхват из-за спины (*усиро-оби-но яй*);
- выхват из-за ворота сзади (*усиро-но яй*);
- выхват во время кувырка (падения) (*кайтэн-но яй*);
- выхват из рукава (*котэ-но яй*);
- выхват из-за ворота (*мунэ-но яй*);
- из ножен на ноге (*аси-но яй*).

Глава 6. Снятие часового с использованием танто — [Асигару-са-но ката] Смертельные удары ножом

Ниже мы представим достаточно специфическую технику мгновенного и бесшумного убийства вражеского часового, которая являлась жизненно необходимым разделом в подготовке ниндзя и на сегодняшний день остается достаточно актуальной для бойцов спецподразделений различных стран. Техника мгновенной бесшумной смерти — важный раздел танто-дзюцу, совмещающий в себе не только собственно приемы с использованием ножа, но и синоби-аруки (бесшумное перемещение), интон-дзюцу (искусство двигаться без отбрасывания тени и произведения малейшего шума) и др.

Для начала необходимо рассмотреть базовые принципы, основными из которых являются три:

- 1) бесшумность прокрадывания и исполнения,
- 2) неожиданность (сюрпризность) нападения,
- 3) надежность и простота техники.

Практическое применение первого принципа в основном зависит от техники, описание которой не входит в задачи этой книги. Для отработки собственно техники вам будет вполне достаточно научиться мгновенно закрывать рот и нос противника при нападении сзади — именно это обеспечивает бесшумность проведения техники. Захват производится «лодочкой», образованной чуть приогнутыми пальцами левой руки. Голова противника в любом случае резко дергается назад и прижимается к левому плечу. Иногда возможно также выкручивание шейных позвонков одновременно с проведением удара.

Неожиданность (сюрпризность) нападения сзади не вызывает сомнений. Но как быть, если это невозможно (например, противник стоит, прислонившись к стене)? В этом случае необходимо использовать ослепляющую смесь (мэцубуси), бросаемую в глаза противнику непосредственно во время проведения удара. Противник не успевает не только реагировать, но чаще всего даже закричать, особенно если удар проведен мгновенно и точно.

И последний принцип: простота и надежность. Только они могут обеспечить стопроцентную эффективность в ситуации, когда малейшая ошибка ведет к смерти исполнителя. Нельзя использовать сложные, слабые или неотработанные удары для техники *асигару-са*.

Методы

1. Рубящий или колющий удар в глотку — [Хитю-кири (юти)]



Рис. 6.95

При нападении спереди наиболее эффективной техникой является тычок в горло чуть ниже кадыка (точка *хитю*). Этим ударом вы рассекаете яремную вену, и летальный исход наступает практически мгновенно (рис. 6.95).

Нападая сзади, эту же область эффективнее поражать разрезанием или ударом (хват *гякутэ моти*). При разрезе вы можете расцезь не только яремную вену, но и дыхательное горло противника (рис. 6.96).

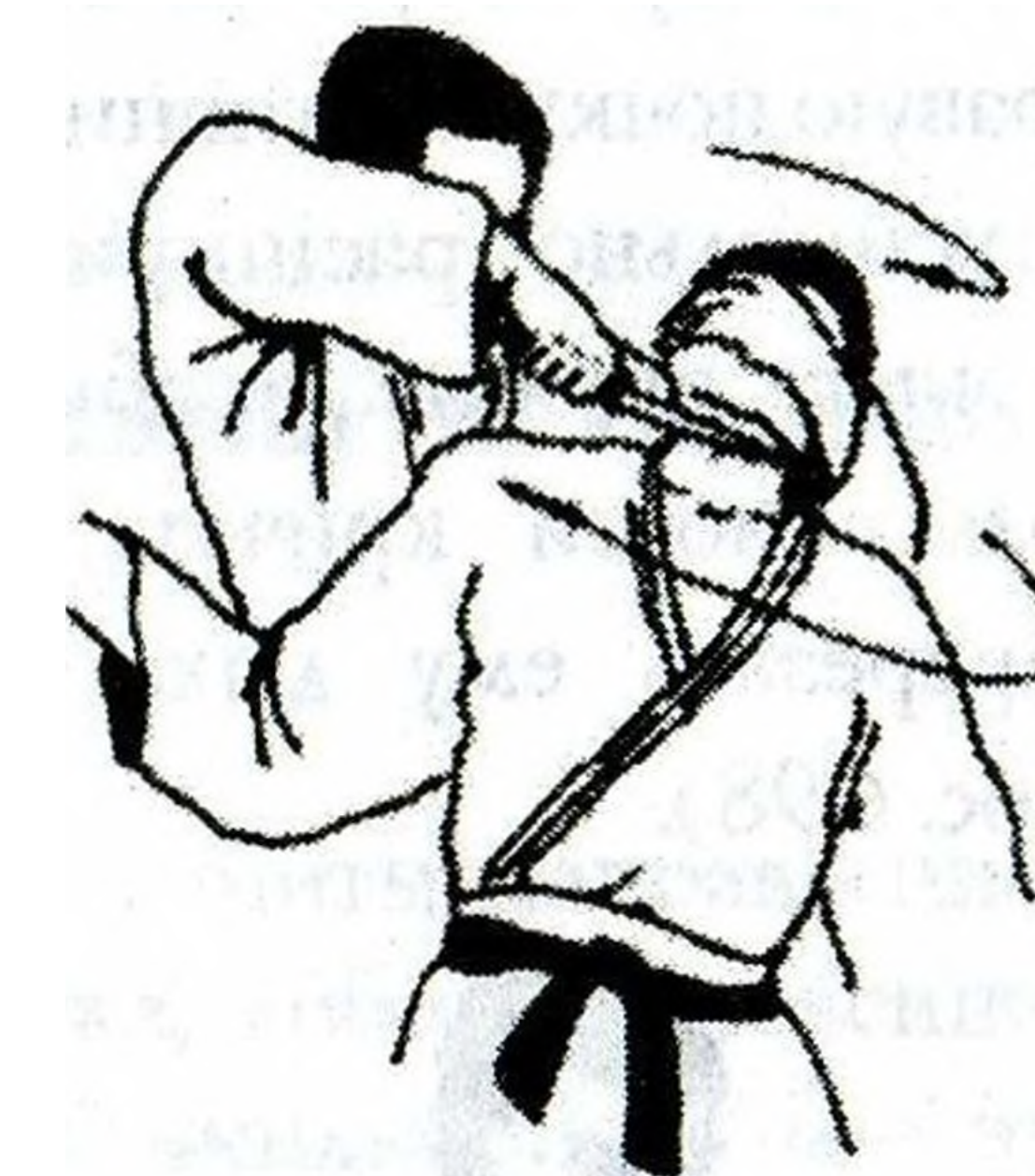


Рис. 6.96

2. Удар в живот — [Хара-цуки (юти)]

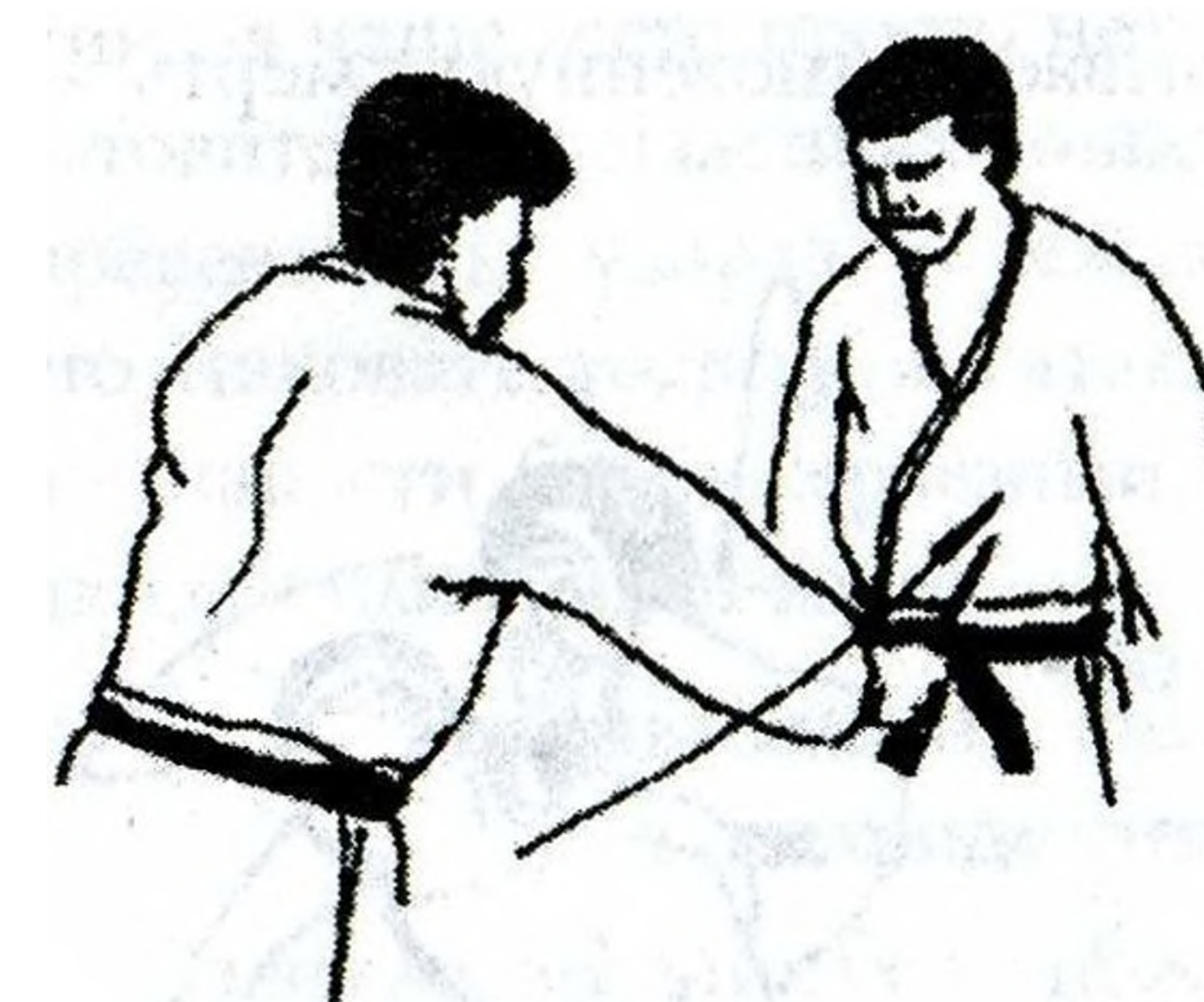


Рис. 6.97

При нападении спереди можно нанести два-три быстрых повторяющихся удара (тычка) в живот — глубокая рана вызывает болевой шок и летальный исход за несколько минут, иногда даже в случае оказания медицинской помощи (рис. 6.97).

3. Рубящие удары (порезы) шеи слева и справа - [Мурасамэ-кири (юти), мацукадзэ-кири (юти))

Используя технику кэса гири или кэса юти, можно мгновенно убить противника, нападая на него спереди, рассекая ему сонную артерию или аорту.

4. Удар в почку — [Хизо-цуки]

При нападении сзади резким ударом снизу вверх нанесите удар в правую почку противника и, стараясь максимально расширить рану, выдерните оружие. Чтобы лишить его возможности кричать, необходимо перерезать ему дыхательное горло (рис. 6.98).

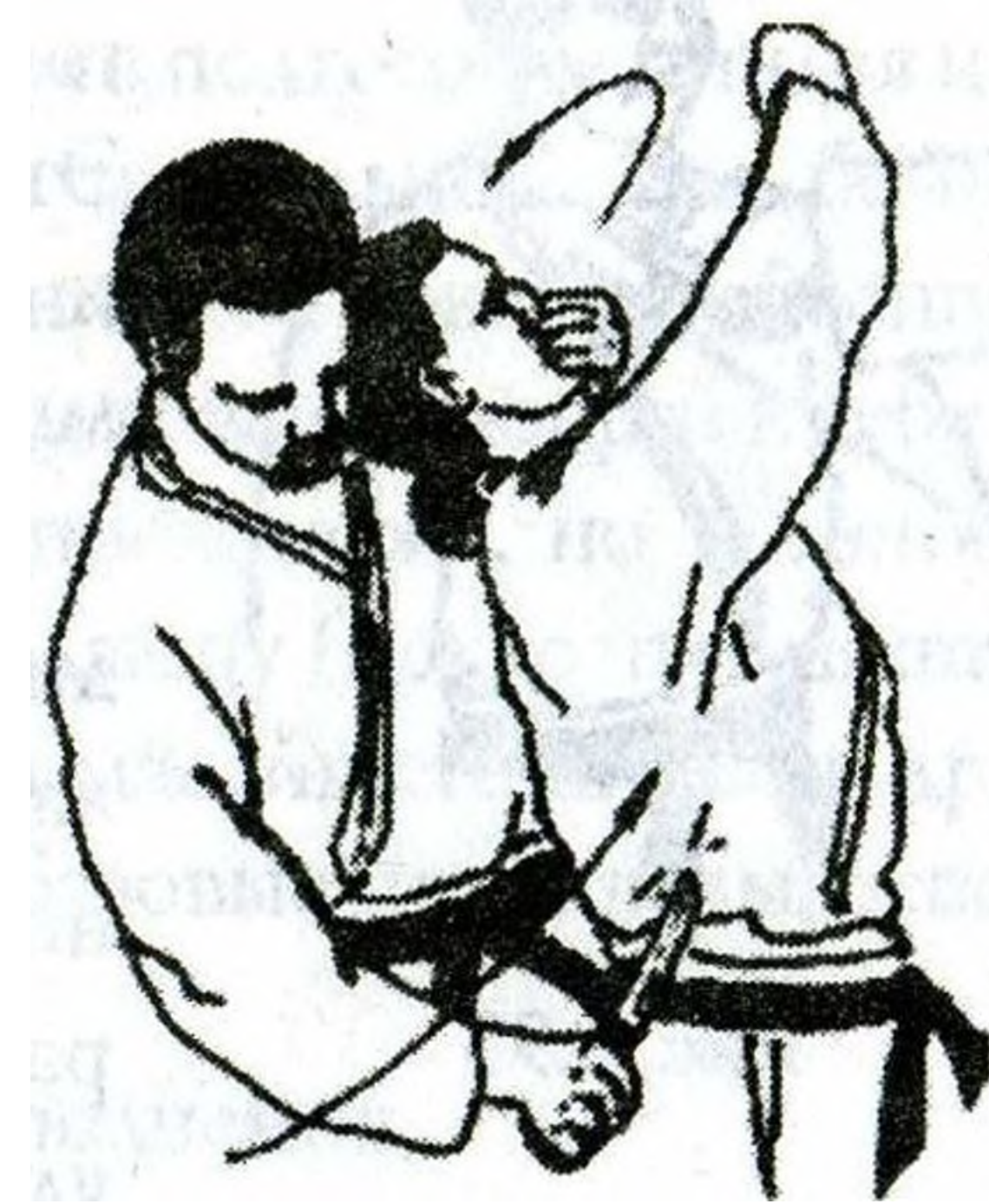


Рис. 6.98

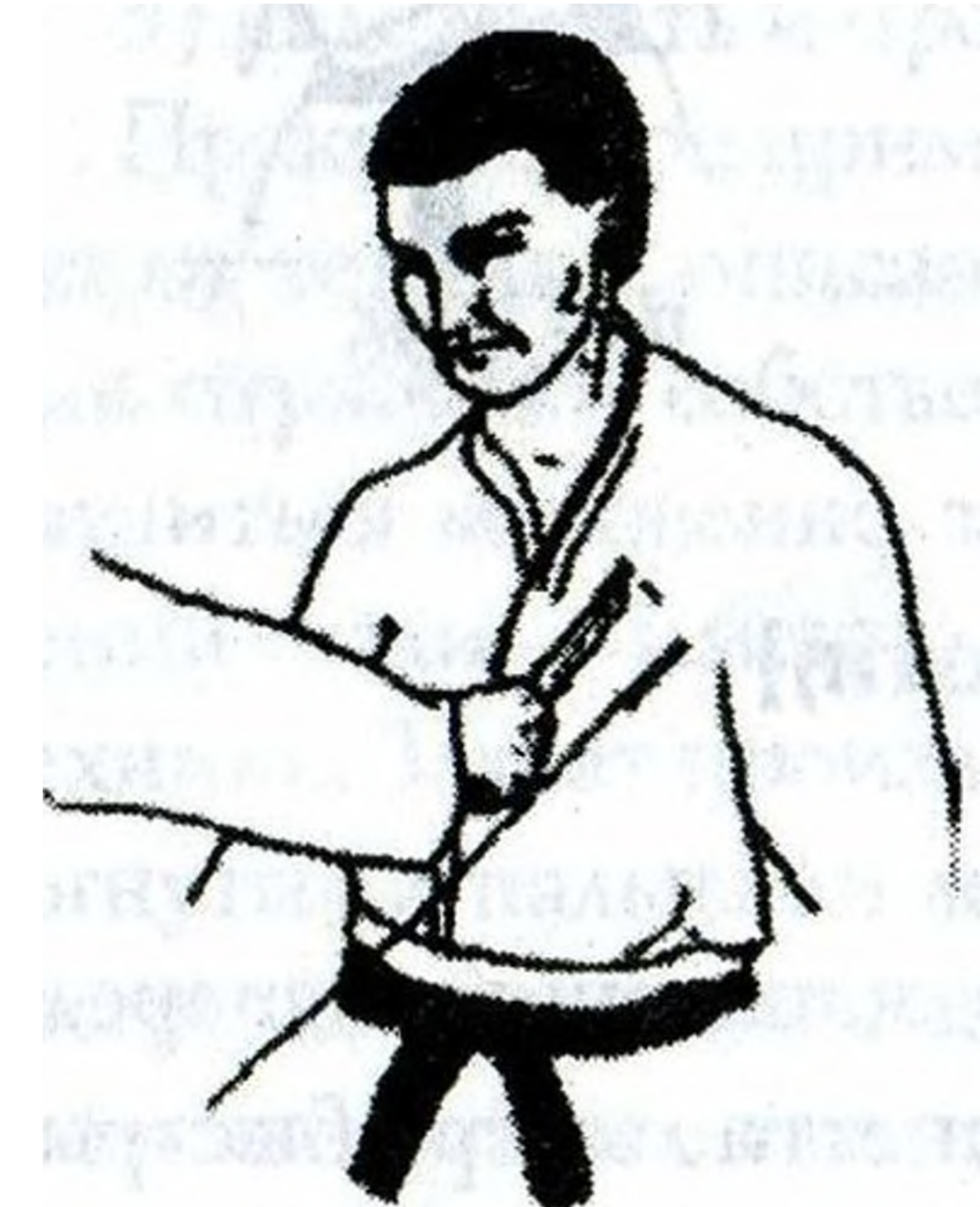


Рис. 6.99

5. Удар в сердце — [Дэнко-цуки]

Эффективность этого удара зависит от силы вашего удара, поскольку область сердца достаточно хорошо защищена грудной клеткой. Однако точное попадание вызывает мгновенную смерть — рис. 6.99.



Рис. 6.100

6. Удар в межключичные области — [Сакоцу-юти]

При нападении сзади весьма эффективно нанести удар сверху вниз в межключичную область, так как при рассечении подключичной артерии вызывается обильное кровотечение и смерть в случае неоказания быстрой медицинской помощи — рис. 6.100.



Рис. 6.101

7. Удар под ухо - [Докко-юти]

Резкий удар в область точки докко с последующим рассечением горла и артерии изнутри наружу в сторону передней части шеи вызывает мгновенную смерть — рис. 6.101.

Глава 7. Танто-хэйхо — стратегия и тактика боя с ножом

Завязка боя

Обычно бой с ножом начинается либо с защиты, направленной против атакующей конечности противника, либо с мгновенной атаки в жизненно важные области врага. Бой ниндзя с ножом — это не фехтование, направленное на демонстрацию превосходства над противником, а напротив, техника, предназначенная для того, чтобы не дать противнику проявить свое мастерство. Только начавшись, бой практически сразу заканчивается, так как на большее у ниндзя чаще всего просто нет времени. Поэтому, если противник готовится к нападению, ниндзя сразу же наносит ему один-два превентивных удара и побеждает; если же противник все же успел его атаковать, то, поразив атакующую конечность, необходимо тут же нанести более серьезный удар, используя для этого технику ниндан или сандан-вадза.

Сковывание, связывание движений и выведение из равновесия

Во время ведения боя с ножом ни в коем случае нельзя забывать о действиях другой рукой и ногами, нанося ими разнообразные удары-сателлита, захватывая руку (руки) противника и всячески мешая ему сколь-нибудь эффективно защищаться, перекрещивая конечности, дергая на себя или толкая противника от себя, одновременно нанося удары и порезы своим оружием.

Выбор момента для удара и его нанесение

Лучшим моментом для решающего удара является то мгновение, когда намеченная цель меньше всего защищена: например, после отведения руки противника снаружи внутрь вверх, для удара открывается область подреберья, куда немедленно должен быть нанесен сильный тычок; эффективно резать запястья рук противника тогда, когда он пытается захватить вас и/или толкнуть и т. д.

Добивание, контроль, конвоирование

Если поединок ведется до летального исхода, естественным является окончательный добивающий удар, наносимый уже лежащему на земле противнику. Если же целью ниндзя является захват противника живьем, то, после того как он потеряет сознание, ему немедленно должна быть оказана медицинская помощь (наложен жгут, сделана перевязка), после чего его можно транспортировать туда, куда это необходимо.

Отрабатывая тактические рисунки боя с ножом, необходимо рассмотреть следующие варианты технических действий:

безоружного (неожиданное нападение, реагирование порезом на удар с последующим ударом на поражение жизненно важных зон);

вооруженного коротким оружием (обезоруживание и контроль вооруженной руки, контрудары и встречные удары без вхождения в контакт с вооруженной рукой);

вооруженного средней длины оружием (проход опасной зоны поражения с или без поражения конечности (конечностей) и удар, обезоруживание с переходом к работе отобранным оружием, например мечом);

вооруженного длинным оружием (уклонение и сближение, поражение кистей и пальцев скользящим порезом вдоль древка (копья, алебарды, шеста), атака над и под оружием противника).

На тренировках следует проанализировать представленную ниже матрицу построения поединка с ножом, исходя из собственной техники, склонностей, темперамента и способностей. Как можно чаще возвращайтесь к этому полезному виду практики, постоянно совершенствуясь, что-то добавляя или отбрасывая, проверяя и перепроверя реальность того, что, возможно возникает в вашем во-

бражении, на практике. Только творческий подход к тренировкам, а не слепое копирование чужой техники может дать ученику реальное мастерство в любом виде боевых искусств. Никогда не забывайте этого.

Примерная матрица построения поединка с танто

1. Вхождение в бой.
2. Дальняя дистанция (тоо-ма).
3. Способы прорыва на среднюю и ближнюю дистанцию.
4. Действия в ближнем бою.
5. Действия на земле.

И последнее. Заканчивая описание начальной техники работы с ножом по методу ниндзя, еще раз хотелось бы напомнить читателю о «трех китах», на которых строится жизненность любых боевых действий ниндзя и о которых автор уже не раз писал на страницах своих книг. Постоянно держите их в голове во время своих занятий, и можно быть уверенным, что вы достигнете немалых успехов на пути к реальному мастерству воинов-теней. Три этих принципа:

1. Текучесть (*нагарэ*)
2. Свободная вариативность (*хэнкан*)
3. Приспособляемость к действиям противника (*ринкиохэн*).

Часть седьмая

Искусство метания звезд и стрелок —
[Сюрикэндзюцу]

Глава 1. История сюрикэн

Впервые японское метательное оружие (*сюрикэн*) упоминается в исторических летописях «*Хэйкэ-моногатари*». В них говорится о маленьких металлических лезвиях, используемых как оружие для поражения врага на расстоянии. Однако метание различных предметов и использование этого навыка в военных целях были известны гораздо раньше появления не только вышеупомянутой книги, но и любых других книг вообще. Практически у любого народа можно встретить метательное оружие различного вида и размера, изготовленное из дерева, камня или металла.

Если же говорить конкретно о *сюрикэндзюцу*, то это искусство, как и многое другое в Японии, имеет материковые (китайские) корни. Как искусство чайной церемонии или составление букетов цветов, каллиграфия или боевые искусства, попав на японскую почву, приобрели очень характерные, чисто японские черты, так и *сюрикэндзюцу* со временем стало считаться искусством, имеющим аутентичное островное происхождение. Множество *Рю* (школ), развивавших этот вид боевого искусства, с годами отбросили любые упоминания о китайских источниках, увековечивая в легендах имена японских отцов-основателей. Такое происходило в японской истории с множеством вещей, привнесенных извне, и, видимо, будет еще повторяться снова и снова, так как это является одной из типичных черт японского национального характера.

По как бы то ни было, основные виды метательных лезвий попали в Японию вместе с волной китайских эмигрантов, которым искусство метания малых видов оружия было известно еще полторы тысячи лет до нашей эры, чему мы можем найти подтверждения во многих письменных источниках. Да и само оружие лучше, чем что угодно, доказывает свое несомненное родство с японскими *сюрикэн*.

Страна, раздираемая междоусобными войнами, стала благодатной почвой для развития любого боевого искусства — в том числе и искусства метания лезвий. Им пользовались не только ниндзя, как это принято считать у нас, но и самураи, хотя, конечно, склонность

к портативному, незаметному, поражающему бесшумно на расстоянии оружию питали именно воины-тени. Именно в их среде сюрикэндзюцу достигло в своем развитии высочайшего апогея, передаваясь из поколения в поколение как один из главных разделов боевой подготовки воина. Даже женщины-ниндзя (*куноити*) владели метанием своих заколок для волос (*кансаси*) в той степени, чтобы превратить их в смертоносное оружие. Вместо *сюрикэн* использовали все, что могло их заменить, начиная от напильников (*ядзири*) и заканчивая молитвенными колесами буддистских монахов (*хорин*).

Если в самурайских школах изучение *сюрикэн* стояло на третьем, если не на четвертом месте (ниже могла стоять только безоружная борьба), то в кланах ниндзя дело обстояло абсолютно иначе. Естественно, эта традиция не могла не отразиться и в современном ниндзюцу, где метание стрелок и плоских звездообразных лезвий является одним из пяти доминирующих видов оружия в обучении методам Будзинкан.

В традиционных школах будто метание *сюрикэн* чаще всего шло параллельно изучению техники ножа (*танто*), а также использования *когай* и *кодзука* (вспомогательных ножа и заточенного стержня, носимых в ножнах большого меча). Кроме того, некоторые школы изучали также метание и использование для ближнего боя заточенного стержня для управления лошадью (*умабари*, рис. 7.1), а также палочек для еды.

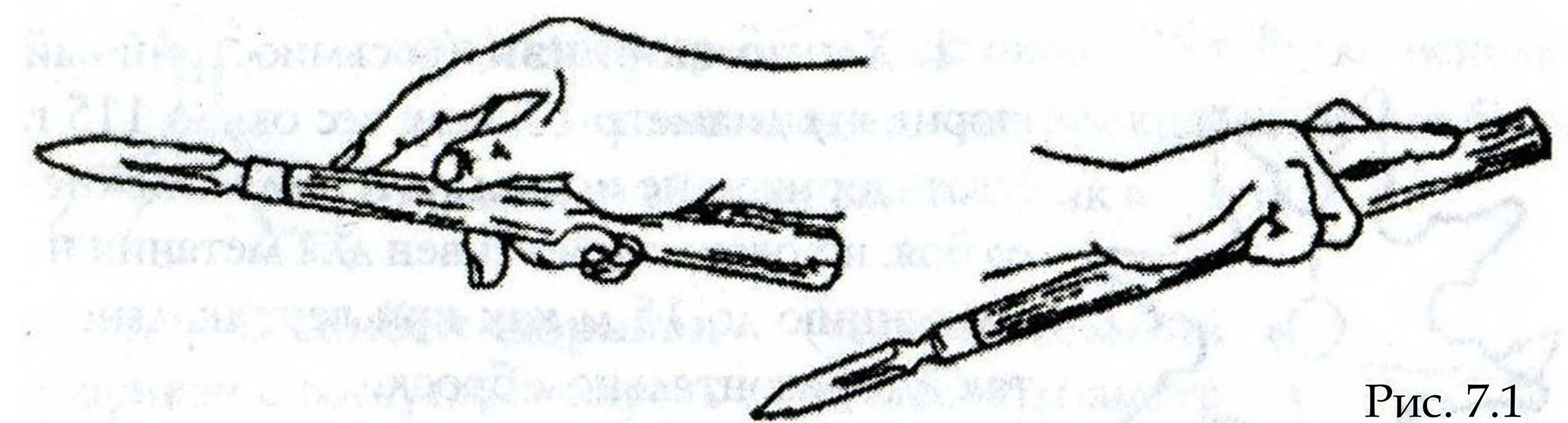


Рис. 7.1

Наиболее известными школами самурайских боевых искусств, практикующими сегодня *сюрикэндзюцу*, являются *Нэгиса рю*, *Са-раи рю* и *Тисю рю*. И нет ни одной из современных школ ниндзюцу, в которых бы это искусство не изучалось в большей или меньшей степени.

В этой книге мы представляем сюрикэндзюцу в той форме, которая была передана Масааки Хацуми его учителем Тосицугу

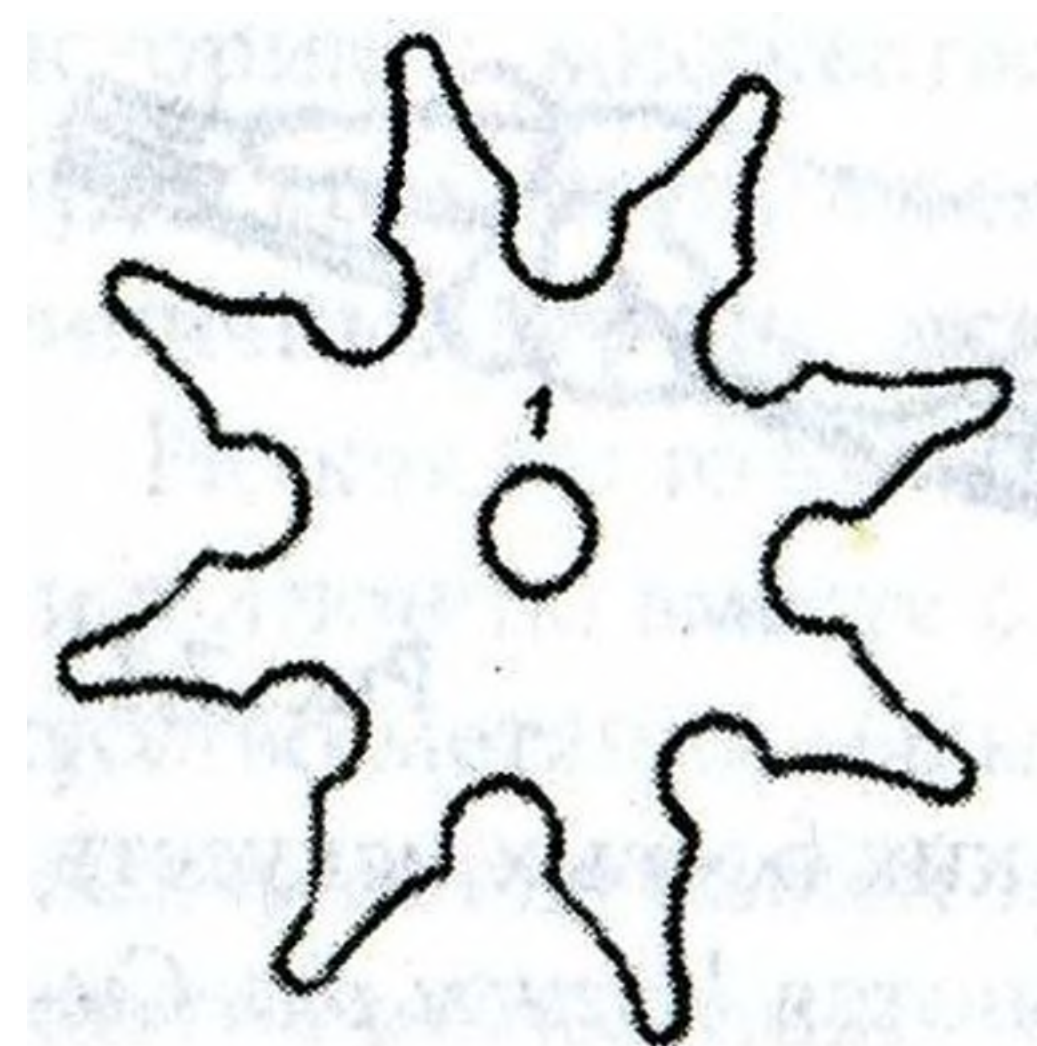
Такамацу по традиции *Кукусиндэн рю Хаппо Хикэн* и *Тогакурэ рю ниндзюцу*.

Гораздо более подробное рассмотрение сюрикэндзюцу читатели смогут найти в готовящейся к выпуску книге «Сюрикэндзюцу — искусство скрытого метательного оружия в будо и нинпо».

Глава 2. Виды сюрикэн — внешний вид, строение и применение

В буквальном переводе «Сюрикэндзюцу» звучит как «Искусство (дзюцу) клинка (кэн), скрытого (ри) в руке (сю)». На самом деле сегодня под словом «сюрикэн» мы подразумеваем все метательное оружие, используемое в японских боевых искусствах, будь то самурайские стили или стили ниндзя (круглые и плоские стрелки, маленькие метательные ножи и звезды). Но это не совсем верно, так как под «сюрикэн» следует понимать именно небольшие плоские лезвия удлиненной формы. Стрелки круглого или многоугольного сечения соответственно называются «*бо-сюрикэн*», а плоские квадратные или многоугольные звезды — «*хира-сюрикэн*» (другое название «*сякэн*» — «ся» — колесо, «кэн» — лезвие). Различают очень большое количество видов *сюрикэн* — в зависимости от их веса, размера, дальности точного броска применимости в ближнем бою. Ниже мы перечислим основные виды, используемые в современных школах нинпо — Будзинкан, Гэнбукан, Фума и др.

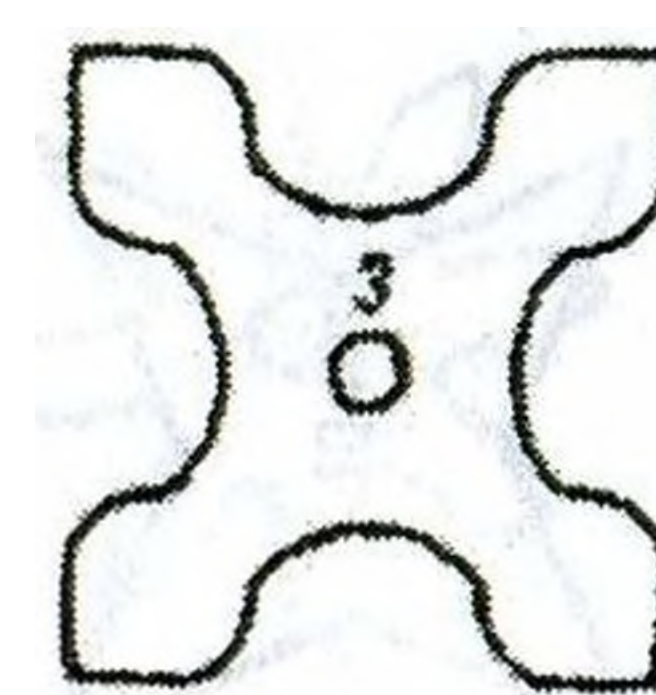
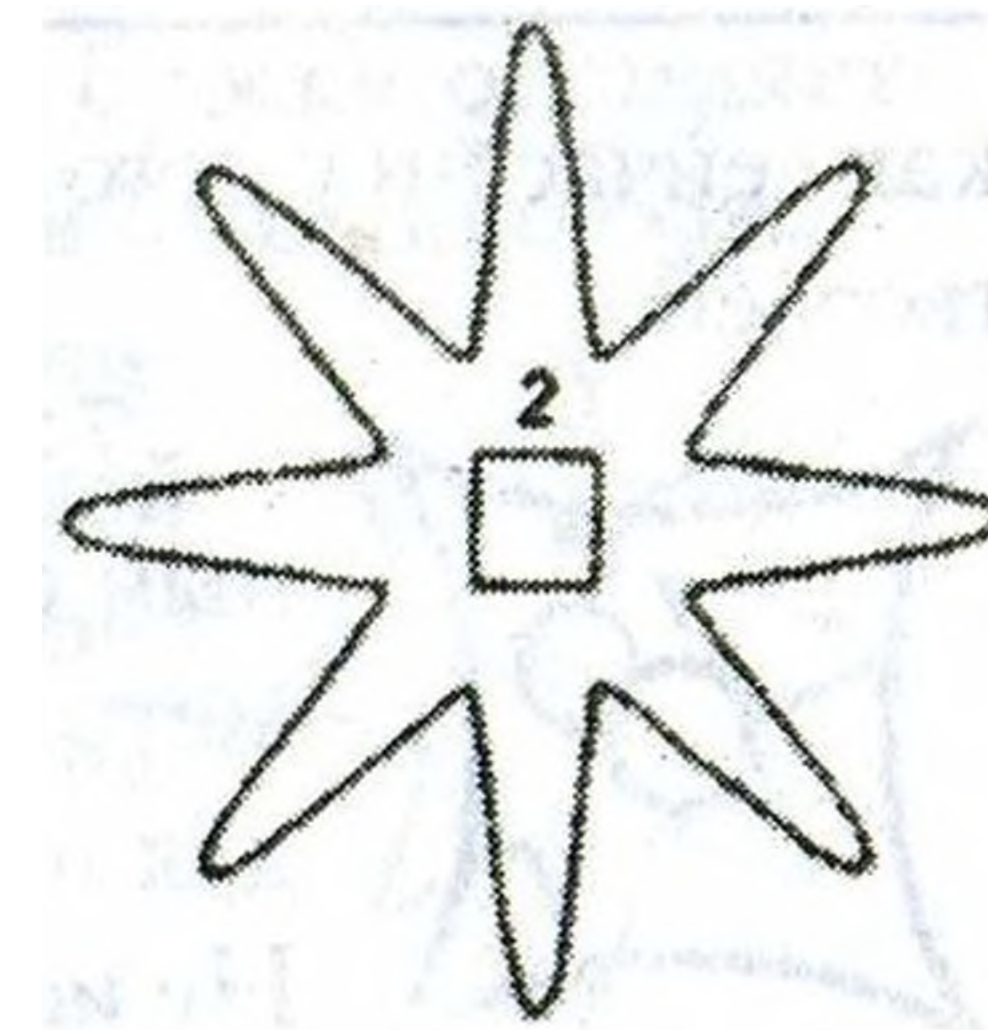
А. Плоские виды — хира-сюрикэн (сякэн)



1. Хаппо-сюрикэн (восьмиострый сюрикэн): диаметр 12,5 см, вес около 115 г. Этот сюрикэн не используется для ближнего боя, но очень эффективен для метания на дистанцию до 15 м как при вертикальном, так и горизонтальном броске.

Происхождение этого сюрикэн обычно связывают с буддистскими монахами, так как он в точности повторяет один из символов эзотерического буддизма — разорванное колесо кармы (колесо без обода) — «хорин». Кроме того, его острия имеют не заточенную, а округлую форму, что напоминает нам о принципе ненасилия даже при применении оружия.

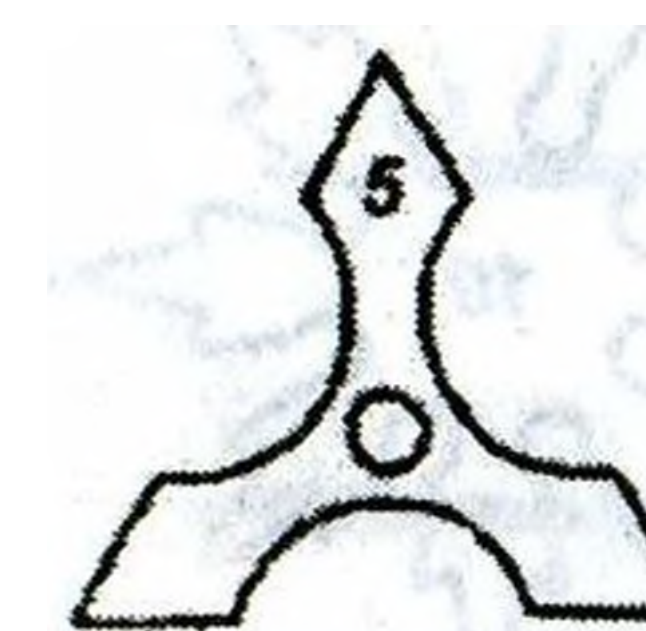
2. Хаппо-сюрикэн (восьмиострый сюрикэн): диаметр 13,5 см, вес около 70 г. Этот сюрикэн используется только для метания. Боевая дистанция в пределах 10 м.



3. Сихо-конго-сюрикэн (сюрикэн «четырёх молний»): диаметр 10,5 см, вес около 75 г. Используется как для метания, так и для ближнего боя. Дистанция для метания не превышает 8 м, и бросок должен быть достаточно сильным.

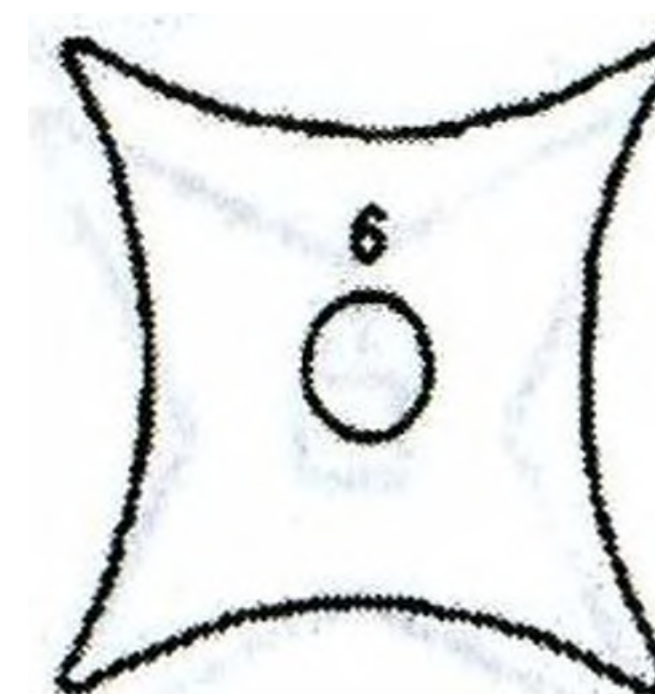
Форма этого сюрикэн также взята из буддистской символики — первоначально он имел вид двух перекрещенных конго (ваджра) — отсюда и название.

4. Хаппо-сюрикэн (восьмиострый сюрикэн): диаметр 6 см, вес около 10 г. Не используется для метания на дальнюю дистанцию или в ближнем бою из-за своего малого веса. Применяется только как шокирующее оружие по 10–15 штук сразу при одном броске в лицо противника с расстояния до 3 м.



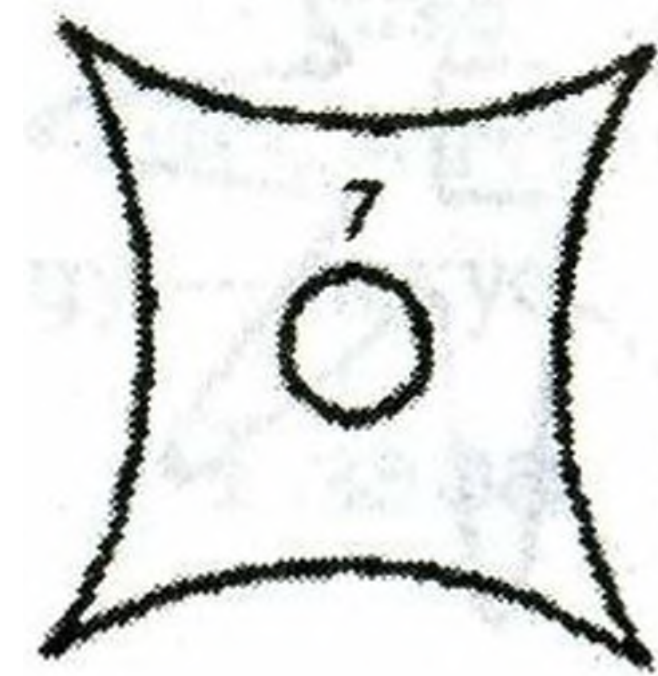
5. Санкаку-сюрикэн (трехострый сюрикэн): диаметр 7,5 см, вес около 25 г. Редко используется для метания, однако прекрасно может быть применен в ближнем бою (как кастет).

6. О-сэнбан-сюрикэн (четырёхугольный сюрикэн с вогнутыми внутрь сторонами): диаметр 11,5 см, вес около 75 г. Используется для ближнего боя и метания на дистанцию не более 8 м. Необходимо метать очень сильно.



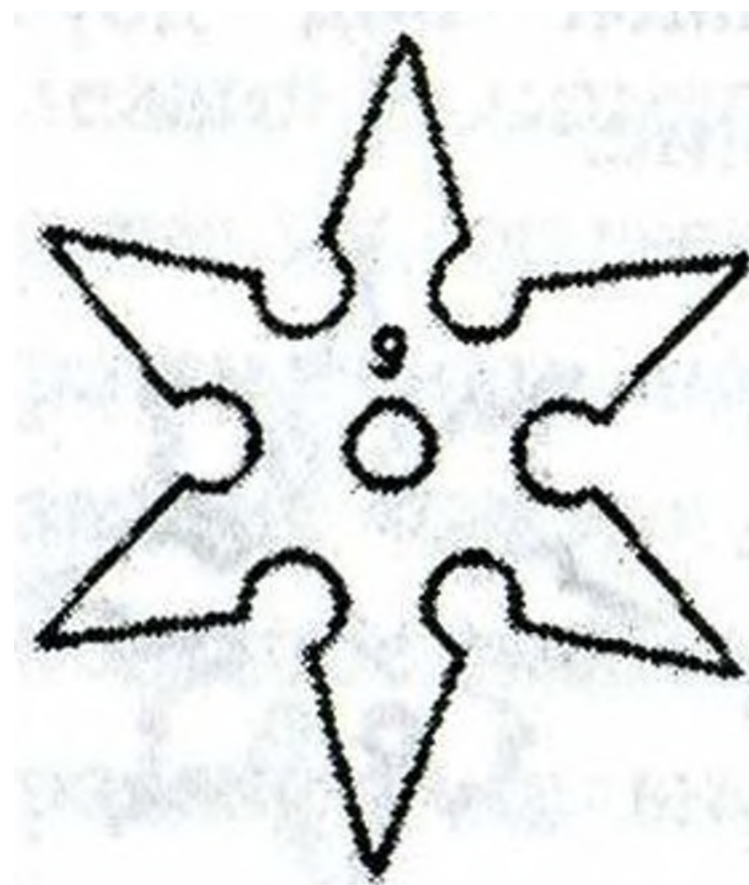
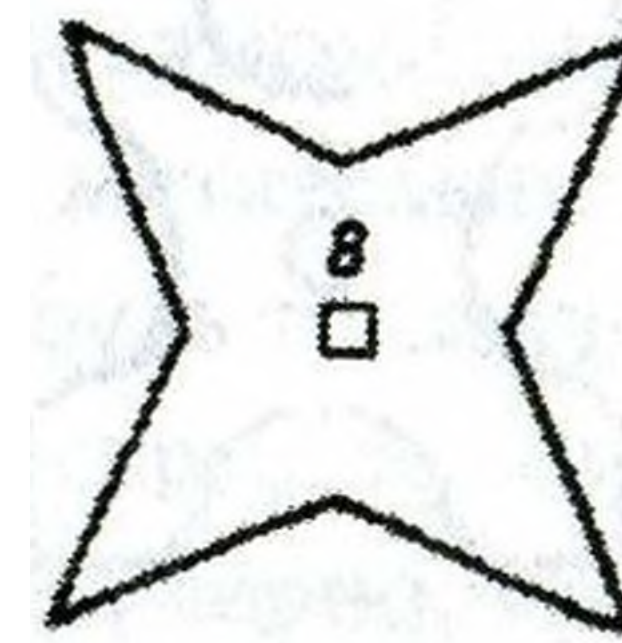
Сэнбан-сюрикэн является традиционным тайным оружием Тогакурэ рю ниндзюцу. Его форма повторяет форму гвоздевой шайбы для скрепления досок ворот в средневековых замках Японии. Ношение подобного предмета (предметов) не могло вызвать подозрений в случае проверки и досмотра, подобно тому

как сейчас ни у кого не вызовет подозрения несколько шурупов или гвоздей.



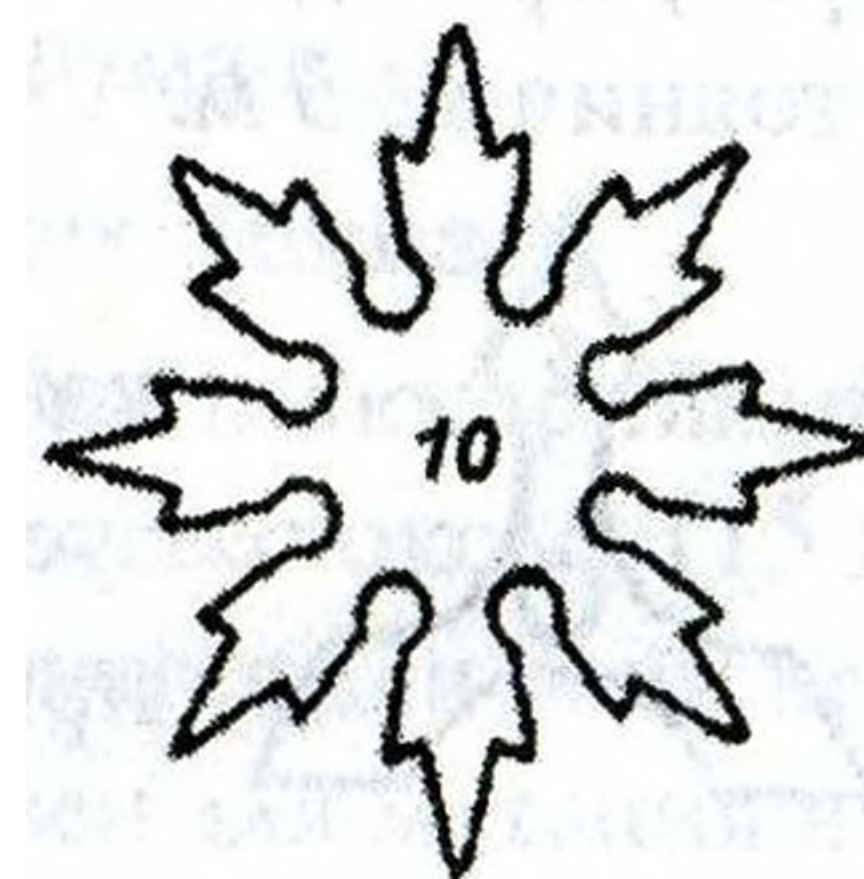
7. Ко-сэнбан-сюрикэн (малый четырехугольный сюрикэн с вогнутыми внутрь сторонами): диаметр 8 см, вес около 40 г. Прекрасно используется для горизонтального метания на дистанцию до 7 м. Не используется в ближнем бою из-за малой длины острия (возможны порезы своих пальцев).

8. Сикаку-сюрикэн (четырехострый сюрикэн): диаметр 10 см, вес около 60 г. Одинаково хорошо может быть использован и для ближнего боя, и для метания на дистанцию около 10 м.



9. Роккаку-сюрикэн (шестиострый сюрикэн): диаметр 11 см, вес около 65 г. Прекрасно метается на расстояние до 12 м. Естественно, должен быть брошен очень сильно. Не используется в ближнем бою.

10. Хаппо-сюрикэн (восьмиострый сюрикэн): по форме полностью схож с № 4, но диаметр 10,5 см и вес около 60 г. Отлично метается как вертикально, так и горизонтально на дистанцию до 12 м. Этот тип сюрикэн не используется для ближнего боя.



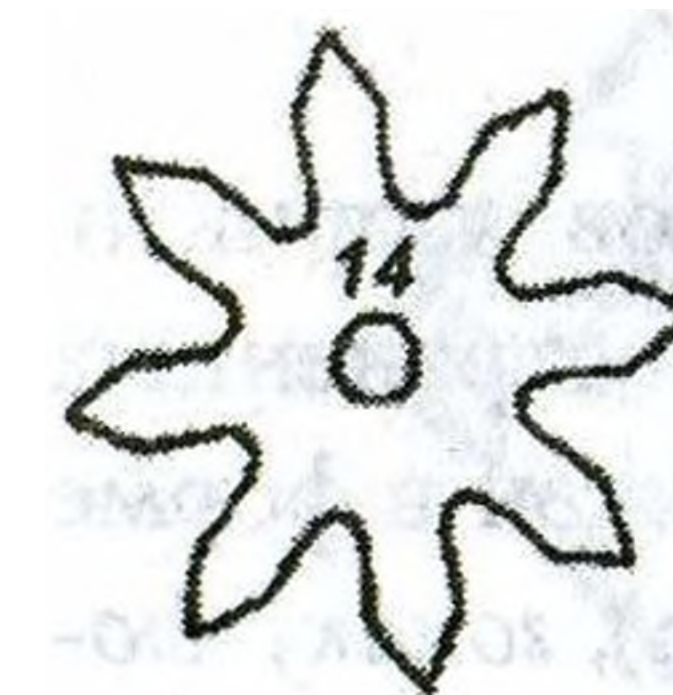
11. Ко-сикаку-сюрикэн (малый четырехострый сюрикэн): диаметр 9 см, вес около 40 г. Хорошо метается горизонтальным броском на дистанцию до 8 м. Более дальняя дистанция не может быть использована из-за легкого веса оружия. Также мал для ближнего боя.

12. Рокухоси-сюрикэн (шестиугольный сюрикэн): диаметр 8 см, вес около 55 г. Хорош на короткой дистанции. Должен бросаться очень сильно, так



как из-за короткой длины острия при слабом броске оставляет минимальные повреждения. Не используется для ближнего боя.

13. Хаккаку-сюрикэн (восьмиугольный сюрикэн): диаметр 8 см, вес около 50 г. Хорош для любой техники метания (горизонтальной и вертикальной) на дистанции до 10 м. Не рекомендуется как оружие ближнего боя.



14. Хаппо-сюрикэн (восьмиострый сюрикэн): диаметр 8 см, вес около 50 г. Может использоваться при любой горизонтальной или вертикальной технике метания, только на дистанции не более 6 м, так как только на такой дистанции реально поразить противника весьма короткими остриями этого типа сюрикэн. Не используется для ближнего боя.

Б. Удлиненные виды — сюрикэн (бо-сюрикэн)

Удлиненные сюрикэн представлены на рис. 7.2.

Хонкэн бо-сюрикэн (стрелка круглого сечения, заточенная с одной стороны): длина 12—15 см, диаметр 3—5 мм, вес около 30 г. Используется для метания на расстояние до 8 м, очень эффективна в ближнем бою.

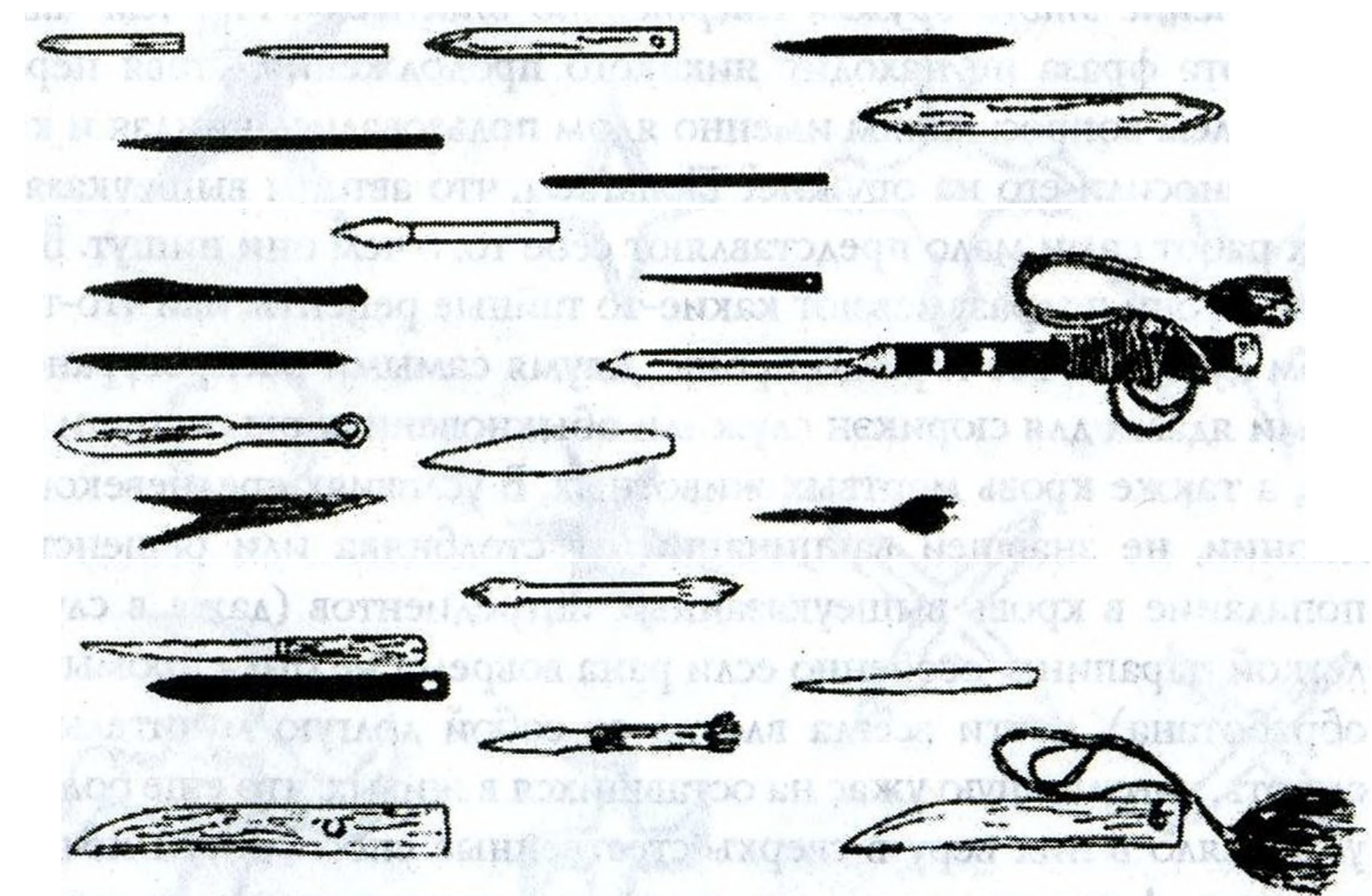


Рис. 7.2

Рёкэн бо-сюрикэн (стрелка круглого сечения, заточенная с обоих концов): ничем не отличается от предыдущего варианта, кроме того, что оба конца этого сюрикэн заточены.

Итакэн (другое название «тайра») (стрелка плоского сечения): классический вариант сюрикэн, представляющий собой удлиненную, плоскую, заточенную с одной стороны полоску металла толщиной 2–3 мм, шириной 1,5 см и длиной около 15 см. Прекрасно метается на расстояние до 6 м и широко используется в ближнем бою.

Примечание. Кроме вышеперечисленных видов сюрикэн, можно встретить и несколько других, не менее распространенных типов (рис. 7.3) — таких, как *мандзи-сюрикэн* (сюрикэн в форме свастики), *дзюдзи-сюрикэн* (сюрикэн в форме креста), *гокакү-сюрикэн* (сюрикэн в форме пятиконечной звезды), *татами-дзюдзи-сюрикэн* (складной сюрикэн в форме креста), *санпо-сюрикэн* (треугольный сюрикэн) и др. Их рассмотрению мы уделим внимание в последующих изданиях на тему сюрикэндзюцу.

Несколько слов о ядах для сюрикэн

Очень часто можно встретить в различных книгах, посвященных ниндзя и ниндзюцу, расхожую фразу: «Ниндзя часто использовали сюрикэн, которые нередко были отравлены, что делало применение этого оружия смертельно опасным». Причем чаще всего эта фраза не находит никакого продолжения, ставя перед читателем вопрос: каким именно ядом пользовались ниндзя и как они наносили его на оружие? Полагаем, что авторы вышеуказанных работ сами мало представляют себе то, о чем они пишут. Возможно, они подразумевают какие-то тайные рецепты или что-то в этом духе, но... все гораздо проще. Двумя самыми распространенными ядами для сюрикэн служили обыкновенная ржавчина и навоз, а также кровь мертвых животных. В условиях средневековой Японии, не знавшей вакцинации от столбняка или бешенства, попадание в кровь вышеуказанных ингредиентов (даже в случае легкой царапины, особенно если рана вовремя не была промыта и обработана), почти всегда влекло за собой долгую мучительную смерть, наводившую ужас на оставшихся в живых, что еще больше укрепляло в них веру в сверхъестественные способности ночных демонов. А незадачливым современным ниндзя можно посоветовать занять себя чем-нибудь более полезным и необходимым для их

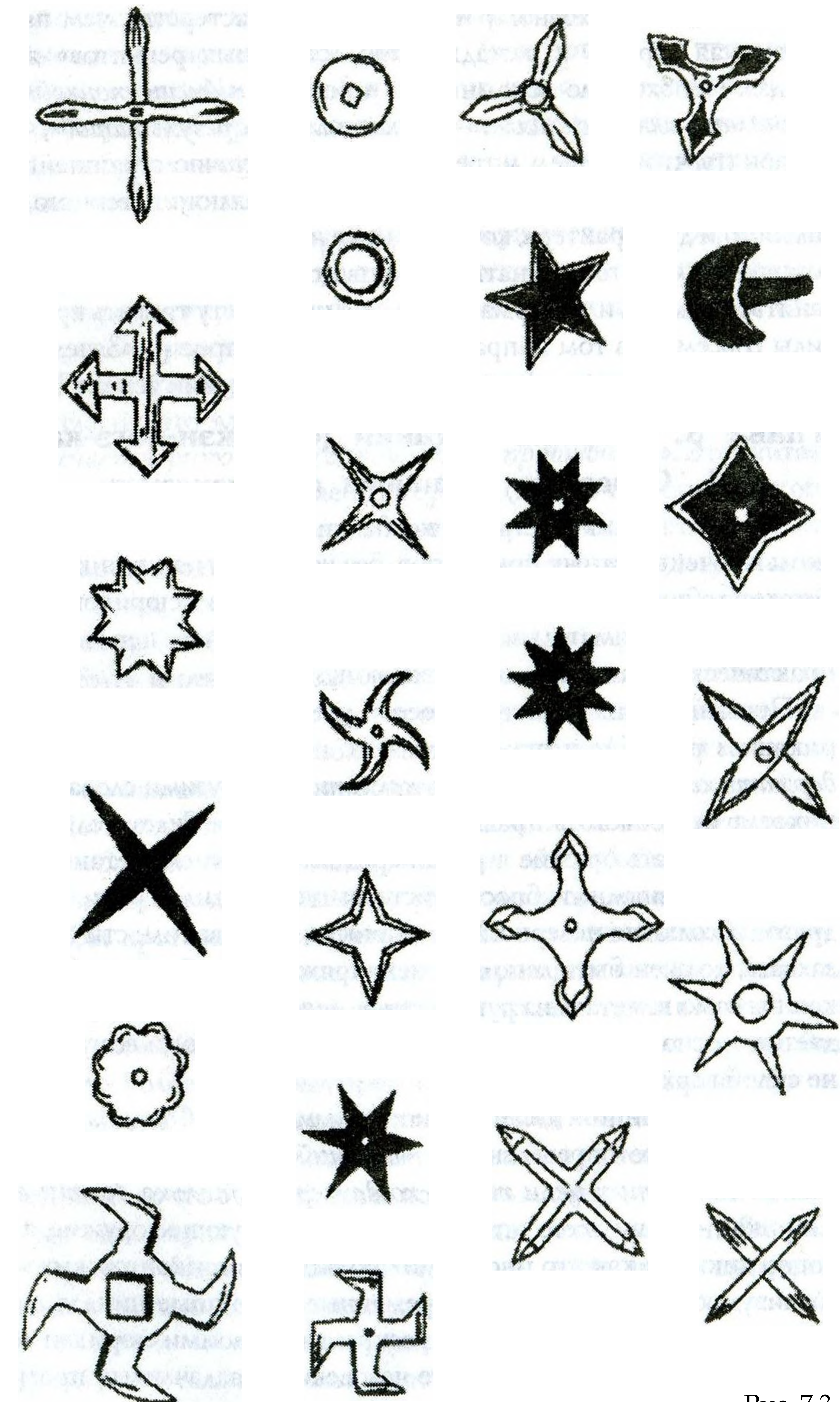


Рис. 7.3

продвижения к духовному и физическому мастерству, чем патологическая страсть к разгадыванию «страшных рецептов» ядов ниндзя. Необходимо вспомнить о принципе *«Инсин тонкэй»* — *«Минимальными усилиями — максимальных результатов»*, чтобы понять, что в нашем мире более чем достаточно страшнейших ядов любого вида — нейрорепаралитического, галлюциногенного, летального и др. характера, которые даже не снились средневековым войнам-теням. Чтобы узнать их состав, достаточно только серьезно заняться химией или фармакологией, а не попусту тратить время и силы совсем не в том направлении. Другой вопрос — «Зачем?» — несет скорее моральный, нежели чисто технический аспект...

Глава 3. Техника метания (сюрикэн-нагэ-ката)

1. Основные принципы сюрикэндзюцу

Говоря о технике метания, необходимо сразу же выделить несколько очень важных принципов, без которых ученик никогда не сможет добиться сколь-нибудь реальных успехов в сюрикэндзюцу. Необходимо внимательно изучить их прежде, чем переходить к практическим занятиям сюрикэндзюцу.

Первый из них касается способа удерживания и выпуска сюрикэн из руки. Этот принцип гласит, что *«сюрикэн необходимо держать как яйцо, а выпускать как птицу»*. Другими словами, вы никогда не добьетесь правильного броска, если будете слишком сильно сжимать оружие в руке перед выполнением метания или стремиться выполнить бросок чисто мышечной силой руки. И то, и другое абсолютно неверно. Хват сюрикэн, вне зависимости от вида захвата, должен быть легким и ненапряженным. Оружие должно как бы само вылетать из руки. Усилие для этого движения порождается, в основном, правильным перемещением ног и всего тела, а не силой верхних конечностей.

Второй принцип касается скорости метания. Он может быть приблизительно переведен как *«третий сюрикэн должен быть уже на полпути к цели тогда, когда первый только достиг ее»*. Сюрикэн — чаще всего отвлекающее и шокирующее оружие, а не топор викинга, как это иногда можно видеть в гонконговских или голливудских боевиках, где современные киношные ниндзя с огромного расстояния буквально раскраивают своими сюрикэн лбы (самую твердую кость в скелете человека!) незадачливых против-

ников, вставших на их пути. В действительности сюрикэн почти никогда не метается в одиночку (как топор) и практически всегда — сериями по 3—5 штук, так как о «прицеливании» или стопроцентной гарантии и полном выведении противника из строя одним броском не может быть и речи в условиях напряженной борьбы не на жизнь, а на смерть. Поэтому скорость метания играет в сюрикэндзюцу огромную, если не первостепенную роль. Достичь высокой скорости можно только постоянными тренировками и некоторыми упражнениями, которые мы привели в разделе, посвященном *рэнсю-ундо*.

Третий принцип касается точности и своевременности броска. Он гласит, что *«метать сюрикэн необходимо тогда, когда воин замечает черную точку в зрачке глаза противника»*. Это считается и оптимальной дистанцией для броска (*маай*), что составляет обычно не более 3-5 м, и оптимальным временем (т. е. бросок необходимо проводить без раздумий или выбора подходящего момента — тогда, когда противник этого даже не может ожидать), и лучшей целью (хотя, как уже отмечалось, в сюрикэндзюцу не может быть и речи о каком-либо прицеливании, по крайней мере, физическом). Черную точку в зрачке противника принято называть «канимэ» — «глазом краба». Иногда этот принцип так и называют «сэн-но канимэ» — «реагировать, увидев глаз краба».

Четвертый принцип говорит о дыхании в момент метания: *«сюрикэн должен быть брошен в момент своего выдоха и вдоха противника»*. Возможно, вам не удастся скоординировать бросок с вдохом противника во время боя, но с собственным выдохом — обязательно. Это напоминает нам о принципе «*кимэ*», то есть максимальной концентрации энергии всего тела и духа в исполняемом движении. Импульс, переданный в руку от всего тела, гораздо более силен и более точен, чем бросок, проведенный только за счет силы конечности. На начальном этапе обучения концентрация на дыхании во время метания помогает избавиться от ненужных мыслей и желания во что бы то ни стало поразить мишень, что тесно связано с еще одним принципом нинпо и других боевых искусств Японии — «Мусин» («Не-мыслия» или «Не-ума») — во время выполнения каких бы то ни было боевых движений.

«Нагарэ» — «текучесть» (плавность, слитность) движений рук, ног и всего тела в момент выполнения броска — является пятым

основным принципом сюрикэндзюцу. Плавное (но не замедленное!) выполнение всех частей движения, их не расчлененность на стадии, неразрывность динамики — вот главная цель применения на практике этого принципа. В правильном броске сюрикэн недопустимы судорожность или скованность движений, иначе все сказанное в этой главе вообще потеряет всякий смысл. Добивайтесь полной гармонии в работе собственного тела и духа, старайтесь полностью раствориться в выполняемых движениях — только таким образом можно достичь настоящего мастерства в искусстве сюрикэн.

2. Подводящие упражнения — [Рэнсю-ундо]

Ниже нам хотелось бы привести те немногочисленные упражнения, которые будут способствовать росту мастерства ученика ниндзя в метании сюрикэн. Их необходимо практиковать не только на начальной стадии обучения, но и периодически возвращаться к ним в процессе совершенствования техники.

Все упражнения разбиты на группы в зависимости от качеств, развиваемых с их помощью.

А. Развитие силы броска

Развитию силы броска способствуют силовые упражнения, направленные на развитие мышц верхнего плечевого пояса (мышцы-разгибатели плеча, передняя и средняя часть дельтовидной мышцы, верхний пучок грудных мышц и некоторые другие), мышц брюшного пресса и спины. Эти упражнения можно взять в любой книге, посвященной силовому тренингу.

Основная схема работы построена по принципу выработки, во-первых, выносливости мышц (многократное повторение одних и тех же движений с легким весом), а во-вторых, развития взрывной силы (минимум 1–2 повторения с максимальной силой и максимально возможной для этого движения скоростью).

Прекрасным способом развития силы броска является метание тяжелых (до 3–5 кг) камней или небольших «блинов» от штанги вертикальным (от головы) и горизонтальным (от живота) методом, полностью повторяющим технику метания сюрикэн. При выполнении этих движений стремитесь сохранять правильное положение тела и общую структуру броска. Это упражнение необходимо выполнять либо чередуя его с тренировкой с обычными сюрикэн в

одной серии (например, 10 «тяжелых» бросков и 50 «легких» бросков — от 2 до 5 серий), либо в конце тренировки по метанию, выполняя до 50 «тяжелых» бросков каждой рукой.

Не забывайте выполнять общий и точечный массаж, направленный на восстановление работоспособности мышц, задействованных в броске после тренировки, иначе вам не избежать переутомления и, как следствие, снижения правильности выполнения техники.

Б. Развитие точности

Как уже отмечалось, такого понятия, как «прицеливание», в сюрикэндзюцу не существует по той простой причине, что сюрикэн — не винтовка и даже не лук. Мы можем лишь направить сюрикэн рукой в направлении цели, да еще, пожалуй, метнуть его несколько выше мишени в зависимости от расстояния — но и только. Точность попадания зависит от множества факторов — начиная от веса снаряда и заканчивая силой броска и дистанцией до мишени. Для достижения точности необходимо хорошо усвоить теорию вращения сюрикэн в пространстве, выработать индивидуальную дистанцию для того или иного броска и, естественно, отработать ее до полного осознанного автоматизма движений, переходя затем к тренировке «бессознательного метания», что является единственно правильной техникой сюрикэн.

Для отработки точности можно предложить следующее упражнение, очень напоминающее активную (динамическую) медитацию. Стоя на выверенном расстоянии от мишени, закройте глаза и сконцентрируйтесь на дыхании. Считайте свои вдохи и выдохи до 9 раз. Затем также с закрытыми глазами начинайте представлять себе мишень с конкретно выбранной на ней целью (на мишени ее можно обозначить кружком диаметром от 5 до 2 см). Постарайтесь добиться такого ощущения, что вы просто не можете промахнуться. При этом не должны возникать мысли о технике метания или силе броска и вас не должно тревожить, вонзится сюрикэн в мишень или нет, главное — достичь слияния метаемого предмета, метателя и цели. Мгновенно открыв глаза, запустите снаряд в цель и тут же вновь закройте их, чтобы не отвлекаться на то, попали вы или нет, — излишнее желание поразить мишень является главным препятствием для отработки правильного броска (броска в состоянии единства духа и тела — *риай*). Повторите упражнение столько раз,

сколько сочтете нужным, но не переусердствуйте — с течением времени возрастает утомление; вызванное концентрацией сознания, и неизбежно снижается эффект от упражнения.

Более простым методом (но и менее эффективным) развития точности является, наоборот, полная концентрация на желании поразить мишень во что бы то ни стало. Несмотря на простоту упражнения (необходимо стараться каждым броском попадать именно туда, куда наметил), оно требует гораздо больше времени и количества повторений, чтобы добиться необходимой гаммы ощущений для правильного броска. Однако на начальном этапе практики сюрикэндзюцу оно вовсе не повредит, поскольку, чем разнообразнее будут методы тренировки, используемые вами, тем быстрее вы сможете достичь существенного прогресса в ваших занятиях.

В. Скорость и реакция

Скорость метания сюрикэн во многом зависит от отработанности техники броска — в частности, от умения правильно выпускать оружие из руки и специфической выносливости мышц плеча и предплечья, также вырабатываемой в процессе тренировки. Кроме того, очень важным является момент перехвата сюрикэн одной рукой (работающей в метании) из другой руки (удерживающей оружие). Этот навык можно закрепить, перехватывая и просто роняя сюрикэн, тут же захватывая второй сюрикэн и т. д.

Простейшим упражнением на отработку скорости является метание определенного количества снарядов за лимитированный срок (например, 10 сюрикэн за 20 с), все время стремясь свести этот временной промежуток к минимуму. Вначале следует концентрироваться именно на скорости, лишь затем переходя к тому, чтобы сделать каждый бросок не только быстрым, но также точным и сильным.

Специфический навык реагирования броском сюрикэн на тот или иной внешний раздражитель можно тренировать следующим образом. Расставьте от 5 до 10 мишеней на разных уровнях со всех сторон на расстоянии около 5 метров от себя. На каждой из этих мишеней обозначьте 2–3 цели и обозначьте каждую мишень каким-либо словом или цифрой. Станьте расслабленно посреди площадки с определенным количеством сюрикэн в одной или обеих руках. Ваш партнер должен находиться вне пределов пло-

щадки, откуда произвольно во все время убыстряющемся темпе он должен выкрикивать вам команды типа «Два — горло!», «Пять — глаза!» и т. д. Вашей реакцией должен быть бросок сюрикэн в указанную мишень и зону, названную вашим партнером, за максимально короткий промежуток времени. Усложняя это упражнение, можно тренироваться с завязанными глазами — на звук голоса прячущихся за каждой мишенью партнеров (причем, сигналом для броска могут быть слова типа «Стой!», «Сюда!» и т. д.) — или в полной темноте, где сигналом может быть секундная вспышка света фонаря за одной из мишеней (отметим, что необходимо стремиться поразить мишень до того, как фонарь погаснет) и т. д. и т. п.

Чем более разнообразной и изощренной будет ваша тренировка, тем больше процент того, что ваша техника сюрикэндзюцу будет действительно эффективной.

3. Способы хвата — [Сюрикэн моти ката]

Способов хвата стрелок и звезд в общем-то не очень много. Все зависит от техники, которая будет использоваться, и расстояния до цели (второе касается только удлиненных сюрикэн). На рис. 7.4–7.9 вы видите основные виды хвата сюрикэн, о каждом из которых мы поговорим отдельно, давая описание техники того или

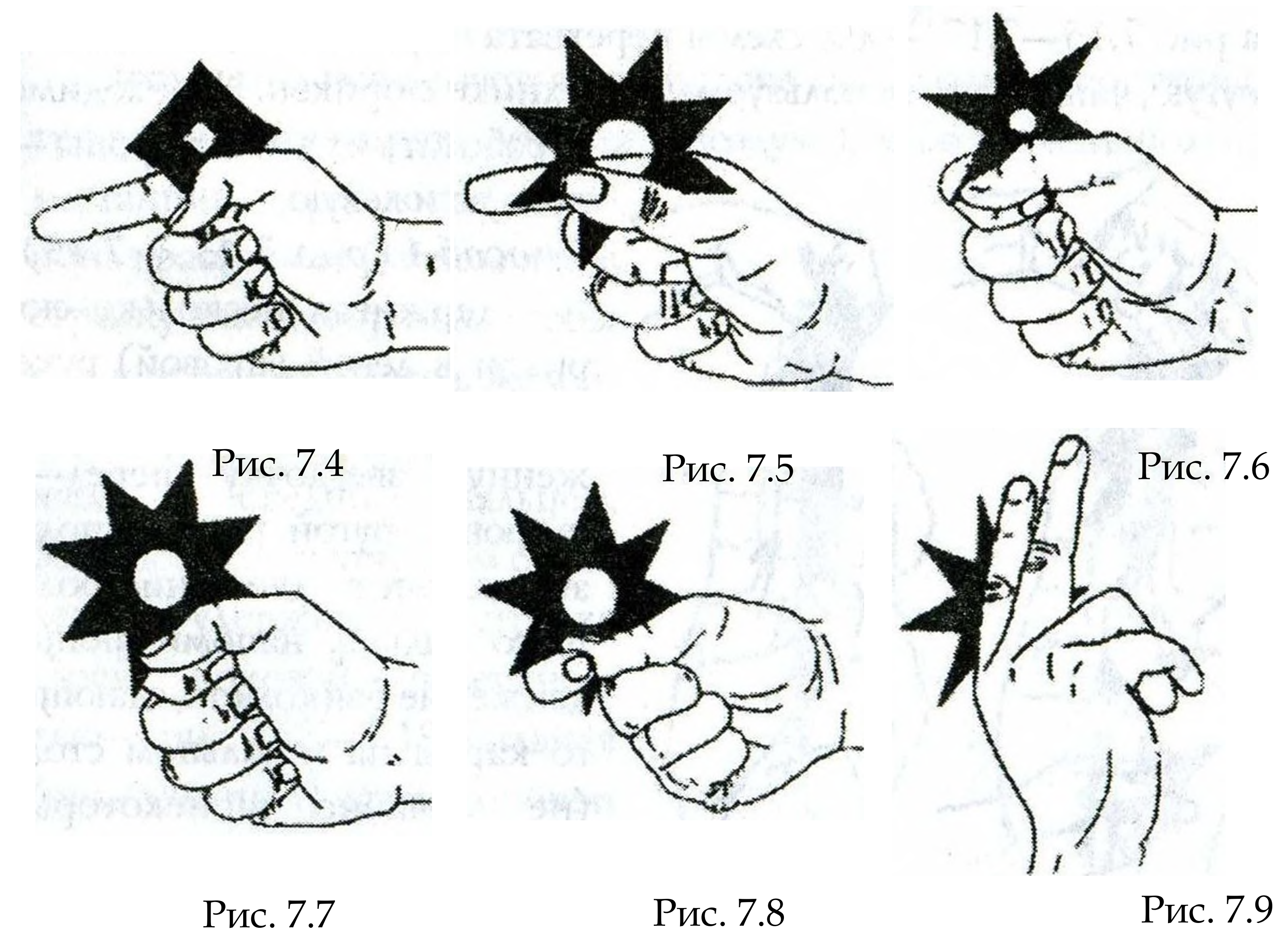




Рис. 7.10



Рис. 7.11



Рис. 7.12

инного броска. Отметим лишь, что как уже указывалось выше, хват оружия должен быть легким и ненапряженным с тем, чтобы позволить оружию выскальзывать в направлении цели как бы «самому по себе без участия мышц кисти и предплечья.

На рис. 7.4, 7.6—7.9 показаны основные виды хвата для вертикальной техники броска, на рис. 7.5, 7.10—7.12 — для горизонтальной техники броска.

Два способа перехвата сюрикэн руки в руку

На рис. 7.10—7.11 вы видите метод вынимания сюрикэн из потайного кармана в куртке костюма ниндзя (синоби-сёдзоку), а на рис. 7.13—7.17 — две схемы перехвата оружия из одной руки в другую, чаще всего используемых в технике сюрикэн. Необходимо

отработать их в обе стороны — правую и левую.

Способ 1 (рис. 7.13 - 7.15)

Удерживая несколько сюрикэн в левой (правой) руке, выдвигайте сверху расположенную звездочку вперед — в сторону другой руки, используя для этого движение большого пальца, напоминающее движение банкомета, сдающего карты на игральном столе (не случайно в некоторых западных изданиях можно встретить образное название

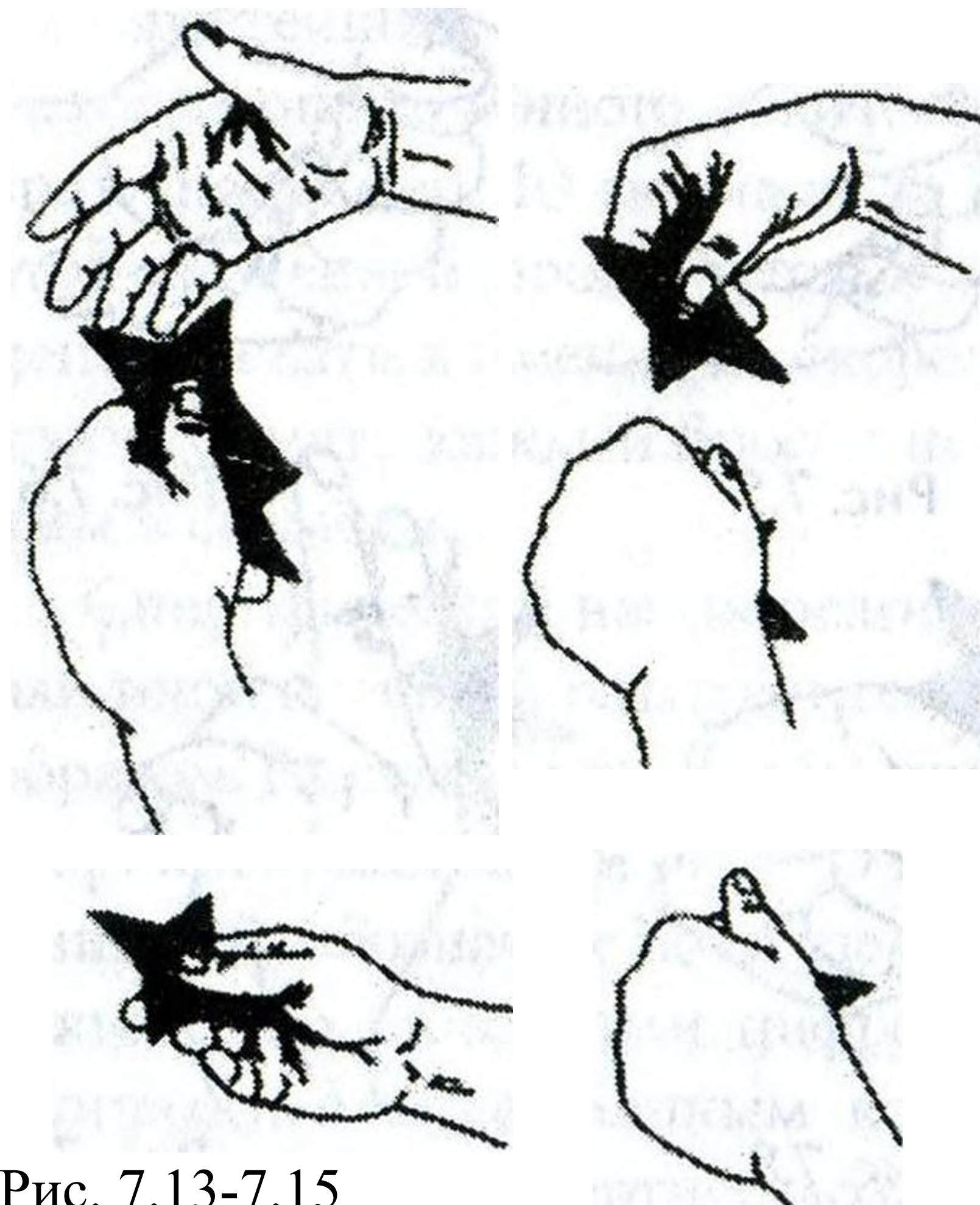


Рис. 7.13-7.15

сюрикэн — «карты смерти»). Перехватите снаряд метаемой рукой и проведите бросок, тут же повторив все сначала до тех пор, пока у вас в руке останется только один сюрикэн (который метается только в очень редких случаях, а чаще используется как кастет).

Способ 2 (рис. 7.16-7.17)

Схема выполнения второго способа перехвата отличается от предыдущего тем, что удерживающая рука не принимает участия в передаче оружия — это происходит при помощи большого пальца выполняющей бросок руки. Тренируйте этот способ аналогично предыдущему.

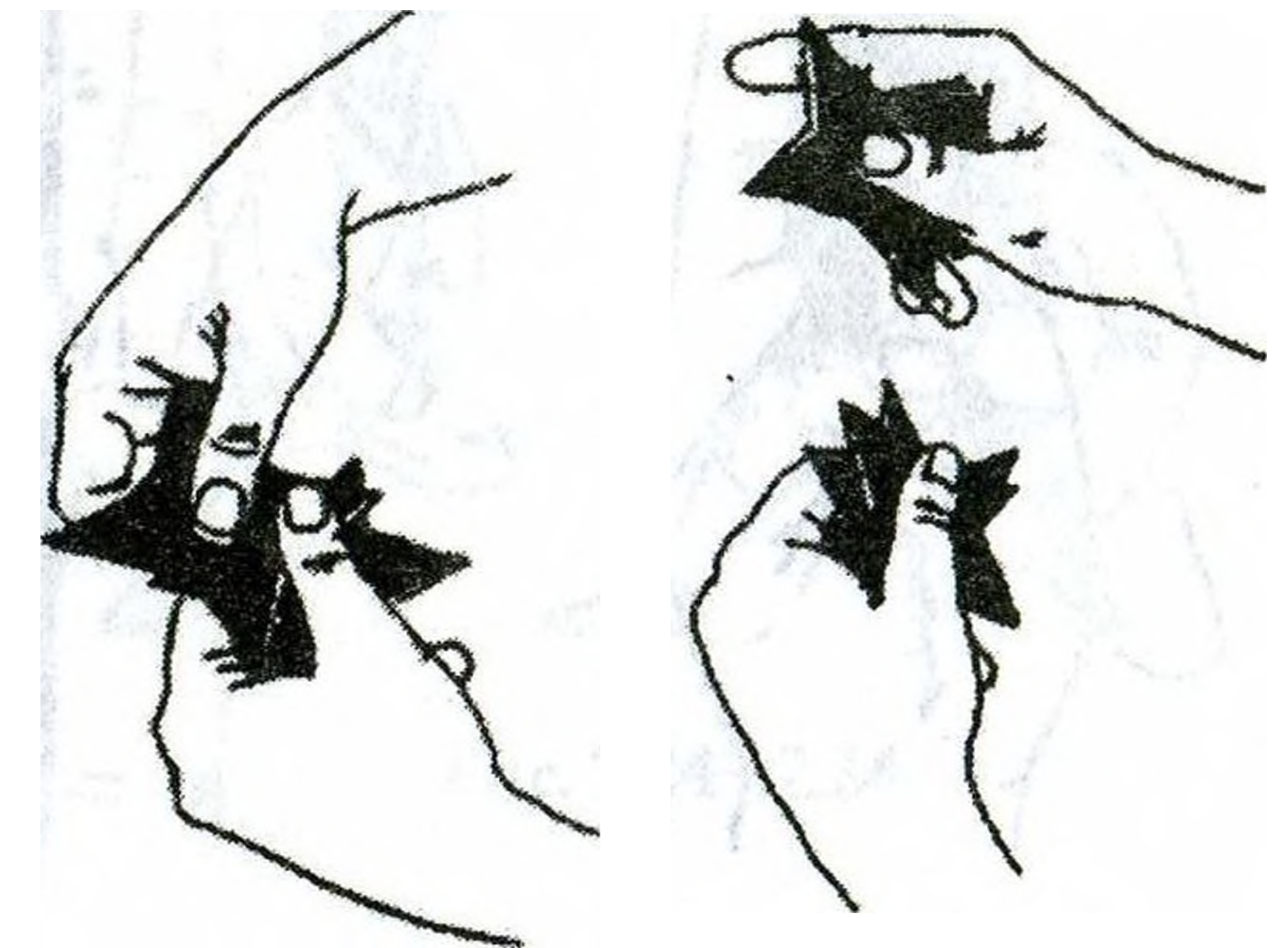


Рис. 7.16-7.17

4. Методы хвата итакэн и бо-сюрикэн

А. Хват стрелки острием, направленным в сторону пальцев, - [Йо-но кэн (мацугу-моти)]

Этот метод используется при броске либо с очень короткой (не требующей проворота оружия в воздухе), либо с очень большой дистанции (требующей полного вращения). Расположите стрелку таким образом, чтобы она как бы оказалась в желобке, образованном указательным и средним пальцем, большой палец при этом очень легко удерживает стрелку своей боковой поверхностью — рис. 7.18—7.19. Тыльная (незаточенная) часть сюрикэн упирается в основание ладони.

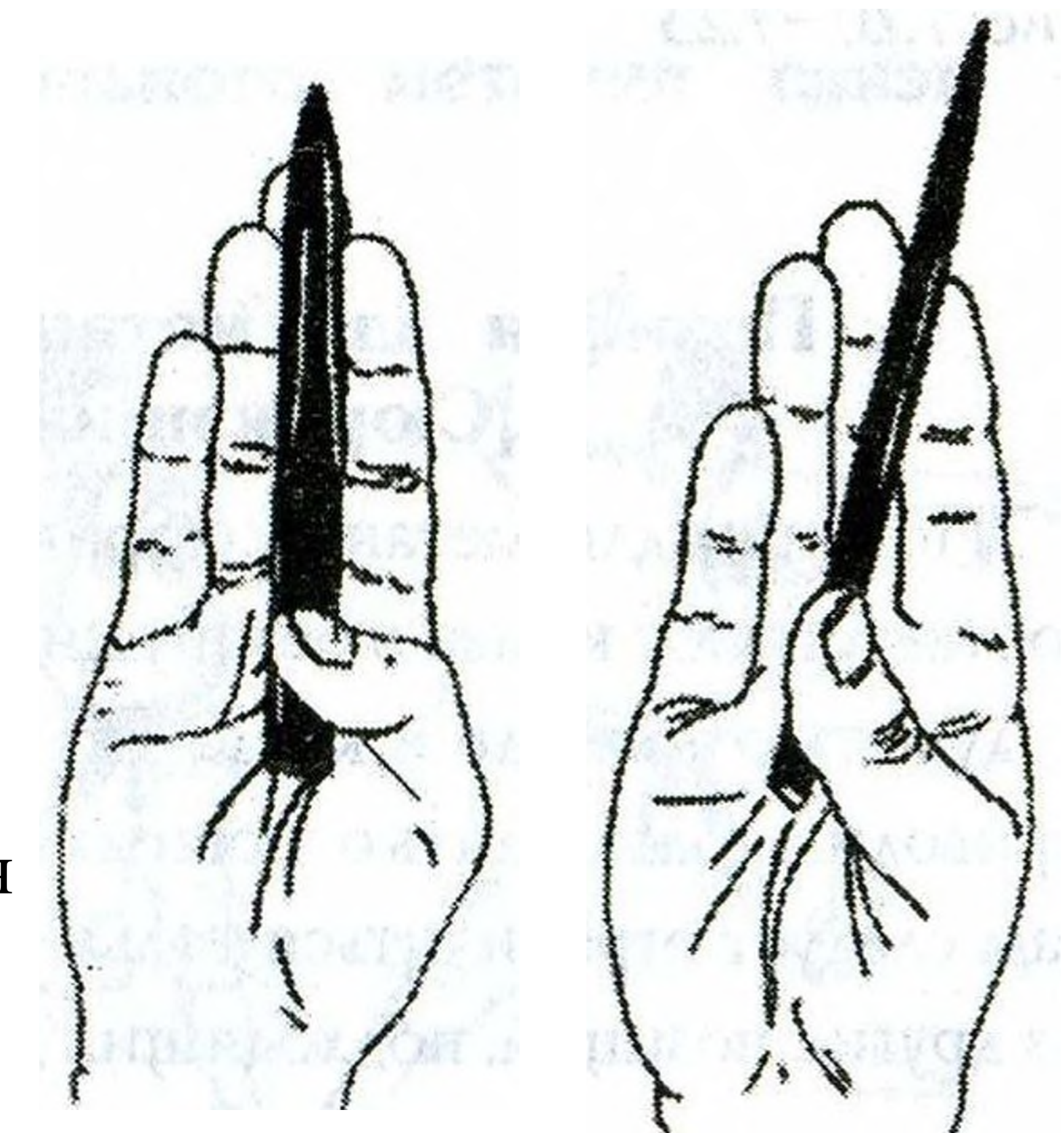


Рис. 7.18-7.19

б. Хват стрелки острием, направленным в сторону запястья — [Ин-но кэн (кайтэн-моти)]

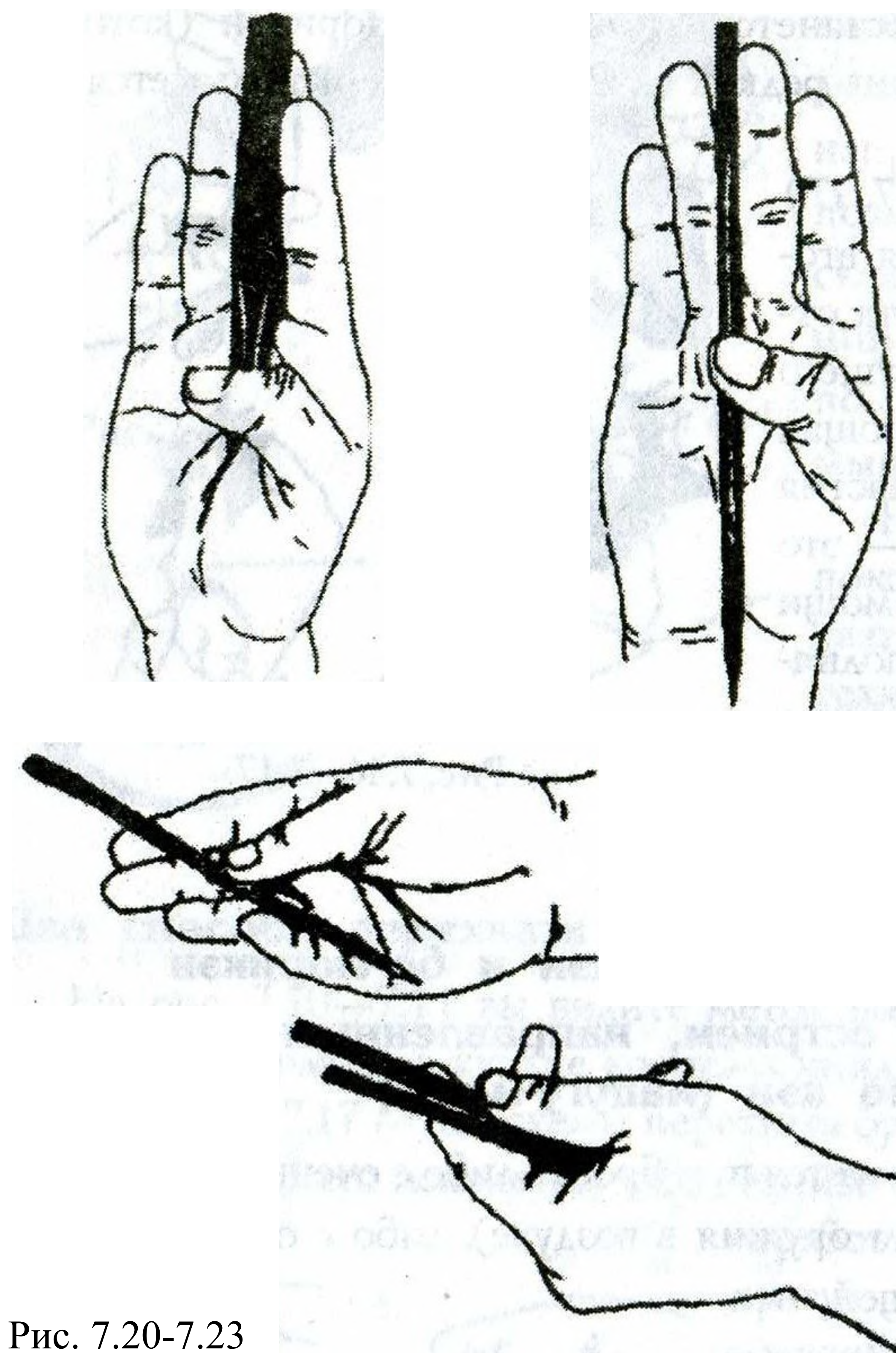


Рис. 7.20-7.23

Ин-но кэн отличается от йо-но кэн только тем, что острие стрелки направлено не в сторону пальцев руки, а в противоположном направлении. Данный метод хвата используется на средней дистанции (требующей пол-оборота оружия) или сверхдальней (требующей полтора проворота) — рис 7.20- 7.23.

5. Позиции для метания звезд и стрелок - [Сюрикэн-нагэ-но камаэ]

Позиции для метания сюрикэн в технике ниндзя в основном соответствуют камаэ в безоружном бою — и это естественно, если подумать о том, где и когда это оружие использовалось. Здесь мы приводим только пять основных положений, но это не означает, что вам следует ограничиться только ими и не практиковать метания из других позиций, подходящих для той или иной техники.

А. Позиция для горизонтального метания сэнбан-сюрикэн — [Сэнбан-нагэ-но камаэ]

Вариант 1 (стоя на одном колене)

Из естественной стойки сделайте небольшой шаг вперед правой ногой и опуститесь на левое колено. Корпус развернут под 45 градусов к противнику, руки находятся у живота. Сюрикэн удерживаются в левой руке, бросок производится правой рукой (рис 7.24—7.25). Все вышесказанное равнозначно для левостороннего камаэ.

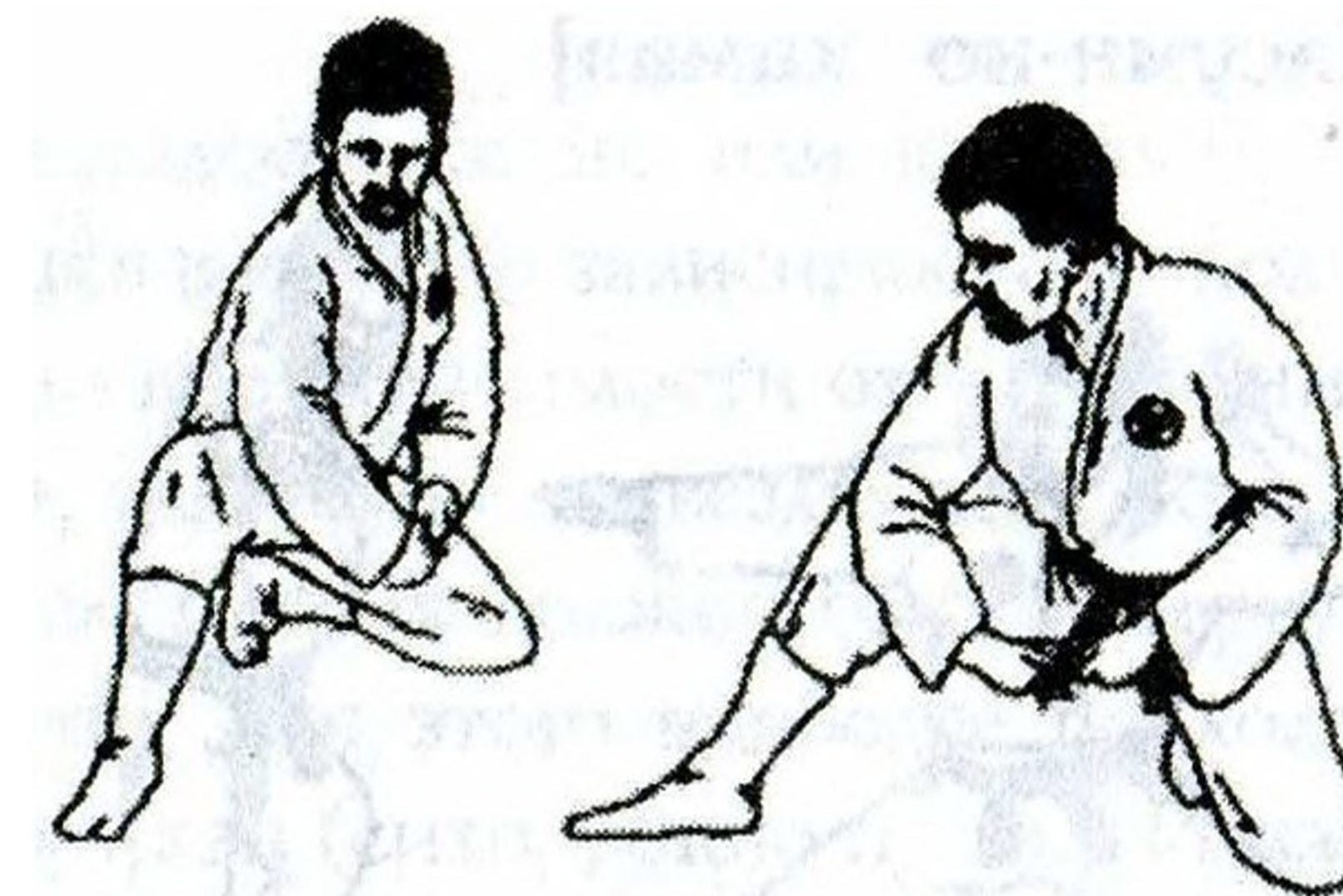
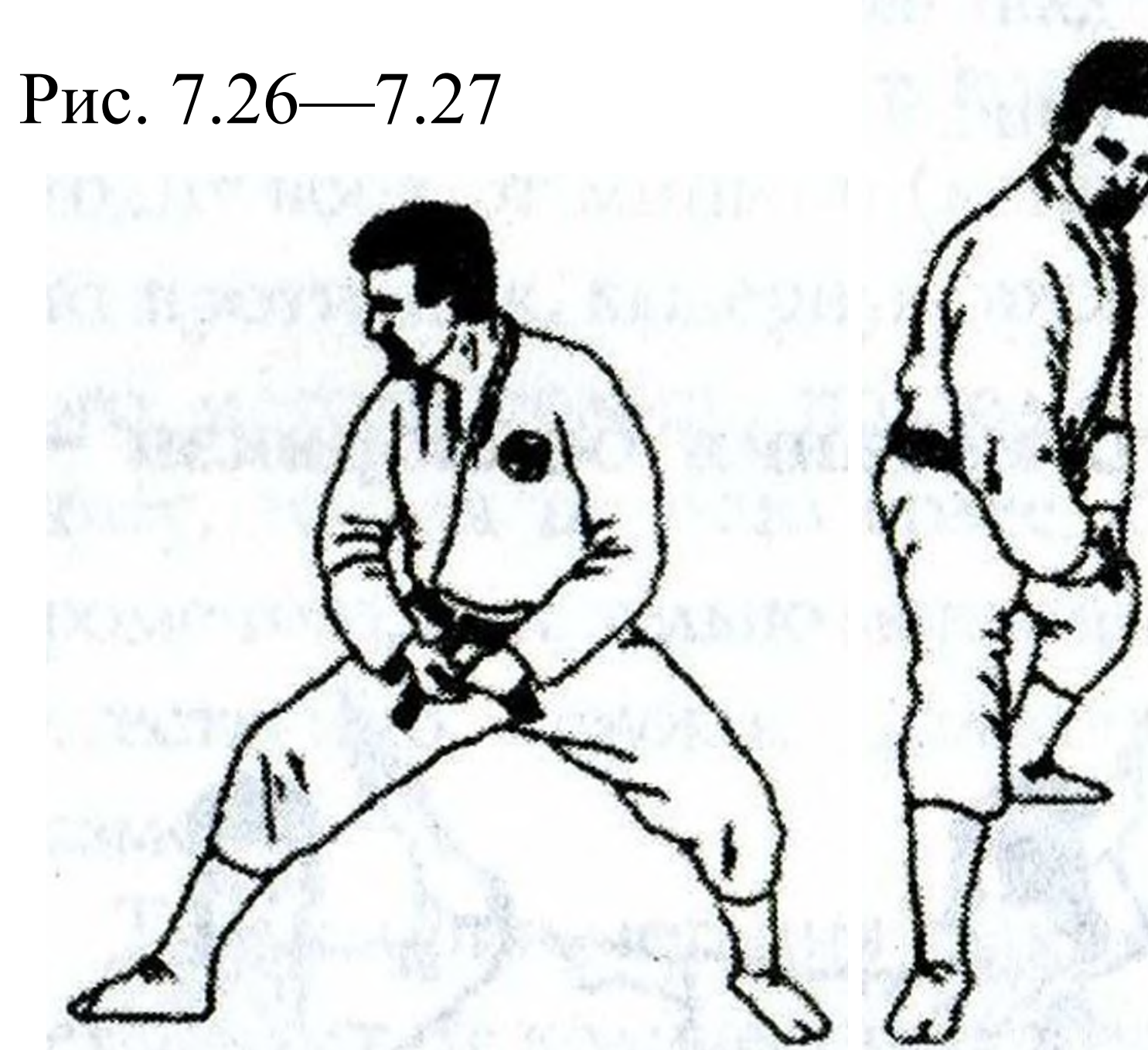


Рис 7.24-7.25

Рис. 7.26—7.27



Вариант 2 (стоя)

Займите «заднюю» стойку, отводя левую ногу назад или шагая правой ногой вперед. Руки расположены перед животом, корпус развернут (рис. 7.26—7.27).

Б. Позиция для вертикального метания сякэн - [Нагэюти-но камаэ]

Из естественной стойки шагните вперед левой ногой и займите «переднюю» стойку. Одновременно вытяните левую руку вперед, а правую с зажатым в ней сюрикэн отведите к правому виску (рис. 7,28—7.29). Приме-

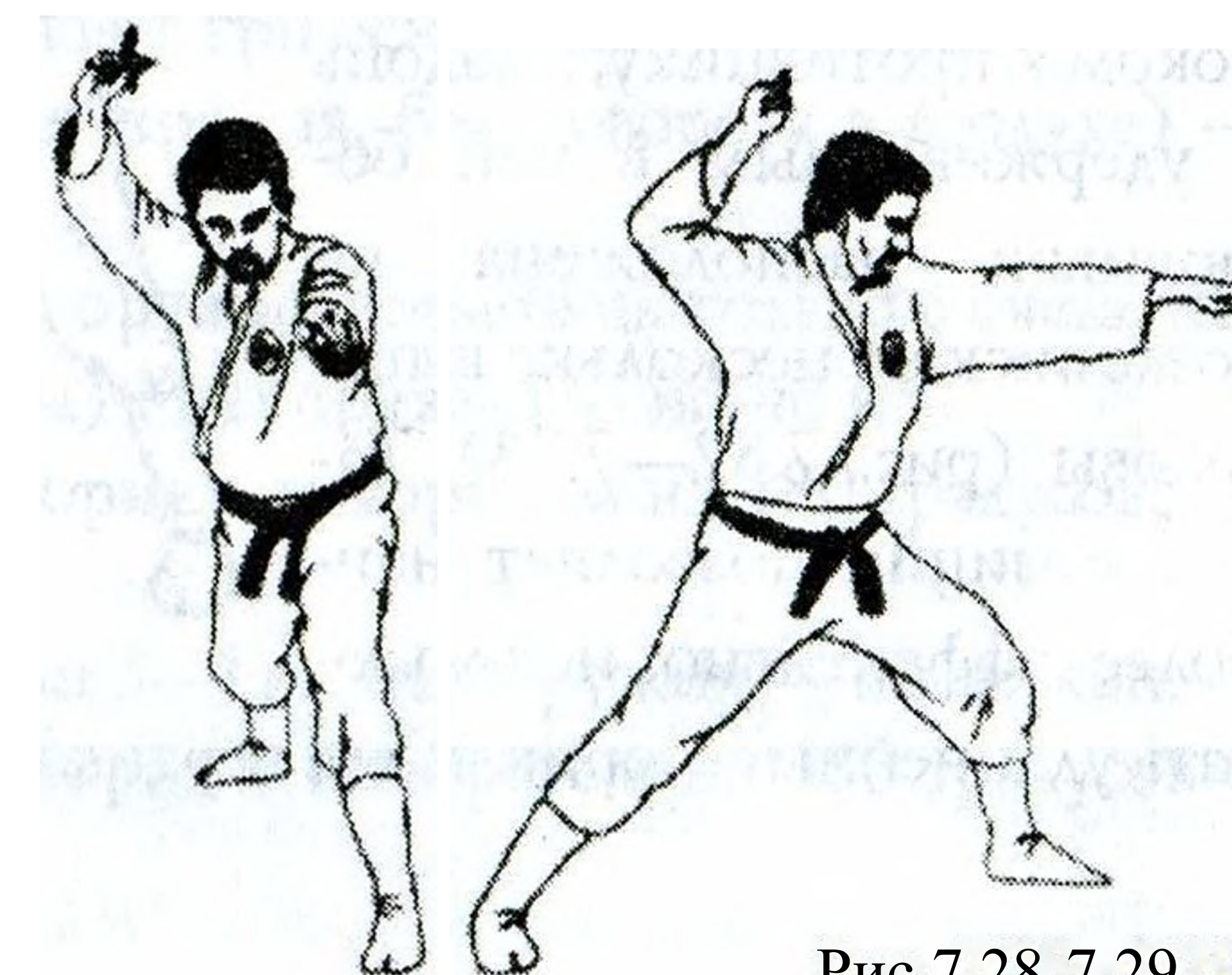


Рис 7.28-7.29

няется как для одноименных (дзюн), так и разноименных (гяку) бросков.

В. Позиция для вертикального метания сякэн - [Касуми-но камаэ]

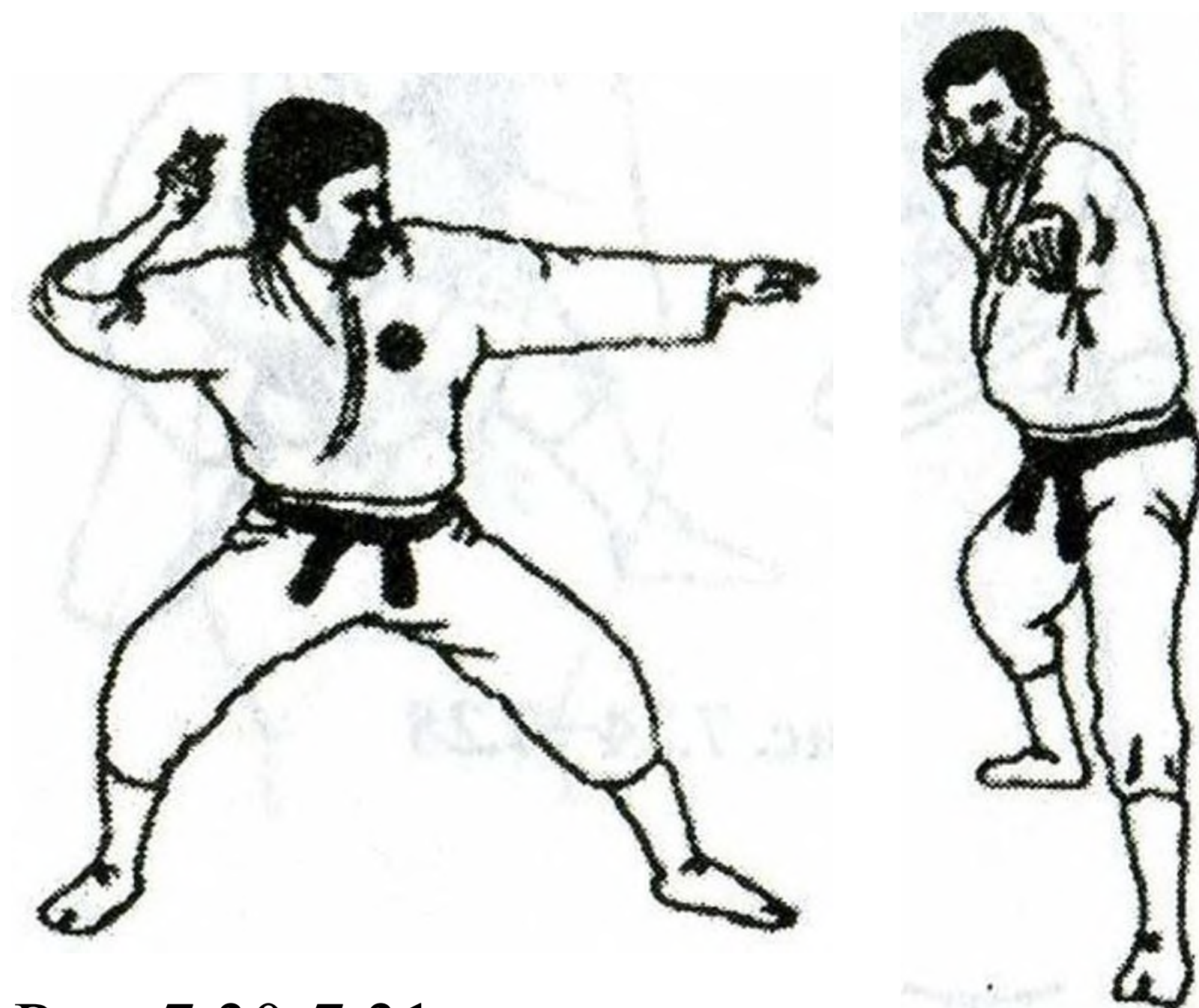


Рис. 7.30-7.31

Эта позиция отличается от предыдущей только тем, что ноги занимают в ней не «переднюю», а «заднюю» стойку, практически полностью совпадая с доко-но камаэ (позицией яростного тигра) в нинпо тайдзюцу. Используется для вертикального метания (рис. 7.30—7.31).

Г. Позиция для вертикального метания бо-сюрикэн [Косо-но камаэ]

В косо-но камаэ ноги расположены более близко друг к другу и больше выпрямлены в коленях, чем в касуми-но камаэ. Кроме того, корпус практически не поворачивается боком к противнику, а ладонь с удерживаемым в ней бо-сюрикэи расположена не возле виска, а несколько выше головы (рис. 7.32—7.33). Такая позиция позволяет наиболее эффективно использовать удлинённые сюрикэн для вертикального броска сверху.



Рис 7.32-7.33

6. Основные способы метания — [Сюрикэн-нагэ-ката]

Прежде чем перейти непосредственно к метанию, остановимся несколько подробнее на траектории движения оружия (сюрикэн и сякэн) к цели.

Траектория полета сякэн (звездообразного или крестообразного плоского сюрикэн) находится в прямой зависимости от количества острых граней оружия, но вне зависимости от расстояния. Чем меньше количество «углов», тем глубже «звезда» или «крест» входят в мишень, а значит, и сам бросок должен быть в первую очередь рассчитан именно на это. Для этого наиболее подходят четырех- и шестиострыйные сюрикэн (сихо, роппо и т. п.). И наоборот, чем больше количество острых концов (восемь и более), тем меньше вероятность глубокого поражения прямым броском, но возрастает возможность пилящего разреза гранями оружия с броском по касательной, когда сюрикэн, разорвав лицо или шею, уходит вбок от мишени (кстати, это уменьшает вероятность того, что противник, выдернув оружие, метает его в вас). Если для первого метода больше подходит вертикальный бросок сверху или снизу, то для второго более предпочтителен горизонтальный, и, кроме того, желательно метание сразу нескольких сюрикэн (от 3 до 5). Естественно, оружие должно быть соответствующего веса и размера.

Траектория метания удлинённых бо-сюрикэн и итакэн вообще не зависит от количества острых концов (разве что обоюдоострый не нуждается в выборе хвата и метается фактически не глядя), но находится в принципиальной зависимости от дистанции, с которой производится бросок. Различают три основные траектории:

1) *Дзи да хо* (траектория прямая, без поворота в воздухе) — рис. 7.34.

Такая траектория полета оружия возможна только с очень небольшой дистанции (1,5—2 м). Хват оружия — йо-но кэн.

2) *Хантэн да хо* (траектория с поворотом на 180 градусов) — рис. 7.35.

Применяется с дистанции 3—4 м. Хват оружия — ин-но кэн.

3) *Кайтэн да хо* (траектория с поворотом на 360 градусов и более) — рис. 7.36.

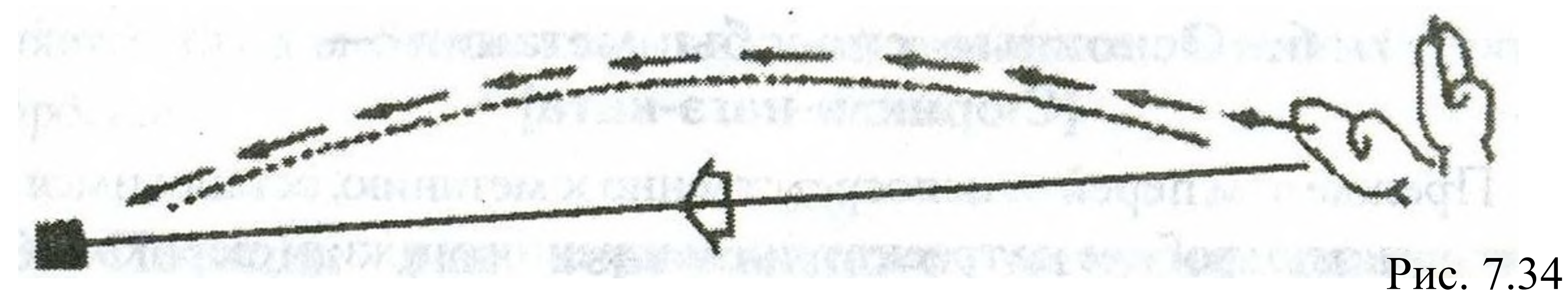


Рис. 7.34



Рис. 7.35

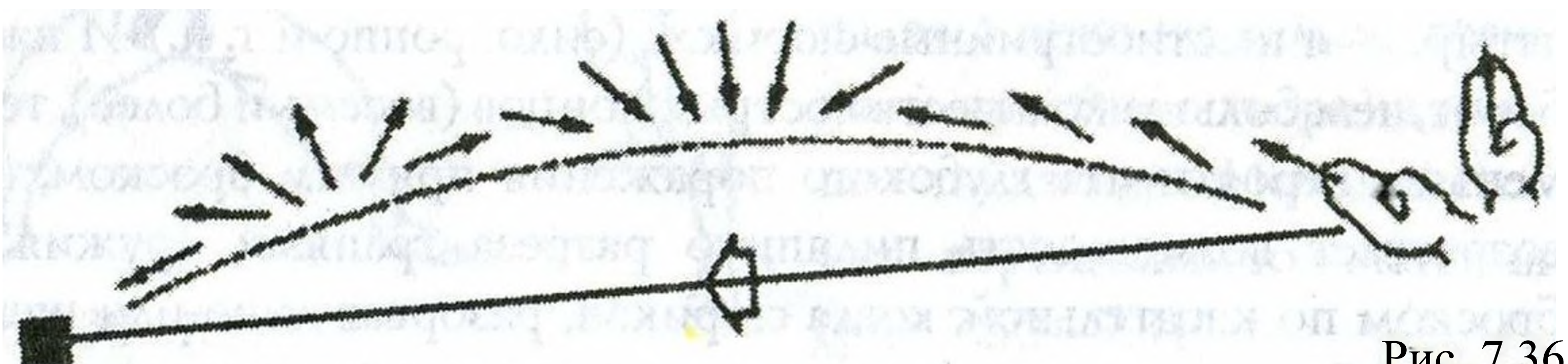


Рис. 7.36

На дистанции 5—7 м хват оружия — йо-но кэн. Дистанция, превышающая 7 м, — ин-но кэн (до 10 м).

Метание бо-сюрикэн на большее расстояние нереально как в отношении силы, так и точности попадания в цель.

А. Прямой бросок сверху вниз - [Хон-кти (сэйдзе юти)]

Этот метод метания может использоваться как для *хира*, так и для *бо-сюрикэн*. Наиболее мощный и точный бросок в силу анатомо-физиологических особенностей строения человеческого тела.

Вариант 1 (одноименный бросок - [дзюн-сэйдзе-юти])

Займите касуми-но камаэ или косо-но камаэ — в зависимости от используемого вами вида сюрикэн (рис. 7.37). Совершая глубокий шаг правой ногой вперед, смещайте левую ногу назад, вытягивая тело и ноги в прямую линию по направлению броска. Одновременно с этим резко выпрямите правую руку, удерживающую оружие таким образом, чтобы пальцы руки оказались несколько выше по отношению к цели, намеченной для поражения. При этом необходимо помнить, что для метания «звезд» больше подходит почти прямое движение, а для стрелок дугообразное (сверху вниз

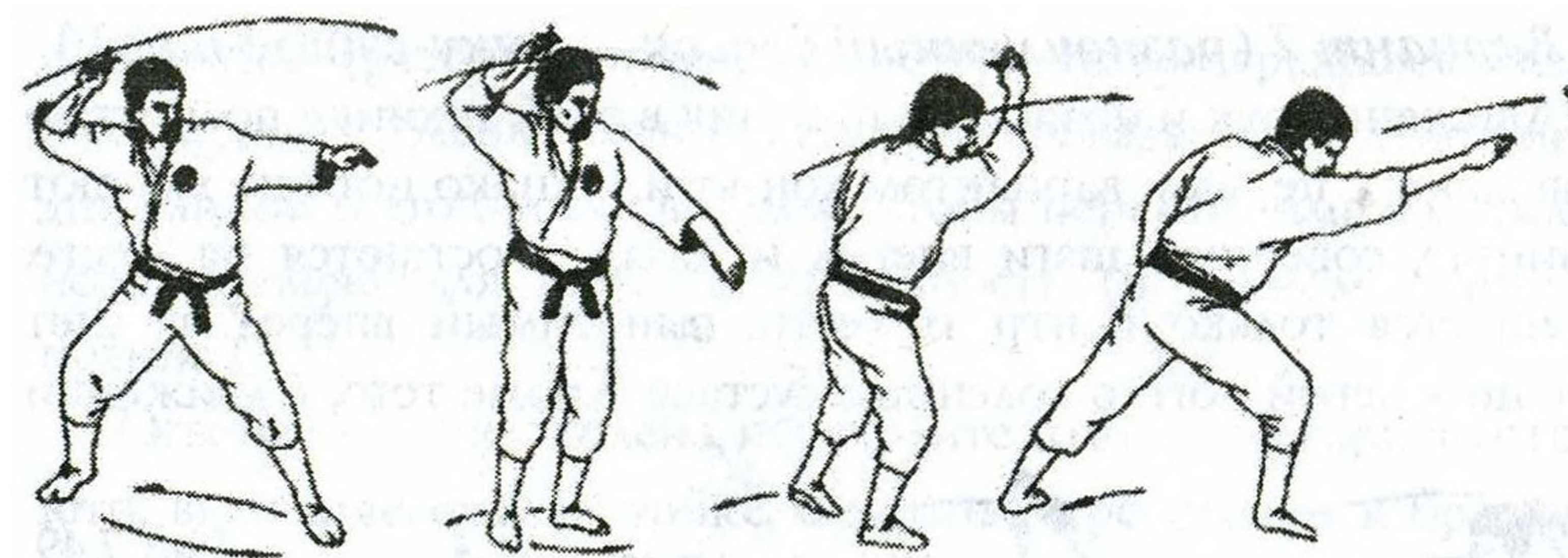


Рис. 7.37

Рис. 7.38

Рис. 7.39

Рис. 7.40

вперед). Рука и корпус слегка наклоняются вперед, образуя единый вектор с выпрямленной левой ногой (рис. 7.38—7.40). Выпустите оружие из руки в соответствии с дистанцией и видом используемого сюрикэн (максимально закручивая плоские «звезды» или посылая стрелку без оборота или с оборотом) — рис. 7.41-7.45.

Чем больше дистанция для броска, тем выше должна быть ваша стойка и меньше наклон корпуса — это позволяет добиться оптимальной «навесной» траектории полета снаряда в цель.

Возвращаясь в исходную позицию, возьмите следующий сюрикэн из левой руки и повторите бросок.

Добейтесь максимальной скорости как в самой технике метания, так и в передаче оружия из руки в руку и смены позиции. Помните, что в результате скоординированного движения правой и левой ноги исполнитель должен оставаться на месте, несмотря на количество выполненных бросков.

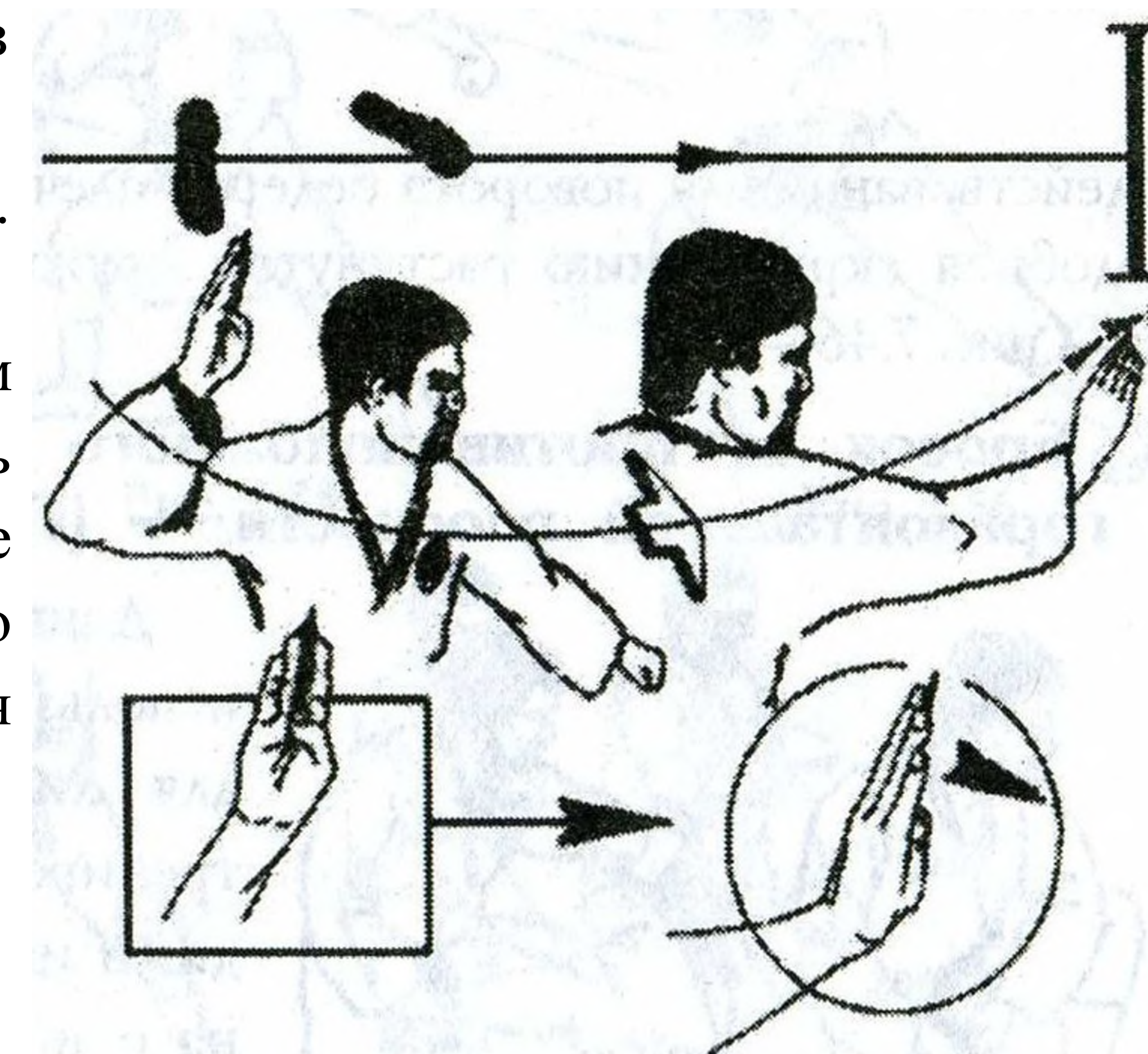
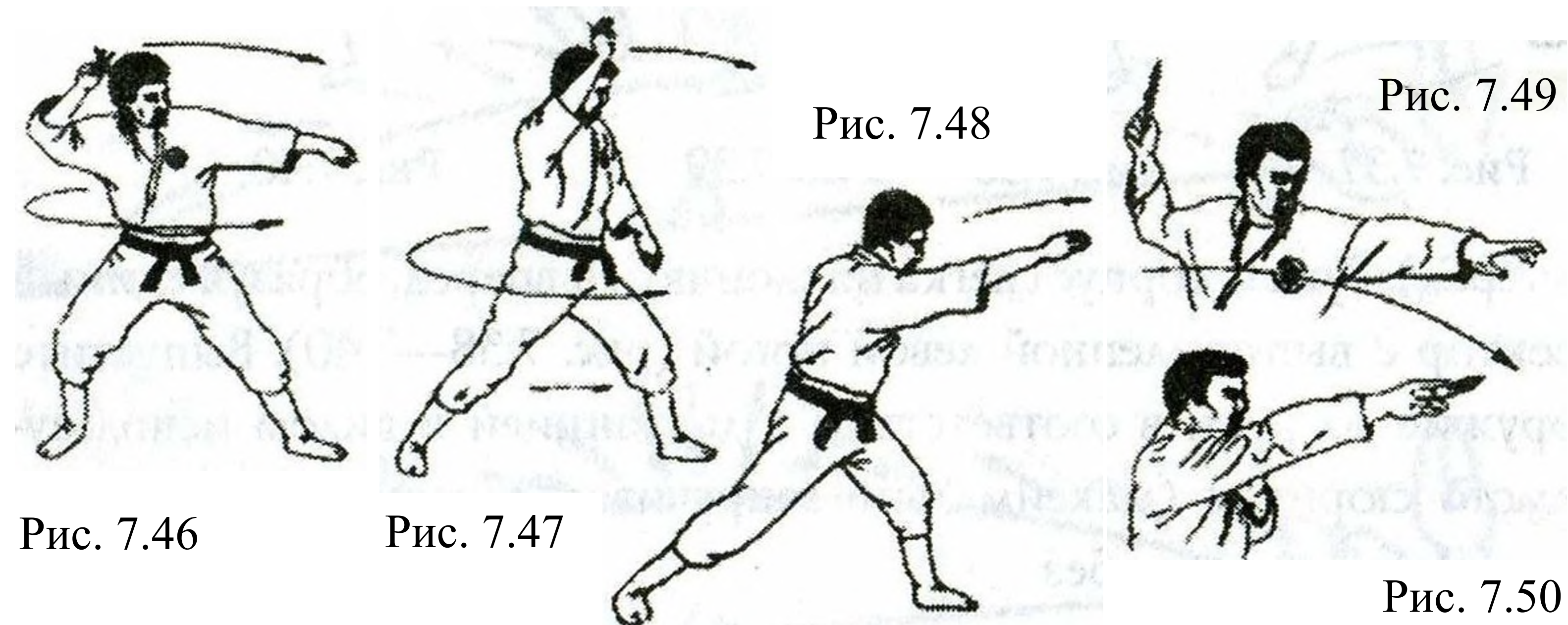


Рис. 7.41-7.45

Вариант 2 (разноименный бросок — [гяку-сэйдзе-нагэ])

Движение рук и начальная позиция в этой технике полностью совпадают с первым вариантом хон-юти. Однако ноги не меняют позицию, совершая шаги вперед и назад, а остаются на месте. Смещается только центр тяжести, выносимый вперед за счет сгибания левой ноги в коленном суставе. Кроме того, в движении



задействована сила поворота бедер и плеч в направлении броска, подобная скручиванию растянутой пружины часового механизма — рис. 7.46—7.50.

Б. Бросок от противоположного бедра или живота в горизонтальной плоскости — [Гяку юти]

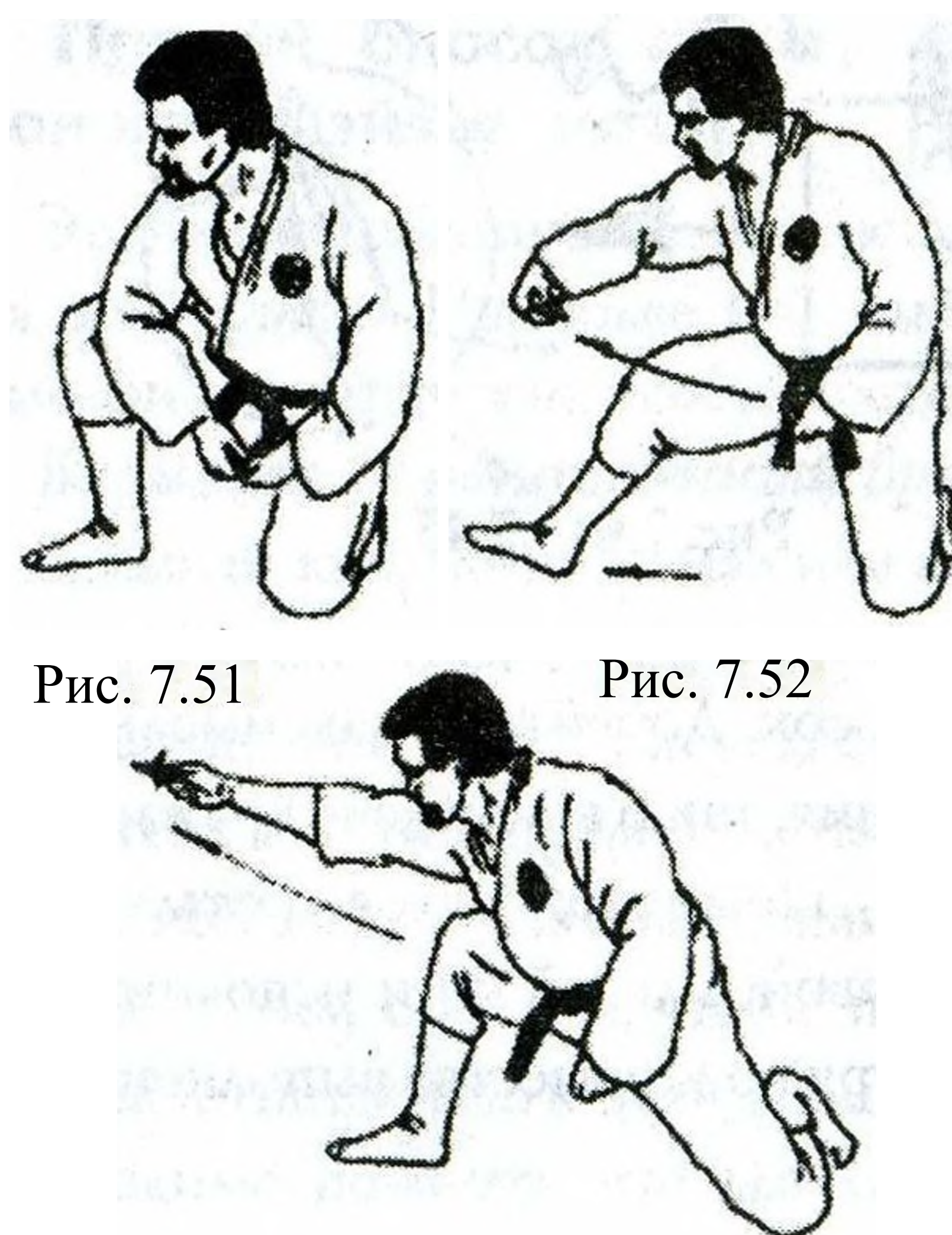
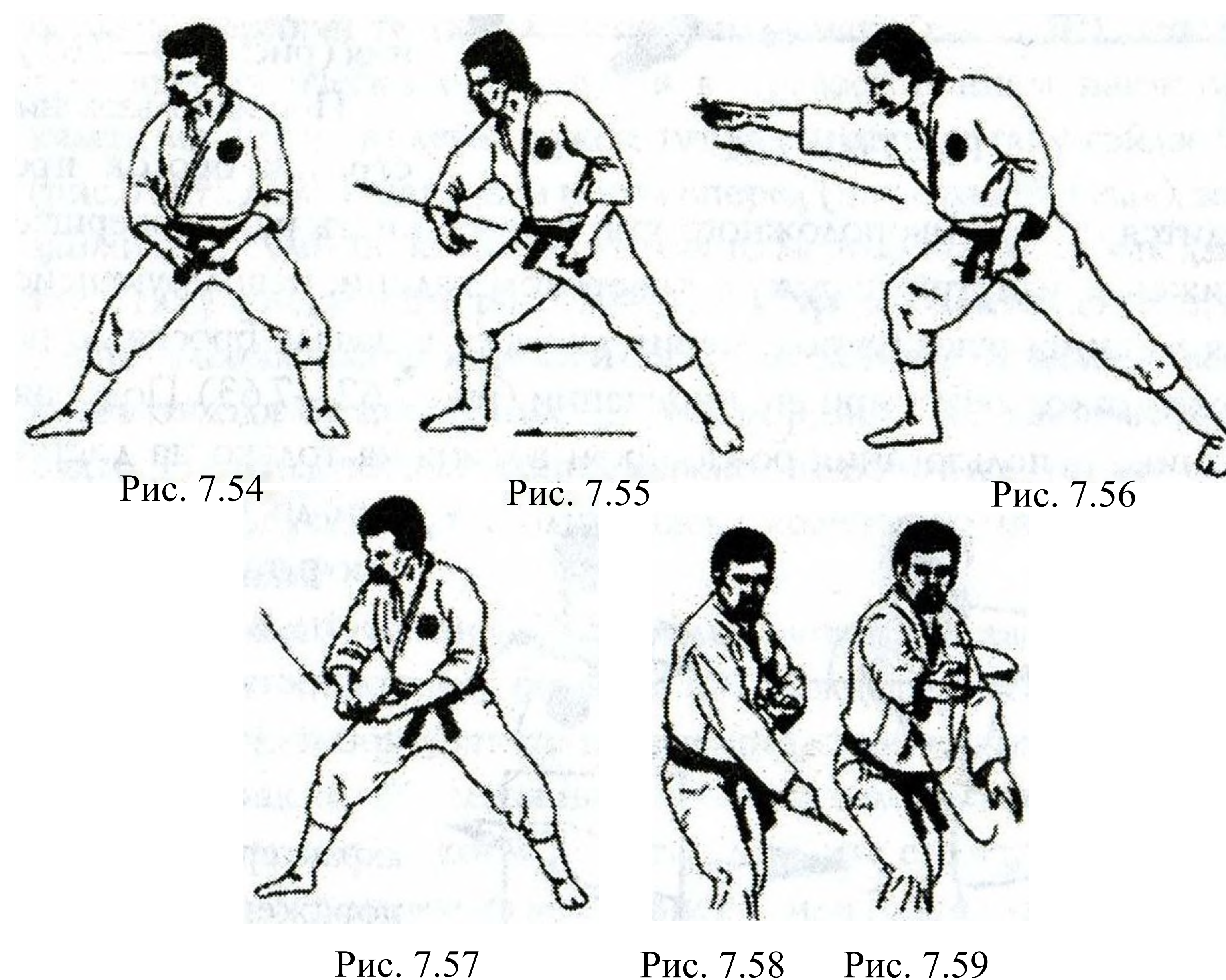


Рис. 7.53

Данная техника метания используется исключительно для хира-сюрикэн. Начинать тренировку гяку-юти необходимо из сэнбан-нагэ-но камаэ на одном колене — рис. 7.51. Переноса вес тела вперед на правую ногу и наклоняя корпус вперед, выпрямите правую руку по направлению броска движением изнутри наружу (рис. 7.52—7.53), одновременно приподнимаясь на левой ноге. Запястье выполняет движение, напоминающее встряхивание

градусника (резко выпрямляясь и тут же возвращаясь назад). Необходимо очень точно скоординировать это действие с динамикой всего броска в целом, чтобы передать импульс силы в используемую для метания конечность (в данном случае — правую).

Освоив метание с колена, переходите ко второму варианту гяку-юти, выполняемому в стойке. Основные требования к броску — вложение массы тела, наклон корпуса и выпрямление руки — остаются неизменными. Изменяется только положение ног (рис. 7.54—7.59). Прекрасным упражнением в дальнейшей прак-



тике может стать комбинирование бросков с колена и бросков, проводимых в стойке (например, первый бросок проводится из стойки, второй — опускаясь на колено и третий — вновь из стойки), что позволяет все время менять уровень тела исполнителя и затрудняет попадание в него самого в случае броска противника. Передача снарядов из руки в руку происходит прямо перед животом с максимально возможной скоростью.

В. Бросок в сторону (от противоположного уха или бока) — [Йоко-юти]

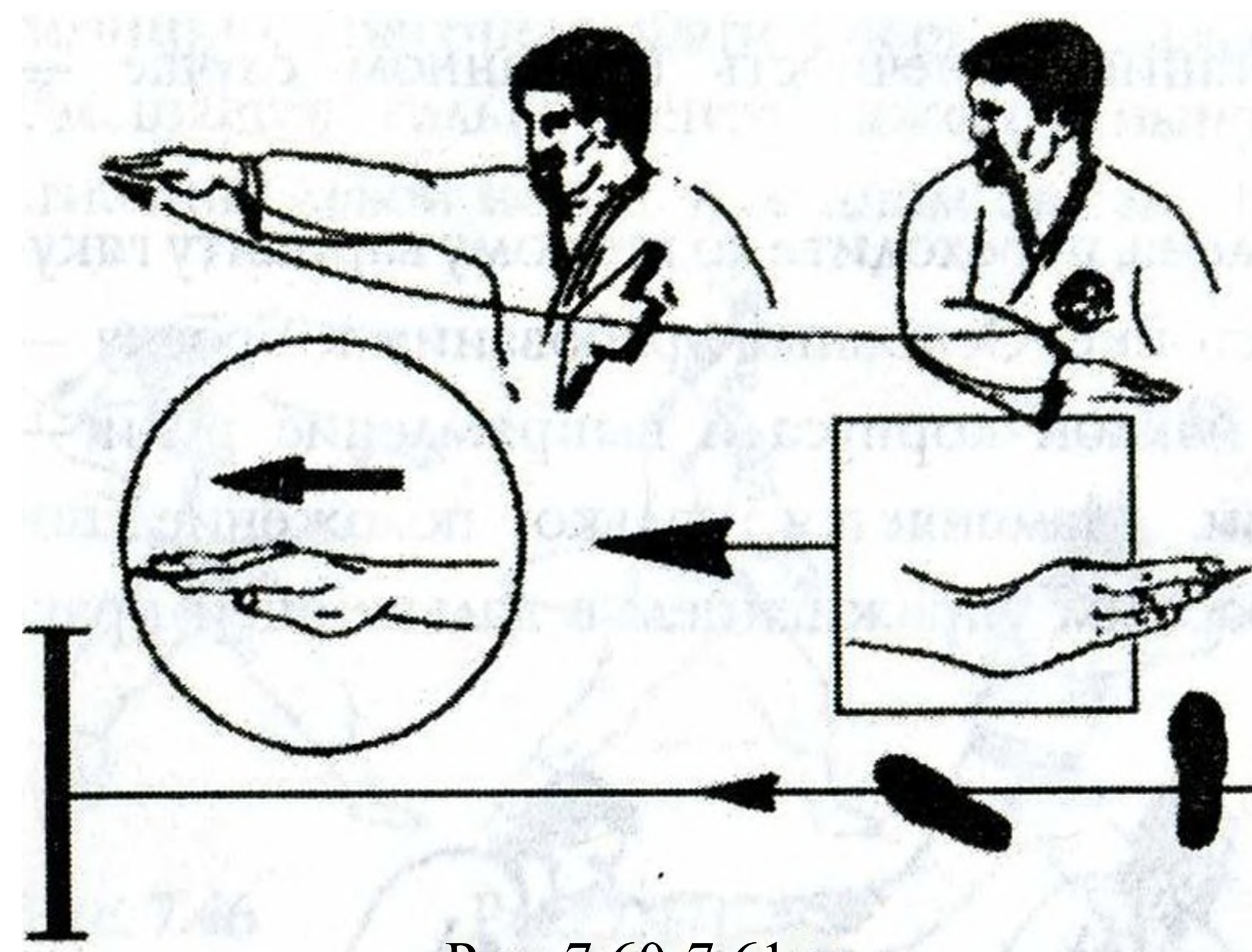


Рис. 7.60-7.61

Йоко-юти можно использовать как для хира-, так и для бо-сюрикэн. В случае использования «звезд» техника броска практически не отличается от техники гяку-юти — меняется только направление движения (рис. 7.60—7.61).

При использовании стрелок бросок проводится от противоположного уха, причем кисть руки совершает движение изнутри наружу с поворотом ладони, использующейся для метания руки из положения «к себе» в начале броска до положения «от себя» при его окончании (рис. 7.62—7.63). Подобная техника использования бо-сюрикэн возможна только на дистан-

ции до 4 м из-за исключительной сложности в достижении точности попадания и носит более чем на 90% отвлекающий характер, чем реальное поражение мишени. Главное здесь — не поражение, а реакция противника на действие исполнителя

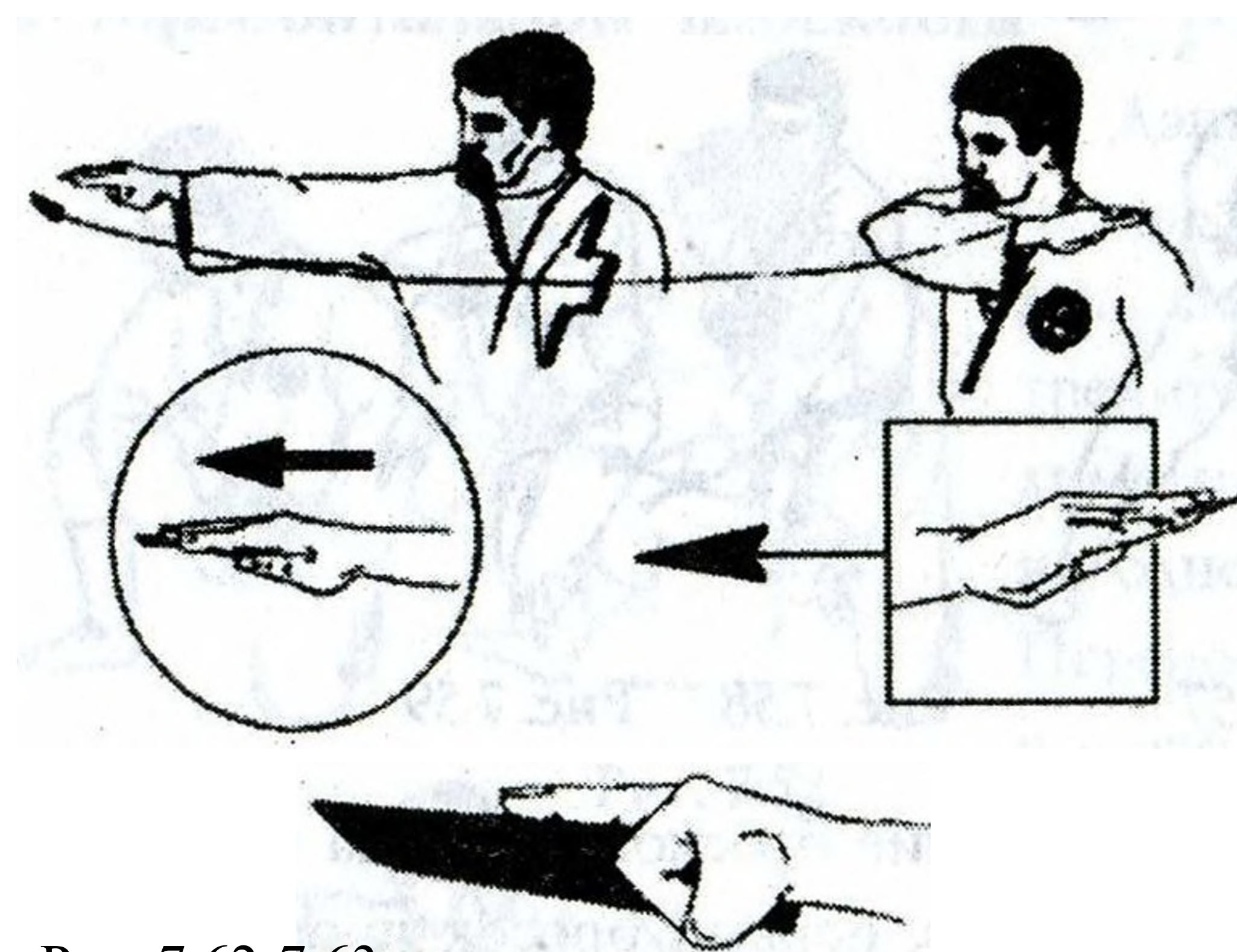


Рис. 7.62-7.63

(противник может уклониться, нагнуться, закрыть лицо руками и т. д.), что дает возможность для проведения каких-либо других действий (бегства, вынимания оружия и т. п.). Вес тела переносится на одноименную бросающей руке ногу (слегка сгибая ее в коленном суставе).

Г. Бросок с перемещением вперед и назад — [Тай-нуки-юти]

Основной целью различных вариантов данной техники является поражение противника, когда сам ниндзя постоянно движется, что позволяет избежать не только попадания в случае ответного броска противника, но и существенно затрудняет ему предугадывание траектории и цели следующего одного за другим броска. Здесь мы приведем два варианта тай-нуки-юти, использующих как вертикальное, так и горизонтальное метание.

Вариант 1

Займите касуми-но камаэ, как в хон-юти (рис. 7.37). Метнув первый сюрикэн техникой дзюн-сэйдзе-нагэ (рис. 7.40), исполнитель автоматически оказывается в правостороннем нагэюти-но камаэ, из которого левой рукой тут же проводит гяку-сэйдзе-юти (рис. 7.48). Делая шаг левой ногой вперед (или правой назад), вновь займите касуми-но камаэ, из которого можно провести как дзюн-, так и гяку-сэйдзе-нагэ (рис. 7.37—7.40). Продолжайте метание, постоянно меняя позицию, руки и способ метания, то приближаясь, то вновь отходя от противника до тех пор, пока не закончатся снаряды. На следующем этапе можно подключить также смену уровня, то опускаясь, то поднимаясь с колена передней ноги.

Вариант 2

Из высокого сэнбан-нагэ-но камаэ метните первый сюрикэн и тут же исполните левый боковой прыжок (йоко-тоби хидари). Во время прыжка перехватите следующий сюрикэн из левой руки в правую и, как только левая нога коснется земли, совершая правый боковой прыжок (йоко-тоби миги), метните его в цель. Движение может осуществляться на месте, вперед или назад — главная задача: не останавливаться ни на секунду, все время находясь в движении и совершая броски, используя динамику перемещения. Длина прыжка, как и направление перемещения, постоянно варьируется.

Д. Бросок снаружи внутрь с перемещением — [Гяку-юти но аруки]

Данная техника особенно эффективна при метании из-за укрытия, так как сюрикэн описывает довольно широкую дугу в горизонтальной плоскости прежде, чем поражает мишень. Метод броска очень похож на способ, используемый при хон-юти, но рука,

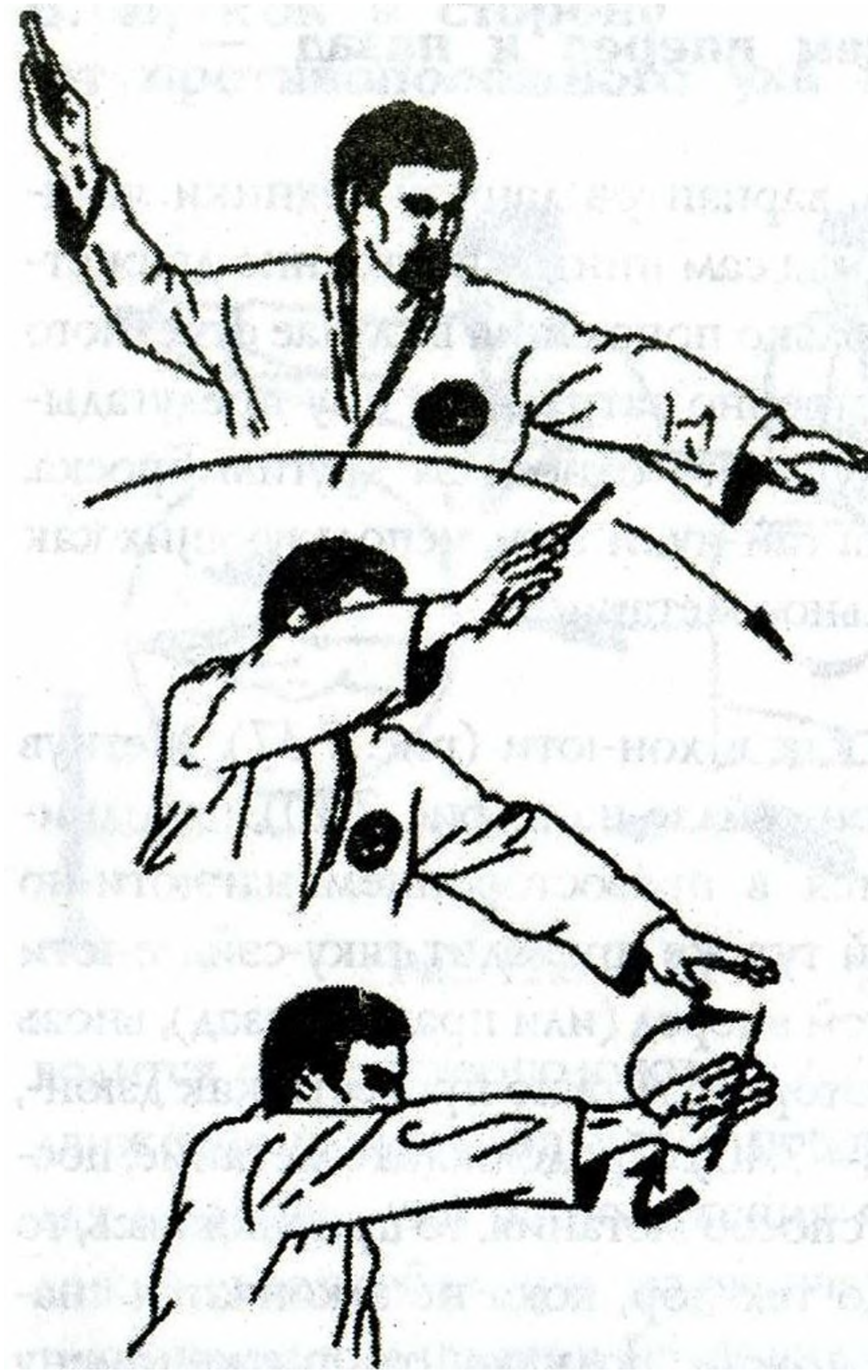


Рис. 7.64-7.66

проводящая метание, проходит не по строго вертикальной, а по отклоненной наружу (почти диагональной по отношению к центральной линии исполнителя) линии и более широким движением (рис. 7.64—7.66). За счет этого «звезда» или «стрелка» летит не прямо в цель, а по дуге снаружи внутрь и сверху вниз, что позволяет метателю оставаться за укрытием в то время, когда его оружие будет поражать мишень, замеченную им ранее даже без визуального контроля (который, естественно, необходим на ранних стадиях тренировки данной техники). Гяку-юти-но аруки также можно использовать

и в совершенно горизонтальной плоскости, используя для этого перемещение йоко-аруки (боковой шаг). Например, перемещаясь вдоль стены и метая оружие в противника дальней по отношению к нему рукой, что позволяет скрыть готовящийся бросок вплоть до его исполнения.

Е. Бросок в колено снизу — [Сокки-юти]

Хотя эта техника называется по традиции броском в колено, однако ее с не меньшей эффективностью можно использовать и для поражения других частей тела (паха и половых органов, горла, лица и т. д.). По траектории броска сокки-юти является полной противоположностью хон-юти. Из естественной позиции сделайте небольшой шаг вперед ногой, одноименной используемой для метания руке (в данном случае — правой), и резким движением снизу вверх (помните о «встряхивании» запястья!) выпустите оружие по направлению к цели. Требуется отлично отработанной техники для исключительно эффективного неожиданного поражения коленного сустава приближающегося противника (вообще говоря, пора-

жение конечностей движущегося противника — как рук, так и ног — является одной из обязательных граней истинного мастерства в сюрикэндзюцу).

Ж. Бросок назад снизу вверх — [Гяку-усиро-юти]

Также один из сложных и неожиданных для противника бросков. Из естественной позиции сделайте небольшой шаг назад правой ногой (поворот головы, а следовательно, оценка противника и дистанции до него, производится перед, а не после совершения шага!) и синхронно с движением ноги метните сюрикэн прямым движением сверху вниз назад так, чтобы оружие летело в цель снизу вверх. Для поражения наиболее подходящей целью является пах или глаза противника (во втором случае тело необходимо немного наклонить вперед и больше развернуть корпус в сторону бросающей руки).

7. Тренировка в метании — [Сюрикэн-нагэ-рэнсю]

ОСНОВЫ

Знание методов метания еще не делает человека мастером сюрикэндзюцу. Для этого потребуются долгие часы тренировок и практики, проводимых лучше всего каждый день, с полной сосредоточенностью на том, что именно вы делаете. Найдите тихое безлюдное место (для этого прекрасно подходят пустыри, небольшие рощи и т. п., если вы живете в квартире, а не частном доме), установите там мишень и начинайте свои регулярные тренировки.

Существует несколько правил при обучении сюрикэндзюцу, которые вам необходимо четко осознать прежде, чем приступать к занятиям.

1. Начиная овладевать навыками метания сюрикэн, не стремитесь сразу же метать оружие с указанной в описании техники дистанции - для начала достаточно будет и 2 м. Сосредоточьтесь на правильном движении рук, ног и тела, а также особом чувстве «выпуска» лезвия из руки. Не имеет значения, вонзится ли оружие в мишень или нет, главное — правильная траектория и динамика движений. Не используйте силу рук, иначе наступит быстрое переутомление и, как следствие, невозможность продолжать практику.

2. Используйте точечный массаж до и после тренировок в метании — это поможет снять неприятные ощущения в мышцах и связках.

3. Изготавливая мишень для метания, возьмите мягкие сосновые доски и сбейте из них щит размером 2х 1 —1,5 м (прекрасно зарекомендовали себя мишени из пенополиуретана, однако, если его нет, не страшно). Основная задача мишени — чтобы оружие легко в него вставало и не отскакивало. Устанавливая мишень, постарайтесь очистить вокруг нее площадь в диаметре около 3—5 м, так как на начальном этапе практики вы можете потерять сюрикэн в высокой траве или кустарнике и, вместо занятий по технике, большую часть времени будете проводить в поисках своего оружия. В Японии мишени для сюрикэн чаще всего изготавливаются из прессованной сырой соломы (наподобие той, которая используется для изготовления татами), но для нас этот материал является не слишком подходящим и достаточно трудоемким.

4. В тренировках идите от простого к сложному, не переходите от одного вида метания к другому, пока четко не закрепите более простой навык. Метайте вначале с места, затем переходите к перемещениям. Когда необходимо, возвращайтесь к описаниям и иллюстрациям в этой книге.

5. Всегда необходимо помнить, что сюрикэн — оружие, а не игрушка, и его бросок в человека или животное ведет к неотвратимой травме той или иной степени тяжести. Поэтому никогда не метайте сюрикэн в людей ради забавы — подобная «потеха» свойственна тем, у кого не все в порядке с головой. Также не практикуйте метание тогда, когда кто-то находится поблизости с мишенью, — оружие может непредсказуемо отлететь в сторону и ранить человека случайно.

Усложнение условий броска

Когда вы в достаточной мере овладеете базовыми навыками и техникой сюрикэндзюцу, описанной в предыдущей главе, наступает время усложнения тренировок, основные направления которого мы представляем вашему вниманию.

1. Поражение цели из-за укрытия — [Какуси-нагэ]

Расположите перед мишенью еще один щит (такой же формы и размера, как и мишень) на расстоянии, соответствующем дистанции броска, который вы отрабатываете (укрытие можно располагать как вертикально, так и горизонтально). Став или сев за укрытием, мгновенно выполняйте броски, лишь на миг показываясь из-

за щита. Стремитесь повышать точность броска с каждой тренировкой. Упражнение вырабатывает неоценимый в боевых искусствах навык мгновенной оценки ситуации (расстояние до противника, его «открытость», перемещение и т. д.) а также адекватного реагирования без участия логики.

2. Поражение цели с разворотом на 180 градусов — [Мавари-нагэ]

Стоя спиной к мишени, по звуковому или иному сигналу партнера выполняйте ту или иную технику сюрикэндзюцу, разворачиваясь на 180 градусов и мгновенно поражая заранее оговоренную (или называемую партнером область). Главное здесь — плавность (но не медлительность!) исполнения. Излишне суетливое выполнение приема никогда не приведет вас к точности и скорости, а напряжение в мышцах лишит бросок силы.

3. Поражение цели садясь — [Дзинтю-нагэ]

Выполнение того или иного броска, резко меняя уровень собственного тела. Тесно перекликается с тремя последующими практиками. Максимально разнообразьте вашу тренировку, делая бросок сюрикэн абсолютно естественным и не мешающим, а дополняющим то или иное движение (падение, кувырок, прыжок и т. д.).

4. Поражение цели падая — [Укэми-нагэ]

5. Поражение цели кувыркаясь вперед, назад, вбок — [Кайтэн-нагэ]

6. Поражение цели в прыжке — [Тоби-нагэ]

7. Поражение в темноте — [Мумдзе-нагэ]

Техника интуитивного броска вырабатывается с использованием тренировки в полной темноте или с завязанными глазами (мумдзе-нагэ). Для этого используют несколько мишеней, расположенных по кругу. Тренироваться в броске следует в трех основных направлениях:

- а) на звук (партнер, стоящий за мишенью, подает звуковой сигнал, практикующий метает оружие в направлении звука);
- б) на вспышку (используются карманные фонарики, когда практикующий метает свое оружие в направлении источника света);

в) интуитивно (пользуясь развитыми органами чувств, определяется мишень, за которой расположены) партнер(ы), и производится бросок).

Глава 4. Ближний бой с использованием сюрикэн и сякэн

Помимо прямого использования (для метания), сюрикэн и сякэн, в силу своего строения, могут быть прекрасно использованы в ближнем бою по типу оружия кастетного вида (явара, тэкко). Для этого достаточно знать правильный метод удержания оружия, точки поражения на теле человека, а также владеть широким спектром безоружной техники (так как каких-либо специальных техник использования сюрикэн в ближнем бою просто нет). Ниже мы приведем несколько примеров подобного использования просто для того, чтобы указать читателям еще одно направление для их практики.

1. Точки поражения (кюсе) практически не отличаются от приведенных в главе 7 четвертой части.
2. Виды воздействия и примеры применения: абсолютно схожи с техникой применения кастетов или коротких палочек (явара или конго) и подразделяются на:

А. Удары и тычки — [Цуки и юти вадза]

Производятся как плоскими, так и удлиненными сюрикэн (в случае со звездообразным оружием необходимо помнить, что использоваться могут только трех или четырехострыйные сюрикэн, из-за возможности получить травму

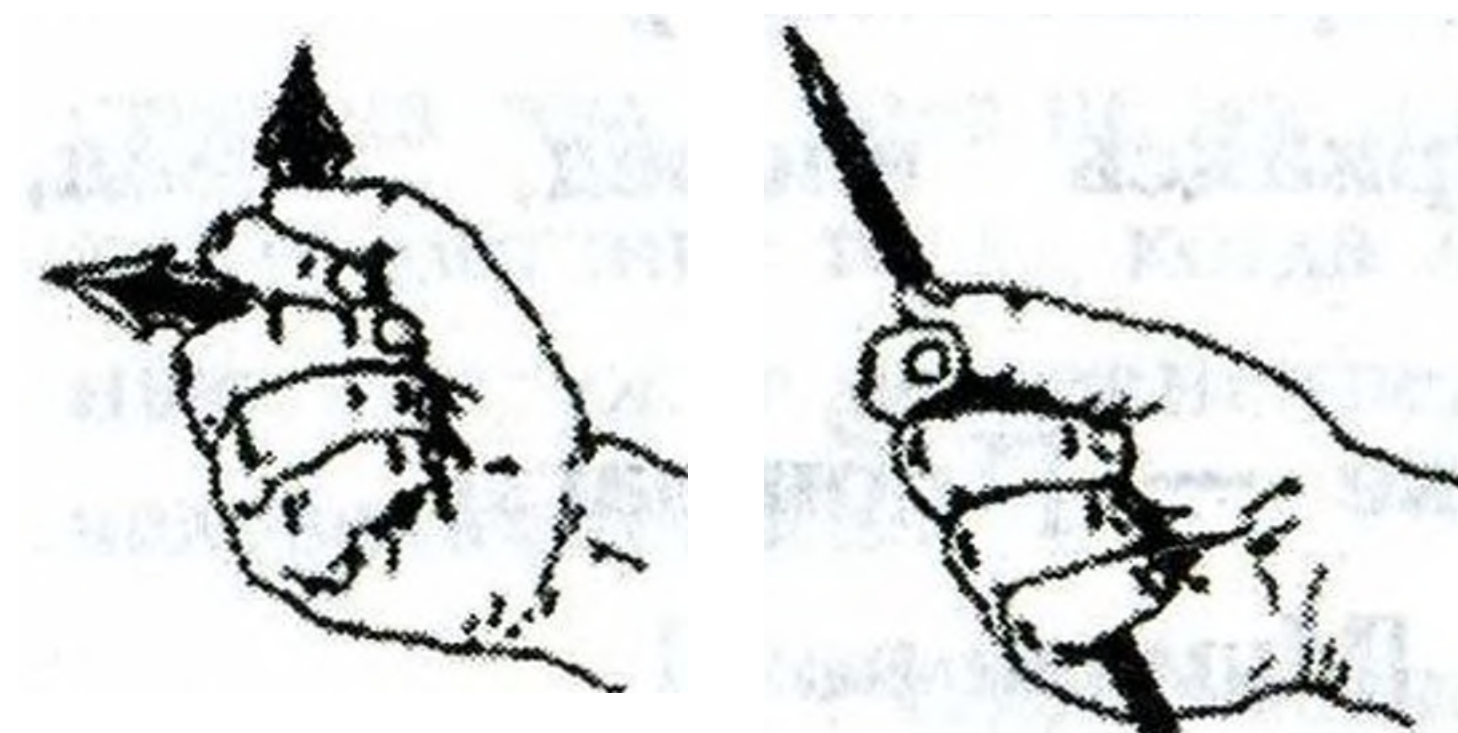


Рис. 7.67



Рис. 7.68



Рис. 7.69



Рис. 7.70

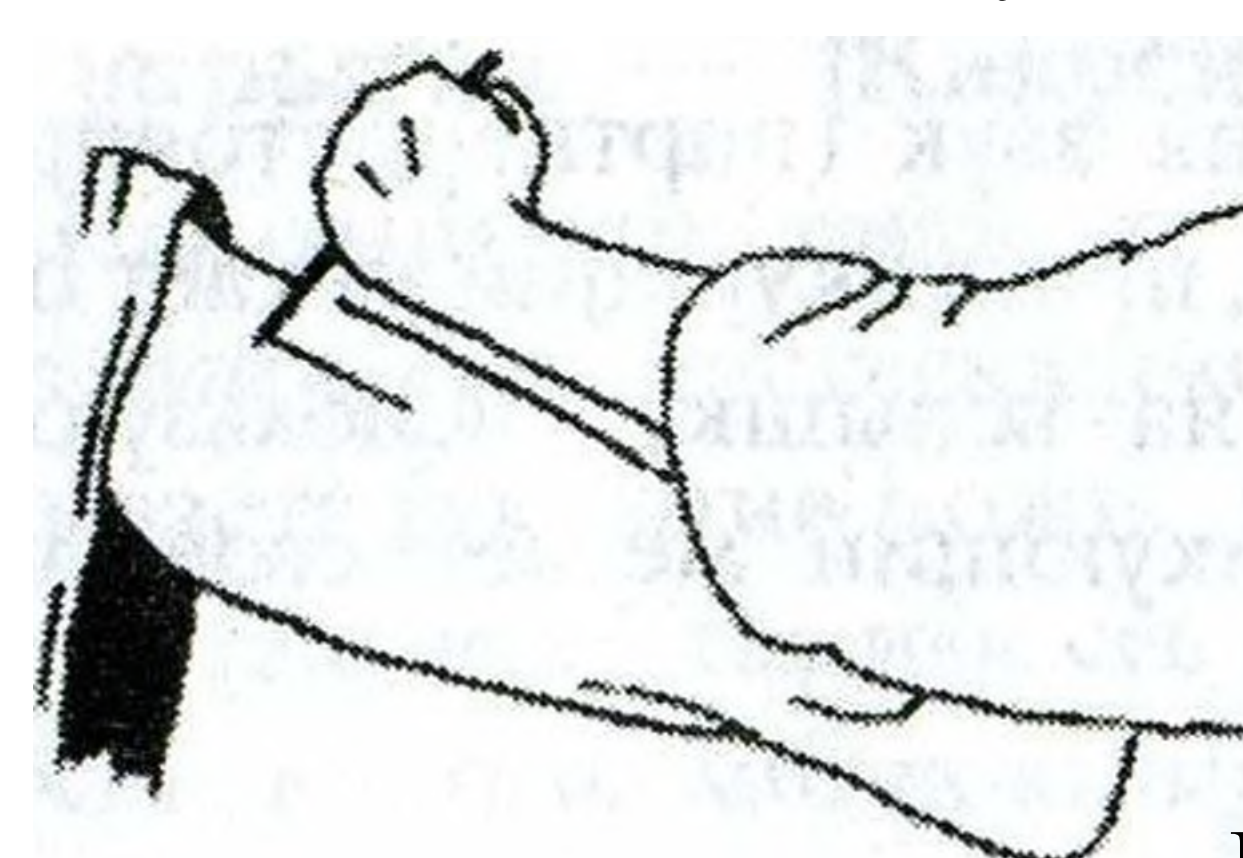


Рис. 7.71

пальцев при работе с большим количеством острых концов — рис. 7.67—7.69). Оптимальными целями являются прежде всего точки на лице и шее, а также кисти рук и колени (рис. 7.70—7.71).

Б. Давление (укол) — [Итами вадза]

Используются для выведения противника из равновесия, оказания на него воздействия с целью допроса или удержания на месте (ареста и конвоирования). Очень часто сочетаются с болевыми выкручиваниями и перегибаниями суставов рук.

В. Захват с последующим броском или болевым приемом — [Дзюхо-вадза]

Использование сюрикэн в ближнем бою намного облегчает проведение многих приемов — начиная от освобождения от захватов и заканчивая контрприемами от ударов руками и ногами. В своих тренировках по технике тайдзюцу чаще включайте использование сюрикэн как техники-сателлиты (вспомогательные действия), и вскоре любой похожий предмет — гвоздь, авторучка, осколок стекла или пепельница станет для вас оружием.

Глава 5. Тактика использования сюрикэн — [Сюрикэндзюцу-хэйхо]

1. Дальняя дистанция (тоо-ма)

На дальней дистанции сюрикэн естественно используется для трех основных целей:

- отвлечение внимания;
- травмирование для ошеломления;
- возможность для бегства (удерживание на расстоянии).

Дальняя дистанция не позволяет поражать противника с максимальной точностью, поэтому не следует и стремиться к этому. Необходимо использовать оружие как для броска в противника, так и в сторону от своего предполагаемого бегства, используя отвлекающий шум, производимый упавшим оружием (естественно, такой метод не подходит в лесу или в траве, тем более днем). Одиночный бросок менее эффективен, чем массированный удар тремя - пятью звездами, тем более брошенными с высокой скоростью.

2. Средняя дистанция (маай или тика-ма)

Средняя дистанция — наиболее оптимальная дистанция для высокоэффективного использования сюрикэн. Несколько мгновенно выпущенных лезвий могут не только открыть противника для вашей последующей атаки, но и жестоко травмировать его, если не лишит сознания (редко — жизни).

Несколько слов о поражающей способности звезд и стрелок. Как уже говорилось ранее, сюрикэн — оружие скорее отвлекающее, чем смертоносное, однако поражение лица и горла может привести к нанесению необратимых увечий (например, слепоте), и следовательно, при правильном использовании можно говорить о стрелках и звездах как о достаточно грозном оружии ближнего боя.

Совмещение с мечом, ножом и т. д. делают сюрикэн еще более эффективным, так как решающее мгновение для нанесения удара клинком может дать ниндзя именно маленькая звезда или стрелка, своевременно пущенная в лицо или руку противника.

3. Ближняя дистанция (коо-ма)

Максимально широкий спектр ударов, тычков и уколов в совмещении с техникой безоружного боя делают сюрикэн очень полезным и эффективным на ближней дистанции. Чем чаще вы будете использовать метательные лезвия в тренировках ближнего боя, тем выше надежда на то, что в реальной схватке вы сможете использовать подходящие по форме и размеру предметы с максимальной скоростью, точностью и силой. Тычки в глаза и пах, давление в горло, уши и подушные впадины, удары острием по запястьям и т. д. — вот основные действия, на которые следует обратить внимание при тренировке использования сюрикэн на ближней дистанции.

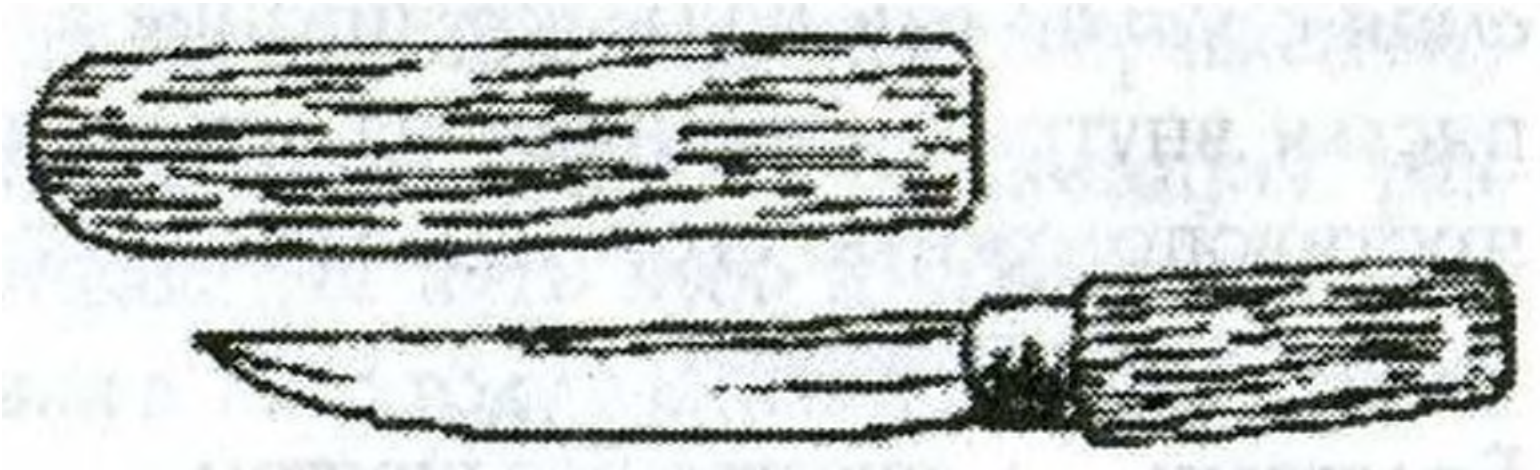
Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

А

Авадзэ нагэ — контрбросок от захвата *бо* или *ханбо* двумя руками путем пере-носа палки через голову противника с рычагом на обе его кисти

Агэ (аго) — вверх, верхний

Айгути — нож длиной около 20 см без гарды



Айки -канасибари — сила мысли, достигаемая концентрацией на цели («направленная юля»)

Акиба рю — школа *ниндзюцу*, основана *Хатисукэ Короку Масакацу* (округ *Аити*)

Акиндо — торговец, одно из амплуа перевоплощений ниндзя (*ситихо дэ*)

Акирэсукэн — точка поражения: ахиллово сухожилие

Акурёку — сила захвата, развивающие упражнения

Акутагава рю — школа ниндзюцу

Амигаса — шляпа-*сюрикэн* (традиционная соломенная конусообразная шляпа с широкими краями, по краю которой изнутри закреплен заточенный, как бритва, обруч)

Амэтори-но дзюцу — искусство использования кукол и манекенов для обмана противника

Ансацу-яку — «снадобье убийц»: яды ниндзя — общее название минеральных, растительных и др. средств, имеющих снотворное, каталептическое, нейропаралитическое, летальное действия

Арарэ — букв. «град», трехмерный *сюрикэн*, бывают трех видов: *дзёарарэ*, *тюарарэ* и *коарарэ*

Аригато годзаимасита! — Спасибо Вам большое! (традиционная фраза, используемая при общении ученика и учителя до и после тренировки, а также учеников между собой)

Аруки — методы перемещения ниндзя (существует девять основных (*кудзи-аси*) и множество вариантов)

Аси — нога, способ ходьбы (напр., *нуки-аси*)

Аси-бараи — техника подсечек (общий термин)

Аси-вадза — техника ног: перемещения, удары, броски и др.

Аси-гарами — болевой на ногу от прямого удара (*цempo кэри*) перекрестным захватом *ханбо* снизу

Аси-татамэ — болевой на ногу в стойке, с *ханбо* перекрестным хватом сверху

Аси-дори — захват ноги со сваливанием от дугового удара (типа *маваси гэри*), выкручивая колено бьющей ноги внутрь, подхватывая ее изнутри

Аси-дори-осаз — болевой на стопу в положении лежа (*нэ-вадза*) — ущемление ахиллова сухожилия в подмышке

Асико — «когти», надеваемые на ноги для преодоления препятствий, другое название «асикаги»



Аси-кудаки - выкручивание ноги в коленном суставе наружу от удара ногой, захватывая ногу за стопу снаружи и надавливая ладонью (или локтем) на область колена изнутри

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Аси-кудзики — выкручивание ноги внутрь в коленном суставе от прямого удара

Аси-маки — обмотки на ноги в костюме ниндзя

Аси-рау — нижняя подсечка (типа «железной метлы» в китайском ушу)

Атама — голова

Атами-вадза — надавливание на нос или ухо (общее название целого ряда техник)

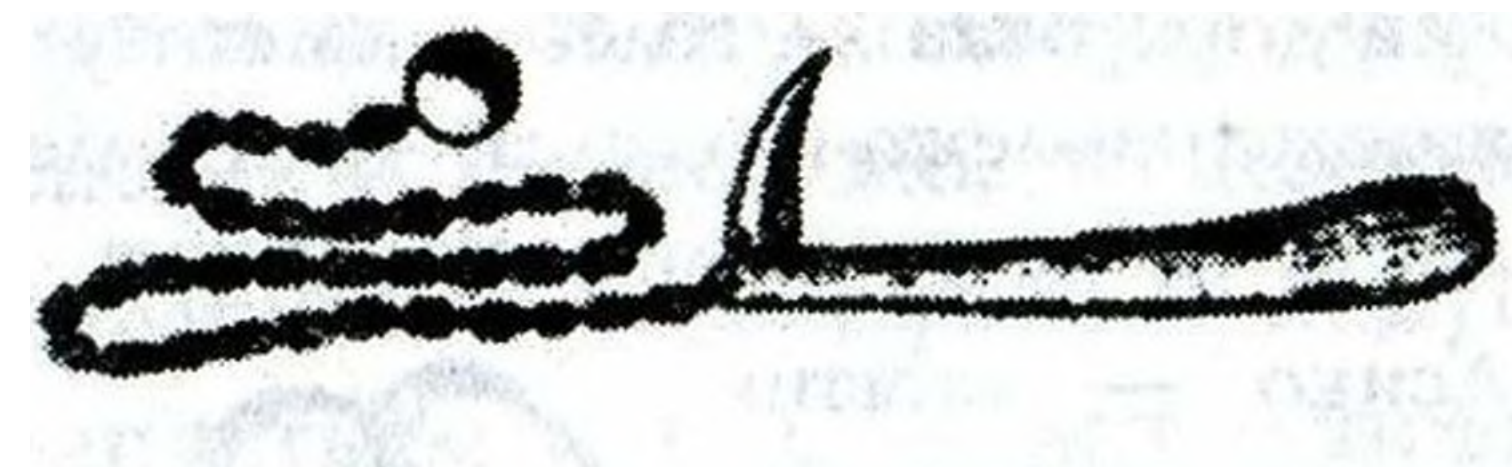
Атэми — удары различными частями рук в жизненно важные точки человеческого тела, в той или иной степени известны во всех японских боевых искусствах

Атэмидзюцу — искусство нанесения *атэми*

Б

Бадзюцу — искусство езды на лошади: скачка, джигитовка, спрыгивание и запрыгивание в седло, «висение» и т. д.

Бакухацугама — *кусаригама*, к которой вместо грузика привязана миниатюрная граната (нагэ-тэппо) или пузырек с ослепляющим порошком



Бансэнсюкай — букв. «Десять тысяч рек впадают в море» — десятитомная энциклопедия ниндзюцу (XVII век), написанная одним из *дзенин ига рю* Ясуоси Фудзибаяси

Бараи (хараи) — считать, отметить, подсекать

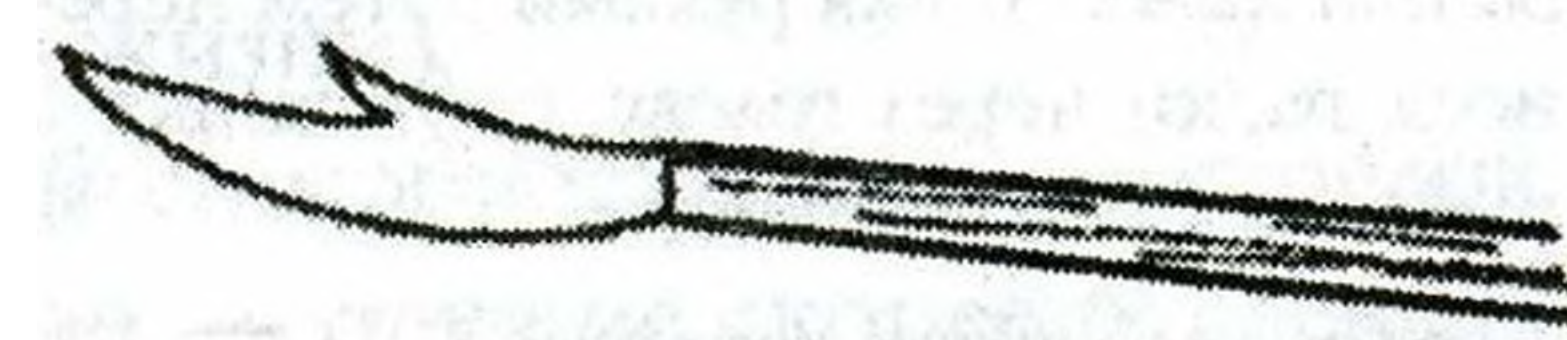
Басиго — портативные и веревочные (нава-басиго) лестницы

Батгодзюцу — техника *яйдзюцу*, применяемая внезапно (на ходу, с разворотом на 360 градусов и т. д.)

Битэй — точка поражения: копчик

Бидзэн рю — школа ниндзюцу (округ Окаяма)

Бицэнто — алебарда ниндзя, отличающаяся от *нагината* гораздо большим весом и шириной лезвия (больше напоминает китайский квандао)



Бо — шест длиной 1 м 86 см

Бо-гаэси — техника *ура гяку*, исполняемая с *ханбо* или *бо* (выкручивание запястья внутрь с давлением на локоть в противоположную сторону). Другое название — котэ-маваси

Бодзюцу — искусство боя шестом

Бо-кайтэн-кё — техника вращений и перехватов шеста

Бо-катамэ-кё — удержания с помощью шеста

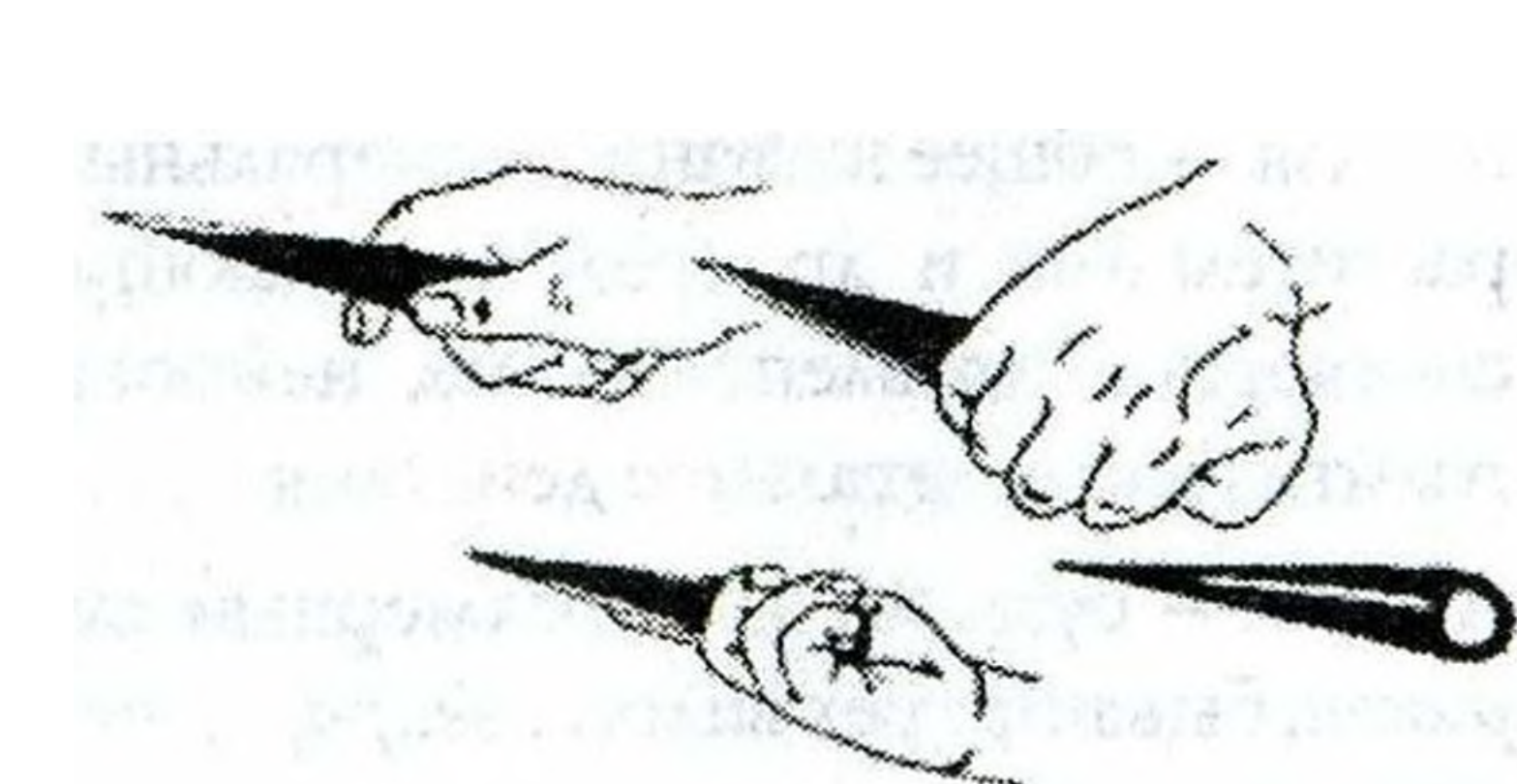
Бо-куми-кё — болевые контроли шестом

Бокусу — ритуальное обтирание меча от крови, обязательно присутствующее в технике *яйдзюцу*

Бонно — «пауза» в реагировании, заключающаяся в том, что человек не может адекватно защищаться или атаковать благодаря каким-либо обманным, запугивающим или слишком быстрым действиям противника

Боси кэн (сито кэн) — удар (тычок, давление) большим пальцем

Бо-сюрикэн — метательная стрелка круглого или плоского сечения различной длины



Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Бо-така-тоби — прыжок с использованием шеста в технике ниндзя

Бо-така-тоби-кэри — удар ногой с прыжком и опорой на шест

Бо-фури-кё — техника маховых ударов шестом

Бо-цуки-кё — техника тычковых ударов шестом

Буго — боевой псевдоним ниндзя, присваиваемый ему после инициации (воинского посвящения)

Бугэй — воинское искусство (общее название для любых школ и направлений)

Будзинкан додзё — организация, развивающая пути *будо* и *нинпо*, основанная в 1973 году Масааки Хацуми в целях распространения искусства ниндзя, чтобы почтить память своего учителя, Такамацу Тосицугу. Б.д. переводится как «Дом Божественного Воина»

Будзюцу — общее название боевых искусств Японии

Будо — букв. «Путь воина», *будзюцу* в их высшей, духовной стадии, когда искусство становится «путем», способом жизни

В

Ва — гармония

Вадза — техника, прием

Ваки — букв. «бок тела»

Ваки гатамэ — выкручивание и сжатие тела противника сбоку, часто приводящее к удушению за счет сжатая надпочечников и, следовательно, к мощному выбросу адреналина и рефлекторной остановке дыхания

Вакидзаси — короткий (50—60 см) меч

Вакикагэ-но камаэ — позиция с мечом (подобно рюсуй)

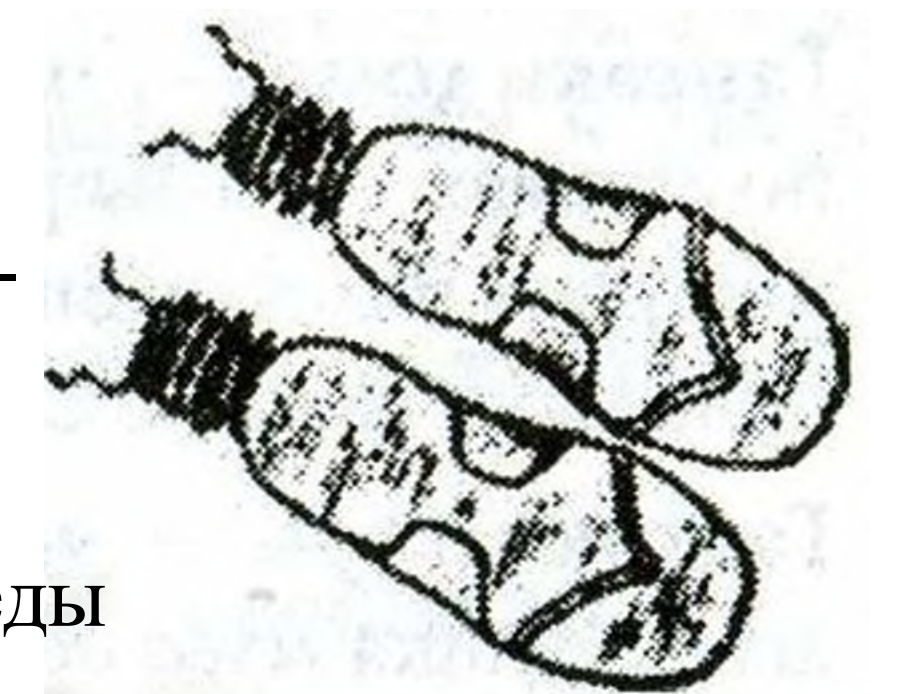
Вакэми — одна из техник *амэтори-но дзюцу*, заключающаяся в том, что в полутемном японском доме ниндзя быстро переставлял один или два манекена. Тени. пляшущие за просвечивающимися

перегородками, шорохи и т. д. создавали иллюзию, что ниндзя далеко не один. Другое название этой техники — кагэ бунсин.

Ванку — точка поражения: за ухом

Вансюн — точка поражения: середина трицепса

Варадзи — соломенные сандалии часто со специальной подошвой, имитирующей различные следы животных, калек и др



Когда к подошвам привязывали бамбуковые ветки для предотвращения проваливания в глубокий снег, подобную обувь называли «юки-варадзи» — «снежные сандалии»

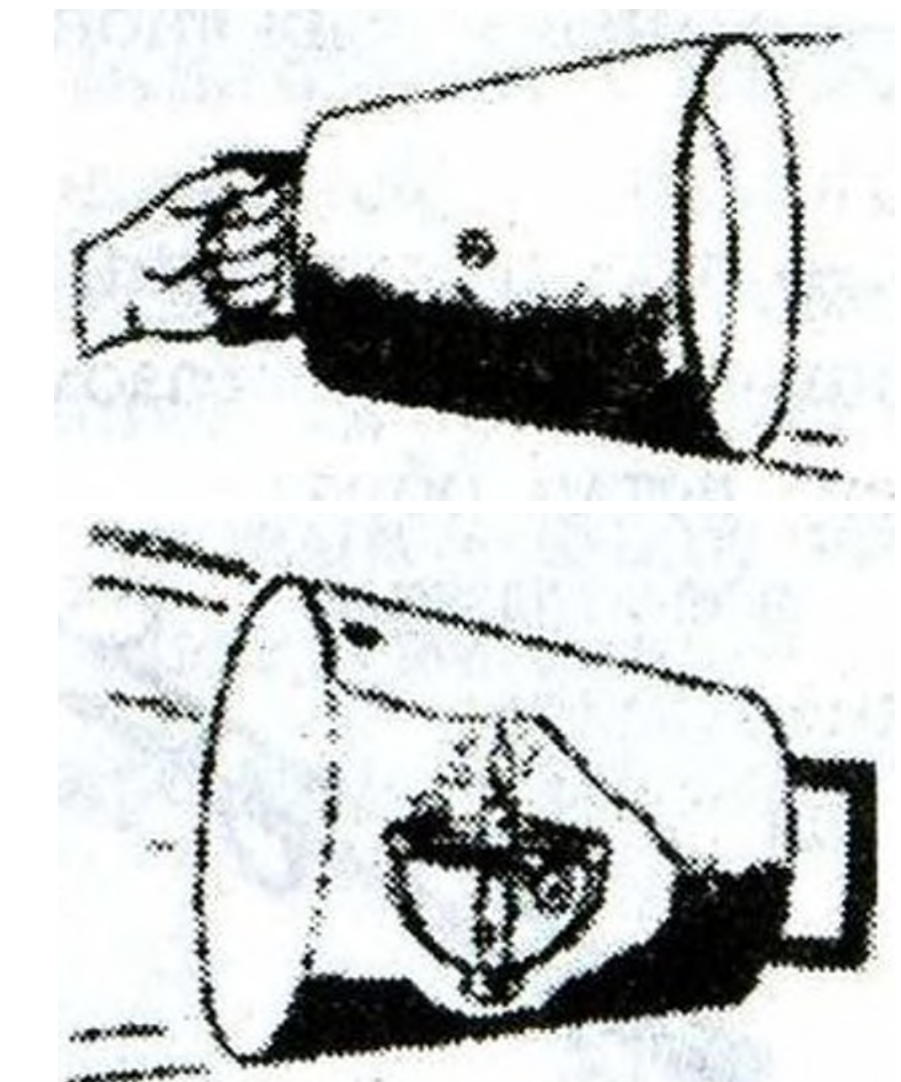
Вари-аси — «собственный шаг», один из видов перемещения ниндзя

Г

Гаисаи кагато кэри — удар пяткой в бедро изнутри наружу

Гакурэ — методы маскировки

Гандо — светильник со свечой внутри, прообраз тайного фонаря, всегда удерживающий свечу в вертикальном положении



Ганка — точка поражения: сосок

Ганко исэна — один из методов *то-атэдзюцу*. яркая вспышка света, исходящая из глаз ниндзя, которую видит противник, один из способов гипноза

Гансэй — точка поражения: глазное яблоко

Гансэки домэ — техника *муса дори*, исполняемая с бо-явара (при выкручивании руки палочка давит на точку докуко (докко) — расположенную под ухом)

Гансэки кэри — «растаптывание скалы»: техника *муса дори* с ударом стопой в колено одноименной ноги сбоку

Гансэки нагэ — «бросок с утеса»: бросковый вариант *муса дори*

Гансэки ори — «разламывание скалы»: *гансэки отоси* с давлением своим коленом на область колена противника изнутри

Гансэки отоси — «разбивание скалы»: переход на перегибание локтя сверху вниз с одновременным давлением вперед от техники *гансэки нагэ*

Гантю — точка поражения: сердечная область

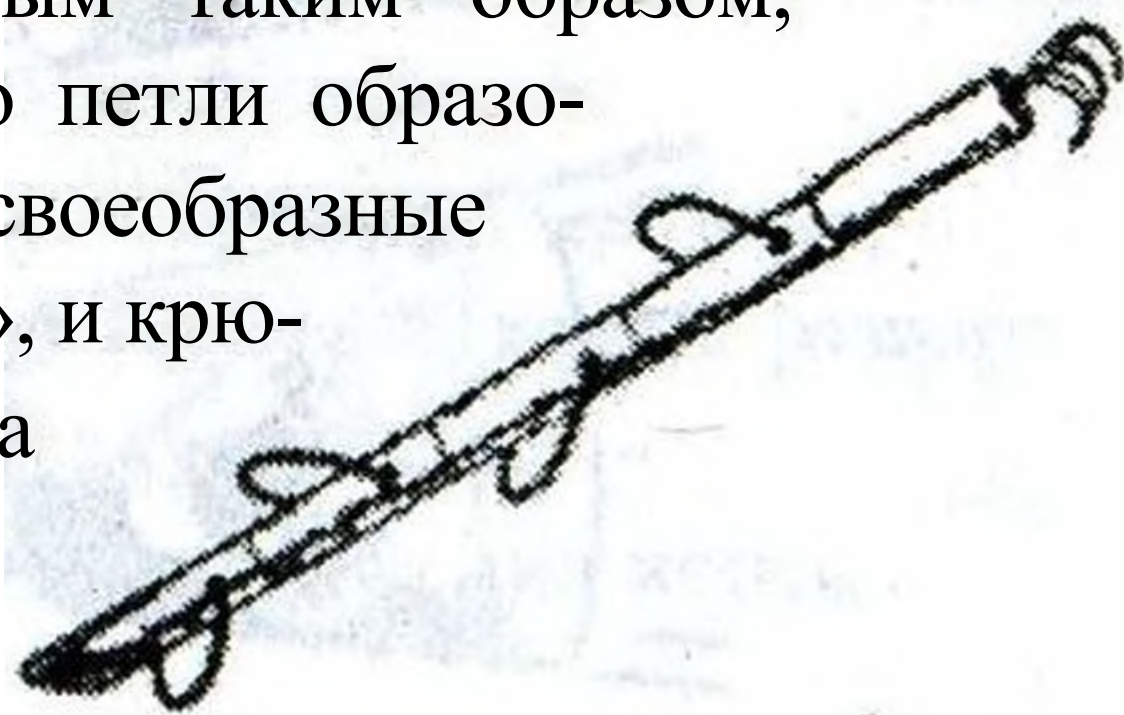
Гарами — перегибание — один из общих методов техники болевых контролен

Гассо-но камаэ — позиция для приветствия

Гатамэ (катамэ) — болевое или пассивное (силовое) удержание противника в стойке или на земле, лишая его возможности двигаться или контратаковать

Гёдзя — средневековый японский воин-аскет

Гёкаги — трость с длинным шнуром, вставленным таким образом, чтобы его петли образовывали своеобразные «ступени», и крюком на конце



Гёкко рю — школа «Драгоценного тигра», одна из древних школ будзюцу, основанная, по преданию, китайским монахом-люгаем Чжао Гокаем (Тё Гёкко) (развила методы юбидзюцу и *копподзюцу*)

Гёкуро — один из наиболее известных ядов ниндзя, готовящийся на основе заварки зеленого японского чая

Гёкусин-рю — одна из школ ниндзюцу, входящая в обучение *Будзинкан*

Гёсёнин — странствующий торговец, одно из амплуа *ситихо дэ*

Ги — костюм для тренировок, т. н. «ки-моно». В современном ниндзюцу используется ги черного цвета

Гикан рю — школа *косидзюцу*, входящая в обучение *Будзинкан*

Гири — «закон чести» у самураев, синоним понятия «долг чести»

Гисо-но (Гисо дзиин-но) дзюцу — канонизированное искусство фальсификации собственной личности на короткое время (для выполнения задания)

Го — пять

Гогё — Пять Первостихий: земля (*Ти*), вода (*Суй*), огонь (*Ка*), металл (*Кин*), дерево (*Моку*)

Годай (Годай сэцу) — Пять Первоэлементов: земля (*Ти*), вода (*Суй*), огонь (*Ка*), воздух (ветер) (*Фу*), пустота (*Ку*)

Годай-но ката (Сансин-но ката, Ки ката) — форма пяти движений, соответствующая Пяти первоэлементам: одна из базовых *ката Гёкко рю*

Годзё — «пять слабостей»: тщеславие, горячность, трусость, лень, мягкотелость

Годзё-гоёку-но дзюцу — использование «пяти слабостей и пяти желаний» в практике манипулирования противником ниндзя

Гоёку — «пять желаний»: голод, секс, удовольствия, жадность, гордыня

Гокаку-кэйко — тренировочный бой с равным противником

Гокатакэн — свод всех техник, философских идей и традиций школы

Гокуи — «шестое чувство», экстремальный разум, качество, позволяющее реагировать на нападение до того, как оно начнется

Гоку-но камаэ — *камаэ* с шестом (*хира-итимондзи*): шест расположен на уровне бедер сбоку от тела в задней стойке

Гома — возжигание ритуального костра, практика *сюгэндо*

Го-но сэн — «контратака, следующая раньше атаки» — один из принципов ведения поединка. Видя, что противник начинает атаку, следует начать и закончить свою технику раньше его

«Горин но сё» — «Книга пяти колец», принадлежащая перу известного фехтовальщика Миямото Мусаси, очень ценившаяся в кланах ниндзя

Госиндзюцу — искусство самозащиты

Готон по (Тон по) — методы маскировки с использованием Пяти Стихий: *Дотондзюцу*, *Суйтондзюцу*, *Катон- (Хитон)дзюцу*, *Кинтондзюцу* и *Мокутондзюцу*

Гохо-но камаэ — позиция с *кусари-фундо*: цепь зажата в кулаке на уровне солнечного сплетения в естественной или защитной (задней) стойке

Гумбай-утива — боевой веер (железная пластина на рукояти), использовавшийся как сигнальный жезл на поле боя. Не пугать с тэссэн — классическим складным железным веером

Гэбакукэн-ин — *кэцуин*, соответствующий символу «*Кай*» (*кудзи-ин*). *Дзюмон* для индивидуального использования: ОН НО О МА КУ САН МЛН ДА БА СА РА ДАН КАН

Гэдан — нижний уровень

Гэдан-но камаэ — позиция с мечом, направленным на область коленей противника

Гэдан-укэ — защита нижнего уровня (общее название всех возможных защит)

Гэдан-укэ-но камаэ — стойка с *бо* в положении нижней защиты

Гэй — искусство (например, *бугэй*, югэй, харагэй и т. п.)

Гэйню-но дзюцу — искусство подстрекательства и распускания слухов, а также умение вызывать панику в лагере врага

Гэкон — точка поражения: под нижней губой

Гэнбукан додзе — организация *будзюцу* и ниндзюцу, возглавляемая Танэмура Сето, учеником М. Хацуми. Включает помимо девяти школ, изучаемых в *Будзин-кан додзе*, еще несколько школ боевых искусств, в частности Итто рю, Мутто рю, *Ига рю* и др. Переводится как «Дворец магического (сверхъестественного) воина».

Гэндзюцу — изменение зрительного восприятия (путем гипноза) противника, подобно миражу

Гэнин — низшее звено в иерархии ниндзя

Гэри (кэри) — удар ногой (общее название)

Гяку — обратный, разноименный

Гяку нагарэ — разноименный пережат, т. е. пережат, идущий со стороны сзади расположенной ноги под 45 градусов вперед

Гяку симэ — обратное удушение (ладони направлены к исполнителю)

Гяку сэои риотэ (кататэ) — бросок за руку захватом двумя (одной) руками (может исполняться с *ханбо* или бо-явара) с наружной стороны, в отличие от обычного сэои нагэ, где исполнитель подворачивается под противника изнутри

Гяку удэ гарами — выкручивание руки за спину с помощью *ханбо* (или без)

Гяку усиро юти — бросок назад снизу вверх

Гяку юти — бросок *сюрикэн* от противоположного бедра или живота

Гяку юти но аруки — бросок снаружи внутрь с перемещением

Д

Дайдзёдан-Макко-гири — удар мечом сверху вниз с шагом вперед

Дайдзёдан-но камаэ — позиция с мечом, где меч поднят над головой

Дайконго ин — *кэцуин-символ*, соответствующий *дзюмон* «Пюо» (Пё) (*кудзи-ин*). *Дзюмон* для индивидуального использования символа: ОН И СЯ НА ЙА ИН ТАРА ЙА СОВАКА

Дайринся — деревянные кибитки в практике групповых действий ниндзя при штурме замков

Дайсярин — *отэн* (колесо) — акробатический элемент *тайхэндзюцу*

Дакэнтайдзюцу — техника ударов в *тайдзюцу*

Данган игата — щипцы для отливки пуль

Данрёку-но камаэ — *камаэ* с *ханбо*: палка держится двумя руками сбоку от тела

Дантю — точка поражения: верх грудной кости

Дасуно камаэ — *камаэ* с *ханбо*: в широкой стойке палка перед собой на уровне бедер

Дзагуриси-яку — «подарок» от ниндзя, при вскрытии которого происходит взрыв, отравление газом и т. д.

Дзай — *дзюмон*, соответствующий *кэцуин-символу Нитирин-ин*

Дзансин — 1. Парящий удар мечом, *ханбо*, *бо* и др. в *ядомэдзюцу*, 2. Контроль противника даже после его падения, полная концентрация на его действиях.

Дзасагаси но дзюцу — искусство обнаружения врага в темноте при помощи *сагэо*, зажатой в зубах. *Сагэо* привязывается к ножнам, которые при положе-

нии меча за поясом сдвигаются на самый край. Таким образом, как только враг, подкрадывающийся со спины, задевал ножны, ниндзя бросал веревку, выдерживал меч и протыкал врага.

Дзё — палка длиной 1 м 30 см

Дзёарарэ — большой шипастый шар с зажигательной смесью внутри



Дзёдан — верхний уровень

Дзёдан-вадза — техника с мечом (общее название группы техник, в которых удары начинаются из *дайдзедан*- или *хассо-но камаэ*. Основная траектория — сверху вниз (тэнти) или сверху вниз по диагонали (кэса).

Дзёдан-каратакэ-вари — «расщепление полого бамбука» — удар мечом сверху вниз на месте

Дзёдан-укэ — защита верхнего уровня (общее название всех видов защиты)

Дзёдан-укэ-но камаэ — *камаэ* с шестом или цепью, в положении верхней защиты (над головой)

Дзёдзюцу — искусство владения *дзе*

Дзёки-но камаэ — *камаэ* в *бодзюцу* («Волшебная духовная проекция»): шест занесен назад для удара (другое название — *рюсуё-но камаэ*)

Дзёнин — высшее звено в иерархии ниндзя

Дзёэй-но дзюцу — искусство бесшумного и бестеневого перемещения, основанное на технике передвижений (*аруки*) и прятанья (*интондзюцу*)

Дзигаи — удар ножом в горло (а также женское самоубийство (вместо *харакири*), применяемое и *куноити*)

Дзигоку гяку отоси — обратная атака мечом сверху

Дзигоку отоси — уклон с переломом колена от удара ногой

Дзидзай — «свобода даровать жизнь»

Дзидзамураи — воины-земледельцы

Дзикидахо — прямая траектория полета *сюрикэн* (без поворота)

Дзин — 1. Человек. 2. *Дзюмон*, соответствующий *кэцуин-символу* «Найбаку-кэн-ин» (*кудзи-ин*)

Дзиндзо — точка поражения: почки

Дзинмондзюцу — военнопольная медицина ниндзя, включающая в себя знания и навыки точечного массажа, реанимации и изготовления лекарств из имеющихся средств

Дзинтю — точка поражения: корень носа

Дзинтю рэй — поклон, стоя на одном колене

Дзисури-гэдан-но камаэ — позиция с мечом на уровне коленей, обратная *гэдан-но камаэ*

Дзисяку — старинный компас

Дзиттэ (дзюттэ) — затупленный стилет граненого сечения, имеющий «усик» для захвата меча

Дзэн — 1. Философская школа буддизма, проповедующая «мгновенное просветление» через практику медитации 2. *Дзюмон*, соответствующий *кэцуин-символу* «Онгё-ин (*кудзи-ин*)

Дзю — 1. Мягкость, мягкий; 2. Десять.

Дзю-аси — «десять методов ходьбы», способы перемещений ниндзя

Дзюдзи — 1. Крест-накрест, 2. Техника меча, *нагината* и др.

Дзюдзи-но хо — «метод десятого слога» в *нинпо микке*

Дзюмон — заклинание, мантра

Дзюмондзи-но камаэ — позиция «десяти» в *тайдзюцу*, в которой руки скрещены перед грудью, образуя крест

Дзюн-нагарэ — одноименный перекал (вперед)

Дзю-нэн гороси — методы поражения энергетических каналов в практике ниндзя (подобно *диммак*)

Дзюнрэй — бродячий заклинатель, одно из амплуа перевоплощений ниндзя (*ситихо дэ*)

Дзюроппокэн — шестнадцать основных видов естественного оружия

Дзюророкаги — нечто вроде отмычки



Дзютайдзюцу — «мягкая» техника в *тайдзюцу*. броски (*нагэ*), удушения (*симэ*), болевые выкручивания и сваливания (*гяку* и *торитэ*)

Дзюцу — искусство, мастерство

Дзюэй-но дзюцу — искусство проникания и внедрения на вражескую территорию перед началом войны

Дзяхо — букв. «знание людей» — магия, основанная на растворении собственно-го «*Ва*» в «*Ва*» вселенной

До — Путь

Доай — принцип одновременности защиты и контратаки: блок сам по себе должен являться контратакой или же удар должен следовать вместе с блоком, а не после него

До-гакурэ — разбрасывание монет в толпе при бегстве, один из методов *кинтондзюцу*

До-гаэси — контртехника с *ханбо* против броска через плечо: после подворота

противника на бросок палкой сжимают ему ребра или горло сзади

Доги — полевая сумка, треугольный ранец и жилет-портупоя в снаряжении ниндзя

Додзё — «место, где постигают Путь», тренировочный зал

Додзё-ни рэй — приветствие (поклон) *dodze*

Докко — точка поражения: под ухом

Докко-ни — *кэцуин*-символ, соответствующий *дзюмон* «Уин» (*кудзи -ин*). *Дзюмон* для индивидуального использования: ОН БАЙ СИ РА МАН ТА Я СО ВАКА

Доко-но камаэ — «позиция тигра» в *тайдзюцу*. задняя стойка, где передняя рука вытянута вперед, а сзади расположенная находится возле одноименного уха в положении *боси кэн*

Докубари — отравленные иглы, втыкаемые в корни деревьев поперек дороги преследователей



Докуэн-гакурэ — использование ядовитых и слезоточивых пазов, один из методов *катондзюцу*

Дори (тори) — букв. «захват», в сочетании с другими словами может обозначать технику атаки или контрдействия (напр., «муто дори» — контрприемы безоружного против вооруженного)

Дотондзюцу — «использование стихии Земля» в практике *Гомон по* (общее название)

Дэбана-вадза — техника с мечом, заключающаяся в атаке в тот момент, когда противник сам собирается напасть

Дэнко — точка поражения: под ребрами слева

Дэнко-но ката, (ити нинпо яй) — хват меча из-за спины

Ё

Ё (и Ин) — Светлое, положительное, мужское начало в *Ин Ё*, (кит. Инь-Янь) даосской философской доктрине о единстве и противоположности Вселенной

Ё-ван-ори — один из болевых контролен на земле с помощью *ханбо* (*бо* и др.) — палка давит на локоть лежащего на животе противника при помощи колена, в то время как рука исполнителя приподнимает кисть атакованной конечности

Ёдзи-гакурэ — метод «зубочистки», один из способов отвлечения внимания караульного стражника, заключающийся в бросании мелкого предмета из укрытия куда-нибудь рядом с часовым, который отвлекается на шум и не готов к защите (зубочистки (ёдзи) в средневековой Японии были металлическими и производили характерный шум при падении на каменный или деревянный пол — отсюда и название)

Ёдзя-но дзюцу — имитация слабости при проникновении к врагу. Прикинувшись раненым, больным или приняв облик старика, ниндзя достигал своей цели — проникновения в замок, куда его заносили сердобольные слуги или солдаты

Ёко — боковой, вбок

Ёко-аруки — боковое перемещение (скрестный шаг)

Ёко-гэри — удар ногой в сторону

Ёко-кайтэн — боковой кувырок

Ёко-кудзики — перегибание руки от захвата ворота в горизонтальной плоскости с помощью бо-явара

Ёко-нагарэ — боковой пережат

Ёко-сабаки — уход в сторону

Еко-сихо-нагэ (нагарэ) — боковой бросок с падением

Ёко-такэ-ори — боковой удар ногой в колено

Ёко-таоси — техника *яри*

Ёко-укэми — падение вбок

Ёко-юти — бросок *сюрикэн* вбок

Ёмогами-но дзюцу — искусство двух параллельных жизней, одно из составных частей искусства *хэнсодзюцу*. Заключается в том, что человек живет в двух разных местах под разными именами одновременно. Естественно, в обоих местах его знают как другого человека.

Ён (си) — четыре

Ё-но кэн (масугу) — прямой хват *сюрикэн*

Ёсицунэ рю — школа ниндзюцу (округ Фукуи), основана Есицунэ Минамото

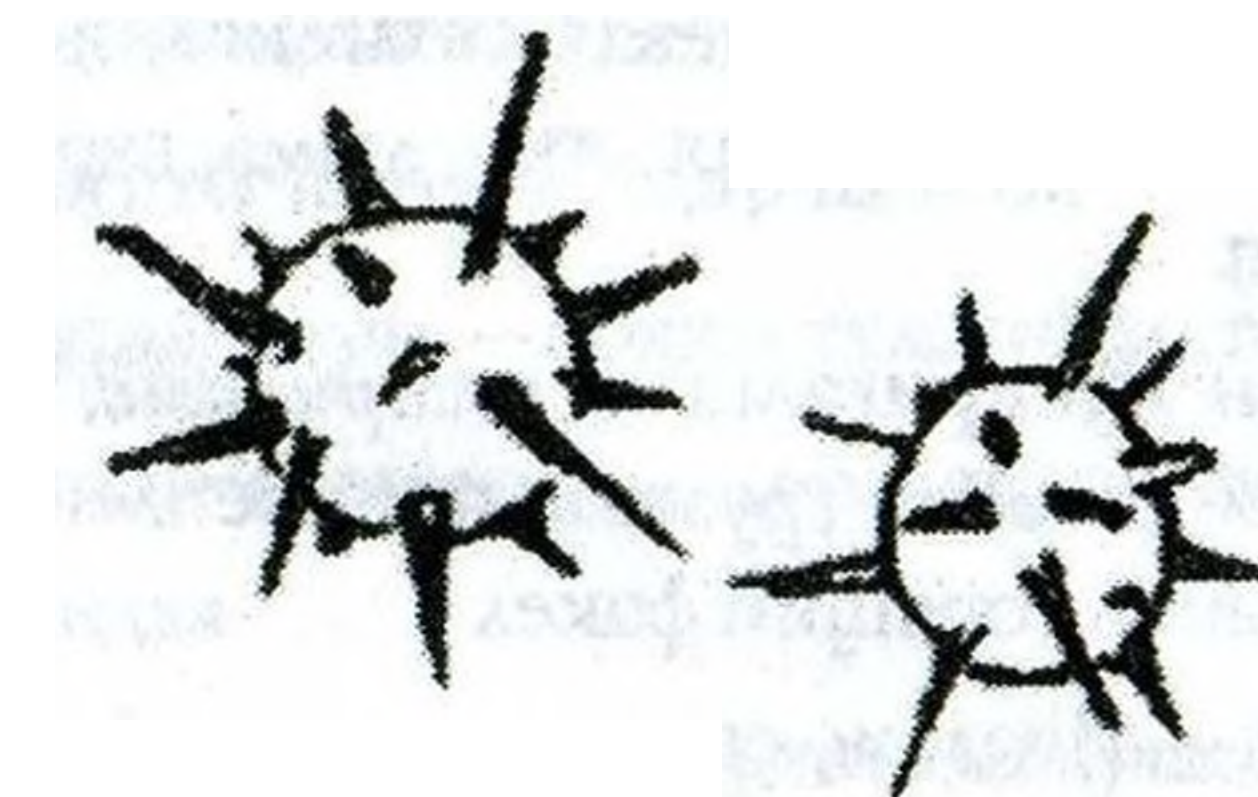
Ёхицунэ рю — школа ниндзюцу (округ Тояма)

И

Ига — провинция в средневековой Японии, один из центров развития ниндзюцу

Игабакама — брюки в *синоби седзоку*, сильно отличающиеся от стандартных хакама

Игадама — (букв «драгоценности Ига») — металлические «каштаны» ниндзя, разбрасываемые на пути преследователей, в ловушках или бросаемые в противника



Ига рю — региональная традиция ниндзюцу, включающая несколько семей, в том числе кланы Хаттори и Момоти

Идзуна-отоси (сарубоби, онитоби) — прыжок с ветви дерева на часового с целью сломать ему шею

Икада — плот (общее название)

Икада-дзумо — бои на плоту или в лодке (общее название)

Имори-гакурэ — маскировка по «способу тритона», один из методов *дотондзюцу*. заключается в умении прилипнуть к стене, камню и т. д, полностью слившись с их поверхностью

Имори-но камаэ — другое название *дзюмондзи-но камаэ* («Позиция завета»)

Ин (и Ё) — даосская философская доктрина о единстве и противоположности Вселенной

Инадзума — точка поражения: печень спереди

Инатоби — выпрыгивание из воды по способу «молодого лобана», одна из техник *суйхэйдзюцу*

Ин-но кэн — обратный хват *сюрикэн* (*кайтэн*)

Инпо — см. *Интондзюцу*

Инро — «подручная аптека» ниндзя, лекарства и яды, изготавливаемые в ходе акции из имеющихся в наличии средств

Инсин тонкэй — «минимальными усилиями — максимальных результатов» — один из базовых принципов искусства ниндзюцу в целом

Интондзюцу — искусство ускользания и прятанья, включающее в себя технику передвижений, длительное замирание на месте, использование игры света и тени, знание возможностей человеческого зрения (границ периферического зрения, особенностей освещения и т. д.), использование различных трюков с исчезновением в дыму, в лесу, в воде и т. д.

Инубуэ-но дзюцу — использование хищных, ядовитых или зараженных животных в диверсионной практике

Иппи-но камаэ — *камаэ* с *кусари-фундо*, аналогично *хаймэн-но камаэ* — позиции, в которой цепь удерживается за спиной по диагонали

Иппон-сит-нобори — миниатюрный кёкэцу сёге

Иrimi — «вхождение», один из принципов ведения боя — заключается в дви-

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

жени и навстречу противнику, нанося удар или проводя захват «вразрез», соблюдая принцип доай

Исэи-но камаэ — позиция с *кусари-фундо*, зажатым в кулак при естественной постановке ног

Итакэн — плоский *сюрикэн*

Игами-вадза — техника воздействия на нервные центры нажатием, сдавливанием, щипком (общее название)

Ити — один

Итидзэн рю — школа ниндзюцу, основана и действовала там же, где и *Акиба рю*

Ити-мон — «единые врата» — символическое название семейной организации ниндзя, клан

Итимондзи — техника *яри*

Итимондзи-но камаэ — «позиция единицы» в *тайдзюцу*. «передняя» рука вытянута по направлению к противнику, а задняя рука расположена у противоположной стороны шеи ладонью к исполнителю. Ноги в «задней» стойке

Итимондзи-фури — удар цепью

Ити-но камаэ — *камаэ* с мечом, в котором меч подготовлен к толчку на уровне живота

Ихэн-но камаэ — позиция в *тайдзюцу*. глубокая передняя стойка с положением рук как в *итимондзи-но камаэ*

Иэмото — глава клана, *дзенин*

К

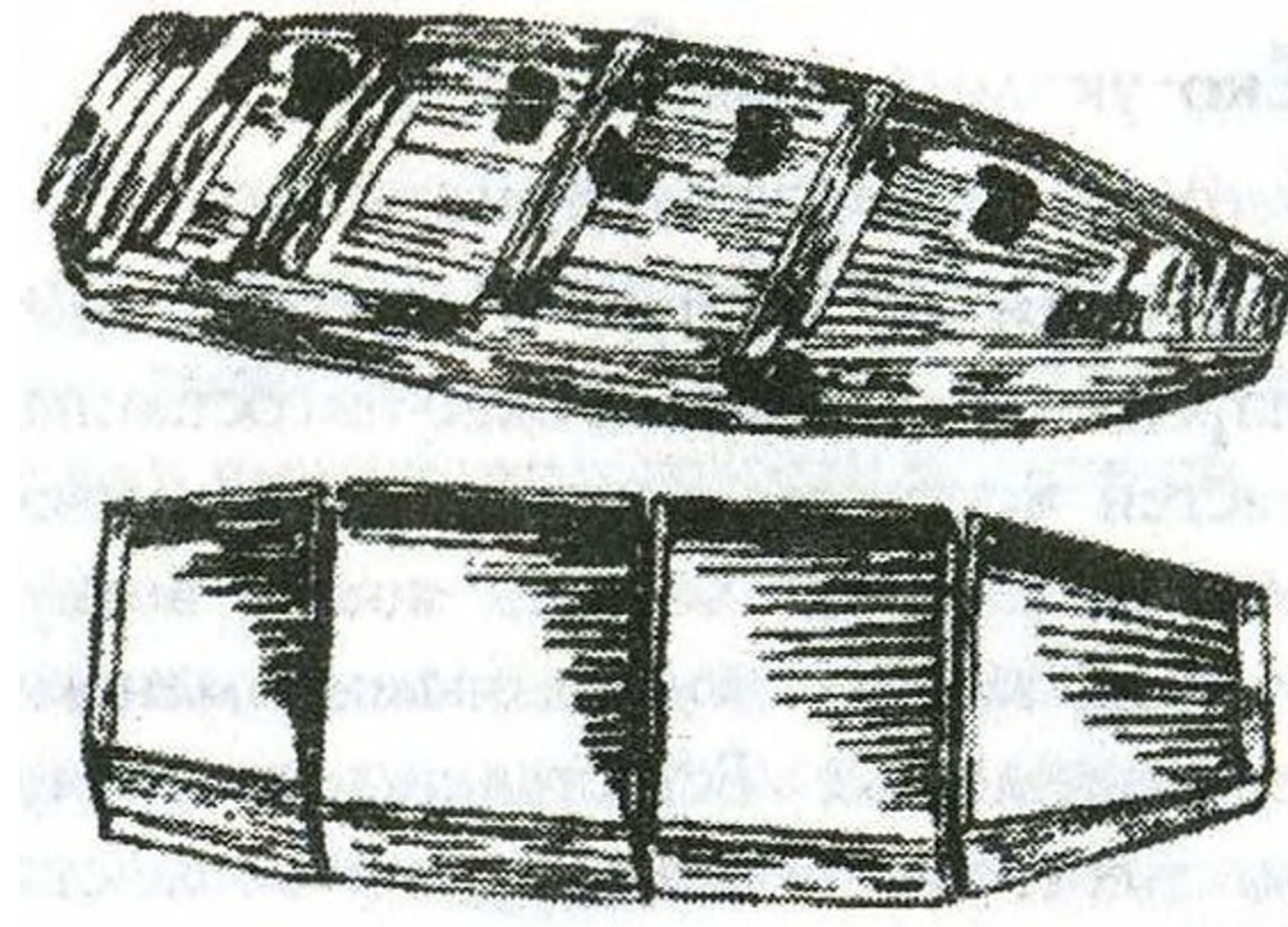
Ка — первоэлемент Огонь

Каваси — см. *Тай-сабаки*

Каварими — обратное протыкание мечом (сверху вниз)

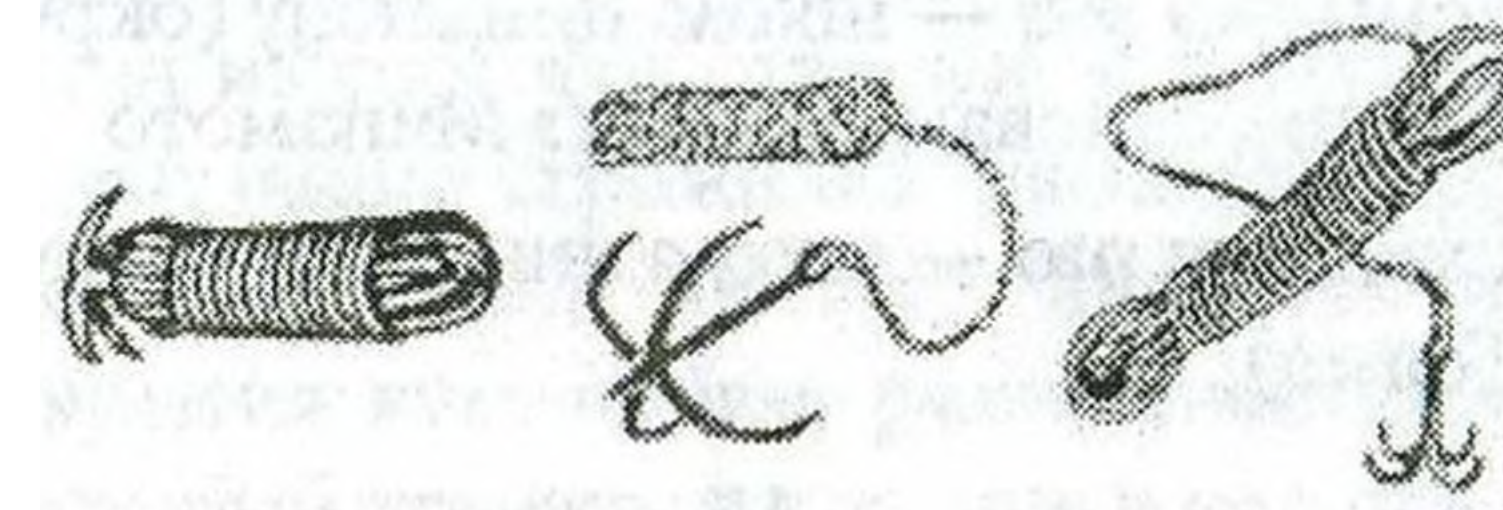
Кагаси-но дзюцу — название *интон-дзюцу*

Кагата-хасами бунэ — складная лодка из нескольких коробкообразных секций



Каги — крюк

Кагинава—крюк или «кошка» для преодоления препятствий



Кагэ-но нито — «меч с двойной тенью», техника применения меча и ножа (*сякэн*) с использованием *мэцубуси*

Кагэро-но юти — удар цепью сверху вниз одновременно с прямым ударом ноги

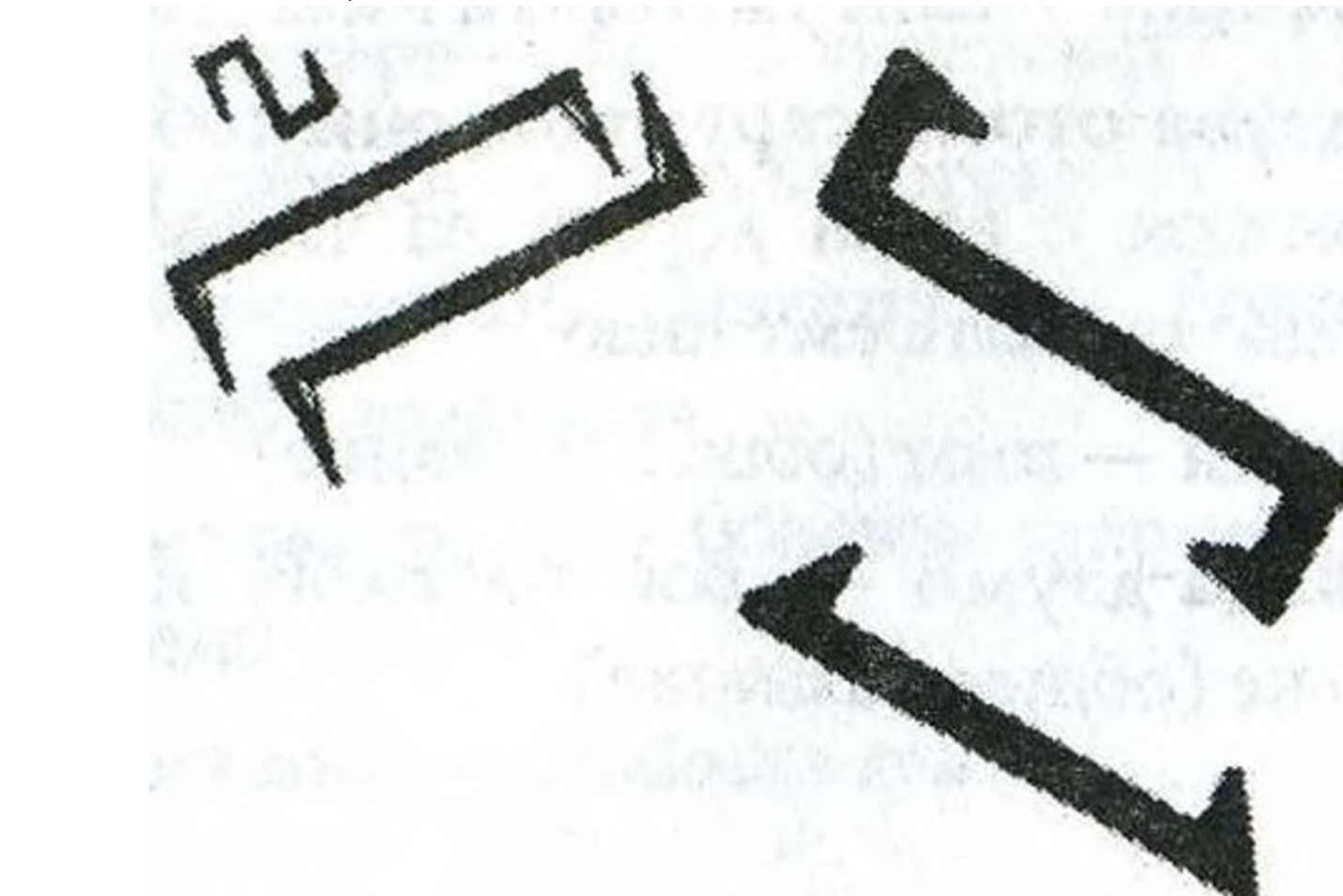
Кадзи рю — школа ниндзюцу (провинция Ига), основана Кадзи Оми но-ками Кагэхидэ

Кадзюцу — «огневая техника», искусство использования огня, дыма, взрывов и т. п.

Каен-кусаригама — *кусаригама*, у которой вместо грузика прикреплен небольшой горящий факел

Кай — *дзюмон*, соответствующий *кэцу-ин*-символу «Гэбакуэн-ин» (*кудзи-ин*)

Кайки — рычаг для подпираания двери или окна, а также копания



Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Кайтайе-кусаригама — карманная *кусаригама*



Кайтэй-гакурэ — «туннель под морем», одна из техник *дотондзюцу*. Заключается в прятании в заранее подготовленную яму (с крышкой) в песке на берегу моря, где вода быстро смывает все следы.

Кайтэн — 1. Кувырок; 2. Обратный хват *сюрикэи* (*ин-но кэн*); 3. Поворот, вращение.

Кайтэн-дахо — траектория полета *сюрикэн* с полным оборотом (360°)

Какари-кэйко — вид тренинга, при кагором один из партнеров постоянно атакует другого

Какаси-гакурэ — «способ пугала», один из методов маскировки *дотондзюцу*. Искусство изображать из себя в темноте очертания знакомых глазу предметов.

Какато (кагато) — пятка

Какато-кэри — удар пяткой

Какаэ-дори — обхват туловища спереди

Какаэ-одзюцу — деревянная пищаль ниндзя

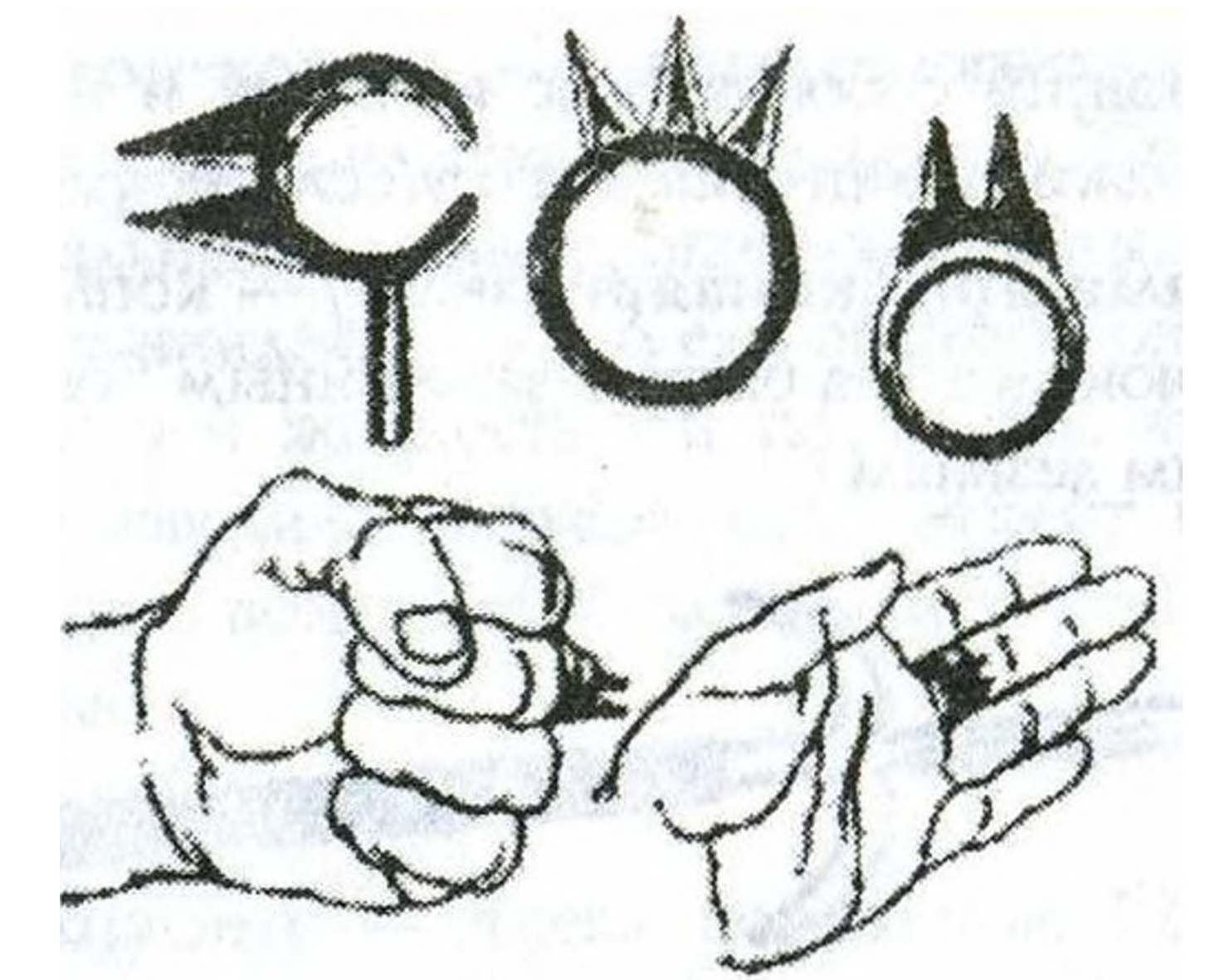
Какои-юти — вращение *манрики-гусари* (*кусара-фундо*) сбоку от себя

Каку-бо — шест квадратного сечения

Какуси гири — удар ножом с использованием отвлекающих действий

Какуси кэри — удар ногой с финтом (уходом)

Какутэ — кольца с шипами, надеваемые на пальцы



Какэганзукэ — приспособление для открывания задвижек, которые трудно достать

Какэдзин — «висящий человек», упражнение для силы рук

Какэ-кадзуси — техника с серпом: подцепление и подрезание запястий противника, удерживающего оружие

Какэ-но камаэ — *камаэ* с *ханбо*, в котором ноги скрещены

Какэ-отоси — удар серпом сверху вниз с блоком

Какэ-юти — техника с серпом: один или серия ударов

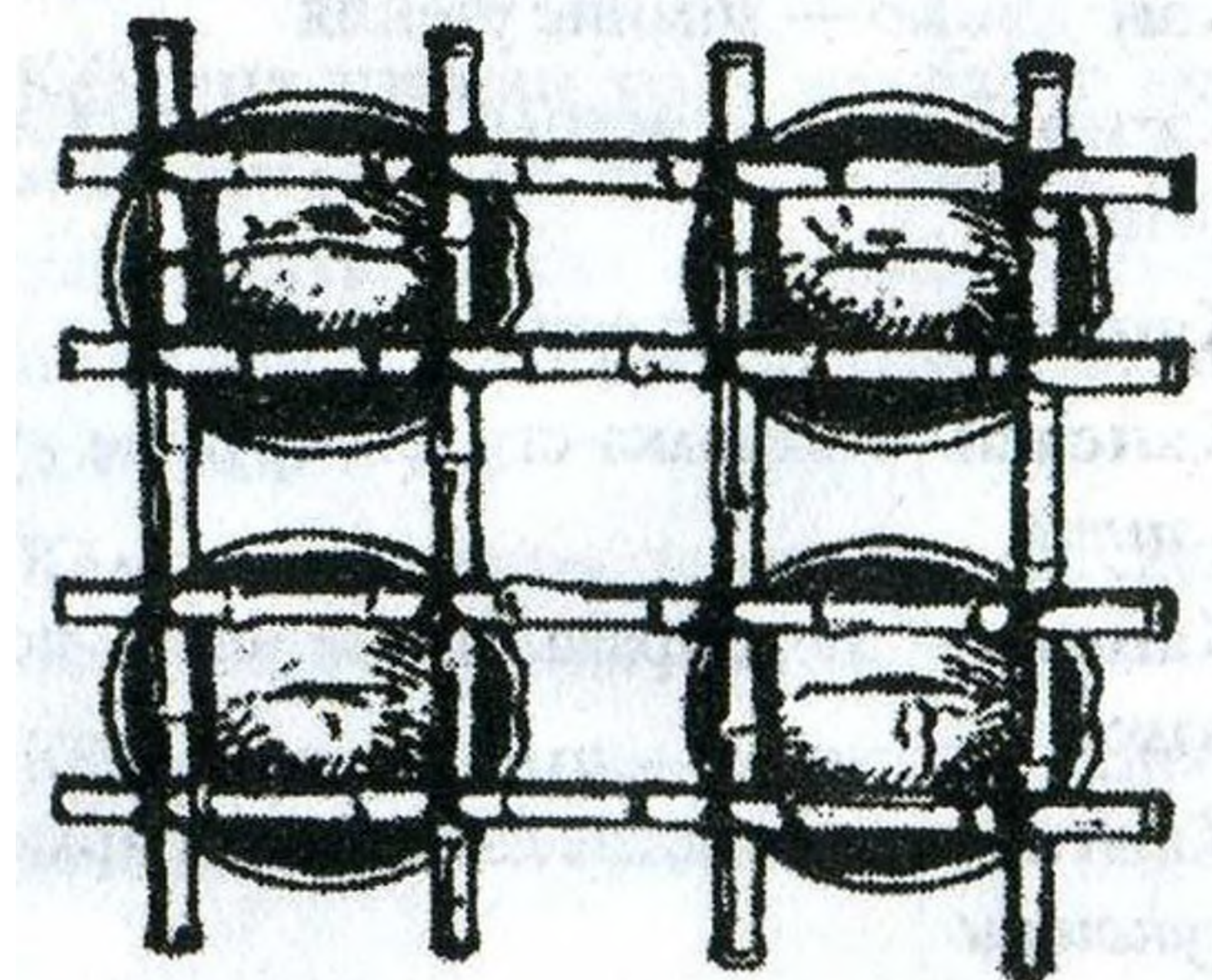
Кама — боевой серп

Кама-гакурэ — использование металлической посуды для произведения отвлекающих шумов, метод кинтондзюцу

Камаку — «москитная занавеска»: шипы, разбросанные в траве для предотвращения незаметного подкрадывания или бегства пленника

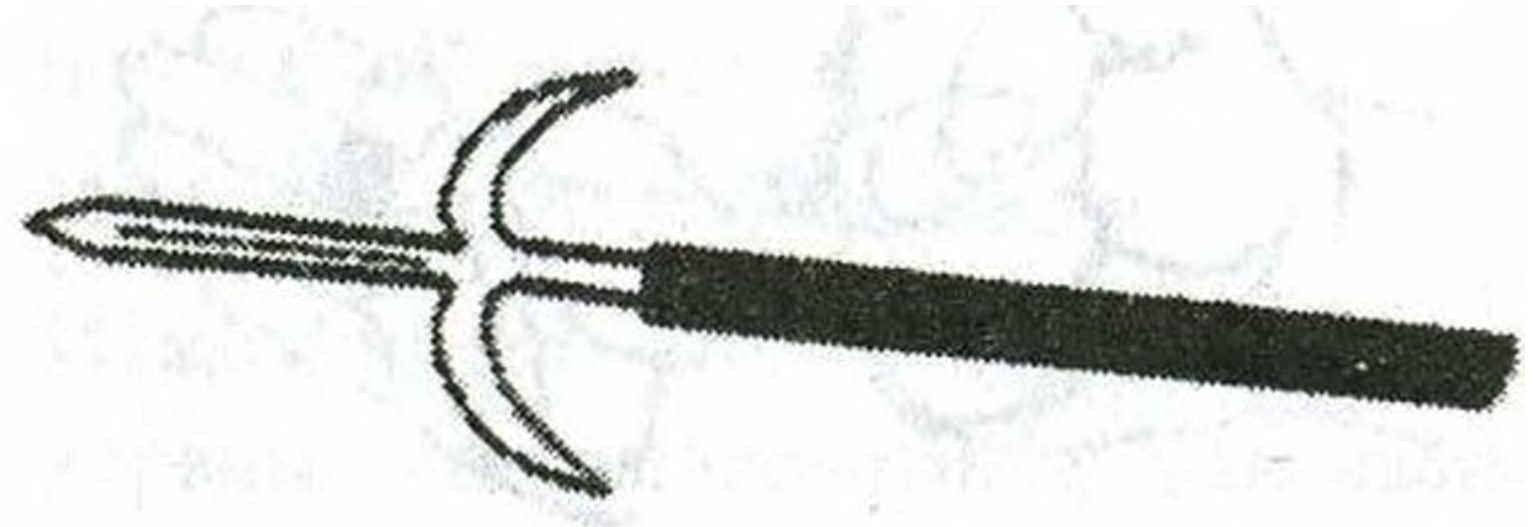
Камаэ — позиция, состояние духа

Кама-икада — соломенный плотик для преодоления водных преград, представ-



ляющий собой каркас из веток и нескольких шляп-амигаса (*суйхэйдзюцу*)

Кама-яри (камаяридзимэ) — копье с крюком типа багра с заточенным боковым лезвием



Ками-гакурэ — «прикрытие божественным духом (ками)», один из методов внедрения к врагу (играя на религиозных чувствах или изображая из себя священника)

Камэ-гакурэ — «способ черепахи», метод маскировки *суйтондзюцу* (сидение под водой с дыхательной трубкой, удерживая камень коленями ног)

Камэн — маска-капошон

Канабо — дубина (порядка 1,5 м) с расширяющейся граненой боевой частью

Канибасами — «бросок ножницами»

Канимэ — «глаз краба», принцип в обучении метанию *сюрихэнов*. Как только исполнитель видит черную точку зрачка в глазу противника, он тут же бросает *сюрикэн*.

Канасибари (айки-канасибари) — «мобилизация духа», позволяющая совершать сверхъестественные виды воздействия на себя или противника

Кандзо — точка поражения: печень (сбоку сзади)

Кан-кэйко — зимние учения

Ка-но ката — методы боя «подобно Огню»

Канпо — техника *яри*

Кансаси — заколка-стиллет, оружие *куноити*

Канся — переправа по веревке под водой

Кантикуся — высшее звено в иерархии *куноити*

«**Као-ни араварэну**» — «ничего не давать понять по лицу» — психологический принцип в манипуляционной практике ниндзя

Каппо — методы оживления и реанимации

Карима-куноити — «наемные» *куноити*, женщины, не являющиеся членами клана

Карумидзюцу — искусство облегчения тела, где мастерства достигают длительными тренировками, включающими в себя бег и прыжки с отягощениями, ходьбу по канату, ходьбу и бег по мокрой бумаге или песку, не оставляя следов и т. д.

Каса-гакурэ — использование зонтика или веера, чаще используется в тактике *куноити*

Касира дори — техника с *кагинава*

Касира маки осаэ — техника с *кагинава*

Касира маки отоси — техника с *кагинава*

Касира нуки — техника освобождения (*нукэ-вадза*) от удушения предплечьем сзади

Касира нукэ — техника освобождения (*нукэ-бадза*) от захвата руки нырком под атакующую руку

Касира осаэ — 1. Техника с *кагинава*; 2. Техника с мечом.

Касугай — металлические запоры на двери и окна, используемые для лазания

Касуми гаэси — техника *нагината*

Касуми (риомо) — точка поражения: висок

Касуми-но камаэ — 1. *Камаэ* в *сюри* - *кэндзюцу* (как *доко-но камаэ* в *тай-дзюцу*); 2 *Камаэ* с мечом (др. название котё-но *камаэ*).

Касуми-фури — техника мгновенного выбрасывания цепи из кулака, аналогично *нака-фури*

Касуми-юти — контртехника с *ханбо* против захвата руки зажиманием запястья противника между кистями рук и палкой.

Кася — ручной блок для поднятия тяжести на стену

Ката — форма

Катагатаэ-но дзюцу — искусство взятия. цитадели (открытие ворот и т. д.)

Катагину — удар в горло *ханбо* с последующим скрестным выкручиванием рук от захвата за отвороты

Катаидза — духовное очищение, аналог *сэссин тэки кэйо*

Катана гори-но камаэ — *камаэ* с *ханбо*

Катакэси но дзюцу - искусство убийств (букв, «искусство гасить облики»)

Катамэ-вадза — техника удержаний

Ката-тори — захват плеча

Кататэ — одной рукой

Кататэ-вадза — техника, исполняемая одной рукой в *ханбо*-, *бо*-, *кэндзюцу*

Кататэ-дзимэ (симэ) — перегибание запястья вверх с помощью бо-явара

Кататэ-ката-дори — захват плеча одной рукой

Кататэ-кудзики — перегибание локтя с помощью бо-явара, после захвата под одноименную подмышку

Кататэ-нагэ (омотэ, ура) — бросок захватом одной руки с выкручиванием в плечевом суставе как безоружным, так и с помощью бо-явара

Кататэ-риотэ-тори — захват двумя руками одной руки

Кататэ-цуки — тычок одной рукой мечом, *ханбо* и др.

Катаха — выкручивание плеча (загибом руки за спину)

Катондзюцу — использование огня для маскировки и бегства

Катон-хосэка - ниндзя «огненный шар»: одна из техник катондзюцу. Специальный состав, пропитывавший костюм ниндзя, позволял ему обливать себя горючей жидкостью и поджигать, что производило устрашающий эффект на врага и позволяло убежать или поразить цель.

Кацу — см. *Каппо*

Кацусацу — точка поражения: 12-й позвонок сверху

Кацуру отоко-но дзюцу — общее название искусства организации легального прикрытия действий ниндзя на вражеской территории

Кацугай (касугай) - скобы для лазания и устраивания засады на потолке



Каэн-гакурэ — извержение пламени (см. *Ониби -гакурэ*) изо рта, один из методов *катондзюцу*

Каэси-вадза — контртехника в *тай*-, *ханбо*-, *бо*-, *кэндзюцу* и др., начинающаяся после атаки противника и органично (естественно) захватывающая инициативу таким образом, что в результате исполнитель одерживает победу

Кё — учение, умение

Кёдзицу — 1. «Пустота и наполненность», один из эзотерических принципов в доктрине ниндзя. 2. Контртехника против захвата руки с помощью *ханбо* (перегибая запястье против естественного сгиба)

Кёдзицу тэнкан хо — искусство «как ложь представить правдой»: умение препарировать факты, дезинформировать противника, играть на его слабостях, недостатках и т. д.

Кёмон — развитие чувств: зрения, слуха, обоняния, осязания и вкуса

Кёнин-но дзюцу — искусство использования страха и суеверий

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Кётоцу — точка поражения: низ грудной кости

Кёэи — точка поражения: ребра и подмышки

Кёсэи — точка поражения: солнечное сплетение

Ки — внутренняя энергия, энергия вселенной

Киай — гармонизация со вселенной, философская доктрина ниндзя, лежащая в основе всего искусства *синоби*

Киай-мукиай — «Киай без киай»: техника беззвучного крика, используемого для ночного боя

Кивамэ — добывающий удар, окончательная контратака

Кикаку кэн — удар головой

Кикацу ган — энергетические пилюли, состав которых обычно включал в себя овес, сосновую кору, маринованные сливы, рисовую муку и сушеную рыбу или моллюсков. Позволяли проводить без пищи до нескольких дней, при регулярном приеме.

Кикидзуцу (кикигамэ) — рупор для подслушивания, и переговоров на расстоянии

Кико — букв. пер. на яп. слова «цигун», т. е. «работа внутренней энергии»

Кикося — «щит-черепаха» ниндзя, небольшой щит круглой формы (35 см в диаметре), надеваемый на область плеча (подобно рукаву)

Кикү-но ката — *ката* в *тайдзюцу*

Кикү-суи — техника *яри*

Кимотори — ритуальное поедание печени врага

Ки-но нагарэ — «течение ки», один из принципов работы с внутренней энергией в бою. Целью данного принципа является не стопорить атаку врага, а распространять ее дальше со своей помощью, проводя ее в заданном направлении.

Кин — стихия Металл

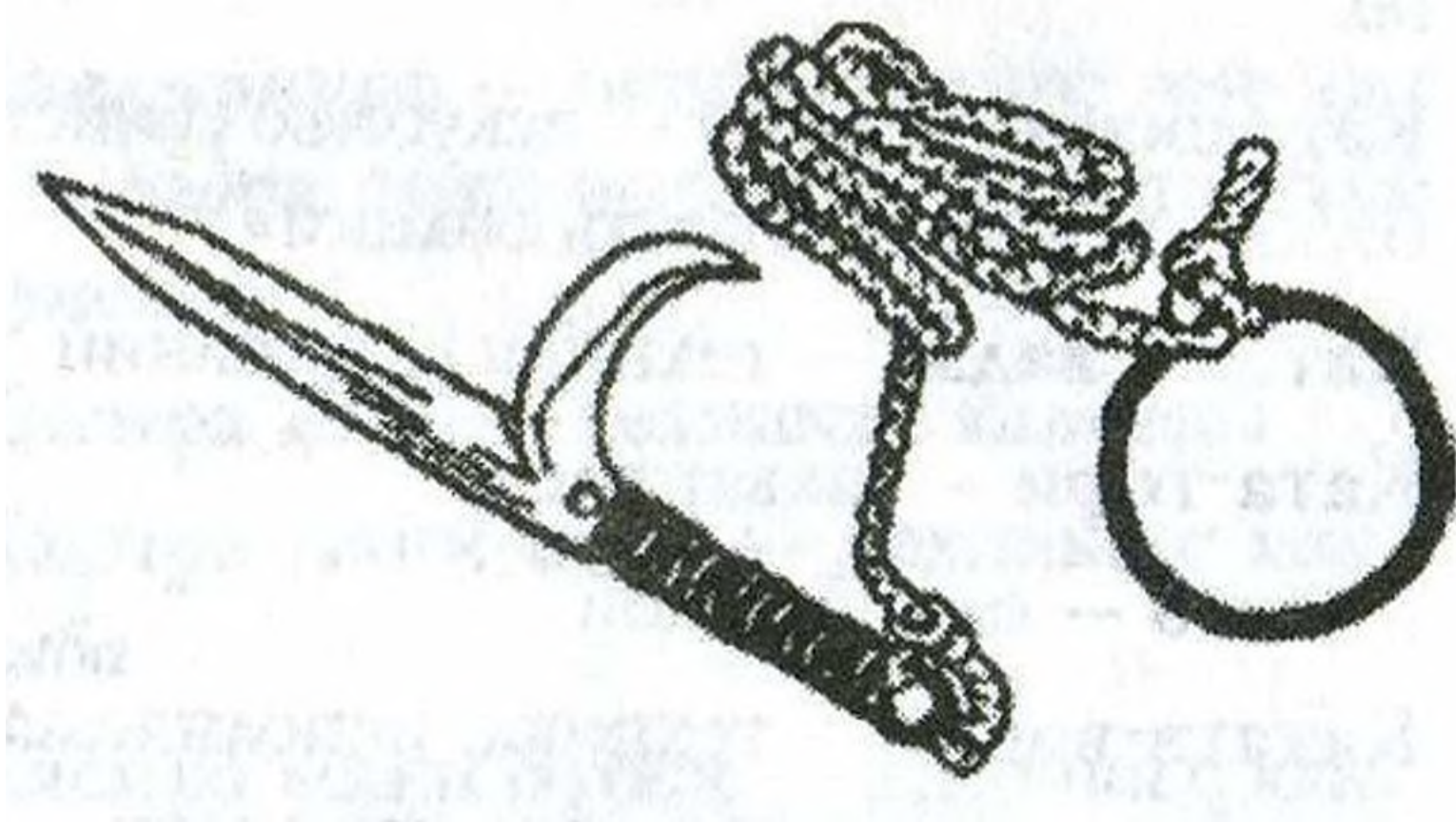
Кинтондзюцу — использование стихии Металл в практике *Готон по*

Кинтэки — точка поражения: пах и половые органы

Кио — техника с мечом: выбрасывая свой меч из ножен (большим пальцем) в лицо противнику, ниндзя другой рукой выхватывает его меч и протыкает его живот или горло

Киокоцу-кудаки — удушение сжатием тела сзади с помощью *ханбо*

Киокэцу сёгё — кинжал с двумя лезвиями, из которых одно прямое, а другое загнутое, с прикрепленной к нему веревкой и металлическим кольцом на конце



Киотоцу — точка поражения: на грудной кости

Киозэи — точка поражения: под грудной мышцей со стороны руки

Кири — резать, сечь, рубить

Кирикаэси — 1. Техника меча («ответное сечение»); 2. Основное упражнение в *синоби кэндзюцу*.

Кирисагэ — техника *нагината*

Кири хараи — техника *нагината*

Кирицуки — одна из техник в фехтовании мечом, заключающаяся в тычке, естественным образом переходящем в режущее движение

Кисэки — компас, указывающий направление в воде

Кито-ган (кикацу ган) — энергетические и подавляющие жажду средства

Китэн — фляк вперед

Китэн кэн — удар ребром ладони внутрь

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Кихон дзантоцу сабаки гата — *ката* базовых ударов мечом (включает 11 техник)

Кихон доса — свод базовой техники (др. назв. «кихон гата»)

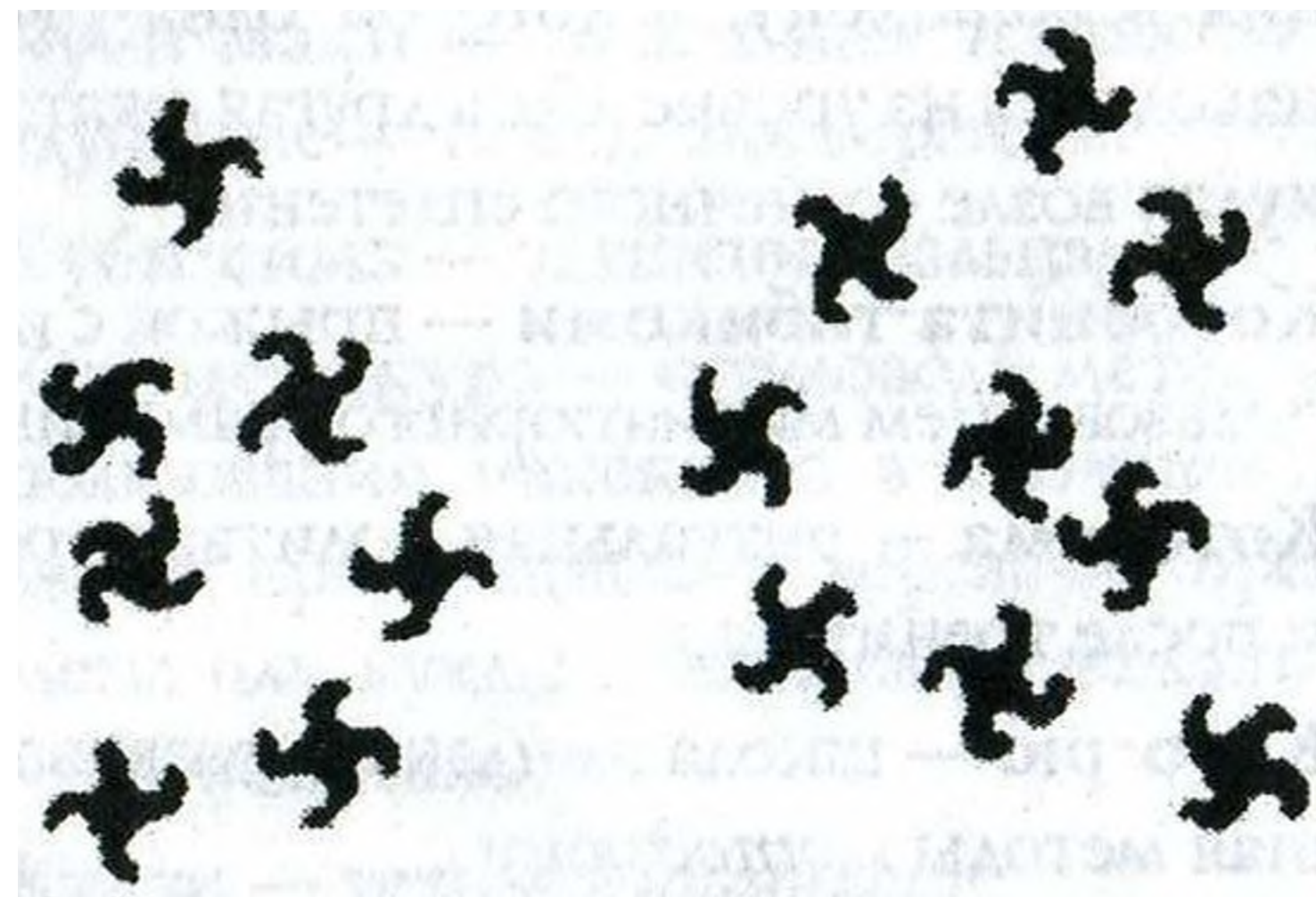
Кихон хаппо-но ката — форма «восьми базовых движений»

Кихон инё но ката — *ката* с *нагината* (9 техник)

Кицунэ-гакурэ — «лицо в ряске», метод маскировки *суйтондзюцу*, в котором ниндзя весь находится под водой, оставляя на поверхности лишь рот и нос, облепленные (или покрашенные под цвет) ряской

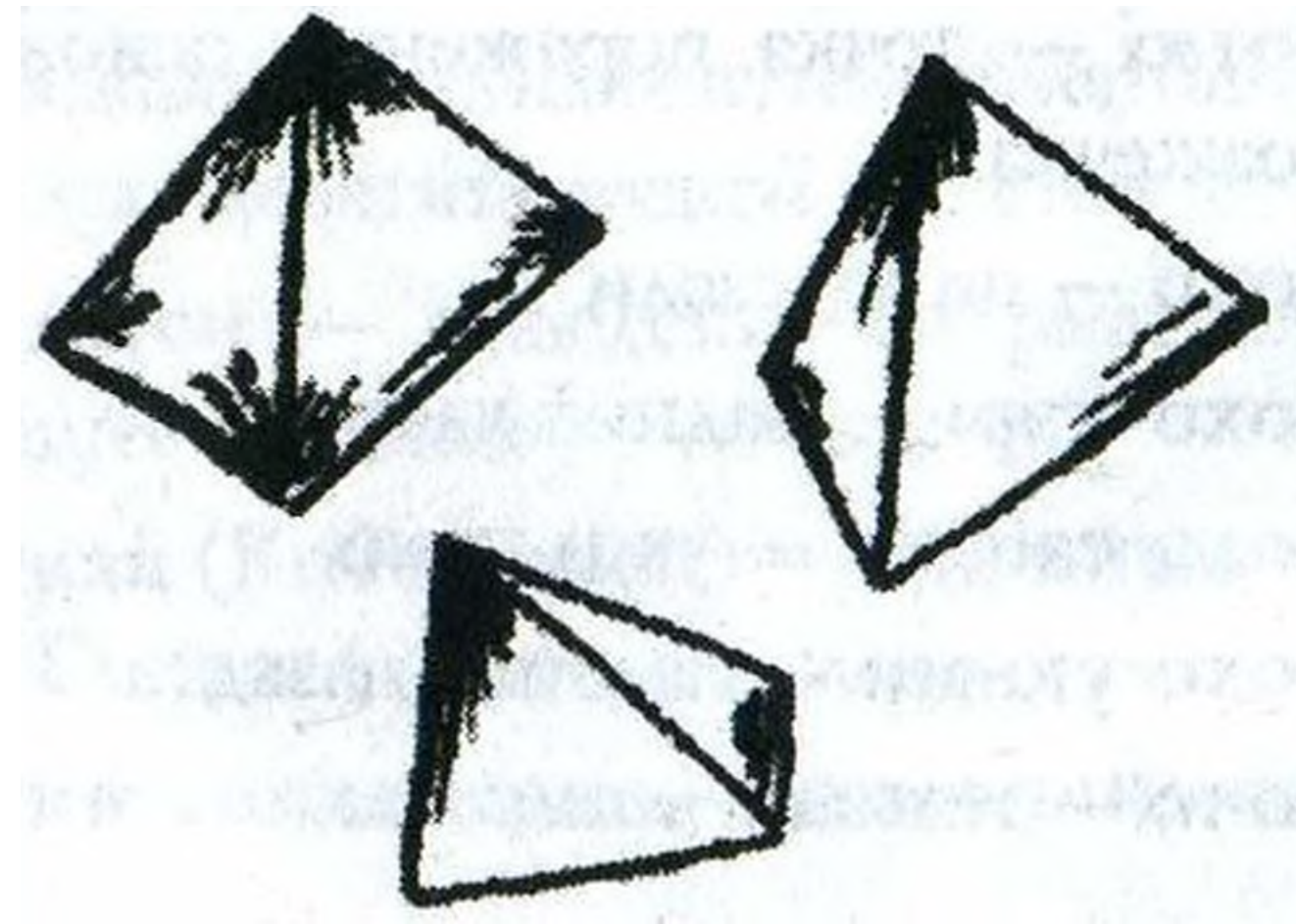
Ко — малый, внутренний

Коарарэ — маленький *тэцубиси*, используемый для метания горстью в глаза или под ноги противника



Ко-аси — «малый шаг», один из видов тайного перемещения ниндзя, в котором ноги при ходьбе поднимаются до уровня живота (как у аиста или цапли). Используется при ходьбе по траве высотой чуть выше колена и воде на том же уровне.

Кобиси — деревянные заостренные пирамидки, аналог *тэцубиси*



Кобоити — принцип мгновенного перехода от пассивного состояния к активным защитным или атакующим действиям в *йй-* и *ядомэдзюцу*

Кобудэра — магия ниндзя

Кобура ори — удар ногой в икроножную мышцу

Кобуси гарами-нагэ кататэ (риотэ) — бросок захватом цепью за одно или два запястья противника

Кобуси-кудзики — удар грузиком цепи в кулак атакующей руки противника

Кога — провинция в средневековой Японии, один из центров распространения ниндзюцу

Когай — небольшой заточенный штырь, используемый для боя и метания, носимый вместе с кодзука в ножнах меча

Когарю — региональная традиция ниндзюцу

Ко гороси — выкручивание мизинца

Когэй (югэй) — изящные искусства, которые должны были быть изучены ниндзя (рисование, каллиграфия, стихосложение и др.)

Кодама гаэси — 1. Техника *ййдзюцу*, в которой меч выхватывается одной рукой, а ножны держатся другой (а не за поясом или спиной); 2. Техника мутодори от удара ножом (обратный бросок через бедро).

Кодати — малый меч (др. назв. ваки-дзаси)

Кодзёку — «коготь и крыло», техника *дакэнтайдзюцу*, в которой блок предплечьем переходит в удар и захват пальцами

Кодзука — короткий кинжал (около 25 см), обычно носимый в ножнах меча

Кодэнко — точка поражения: крестец

Коинадзума — точка поражения: седалищный нерв

Кокидзами-аси — «шаг устрицы»

Кокоро — сердце, дух

Кокоро во синобу — духовный тренинг

Кокоцу — точка поражения: голень

Коку — контртехника от захвата за *бо* или *ханбо*, перекручивая запястья в одну из сторон наружу

Коку рёку — «сила дыхания», использование дыхания для усиления технических действий

Коку хо — дыхательно-энергетические методы

Ко кэн — удар сгибом большого пальца

Кома — удар мечом с разворотом после блока и захвата руки (рук) противника, удерживающих оружие

Комусо — бродячий игрок на флейте, один из методов сити-хода

Комэками — точка поражения: височная область

Конго — 1. «Алмазная молния», духовный принцип *нинпо микке*; 2. Другое название бо-явара.

Конгокай-мандала — мандала «алмазного мира»

Конго-но камаэ — *камаэ* с мечом, в *тайдзюцу* и др.

Коноха гаэси — техника *мута дори* против меча (*омотэ гяку*)

Коноха дори — техника *мута дори* против меча (перегибанием рук под плечо)

Коноха маки отоси — техника *мута дори* против ножа (комбинация из перегибания под плечо, переходящего в выкручивание кисти руки наружу (*омотэ гяку*))

Коноха отоси — техника *мута дори* от меча (броском через плечо — *сэой-нагэ*)

Кори — точка поражения: над большим пальцем ноги

Короси — см. *Кивамэ*

Копподзюцу — техника поражения костей, суставов и сухожилий

Ко-сабаки-но камаэ — *камаэ* с *ханбо*, динамическая форма: движение в *катайа гори-но камаэ* маленькими шажками

Косаку — малые отмычки

Коси — бедро

Косидзюцу — техника поражения ударами мышц и внутренних органов

Косикоро — малая пила

Коси кудаки — контрдействия против броска (общее название)

Коси нагэ — бросок через бедро

Коси-ори — бросок с помощью *ханбо* давлением на бицепс

Косо-но камаэ — *камаэ* в *сюрикэндзюцу* (как *доко*)

Косэй-но камаэ — атакующая позиция в *тайдзюцу*, в которой одна рука находится на уровне лба, а другая сжата в кулак возле солнечного сплетения

Котобиита-тобикоми — прыжок с использованием миниатюрного трамплина

Котодама — ритуальная молитва перед и после тренировки

Кото-рю — школа ниндзюцу, развивавшая методы *копподзюцу*

Котэ — 1. Предплечье. 2. Точка поражения: возле головки лучевой кости

Котэ гаэси — контрдействия против выкручивания рук (без оружия и с оружием)

Котэ маки — I. Бросок, подобный *сихонагэ* с цепью (бросок на четыре стороны); 2. Захват цепью кисти руки и перелом локтя ударом колена.

Котю — точка поражения: основание мозжечка

Кохо — назад, сзади

Кохо-кэри — задний удар ногой

Кохо-сабаки — уход назад

Кохо-укэми — падение назад

Кочо — техника *нагината*



Кочо гири — горизонтальный удар из *кочо*

Кочо-дори — бросок задней подножкой с ударом *ханбо* по горлу

Кочо-но камаэ — *камаэ* с мечом (др. название *касуми-но камаэ*)

Кочо цуки — тычок из *кочо*

Коэ кэри — удар голенью

Коюо-рю — школа ниндзюцу, основана Такэда Сингэн

Кояри — «короткое копье» (около 70—80 см), дротик на веревке для метания и ближнего боя

Ку — 1. Первоэлемент **Пустота**; 2. Девять, девятый.

Куби — шея (реже — мелкие суставы)

Куби-кансэtsу-вадза. — техника выкручивания шеи (общее название)

Куби-маки — захват шеи набросом и удушение — цепью или веревкой

Куби-симэ — удушение пальцами

Кугуцу-гакурэ - «кукловод»; метод использования манекенов в *амэтори-но дзюцу*. привязанные на веревочку предметы или куклы двигались по желанию кукловода-ниндзя

Кудзи — техника *нагината*

Кудзи-аси — «девять шагов» ниндзя, аналог *синоби-аруки*

Кудзи-госин-хо — метод «защиты девятью слогами» (см. *Кудзи-ин*)

Кудзи-ин - «девять слогов», метод эзотерической практики ниндзя. Сами девять слогов звучат как: РИК ПИО ТОХ СЯ КАЙ ДЗИН РЭЦУ ДЗАЙ ДЗЭН.

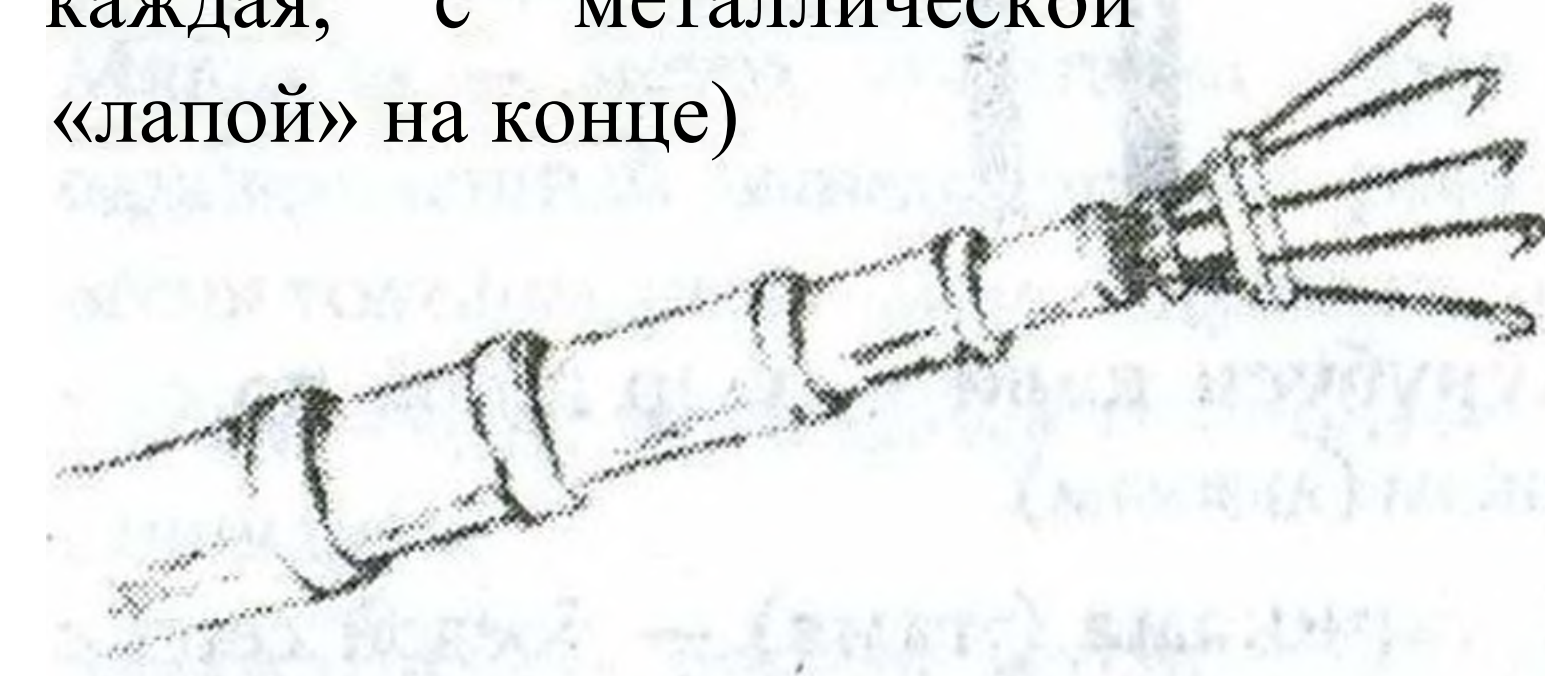
Кудзи-кири — мистическая практика «проклятия» ниндзя путем начертания в воздухе девяти полосной решетки

Кудзуси — выведение из равновесия (общее название)

Кукай (Коба Дайси) - основатель секты Сингон («истинное слово»)

Куки-синдэн -рю — школа ниндзюцу

Кумадэ — «медвежья лапа», раздвижное приспособление для преодоления стен в практике *сетэн-но дзюцу* (наподобие телескопической антенны из 4—6 секций миной около 50 см каждая, с металлической «лапой» на конце)



Куми-юти-вадза — техника захватов (общее название)

Кумо-басиго — лестница с блоком для подъема грузов и раненых

Кумо-гакурэ — «исчезновение в облаках»: метод использования пылевых бомб, *катондзюцу*

Кумогакурэ-рю — школа ниндзюцу

Кунай (тоби кунай) — приспособление для влезания и копания, напоминающее листообразный наконечник копья



Куноити - женщины-ниндзя, букв. «смертоносный цветок»

Ку-но ката — форма боя «подобно Пустоте»

Ку-но сэйхай — интуиция ниндзя, основанная на *гокуи* и практике медитации

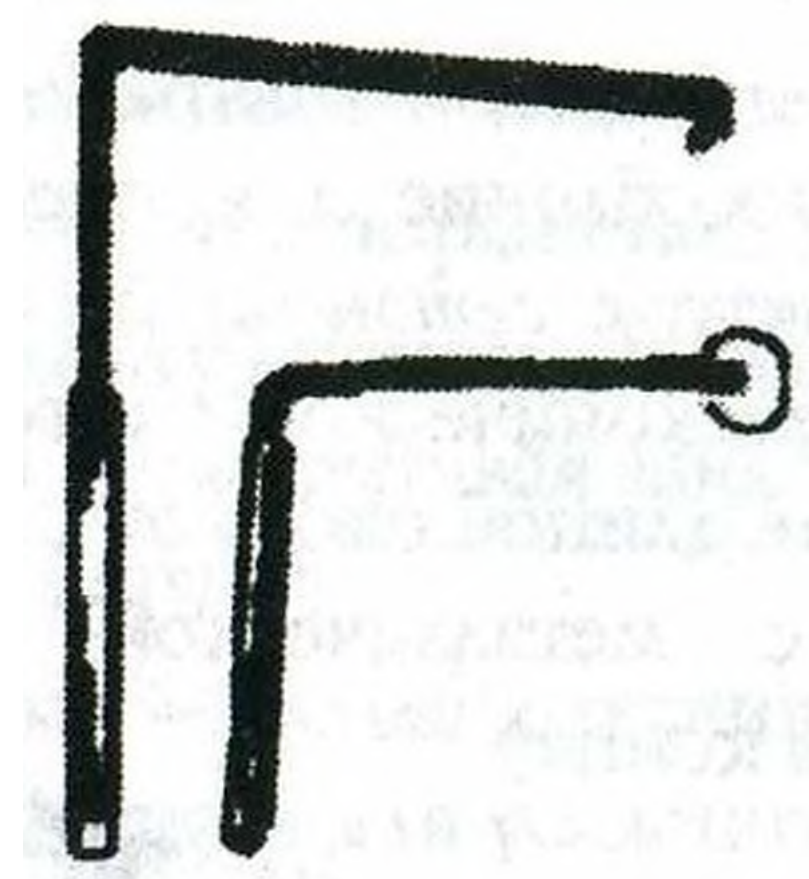
Курама — бросок кувыркаясь, с одновременным выполнением *омотэ гяку*

Куроода-рю — школа ниндзюцу (округ -Фукуока)

Курокава-рю — школа ниндзюцу (провинция Ига)

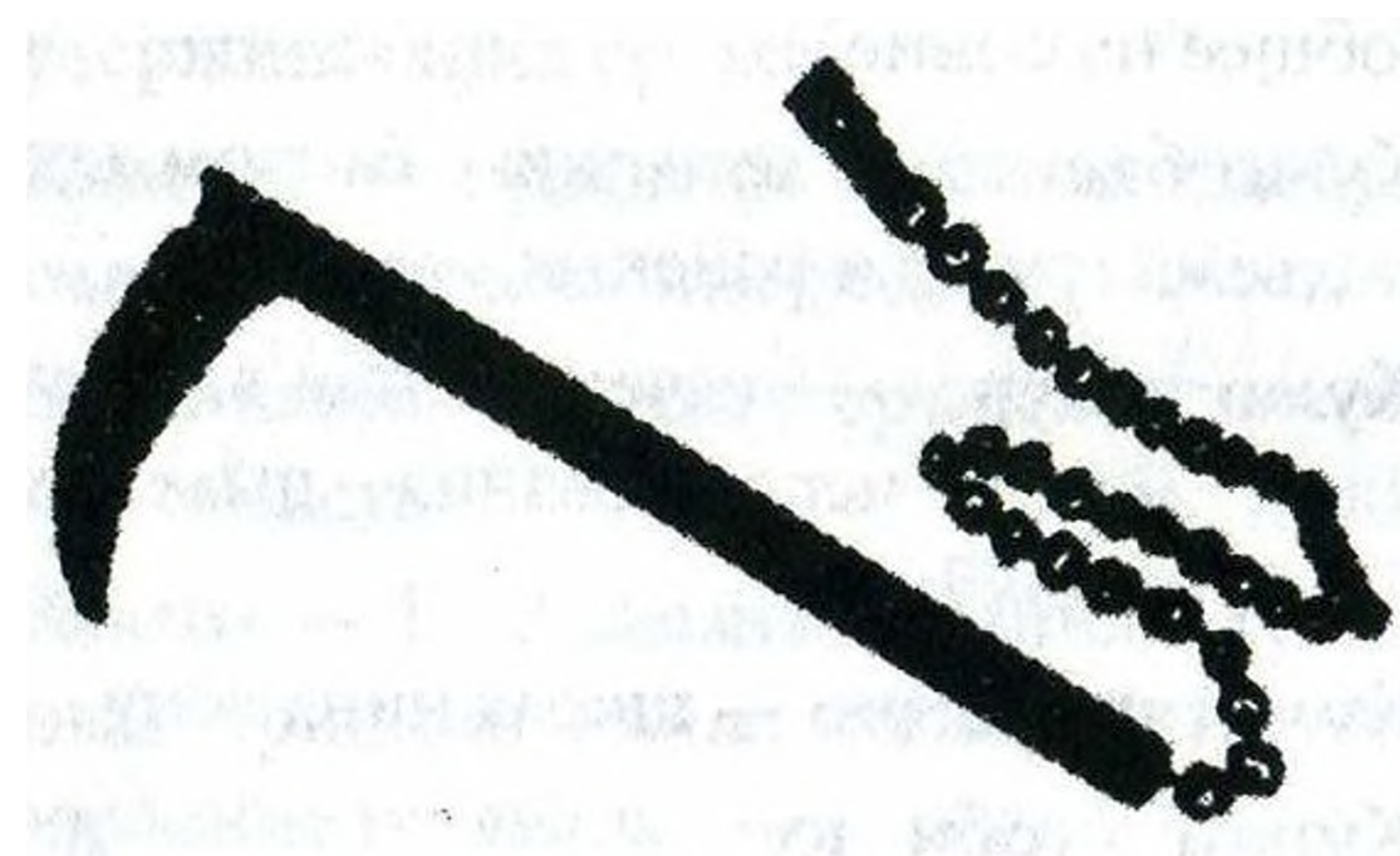
Куророкаги — методический ломик-угольник для взлома, прародитель «фомки»

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу



Курубуси кэри — удар ногой по суставам (любым)

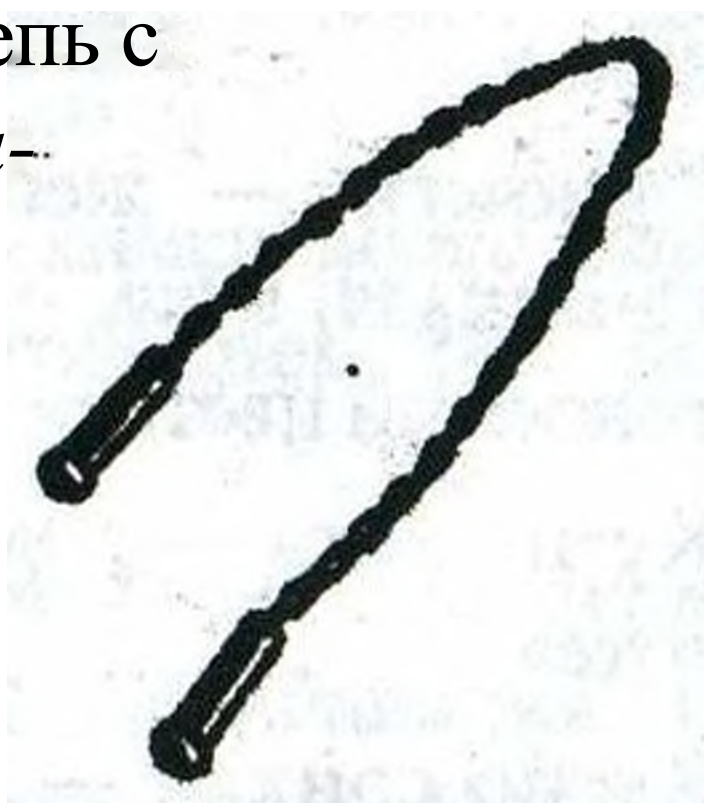
Кусарикама (-гама) — боевой серп с закрепленной к рукояти цепочкой длиной порядка 2,5 м и грузиком на конце



Кусагакурэ — точка поражения: середина подъема стопы

Куса-гакурэ — маскировка в высокой траве, один из методов *мокутондзюцу*

Кусари-когамо — цепь с грузиком от *кусарикама*, оружие, очень близкое к *манрики-гусари*



Кусари-тигирики — кистень

Кусари-фундо — цепь длиной около 60 см с грузиками на обоих концах

Кусури — 1. Ослепляющий порошок, состоящий из смеси золы, стеклянной пыли и красного перца; 2. Лекарства (кусури бин)

Кутэн — сольто

Кутю-нидан -тоби — прыжок в два этапа: вначале ниндзя прыгал на гарду своего меча, затем на стену

Кэбари-нагаси — «вертеть волчок и сзывать насекомых»: одна из магических техник ниндзя (определенный вибрирующий звук, создаваемый полым вертящимся волчком (юлой) действительно притягивает к себе мелких насекомых и пугает собак, если тональность выбрана правильно), направленная на вызывание паники у противника: жужжащий звук, вместе с маленькими иглами кэбари в лесу могли остановить противника, создавая иллюзию большого количества вредных насекомых, и часто останавливали погоню хотя бы на то время, которое было необходимо, чтобы скрыться

Кэйко — тренировка

Кэйкомаэ зэнсин — точечный массаж для усиления тока внутренней энергии

Кэйтю — точка поражения: связки шеи сзади

Кэн — оружие, меч

Кэнбэ — тир для тренировок сюрикэн-дзюцу

Кэндзюцу — техника меча

Кэн кудаки — контрдействия против удара рукой (общее название)

Кэнпо — искусство владения мечом

Кэнси — наставник фехтования на мечах

«Кэн-тай-ити-йо» — «оружие и тело едины»: фундаментальный принцип техники боя ниндзя, гласящий, что тело само по себе является оружием и для правильного удара необходимо участие всего тела, а не только ударной конечности; что оружие есть часть тела, такая же, как рука или нога, и не стоит чрезмерно концентрироваться только на оружии, забывая при этом про руки, ноги, голову; в то же время нельзя быть чересчур самоуверенным и полагаться только на тело, не используя никаких подсобных средств; что оружием может быть все тело и все, что окружает человека, и т. д. и т. п.

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Кэри — см. *Гэри*

Кэри-агэ — восходящий удар ногой

Кэри какаэ дори — захват со сваливанием за ногу от удара ногой с уходом внутрь и перехватом атакующей конечности у себя за спиной

Кэри-каэси — контрудар ногой

Кэри кудаки — контрдействия против удара ногой

Кэринуки — «проникание» ударом ногой: поражение жизненных центров

Кэри-отоси — опускающийся удар ногой

Кэри сэ дори — сваливание подхватом под ногу и толчком в туловище и горло от удара ногой

Кэрихараи — сметающий удар ногой

Кэса-гири — «плащ монаха», техника удара мечом по диагонали

Кэцуин — энергетический символ — положение сплетенных в определенную фигуру пальцев рук (мудра)

Кю — лук

Кюдзюцу — искусство стрельбы из лука

Кюсин-рю — школа ниндзюцу (развивала *яри-* и *кэндзюцу*)

Кюсе — жизненные точки, точки поражения.

М

Маай — один из основных принципов боя ниндзя своевременность и правильная дистанция для защиты, атаки или контратаки, где нет места преждевременным действиям

Мавасу (маваси) — по дуге

Маваси-котэ-юти (омотэ, ура) — удар по запястью палкой, ножом, мечом и т. д., обезоруживающий и травмирующий противника

Маваси-юти — удар по дуге *бо*, *ханбо*, цепью и т. д.

Маен-ха — «отравленные листья бамбука»: одна из техник по охране места

расположения лагеря ниндзя. Отравленные иглы втыкались в ветви бамбука, и враг неизбежно натыкался на них, продираясь через естественные (или искусственные) заросли.

Макадзэ — метод захвата за ворот с одновременным выведением из равновесия толчком, рывком или удушением

Маки — одно из названий техники бросания цепи

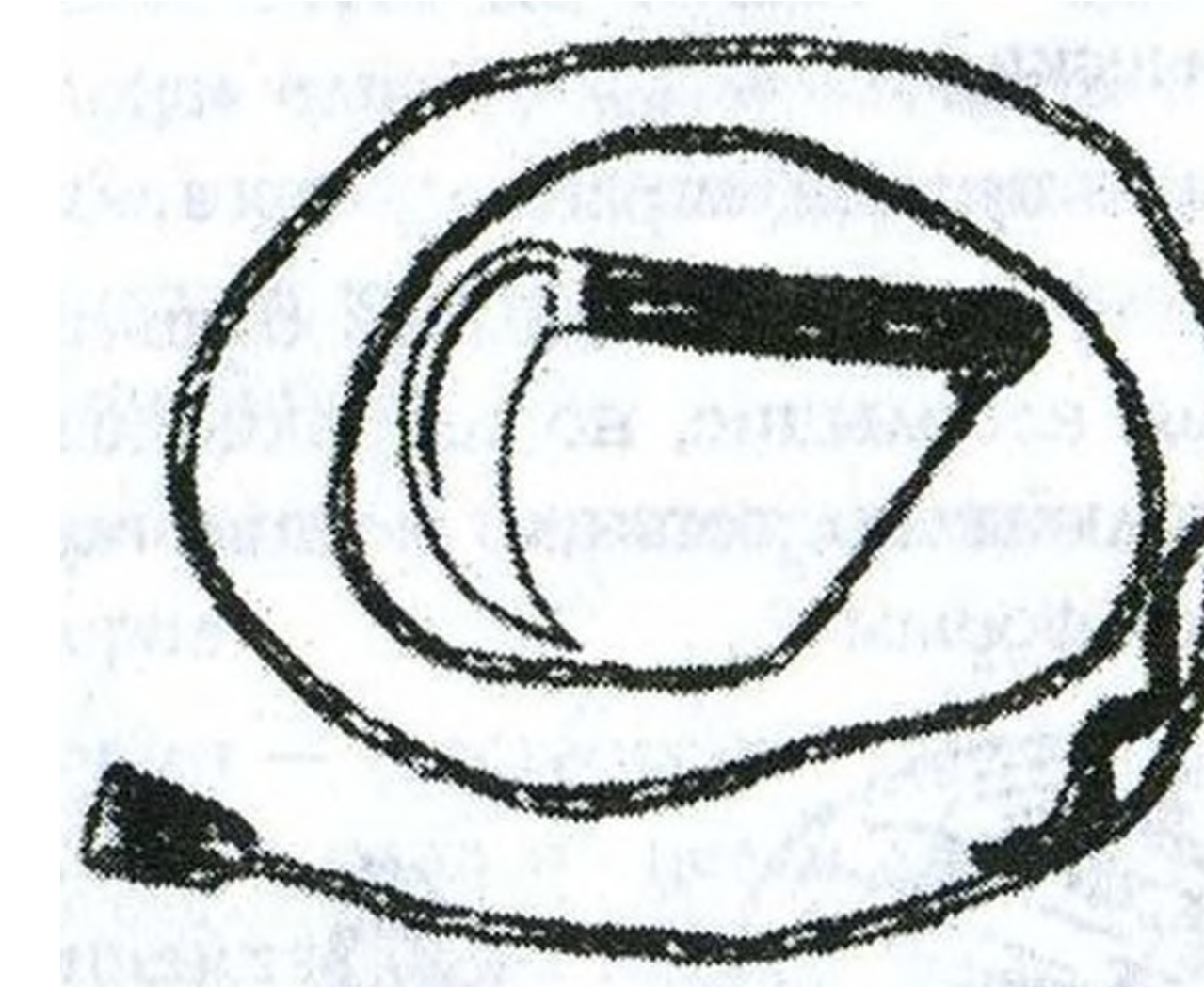
Макиагэгу — ручной ворот, традиционный снаряд для отработки силы кисти и предплечья: палка, к середине которой привязана веревка с грузом

Макивара — букв. «соломенный сноп», традиционный тренажер для отработки силы и скорости удара

Макимоно — рукопись с иллюстрациями, передаваемая от одного *соке* к другому, содержащая секреты той или иной школы (*мицудэн*)

Маки-отоси — удар набросом цепи на кисть руки или шею спереди

Мамуки-гама — *кусари кама* с привязанной вместо грузика живой змеей



Мандзи — свастика

Мандзи-саи — саи с усиками в форме свастики (разнонаправленными)

Мандзи-сюрикэн — сюрикэн в форме свастики

Манрики - гусари — см. Кусари-фундо

Мариситэн-но камаэ — камаэ в бодзюцу, внешне очень похоже на хассо-но камаэ: *бо* расположен вертикально возле

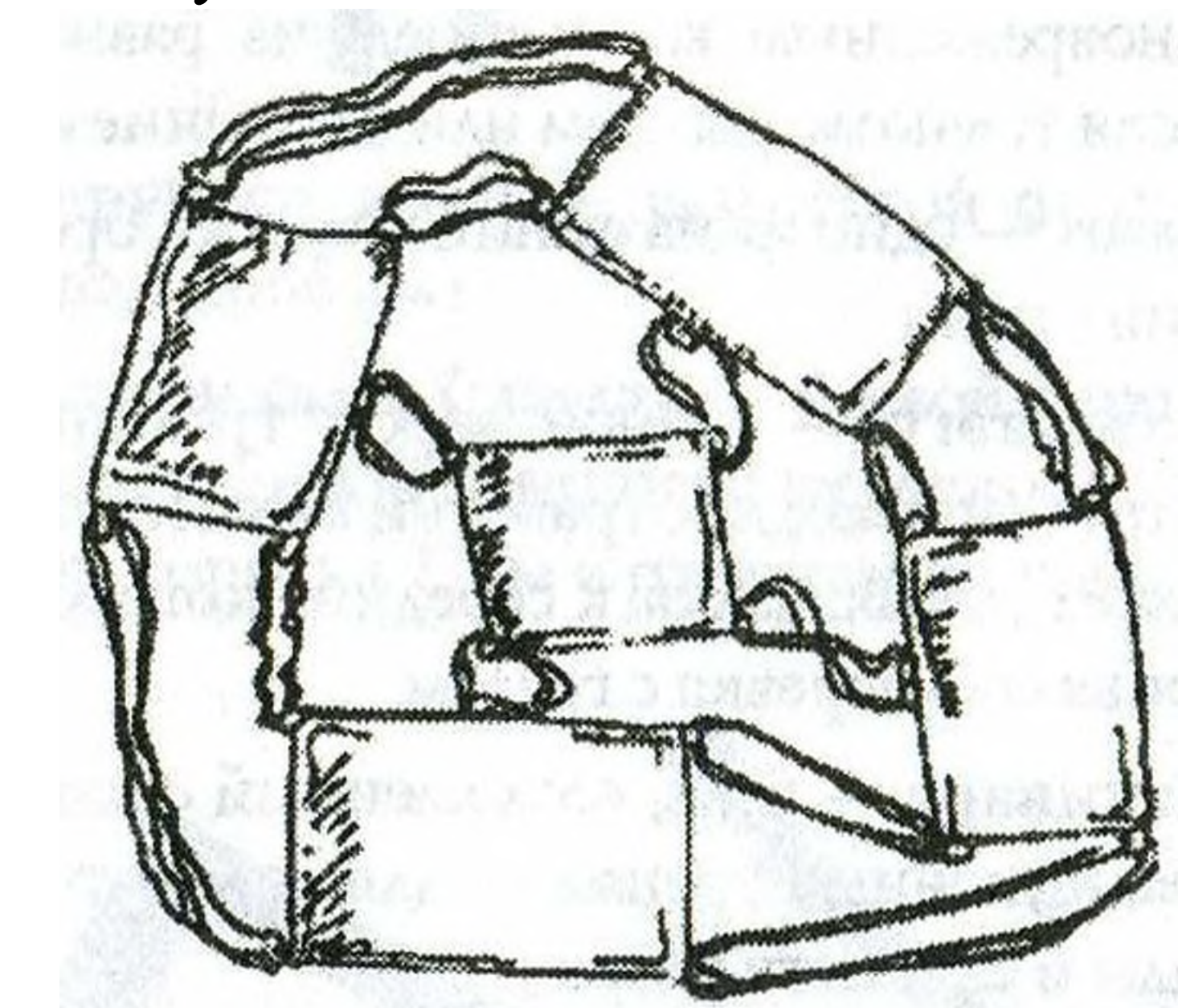
Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

одной из сторон головы с захватом двумя руками

Марубо — шест круглого сечения

Марубиси — круглый *тэцубиси*

Маруха бунэ — лодка круглой формы из надутых мехов



Масугу (Ё-но кэн) — прямой хват *сю - рикэн*

Мацуда-рю — школа ниндзюцу (провинция Ибацаки)

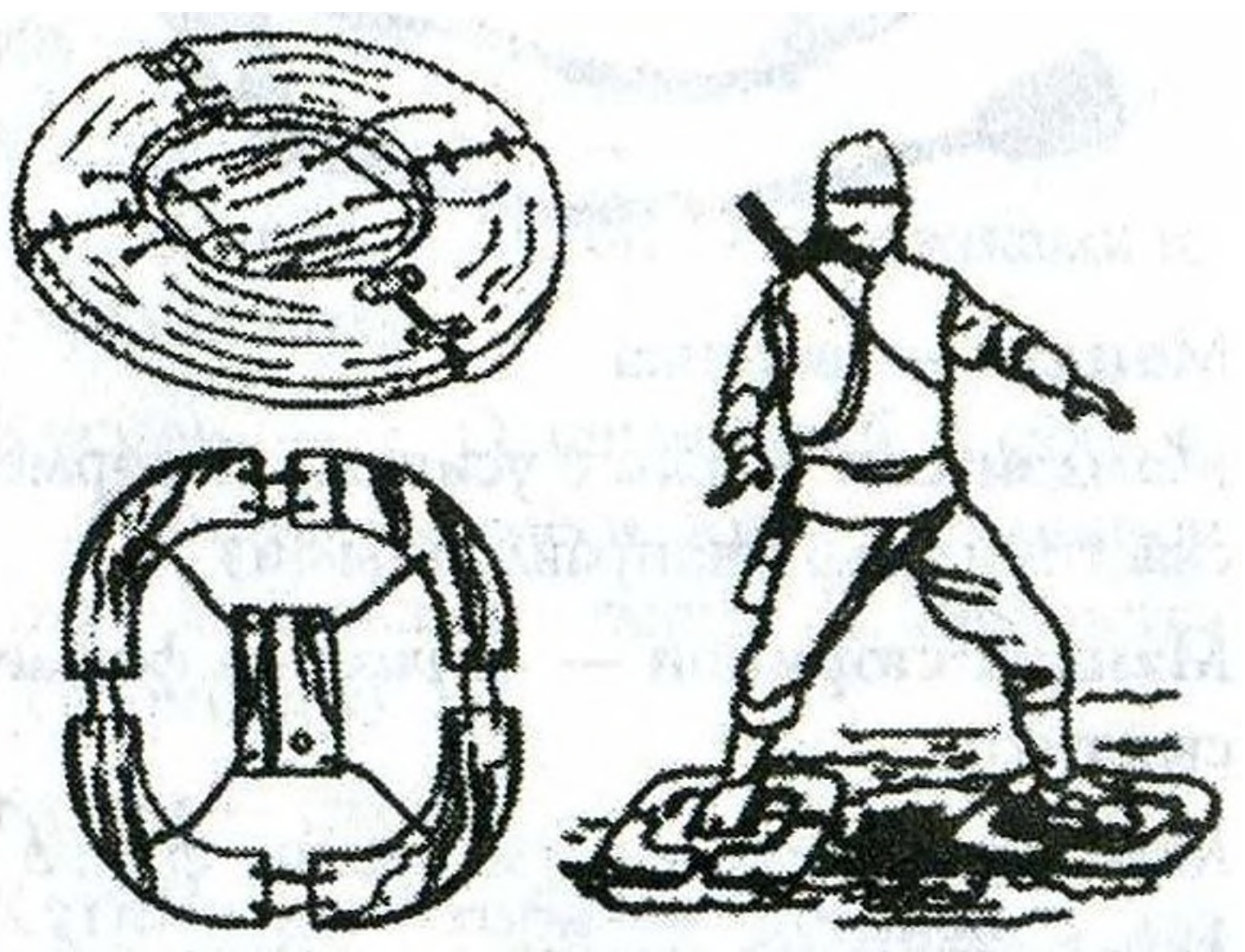
Мацумото-рю — школа ниндзюцу (округ Тохиги)

Маэ — вперед

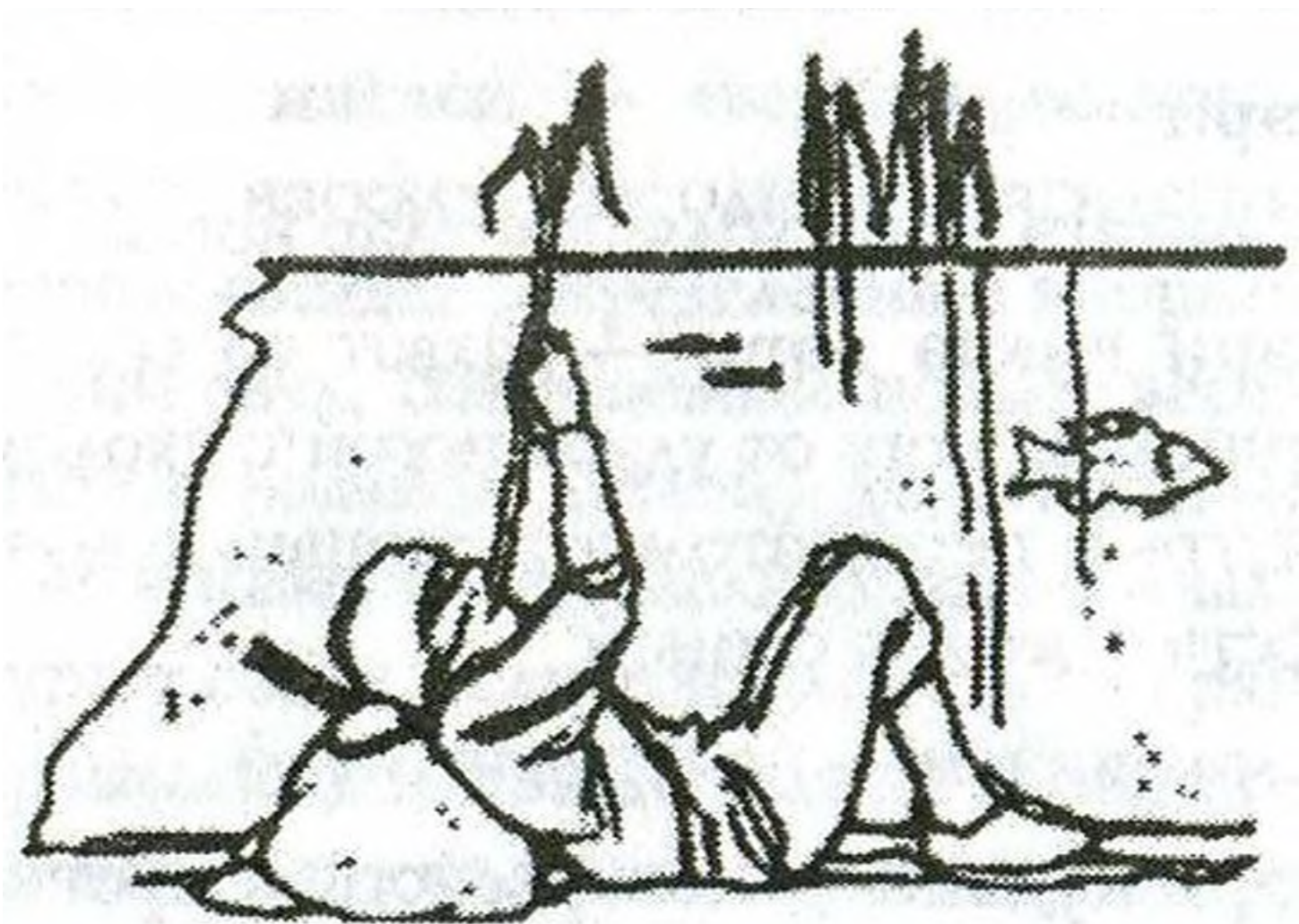
Ми во синобу — тренинг физический, технический и т. д.

Миги — правый, справа

Мидзугумо — «водяные башмаки» ниндзя: небольшие, но широкие лыжи для ходьбы по топким местам, часто круглой формы

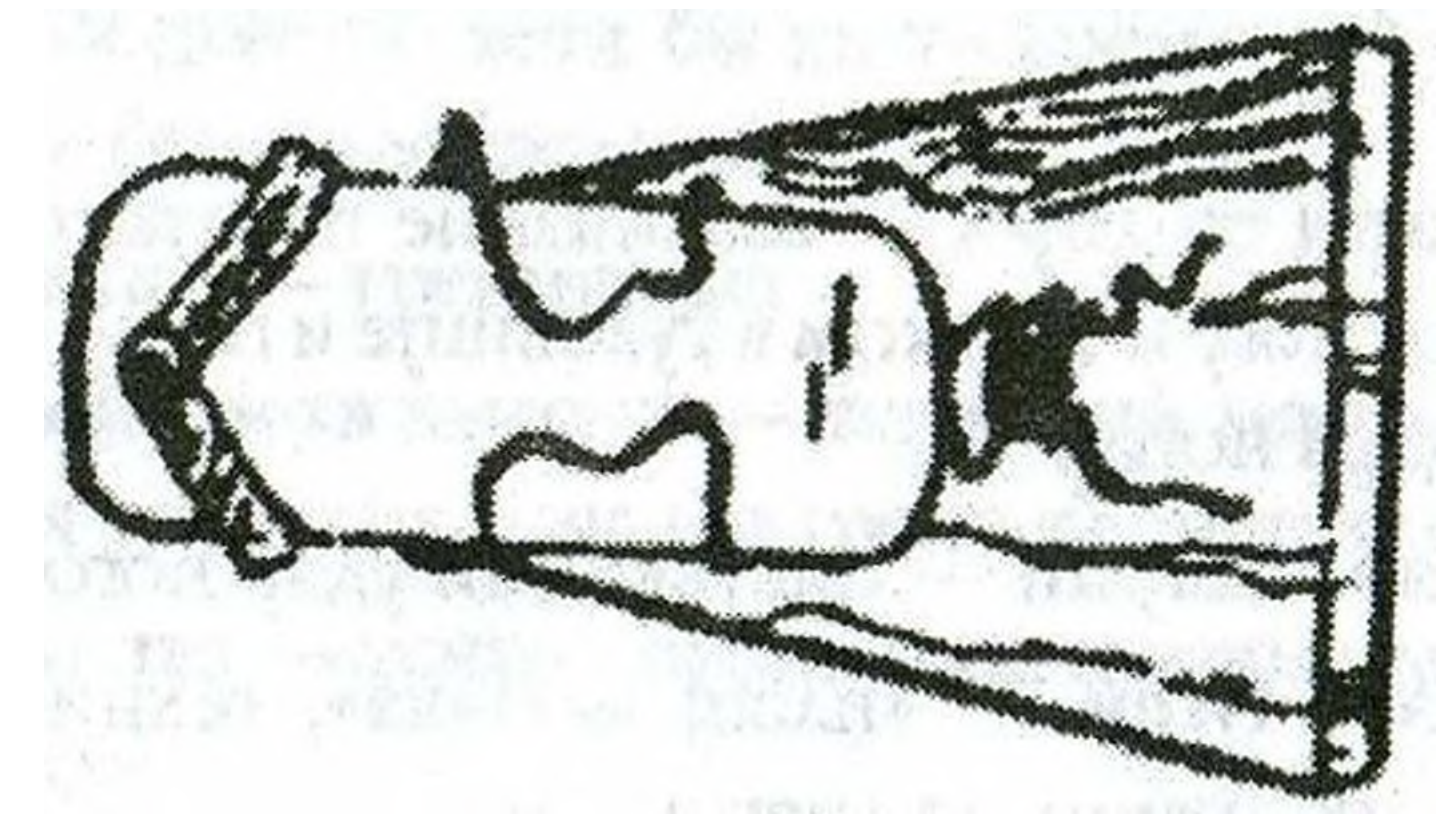


Мидзудзуцу — дыхательная трубка для плавания или сидения под водой



Мидзу-таймацу — факел, горящий в любую погоду

Мизукакигэба — подобие ласт



Микасуки — точка поражения: угол нижней челюсти

Миккё — «тайные знания»: мистические практики, работа с энергией и т. д.

Миккэн — точка поражения: ноздри на разрыв

Мими — точка поражения: ушная раковина

Миномуси-но дзюцу — искусство нахождения лиц, полезных при «подборе ключа» (обиженных, завистливых, жадных и т. д, главное — приближенных к необходимому лицу) к проникновению в замыслы противника

Миойо — точка поражения: кишечник (пупок)

Мисоги (Мисоги хараэ) — стояние по пояс в ледяной воде

Митиноэ-но Микото — легендарный основатель ниндзюцу

Мицудэн — тайная традиция школы

Мицумиси-но дзюцу — искусство использования помощников из местных

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

жителей (сочувствующих, продажных, трусливых и др.) при выполнении акции

Мицу-но кокоро — «ум как вода», широко известная в боевых искусствах метафора, отражающая состояние сознания в поединке. Когда сознание незамутнено, оно подобно глади озера, отражающей все на берегу. Но стоит воде покрыться рябью (сомнением, страхом и т. д.), как адекватное отражение реальности становится невозможным.

Моко-но Тора — «Монгольский тигр», боевой псевдоним учителя Масааки Хатцуми — Тосицугу Такамацу

Моку — первостихия Дерево

Мокудзин — «деревянный человек», традиционный снаряд для отработки силы, скорости и точности удара: вертикальное бревно с одной или несколькими горизонтальными «конечностями», расположенными в определенном порядке. Служит отработке не просто силы и скорости простейших ударов (как, например, *макивара*), но и учит использовать одновременные ударо-блоки, переходы с руки на руку, позволяет в полную силу наработать технику явара, ножа, цепи и др.

Мокутондзюцу — использование стихии Дерева для маскировки и бегства

Момоти-рю — школа ниндзюцу, основанная *Момоти Сандаю*

Момоти Сандаю — один из наиболее известных *дзенинов Ига рю*

Мономи-но дзюцу — искусство обнаружения слабых мест в охране цитадели: плохой охраны, незапертого окна, подземных коммуникаций и т. д.

Моноюти — лезвие меча, ножа, *саи* и т.д.

Муга-мусин — «отрешенность» — первый этап духовной самокультивации ниндзя

Мугэй-мумэй — «никакого искусства, никакого имени» — один из принципов

ниндзюцу, гласящим о том, что ни один ниндзя никогда и нигде не должен хвалиться или показывать свое умение, называть свое настоящее имя и т. д.

Мугэй-мумэй-но дзюцу — искусство использования на практике *мугэй-мумэй*

Мудзе кан — «непостоянство всего сущего», один из принципов духовного совершенствования ниндзя. Постигнув его, ниндзя становился невосприимчив к мимолетным чувствам земного существования, начиная мыслить иными, более высокими духовными категориями, ставя во главу интересы клана и идеи искусства, а не собственные мелкие желания и амбиции.

Мудо — позиция для тренировки неподвижности (*сувари гата*)

Му-и — «отсутствие разума», второй условный этап на пути к достижению *му-син* и затем *саммай*

Мукосунэ-кэри — удар ногой в голень

Мумдзе-но камаэ — позиция «Отсутствие света» с *бо*, заключающаяся в непрерывном вращении *бо* перед собой

Мунэн мусо-но камаэ — позиция «старца» или «бродячего монаха» с *бо* и *ханбо*, в которой палка удерживается одной рукой, упираясь в землю возле одноименной ноги

Мурасамэ — точка поражения: сонная артерия

Му-син — «растворение духа в великой Пустоте», одна из целей духовного совершенствования ниндзя

Мусо-дори — перегибание и выкручивание локтя и плеча захватом подмышки

Мусуби-нава — веревка с грузиком на конце, используемая для преодоления препятствий, связывания и т. д.

Мусэйдэнсин — «связь с помощью сердца», искусство телепатии

Муто дори — техника контрприемов безоружного против вооруженного (общее название)

Мутон-юхо-но дзюцу — 1. Искусство действий в тумане или кромешной тьме, руководствуясь развитыми органами чувств; 2. Техника с использованием мэ-цубуси.

Муса (гёдзя)дори — перегибание руки сверху вниз захватом между своей шеей и локтевым сгибом («Захват воина или подвижника»)

Мэйдзин — мастер боевого искусства

Мэнкё — мастер высшего класса

Мэнке-кайдэн — хранитель традиции (*соке*)

Мэтэ-гаэси — техника *яйдзюцу*. выхват производится левой рукой (одноименной)

Н

Нава — веревка

Навадзюцу — искусство использования веревки для боя

Наванукэ-но дзюцу — искусство освобождения от связывания путем техники выворачивания суставов и попеременно-го напряжения-расслабления мышц

Нава-тати — «канат, ведущий в небо»: одна из техник ускользания, заключающаяся в веревке, привязанной в укромном месте и позволяющей при бегстве мгновенно забраться наверх и убрать (втянуть) ее, в результате чего достигался эффект мгновенного исчезновения или мистической способности летать, т. к. опоздавший преследовать никак не мог понять, как ниндзя оказался на крыше, высокой стене и т. д. (если он вообще его видел)

Нагарэ — «Текучесть», один из основных принципов боя ниндзя, заключающийся в плавном (не рваном) переходе от одной техники к другой, очень важен на всем протяжении обучения технике поединка, т. к. позволяет обеспечивать практически стальной контакт с противником

Нагината — алебарда, очень популярная у женщин из самурайских семей.



Прямое лезвие, изогнутое только на последней четверти, около 60—70 см длиной и 3,5—4 см шириной, укрепленное на древке миной около 2 м

Нагината дзюцу — искусство владения алебардой

Нагэ — бросок, бросать

Нагэ-вадза — техника бросков *тай-дзюцу*

Нагэ-каэси — контртехника от броска через плечо с помощью бо-явара, заключающаяся в мгновенном нажатии на ребра острием палочки

Нагэ-нукэ — уход от броска «колесом»

Нагэ-отоси — добивание ногой, естественно выходящее из какого-либо броска

Нагэ-юти итидан — техника, напоминающая *накафури* или *касуми-фури* с *кусарифундо*

Нагэ-юти-но камаэ — *камаэ* в *сюри-кэндзюцу*

Нагэ-юти нидан — сплетение ноги (у щиколотки) убегающего противника при помощи *кусари-фундо*

Найбакукэн-ин — *кэцуин*-символ соответствующий *дзюмон «Дзин»*. *Дзюмон* для индивидуального использования: ОН А ГА НА ЙА ИН МА ЙА СО ВА КА.

Нака-фури — бросок цепи из руки с последующим хлыстообразным возвратом

Нанамэ — по диагонали

Нанамэ кохо сабаки — уход назад под 45 градусов

Нанамэ маэ омотэ ваки юти — уход вперед по диагонали наружу с одновременным ударом *бо*, *ханбо*, *кэн* и др.

Нанамэ маэ ура ваки юти — диагональный уход назад-внутрь с одновременным ударом *ханбо*, *бо*, *кэн* и др.

Нанамэ усиро омотэ ваки юти —

уход назад-наружу с одновременным стоповым ударом ноги, *ханбо*, *бо*, *кэн* и др.

Ната-гама — «малая» *кама*

Натори-рю — школа ниндзюцу, основанная Натори Сандзиро Масатакэ

Ни — два, второй

Нидан-вадза — «двойной» прием

Ниндзэ — естественные человеческие чувства, которые ниндзя должен всемерно использовать для достижения цели — как при воздействии или взаимодействии с противником, так и при самокультивации собственного духовного мастерства

Ниндзюцу — «искусство быть невидимым»

Ниндзюцу-ка — постигающий (изучающий) ниндзюцу (но не ниндзя)

Ниндзя — адепт искусства ниндзюцу

Нинки — мелкие приспособления и инструменты для взлома, проникновения, взлезания, подкопа и т. д.

Нинпо — искусство ниндзя в его высшей, духовной форме

Нин-то (Ниндзя-кэн) — меч ниндзя. Лезвие прямое (текуто) длиной около 60 см, шириной 2,8 см, гарда квадратная (какуцуба), ножны (*сая*) имеют съемный пенал с маленьким кинжалом с



торца и могут быть использованы как *фукия*, *мидзудзуцу* и др. В рукояти с торца (касира) может быть полость для переноски пороха, ослепляющего порошка или отравленный шип

Нитигэцу — техника *нагината*

Нитирин-ин — *кэцуин*-символ, соответствующий *дзюмон «Дзай»* (*кудзи-ин*). *Дзюмон* для индивидуального использования: ОН ТИ РИ ТИ И БА РО ТА ЙА СО ВА КА

Ниудаки-но дзюцу — искусство использования слабостей стражника (см. *Годзё* и *Гоёку*)

Нихо гама — два серпа (*о-гама* и *ната-гама*), парное оружие ниндзя

Норосидзюцу — искусство раскладывания сигнальных костров

Ното — техника возвращения меча в ножны в *яйдзюцу*

Нуки-аси— «скользящий шаг», один из видов «тайного перемещения» ниндзя, напоминающий аюми-аси в айкидо

Нуки-вадза — техника уклонения от ударов (общее название)

Нукисукэ — способ захвата меча в *яйдзюцу*, от которого зависит последующая техника удара

Нукиюти пириагэ гата — яй техника, снизу вверх

Нукиюти пирисагэ гата — сверху вниз

Нукэ-вадза — техника освобождения от захватов (общее название)

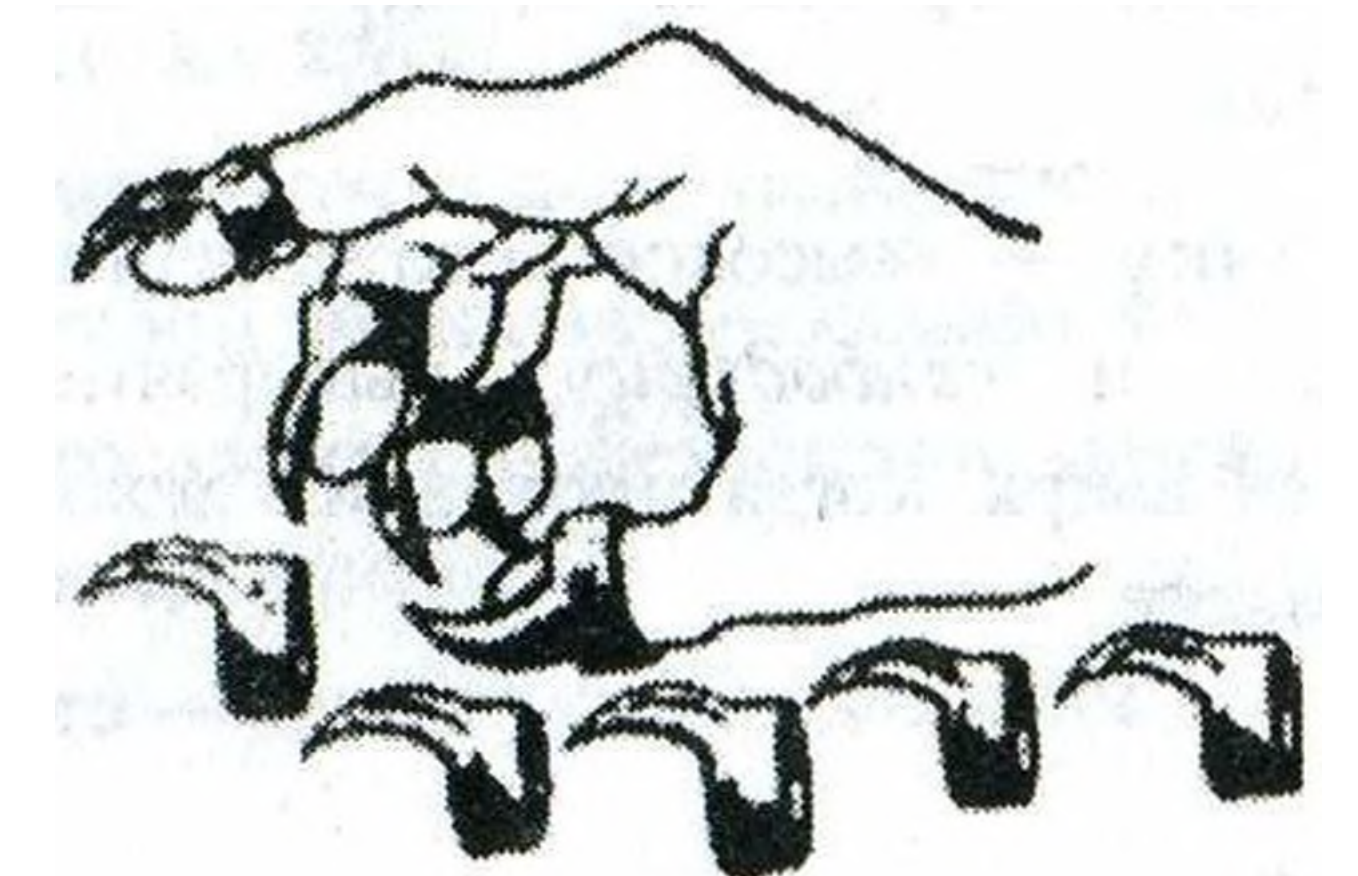
Нунтэ — обоюдоострый *саи*

Нунтяку — ручной цеп для обмолота риса, часто используемый ниндзя как замена *кусари-тигирики*

Нэгоро-рю — школа ниндзюцу, основанная Сугинобо Миосан, который известен как создатель деревянной пушки, специализировалась на *катондзюцу*

Нэкоаруки — «кошачье» перемещение, один из «тайных видов перемещения» ниндзя, заключается в прощупывании подушечкой стопы поверхности пола перед собой на предмет обнаружения скрипа, посторонних предметов и т. д.

Нэкодэ — «кошачьи когти», надеваемые на каждый палец отдельно (напо-



Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

минает наперсток с заточенным когтем длиной порядка 1,5—2 см)

Нэко-но мэн дзикан о-миу дзюцу — определение времени по кошачьим глазам (изменениям сетчатки)

Нэнрики — ментальное устремление, присутствующее в практике *кудзи* (одно из трех составляющих *санмицу*), состоит в полном растворении в цели или желании и переживании ее как реального (проявленного) опыта

Нэру-кавайта — легкий щит ниндзя, обычно изготовленный из циновки

Нюмонся — новичок, вновь поступивший в школу

Нюке-но дзюцу — выбор благоприятного момента для выполнения задания: состояния в лагере противника, погоды, охраны и др.

О

О — большой, снаружи

О-аси — «большой шаг» — один из видов «тайного перемещения» ниндзя, напоминающий прыжок вперед с передней ноги, позволяющий мгновенно сокращать дистанцию в бою, делать рывок для разбега и т. д. или, махом поднимая ноги, двигаться в очень высокой траве

Оби — пояс (общепринятая длина — 2 м 80 см)

О-гама — «большая» *кама* (длина рукояти порядка 80 см)

О-госи — бросок через бедро с обхватом спины

О-гяку — «высокое выкручивание» (в *тай-* и *ханбодзюцу*), выворачивание плеч вверх, когда противник лежит на животе

Одзи-вадза — общее название техники защиты мечом

Одзуцу — пушка из дерева и бамбука

Ои — одноименный

Ойа-гороси — выкручивание большого пальца

Окуринами — бросок вращением за запястье противника, переходящий в перегибание локтя сверху

Омиодо — древняя восточная наука предсказания будущего и астрологии

Омотэ гяку — выкручивание кисти наружу (другое название *кота гаэси*)

Омотэ-гяку-маки — вариант *омотэ гяку*

Омотэ сюто — см. *Китэн кэн*

Онгё — «раствориться в воздухе», «исчезнуть»

Онгё-ин — *кэцуин*-символ, соответствующий *дзюмон* «Дзэн». *Дзюмон* для индивидуального использования: ОН А РА БА СЯ НО-О СО ВА КА

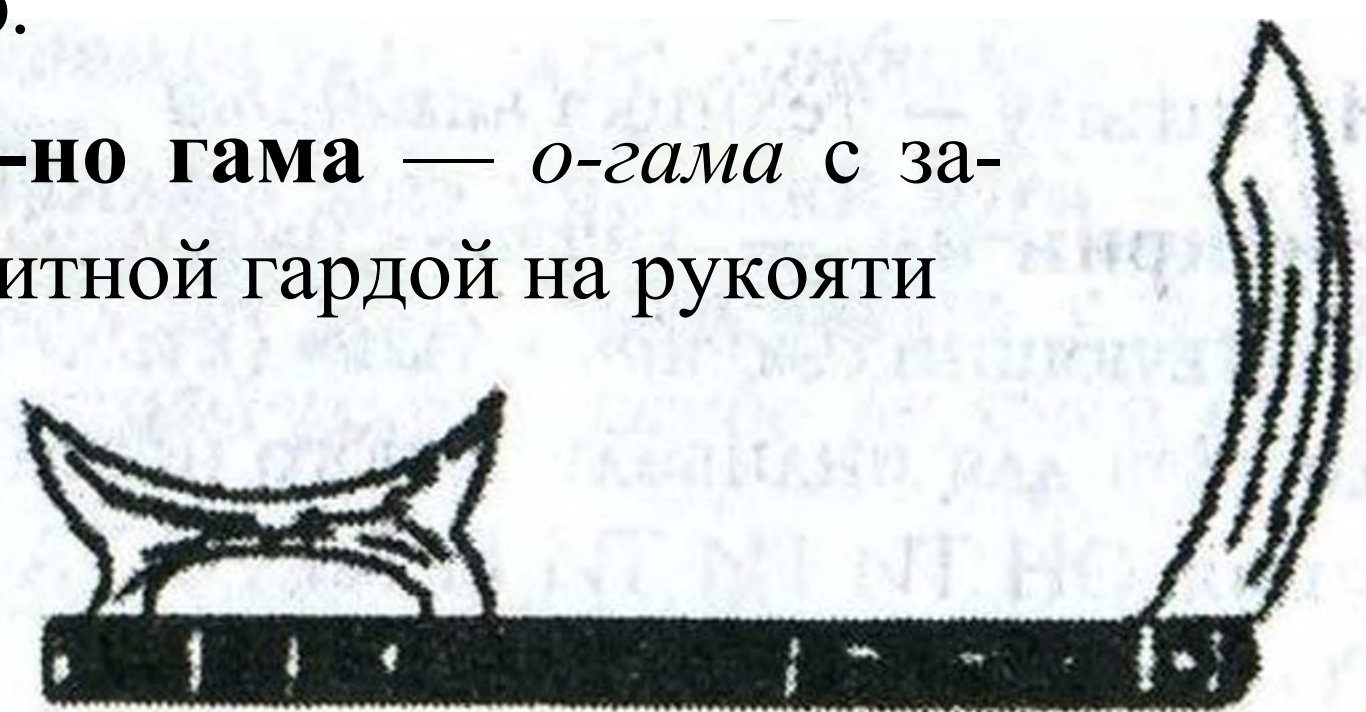
Ониби-гакурэ — «пламя дьявола», выдувание огня изо рта для запугивания противника, одна из практик *катондзюцу*

Они-дзаси — «протыкание сердца демона», техника *яри*

Они-кудаки — «разрушитель демона» — узел руки наверху (в *тай-* и *ханбодзюцу*)

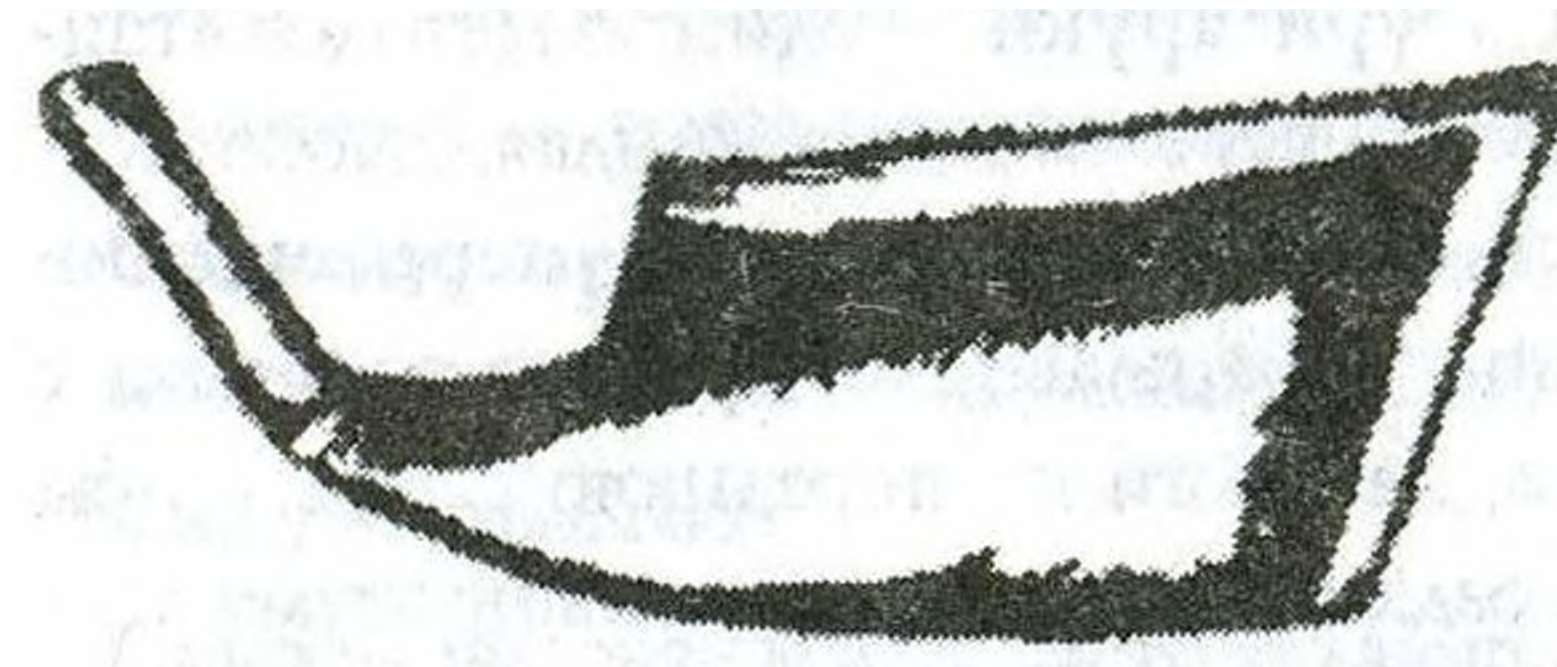
Оникэн — «кулаки демона», несколько форм естественного оружия, считавшегося «тайным». К ним относятся, боси кэн, иппон кэн, накадака кэн, нио кэн и др.

О-но гама — *о-гама* с защитной гардой на рукояти



Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Оноко — длинная пила для спиливания веток



Онсиндзюцу — искусство становиться невидимым путем переодевания или полного вживания в образ другого человека

Онэгай симасу! — Пожалуйста, научите меня! — традиционная фраза, с которой обращаются ученики к учителю и ученики к ученикам

Оригами гандо — складной светильник, легко тушащийся рукой

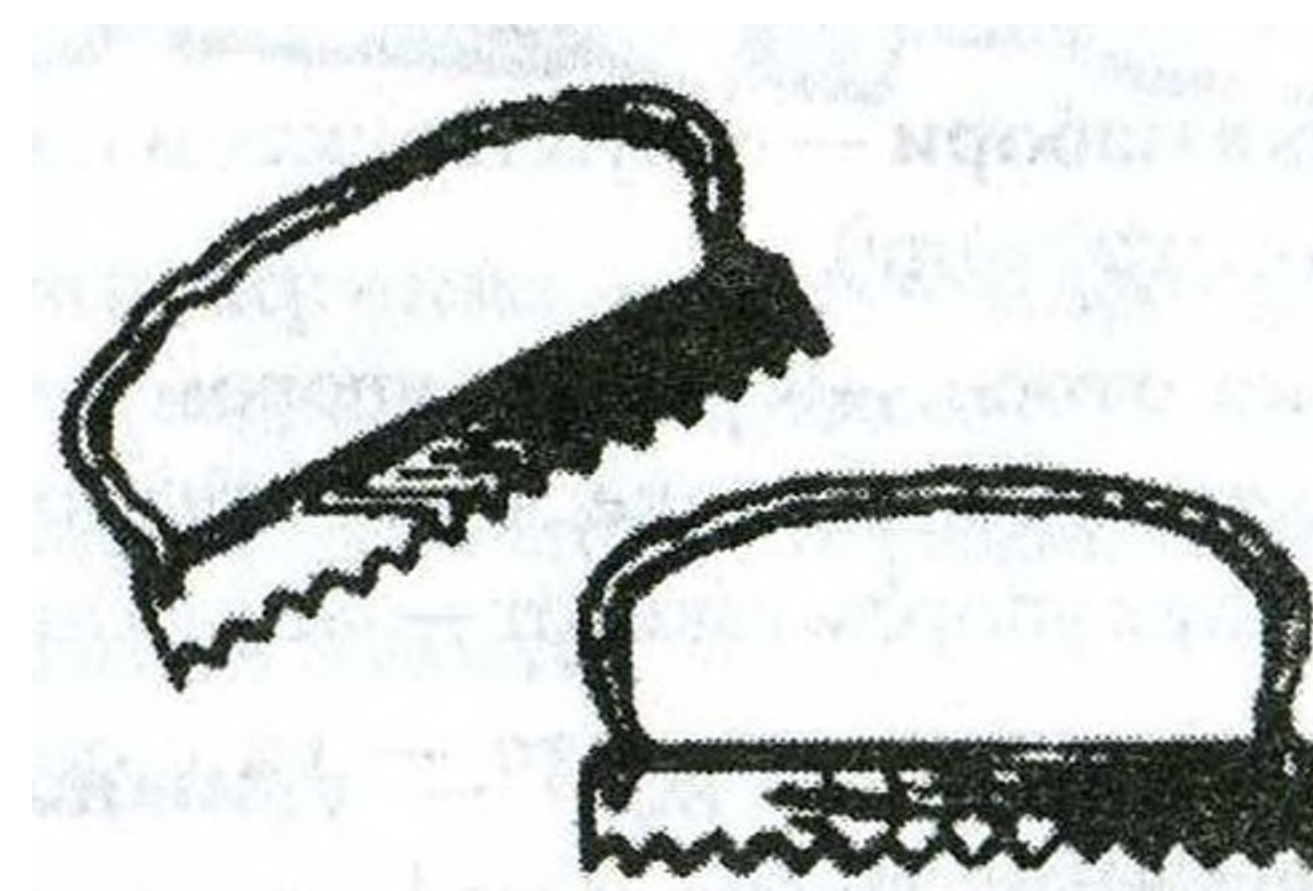
Осаку — большие отмычки



Осаэ — давить, давящий

Осаэ-укэ — давящий блок

Осикоро — большая пила



О-сото-гакэ — зацеп снаружи

О-сото-гари — отхват

О-сото-кэри — захват руки махом ноги

О-сото-нагэ — бросок через бедро с захватом поверх руки

Осу — удар основанием ладони

Отэн — колесо (см. *Дайсярин*)

Отонаси-но камаэ — *камаэ* с *ханбо* и *синоби-дзуге* (как *катайа гори-но камаэ*)

Отоси — вниз, опускающийся

Отоси-сабаки — уход вниз (под ноги или от противника)

Отоси-укэ — опускающийся блок

О-цунами — бросок захватом за пальцы

Оэрю — семья ниндзя

Оякатасама — глава клана (*дзенин*)

П

Пюо (Пе) — *дзюмон*, соответствующий *кэцуин*-символу «Дайконго-ин» (*кудзи ин*)

Р

Райка-дама — сигнальные огни

Рандори — учебный бой

Рёки-гаку — изучение и интерпретация астрологических влияний

Рёхан-но дзюцу — Искусство «подставлять» видных деятелей противника для их уничтожения руками господина. 2. Искусство использования захвата заложника (заложников)

Риай — абсолютное единство тела и духа

Рикудзен-рю — школа ниндзя

Рин — *дзюмон*, соответствующий *кэцуин*-символу «Докко-ин» (*кудзи-ин*)

Ринкёкэн — «приспособляемость ко всему», один из базовых принципов *нинпо*

Риоаси — двумя ногами, две ноги

Рио-аси-дори — бросок захватом двух ног (сзади) в кусари-, *тай-*, *ханбодзюцу* и других искусствах

Риомо — точка поражения: висок

Рио-тоби-но камаэ — *камаэ* с *ханбо*

Риото-дзукай — фехтование двумя мечами одновременно

Риотэ — двумя руками, две руки

Риотэ-гарами-дори — перегибание, обоих запястий противника с помощью *ханбо* от захвата за отвороты

Риотэ-дори — контртехника (без оружия и с оружием) от захвата двух рук

Риотэ-ори — болевой контроль двух рук на земле с помощью *ханбо*

Риусуй — «водяной дракон», уход нырком под удар

Рицудо — один из важнейших принципов боя — принцип ритма, заключающийся в навязывании собственной ритма ведения боя с самого начала схватки или внезапном прерывании ритма противника во время ее течения

Рицурэй — поклон стоя

Роккаку-бо — шестигранный шест

Року — шесть

Ронин — бродячий самурай, одно из амплуа перевоплощений ниндзя (*ситихо-дэ*)

Рэй — поклон, приветствие

Рэн — двойной, повторяющийся (например, рэн-кэри — повторяющийся удар ногой)

Рэнсэн — точка поражения: гортань

Рэнсю — тренировка

Рэцу — *дзюмон*, соответствующий *кэцуин*-символу «*Тикэн-ин*» (*кудзи-ин*)

Рюсуй-но камаэ — *камаэ* с мечом, отведенным назад-вниз

Рюха (Рю) — школа

Рю-о-сэн — «лодки дракона», прообраз подводных лодок, использовавшиеся ниндзя при акциях на море

Рякусин (Рякухон)-но дзюцу — искусство прикидываться другом вражеского сановника для выполнения той или иной акции

С

Сагури-аруки — один из методов «тайного» перемещения ниндзя, заключается в очень медленном перемещении вперед и плавном переносе веса тела с задней ноги на переднюю с тем, чтобы создавать как можно меньше шума

Сагури-но камаэ — *камаэ* с *ханбо*, передняя стойка с палкой, направленной на противника

Сагэо — шнур от большого меча, часто используемый для связывания, изготовления ловушек и т. д.

Сай — металлический трезубец

Сайкатандэн (сайка-но иттэн, тандэн, хара) — «Единое средоточие» — один из энергетических центров, используемый в медитативной работе с внутренней энергией ки

Сайминдзюцу — «искусство ментальной мощи», общее название духовно-ментальных практик, направленных на развитие абстрактного восприятия, воли, паранормальных способностей (ясновидения, телепатии), а также гипнотического влияния на противника во всех его формах

Сака набори — искусство скалолазания (*тохэ кидзюцу*)

Сака-отоси — бросок с упором ноги в колено (по технике очень близок к броску с упором в живот — *томоэ нагэ*)

Сакатэ нукиюти гата — яй с обратным выхватом

Саки — острие меча, *танто*, *саи*

Саккацу — «свобода убивать» — один из ментальных принципов в мироощущении ниндзя (тесно перекликается с принципом «*дзидзай*» — «свободой даровать жизнь»)

Сакки — «дух (ветер) смерти» — мистическая практика предчувствия опас-

ности, основанная на остроте (открытости) чувств и развитой интуиции

Саккоцу — точка поражения: ключица

Саккоцу ори — перегибание ноги в колене лежа (*тайдзюцу*, *ханбодзюцу*)

Саку — отмычки

Сакэ — рисовая водка, часто являющаяся основой для ядов ниндзя

Самидарэно юти — боковой удар цепью в голову одновременно с прямым ударом ноги

Саммай — «Просветление, пробуждение» — высшая цель духовной самокультивации ниндзя

Сан — три

Санга-рю — школа ниндзюцу

Сан дан-вадза — «тройной» прием (три удара подряд)

Сандзу-но мэцубуси — дымовая завеса непосредственно вокруг ниндзя, создаваемая неожиданно во время боя

Сандзяку тэнугуи — полотенце-респиратор (маска) ниндзя



Санкаку-симэ — «треугольное» удушье (вариант *хадака-дзимэ*)

Сан-минг — точка поражения: центр нижней челюсти

Санмицу — «Три таинства» (Мысль, Слово и Дело) основа большинства тайных духовных практик *нинпо миккё*

Санпин дори йоко гурума — контрприем от захвата троих человек, двоих за руки и одного — за шею, выведением из равновесия

Саннин дори тацумаки — «вихрь, разбрасывающий троих», бросок троих противников вперед от захвата, аналогичного предыдущему

Сан-нэн-гороси — аналог *дзю-нэн-гороси*, «дим мак» ниндзя

Санридзинба — «тройной конь», один из методов преодоления стен

Санрэндзю — многоствольный пистолет

Санса-но дзюцу — присоединение к вражескому шествию (праздничной толпе, войску) с тем, чтобы вместе с ним проникнуть в замок или лагерь

Сансин гяку хангэцу — техника удара мечом одной рукой сверху вниз по наклонившемуся противнику

Сантин-но камаэ — защитная позиция в *тайдзюцу*

Сантин-но ката — см. *Го-дай но ката*

Саппо — поражение жизненно важных точек

Саругаку (саругакуси) — бродячий актер, одно из амплуа *ситихо-дэ*

Сару-кайтэн — «обезьяний» пережат — пережат вбок, лежа на спине с вытянутыми ногами

Сарэй — поклон сидя

Сасумата — рогатина

Сатобито-но дзюцу — манипуляционное использование лиц, враждебно настроенных к своему господину

Сатори — «Прозрение, озарение» — одна из высших целей духовной практики ниндзя

Сацудзин-но дзюцу — искусство познания и предсказания циклически-временных и атмосферных явлений (приливов и отливов, фаз луны, смены времен года, дождя и т. д.)

Сацума-рю — школа ниндзюцу (округ Когасима)

Саямэн-юти — диагональный удар сверху вниз (*ханбо*, *бо*, *кэн*)

Саю-сабаки — уход по диагонали вперед (под 45 градусов)

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Сая — ножны меча

Сая атэ — бросок ножей (или удар ими) в противника в *яй* и *кэндзюцу*

Сая фури — вращение ножами на шнуре

Сэдэн косики ката — *ката* с *нагина-той*

Семэн-юти — вертикальный удар мечом, шестом, палкой

Сесэй (седай) — «отец-основатель»

Сётэн-но дзюцу — «Путь в небеса», искусство преодоления препятствий при помощи веревок, лестниц, ручных и ножных кошек и иных приспособлений, а также без них

Сётю-кэйко — летние учения

Сёфу — точка поражения: боковая сторона шеи

Сёхацу — короткий горизонтальный удар по корпусу *кусари-фундо*

Сибга-гакурэ — искусство прятаться в самых неподходящих местах: в ящиках, шкафах, бочках и т. д.

Сибари коса ори — один из методов контроля в стойке, используя *ханбо*

Сидзэн — «естественность», один из основополагающих принципов ниндзюцу, заключается в отказе от противоестественных движений в бою или отработки таковых до такой степени, пока они не станут целиком естественными. Кроме того, в поединке следует руководствоваться естественными реакциями сознания и тела, а не навязанными извне какой бы то ни было системой боя.

Сидзэн кэн — «естественное оружие», любая техника, которая спонтанно рождается в бою

Сидзэн-но камаэ — естественная стойка (ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль тела)

Сикакэ-вадза — виды атак: в *кэндзюцу*

Сикан кэн — удар вторыми суставами пальцев

Сика оси — выкручивание и разрыв коленного сустава

Сико-во синобу — ментальный и духовный тренинг

Сикоми-дзу — пистолет, внешне выглядевший как *танто*

Сикоро — портативная пила по дереву с зубьями с обоих концов

Си кэн — техника укусов

Сикэцу — «точки смерти» (общее название)

Сима-куноити — «свои» агенты-женщины, женщины из клана

Симеки — портативное устройство для взлома



Симэ-аси — «уплотненный шаг», один из методов *аруки* ниндзя, используемый при ходьбе по щебню или грязи

Симэ-вадза — удушающие техники

Симэ-о дори — освобождения от удушений

Син — дух

Синкэн-гага — «духовный меч», один из методов передачи знаний, заключающийся в передаче ученикам лишь небольшого количества информации, очень емкой и важной, на основе которой ученики вырабатывают каждый свой путь выживания в бою

Синкэн-дори — захват лезвия меча противника между ладоней для дальнейшей обезоруживания

Синкэн-себу — поединок на мечах, кончающийся смертью одного из противников

Синоби (синобу) — синоним слова «нин»

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Синоби-аруки — см. *Нэко-аруки*

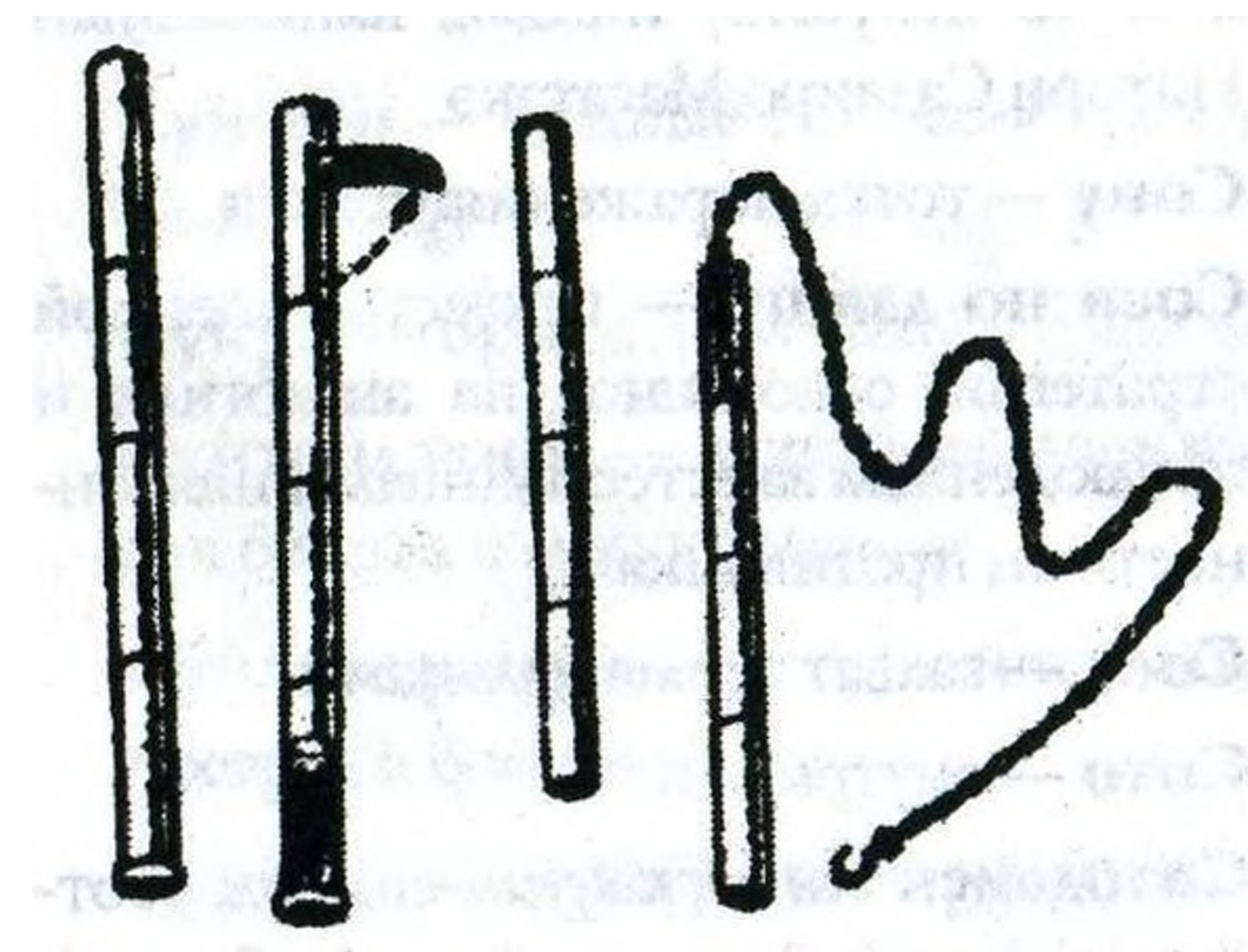
Синоби бунэ — лодка ниндзя

Синоби-гатори — «беседы ниндзя», духовное общение учителя и ученика

Синобигаэси — «Спрятаться на крыше или на стене и оттуда собирать информацию или отслеживать неприятеля» — одно из понятий идеограммы ниндзюцу

Синоби-дзүэ — посох с лезвием или цепью с грузилом внутри

Синобидзюцу — искусство разведки и работа резидента (шпионаж), синоним

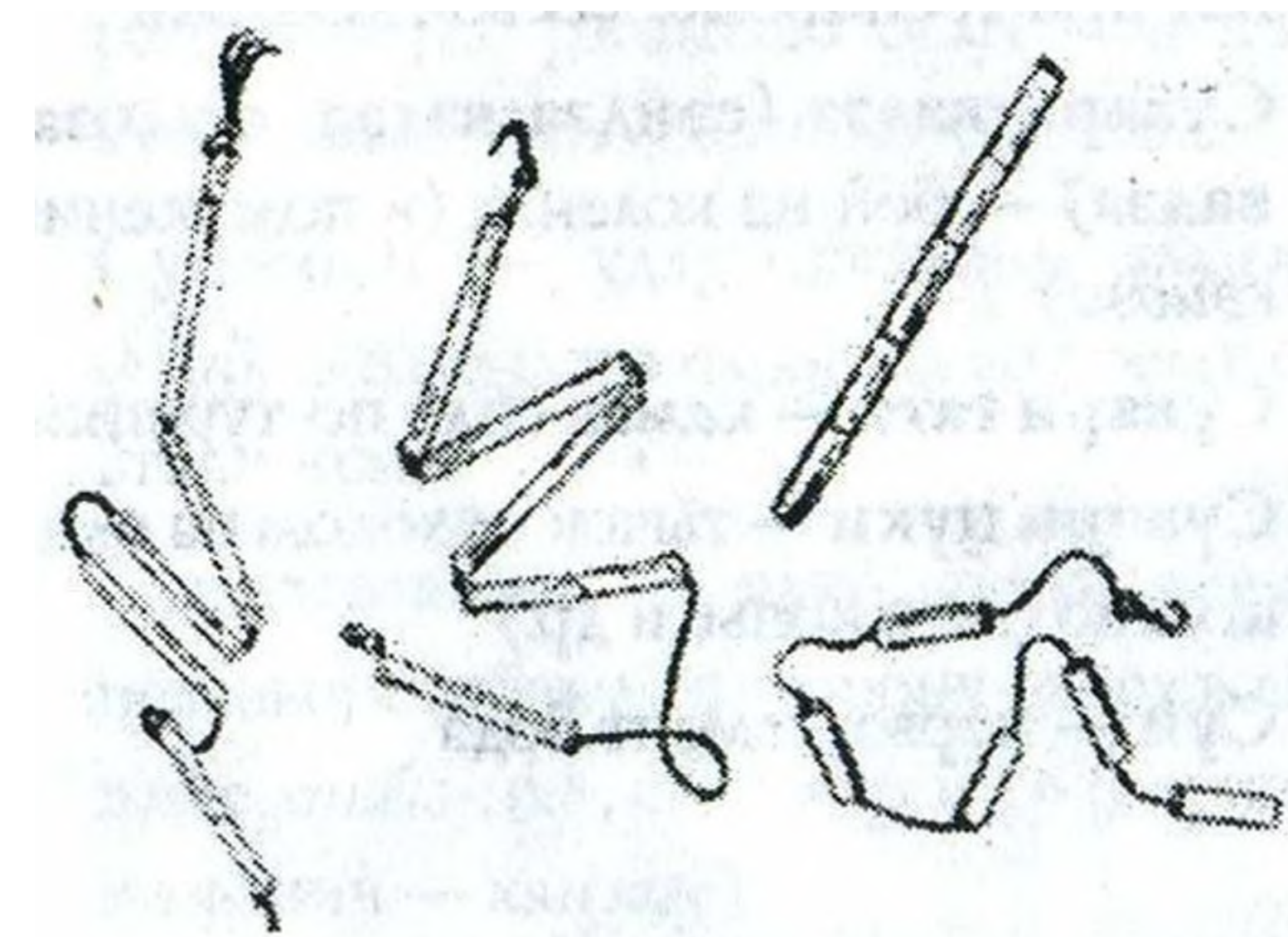


слова «ниндзюцу»

Синоби ири — синоним *аруки*

Синоби-ироха — код (шифр) ниндзя. Существовало несколько методов: написание двусмысленных иероглифов, написание понятий, казалось бы, абсолютно не связанных с истинным содержанием, и т.д.

Синобикаги — раздвоенный посох из 5 секций, раскладывающийся в подобие лестницы с крюком на конце



Синоби-кай — «шпионская раковина», портативные варианты *синоби-дзүэ*

Синобикому — «окопаться», одно из понятий, содержащихся в идеограмме ниндзюцу

Синоби-кумаде — см. *Кумадэ*

Синоби-рокугу — «шесть вещей шпиона»: *амигаса*, *сэки-хицу*, *инро*, *кагинава*, *сандзяку тэнугуи*, *утидакэ*

Синоби седзоку — костюм ниндзя

Синоби фуку - маскировочная экипировка

Синоби-хасири - бег ниндзя

Синодакэ — тонкая трубка для дыхания под водой

Синпи — мистические практики ниндзя

Синпу — «создание тайфуна», одна из магических техник ниндзя (ничего конкретного об этом методе до нас не дошло, кроме того, что ниндзя могли вызывать внезапный ветер путем создания вибрационного поля)

Синсо-тохо-но дзюцу — ходьба на руках при тайных акциях в темноте

Синсэй рэй — ритуальные молитвенные поклоны

Синсю-рю - школа ниндзя

Синто — «Путь богов», древняя автохтонная религия Японии

Синто гарами — перегибание позвоночника лежащему на животе противнику (*тайдзюцу*, *ханбодзюцу*, *кусари-дзюцу*)

Сисин кэн — укол мизинцем

Сисэй отадаситэ, сэнсэй-ни рэй! —

Склонитесь перед учителем и приветствуйте его!

Сити — семь

Ситихо-дэ (до) — «Семь способов ходьбы», метод вживания (или простого переодевания) в один из семи канонизированных образов людей

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Ситсу-кансэтсу — точка поражения: подколевшая впадина

Сихан — старший учитель (в ниндзюцу соответствует 7 дану)

Сихо-ги — техника *яри*

Сихо-нагэ — бросок на четыре стороны

Со — пика (часто просто заточенная с одного конца палка)

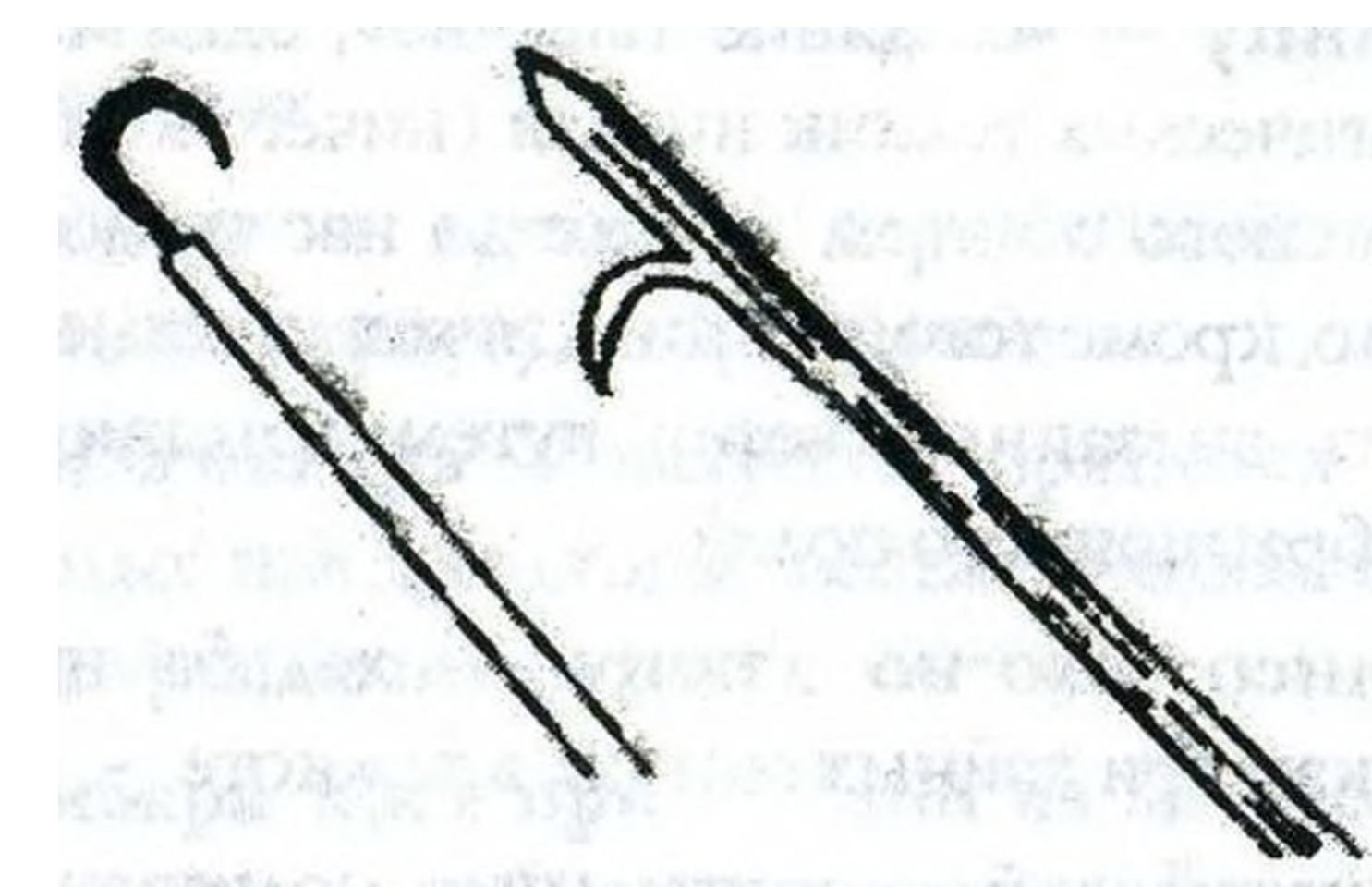
Соби — точка поражения: основание икроножной мышцы

Сода — точка поражения: 7-й позвонок сверху

Содзё — мифический царь тэнгу

Содзюцу — искусство ведения пикой

Содэгарами — багор, способствовавший преодолению высокой стены



Содэ-тори — захват рукава

Соин — точка поражения: основание мизинца ноги

Соке — носитель традиции (в *Тогакурэ-рю* в настоящий момент им является Масааки Хацуми, 34 соке в традиции *Тогакурэ-рю* ниндзюцу)

Сокки кэн — удар коленом

Сокки-юти — бросок *сюрикэна* в колено снизу вверх

Сокко кэри — удар подъемом ноги

Сокко фуми ори — штампующий удар по стопе

Соку гяку кэри — различные формы ударов подушечкой стопы под пальцами и пальцами ноги

Сокуси кэн — удар большим пальцем ноги

Сокуто кэн — удар ребром ноги

Сокухо — то же, что и *ёко кайтэн*

Соку яку кэн — удары-пинки ногой с полным вложением веса тела (наносятся только по прямым траекториям вперед, вбок, назад)

Сонин — «раздваивающийся ниндзя», техника введения в заблуждение об истинном количестве ниндзя путем использования манекенов, создания шумов, метания *сюрикэнов* и устройства ловушек

«Со-нин-ки ниндзюцу» — справочник по искусству ниндзя, написанный Натори Садзиро Масатакэ

Сону — точка поражения: трахея

Соси-но дзюцу — искусство военной стратегии, основанное на аналогиях и наблюдением за естественными наклонностями противника

Сосу — захват тремя пальцами

Сото — внутрь

Сотодзиси-ин — *кэцуин*-символ, соответствующий *дзюмон «Тох» (кудзи-ин)*. *Дзюмон* для индивидуального использования: ОН ДЗИ РЭ ТА РА СИ П ТА РА ДЗИ БА РА ТА НО О ВА КА

Сото сэой — внешний (обратный) бросок через плечо

Сото-укэ — блок внутрь

Сотоякудзава — точка поражения: внешняя сторона запястья у кисти

Сохэй — монах-воин

Субури — синхронизация работы рук и ног при тренировке боевой техники

Сувари-вадза (сэйдза-вадза, фудоза-вадза) — бой на коленях (в положении *сэйдза*)

Сувари гата — *камаэ* сидя по-турецки

Сувари цуки — тычок с уходом на одно колено (меч, копье и др.)

Суй — первоэлемент Вода

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Суйгэцу — 1. Точка поражения: «крест» живота (иногда обозначают солнечное сплетение); 2. Техника *нагината*.

Суйгэцу-но дзюцу — 1. Отвлечение противника от места проникновения в замок ложной атакой в другом месте. 2. Искусство притворства, мимикрии или суггестии в целях убеждения противника в истинности уловки или трюка

Суй кэн — укол пальцами в положении *китэн кэн* («плодочкой»)

Суй-но ката — форма боя «подобно Воде»

Суй-рэн — «водные техники», см. *Суй-эй-но дзюцу*

Суйрю — бросок, подобный *томозэ нагэ*

Суйтондзюцу — использование воды для бегства и маскировки

Суйхэйдзюцу — преодоление водных преград и бой в воде

Сукацу — микстура из порошка мяты, кукурузы, маринованных слив и овса — утоляла жажду и увеличивала выносливость

Суки кэн — удар локтем

Сукке — буддийский священник, одно из амплуа ситихо-дэ

Сукуи аге — техника *нагината*

Сукуи-юти — техника *кусари-фундо*, напоминающая неполное хатидзи-фури

Суна-моти — «удержание песка», упражнение по развитию силы пальцев с кувшинами, наполненными песком

Сунэ-ори — удар грузиком *кусари-фундо* в голень противника во время его атаки ногой

Суриагэ-вадза — удар, почти совмещенный с отбивом в сторону-вверх в технике *ханбо*, *бо*-, *кэндзюцу* и др. (вариант названия — ханэаге)

Сури-аси — «скольжение по кругу», один из видов перемещений в бою

Сутэми-вадза — броски с падением

Сэйган-но камаэ — *камаэ* в *тайдзюцу*, *кэндзюцу*, *бодзюцу* («Подлинное око»)

Сэйдза — традиционное японское положение для сидения на коленях

Сейдзе-юти (хоиюти) — бросок в *сюрикэн*, траектория сверху вниз или снизу вверх

Сэйдон — точка поражения: угол глазной кости

Сэкихицу — «карандаш из камня» — одно из орудий ниндзя (относится к *нанки*)



Сэн — интуиция, базирующаяся на искусстве

Сэнбан нагэ но камаэ — *камаэ* в *сюрикэндзюцу*

Сэнбан-сюрикэн — *сюрикэн* в форме квадрата с вогнутыми гранями (традиция *тогакурэ-рю*)

Сэн-о сэн — синхронная контратака

Сэнси — японский перевод имени Сунь-цзы, автора трактата о ведении войны, в котором описаны методы использования шпионов

Сэнсин сё — «Откровение», получаемое в процессе мистической практики общения с божествами, духами и т. д.

Сэнсэй — учитель

Сэнсэй-ни рэй — поклон учителю

Сэой-нагэ риотэ, кататэ — бросок через плечо двумя или одной рукой

Сэппуку — ритуальное самоубийство (др. назв. *харакири*)

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Сэсин тэки кейо — духовые очищение, с которого начинается духовная самокультивация ниндзя

Сюгэндо — «Путь овладения сверхъестественными силами» — мистическое учение, основанное Эн-но Одзуно на основе даосских теорий и местных японских языческих верований (многое из этого учения вошло в багаж знаний ямабуси, а затем и ниндзя)

Сюко — 1. Точка поражения: внешняя сторона запястья. 2. «Когти» на руки для влезания и ближнего боя

Сюко-касуми - по камаэ — «положение скрытых ручных когтей» (естественная стойка, в которой *сюко* развернуты от противника)



Сюко-куми-тэ — «соединенные ладони» — техника применения «когтей» (захват меча и вырывание его из рук противника)

Сюко кэн — удар обратной стороной кулака

Сюмацу-доса — фиксирующее движение при броске, болевом приеме

Сюрикэн — метательные лезвия ниндзя в виде звездочек, миниатюрных ножей и др. (Букв. пер. «сю» — «рука»,

«ри» — «выпускающая» и «кэн» — «оружие, лезвие, клинок»)

Сюрикэн - гохо-юти — способ метания нескольких *сюрикэнов* одновременно или двумя руками в разные стороны

Сюрикэндзюцу — искусство использования *сюрикэн* для метания и ближнего боя

Сюрикэн монти ката — формы захвата *сюрикэна*

Сюрикэн нагэ ката — формы метания *сюрикэна*

Сюсоку-гарами — плавание со связанными руками и ногами

Сютю-рёку — сосредоточение и максимальная концентрация силы в техниках боя ниндзя

Ся (Са) — *дзюмон*, соответствующий *кэцуин*-символу «*утидзиси-ин*» (*кудзи-ин*)

Сяко кэн — удар когтями, образованными полусогнутыми и напряженными пальцами

Сякэн — многоострыйныи (звездообразный) *сюрикэн*.

Сян-тюн — точка поражения: подложечная ямка

Т

Таби — обувь с раздвоенным мыском



Табигэйнин (хокаси) — порученец, одно из амплуа *ситихо-дэ*

Табимакура-но дзюцу — «неприятель во тьме», техника сигнализации при помощи меча и веревки. Меч втыкался в

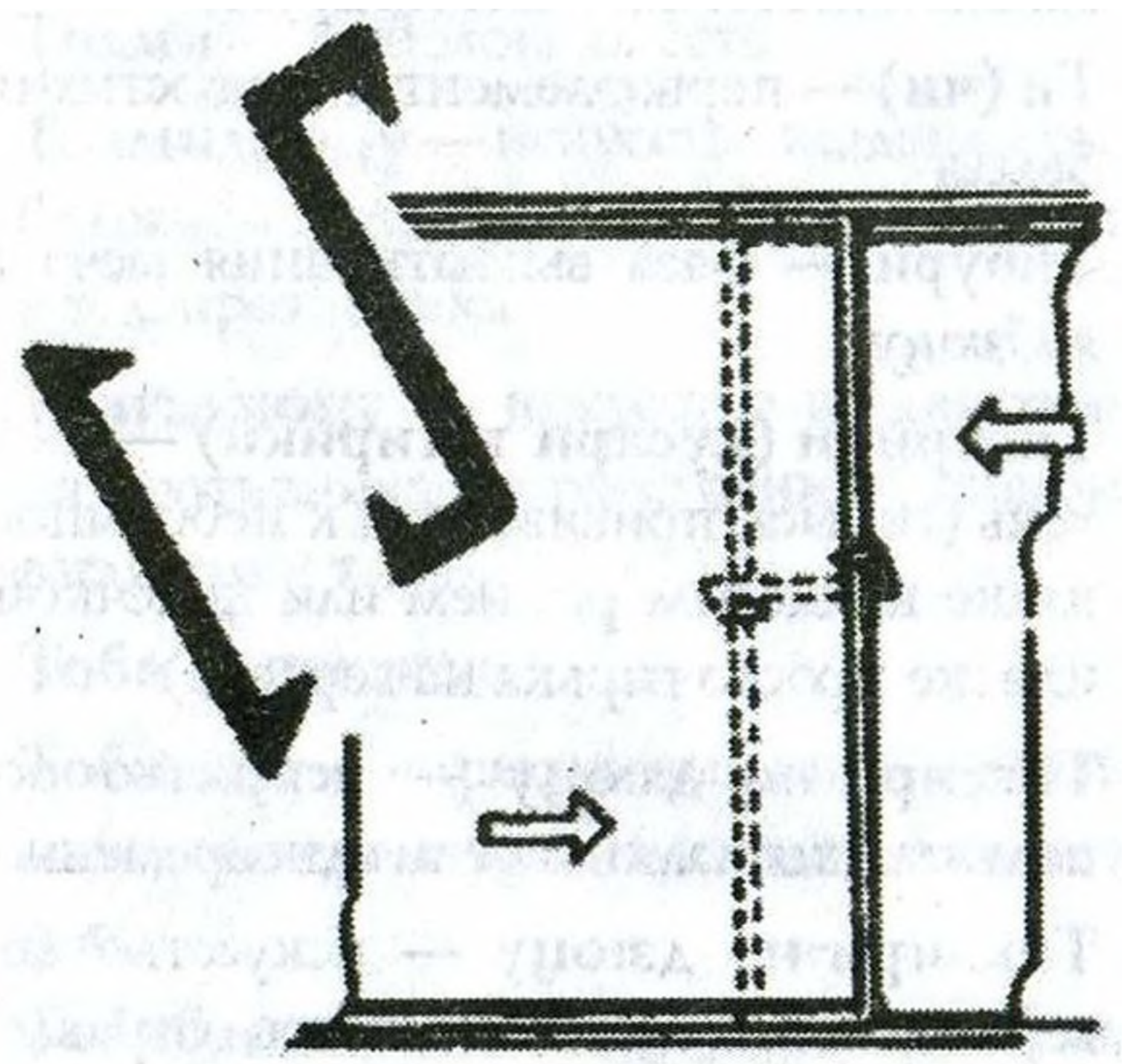
Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

землю неподалеку от ниндзя, к рукояти привязывалась веревка, зажимавшаяся зубами. Если появлялся враг, он натывкался на веревку, ниндзя хватал меч и пронзал его.

Табиюми — складной лук

Тавара таоси — сжатие тела с *ханбо* от захвата горла сзади

Тадзи-марики — скобы для мгновенного блокирования дверей перед догоняющим противником



Тайбоку таоси — сжатие тела от захвата туловища в *тайдзюцу* и *ханбо-дзюцу*

Тайдзюцу — техника боя без оружия

Тай кэн — удар (толчок) плечом

Тайхо-доки — освобождение от захватов туловища

Тай-отоси-сабаки — уход вниз

Тай-сабаки — уклоны и повороты тела

Тайра-сюрикэн — *сюрикэн* в форме полосы из металла

Тайхэндзюцу — техника перемещений в пространстве любым способом

Тайхэн-каэси-гири — удар мечом с отведением после оружия вверх и уходом

Такаги- йосин -рю - школа ниндзюцу

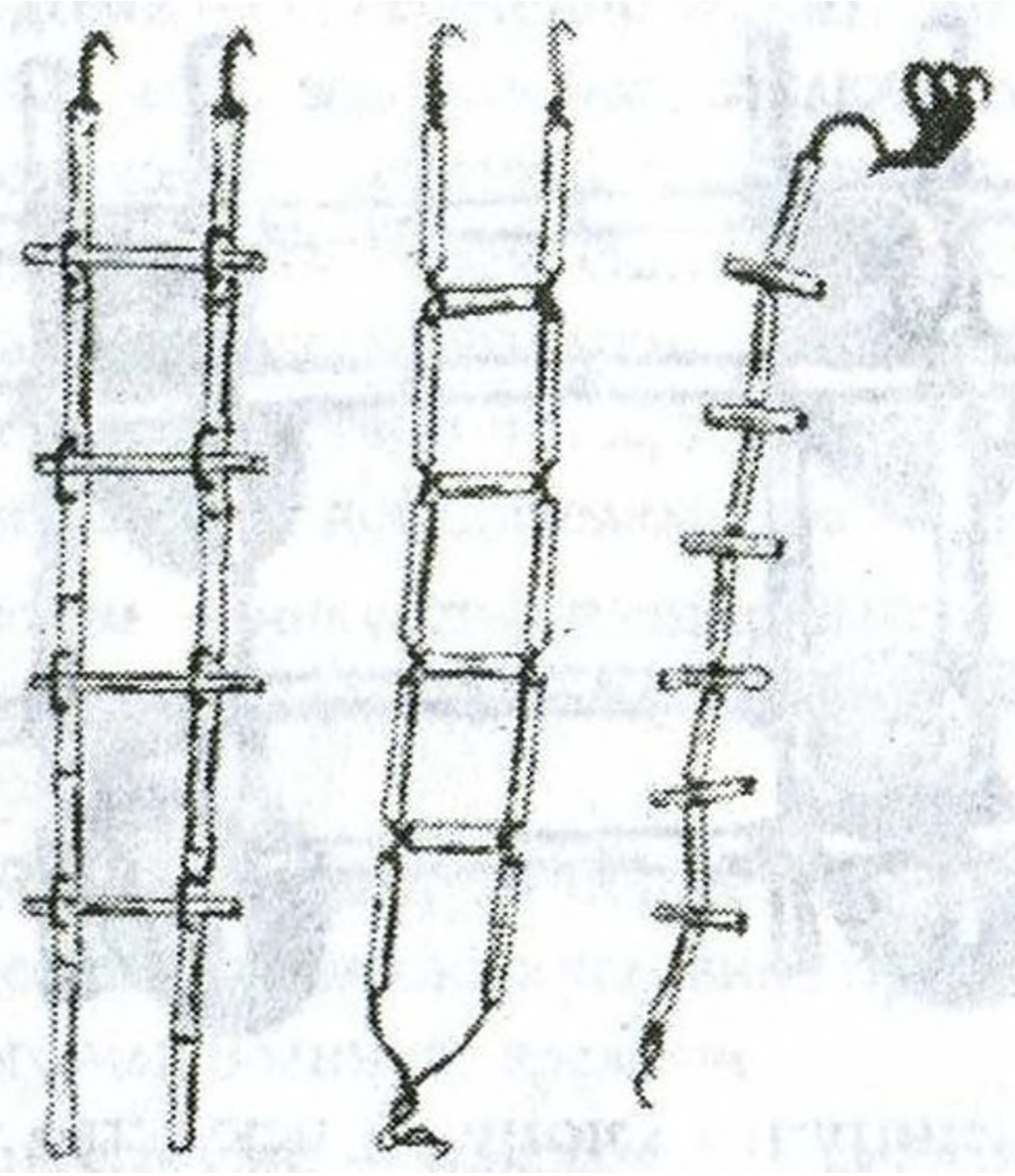
Такатобикоми - прыжок вниз

Такисугё — медитативная практика под водопадом

Такубиси — бамбуковые шипы длиной 2—3 см, втыкаемые на дороге

Такуэума — бамбуковые ходули

Такэ-басиго — сборные бамбуковые лестницы



Такэбо — бамбуковый шест

Такэда-рю — школа ниндзюцу; основанная Такэда Сингэн

Такэ иппон — упражнение по развитию силы пальцев

Такэ ори — «ломка бамбука», перегибание суставов руки в *тайдзюцу*, *ханбо-дзюцу* и др.

Танагокоро-таймацу — «фонарь в кулаке», одно из *нинки*

Тандзе — синоним бо-явара

Таниири-но дзюцу — перебежка группы ниндзя к противнику (одна из тактик легального проникновения)

Таннуки-гакурэ — маскировка по «способу барсука», один из методов *Мокутондзюцу*, заключающийся в прятании на дереве или в его дупле

Танрэн — закалка (набивка) тела

Танто — нож длиной около 35 см, имеет ножны и гарду, идентичные мечу

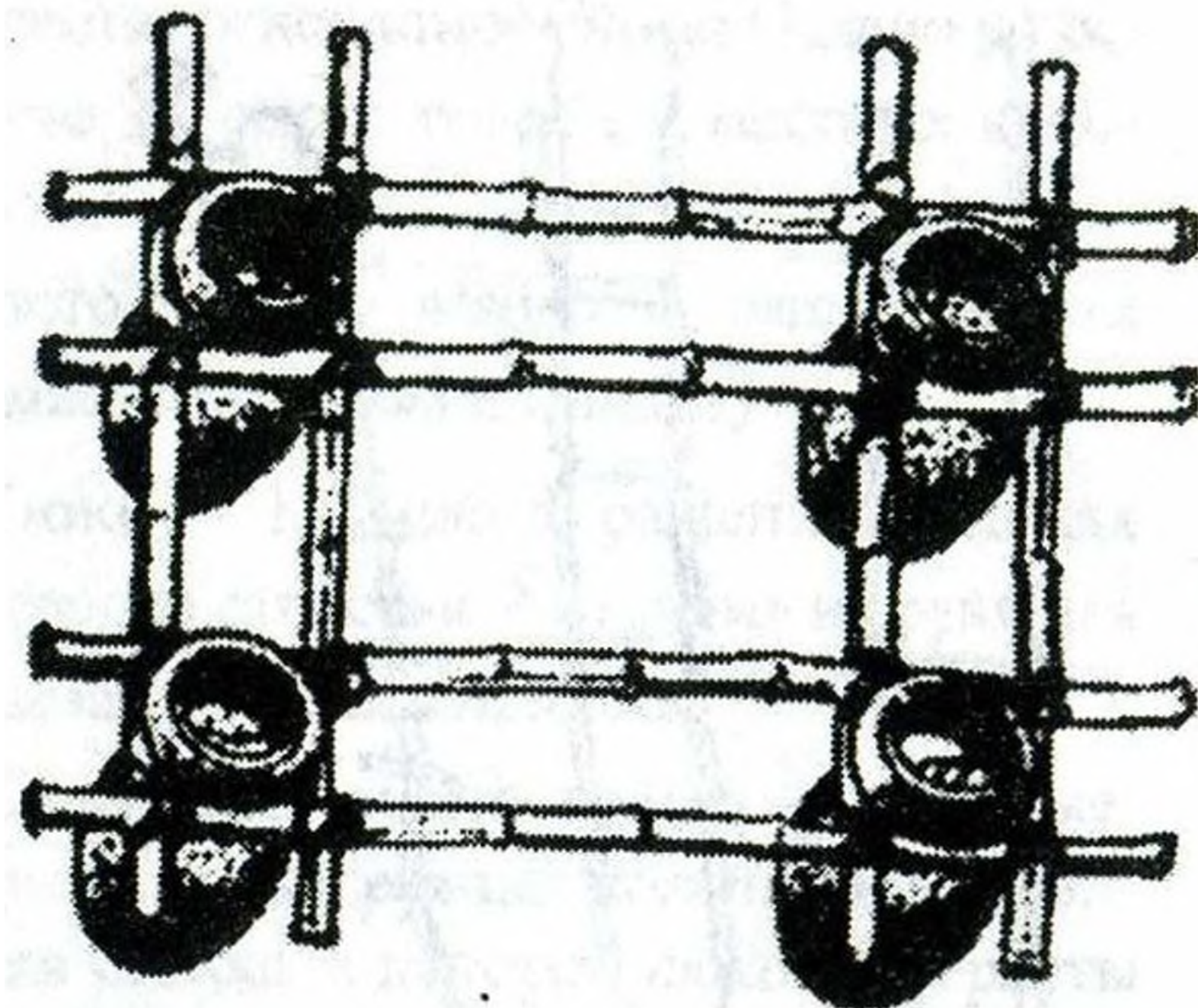
Тантодзюцу — искусство использования ножа

Тараизами-аси — «короткий шаг», один из видов перемещения ниндзя,

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

мелкие неслышные шажки для быстрых перебежек в доме неприятеля

Тару-икада — два поплавка-кувшина на каждую ногу или плот, где кувшины используются как поплавки



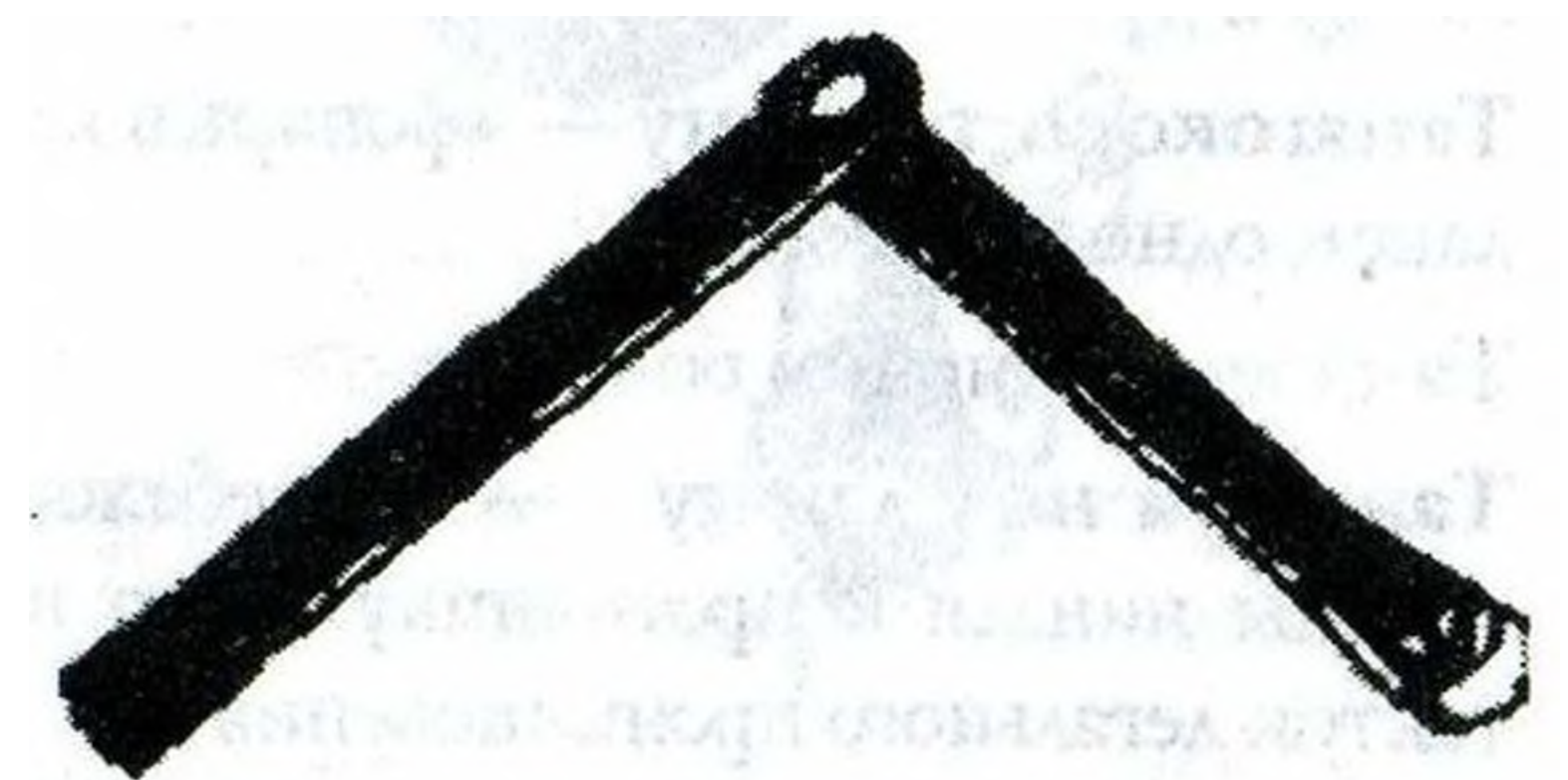
Тасинцу-но дзюцу — искусство чтения мыслей по глазам, позе, мимике или вообще не видя противника

Татами — соломенные маты в японских домах

Татами-ганси — циновка-щит

Татами-дзютси-сюрикэн — складной крест

Татами-номи — портативное долото



Тати-вадза — техника боя, проводимая стоя

Татикадзе — махи мечом

Тати-маваси — см. *Хати-маваси*

Тати-нагарэ — падение на спину с мгновенным вставанием в стойку резким разгибом-прыжком

Тати-цуки — тычок в стойке (меч, копье и др.)

Татэ — вертикально

Татэ-но камаэ — позиция с шестом и копьем

Тацудзин — «совершенное человеческое существо», «почти мастер»

Текудзэн-но дзюцу — искусство прятаться, используя «естественные формы» окружающей среды

Тето — точка поражения: переносица

Теходзюцу — искусство сбора полезной информации, базируется на знании психологии, развитии мышления, зрительной памяти и многом другом

Ти (чи) — первоэлемент и первостихия Земля

Тибури — фаза выхватывания меча в *ййдзюцу*

Тигирики (кусари тигирики) — кистень (гирька, привязанная к небольшой палке кожаным ремнем или цепочкой, или же просто гирька на веревке)

Тигуири-но дзюцу — искусство использования палки и цепи одновременно

Тикаири-но дзюцу — искусство диверсионных акций: поджогов, отравлений провианта и воды, взрывов, похищений видных военачальников, захвата заложников и т. д.

Тика-ма — средняя дистанция для боя

Тикара-иси — «камни силы», снаряды для тренировки мышц, прообраз современных гантелей

Тикара-но дасиката — сплав физической и психической энергии, возникающий при правильной постановке боевой техники

Тикэн-ин — *кэцуин*-символ, соответствующий *дзюмон «Рэцу» (кудзи-ин)*. *Дзюмон* для индивидуального использования: ОН ХИ РО ТА КИ С Я НО ГА ДЗИ БА ТА И СО ВА КА

Тикю — «отпускание тетивы», одна из техник внедрения к врагу, техника «двойной» игры, при которой ниндзя сознавался, что его побег был подстроен,

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

но он якобы и сам давно хотел сменить своего хозяина

Тикю-но дзюцу — искусство, основанное на способе «тикю»

Тимондзюцу — искусство географии и геодезии

Ти-мэй — смертоносная техника (общее название)

Тин кэн — удар пятью пальцами

Ти-но ката — форма боя, подобно «Земле»

Тоами — рыболовная сеть

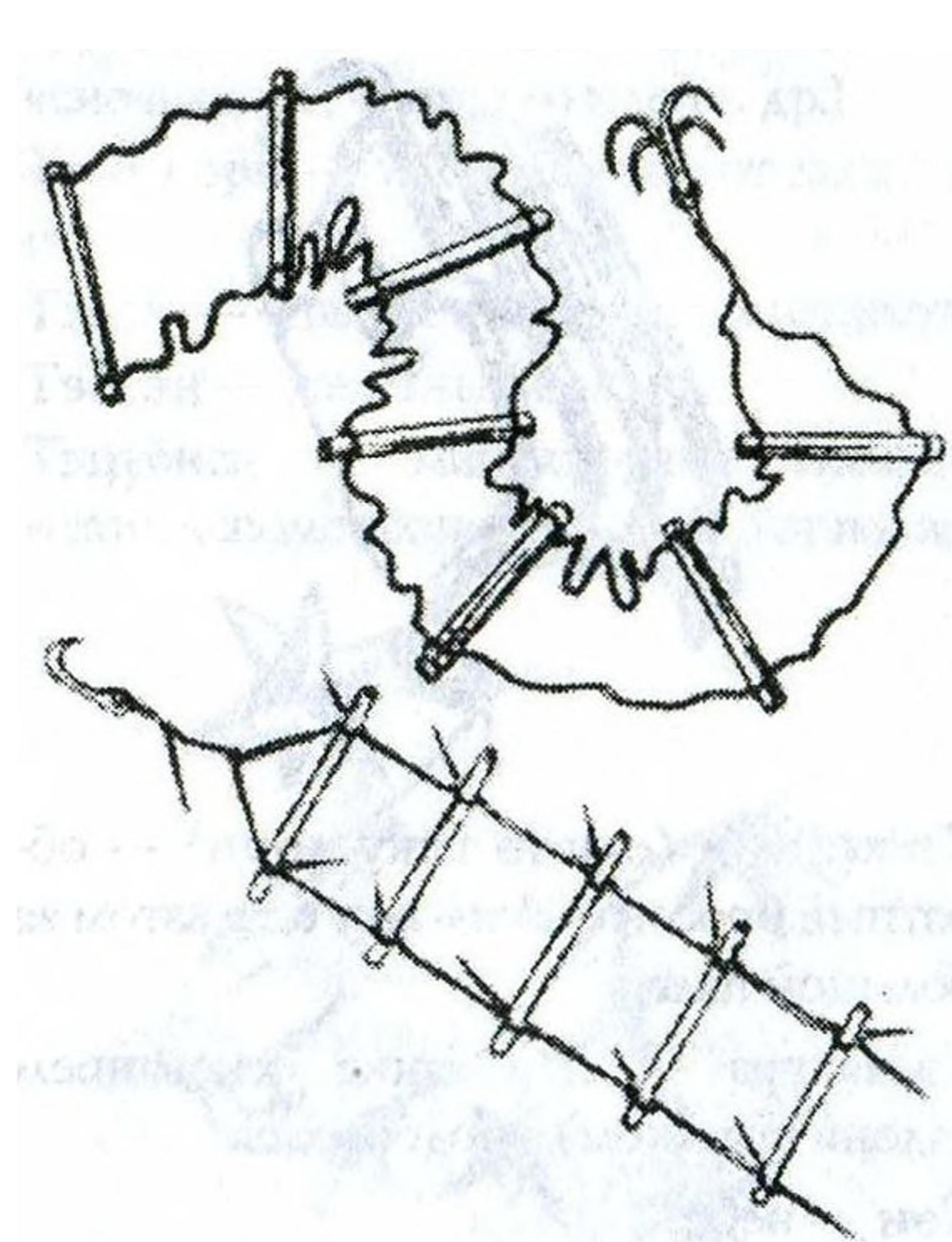
Тоамидзюцу — искусство владения рыболовной сетью для запутывания, ловли и т. д. противника

Тоатэдзюцу — искусство воздействия на противника на расстоянии (криком, взглядом и т. п.)

Тоби — прыжок

Тоби-аси — «прыжковый шаг», один из методов перемещения ниндзя, близок к *о-аси*

Тобибасиго — лестница с кошкой на конце. Иногда имела металлические клинья для вбивания в стену, предотвращающие раскачивание



Тоби-кэри — удар ногой в прыжке

Тогакурэ-рю — школа ниндзюцу, основана Дайсукэ Нисина

Тодзимэ — зажим для двери в японском доме

Тодомэ — «пресечение атаки», один из принципов ведения боя, заключается в опережении действий противника, подавлении его своей силой, скоростью, навязывании своего ритма, психологическом воздействии и т. д., т. е. изначально считать себя победителем, а не жертвой.

Тоири — искусство планирования тайных акций и использования боевой стратегии

Тоири-но дзюцу — общее название искусства шпионажа в условиях предвоенного или военного времени

Той сокуме — «быстрота духа-разума», одна из целей духовного развития ниндзя, ведущая к мгновенной адаптации в постоянно меняющейся ситуации и адекватном на нее реагировании

Томоэ нагэ — бросок с упором ноги в живот

Томэя-но камаэ — позиция с *бо* для отражения стрел (шесть вертикально держится перед собой в «задней» стойке)

Тонки — общее название малых видов металлического оружия (*тэцубиси*, *сюрикэн* и т. д.)

Тон по — другое название *Готон по*

Тонфа — рукоять от ручного жернова, часто используемая как оружие

Тоо-ма — дальняя боевая дистанция

Торацугу — последний боевой псевдоним М. Хацуми, где первый иероглиф («тора») означает «тигр», а второй («цу-гу») взят из имени учителя — Тосицугу

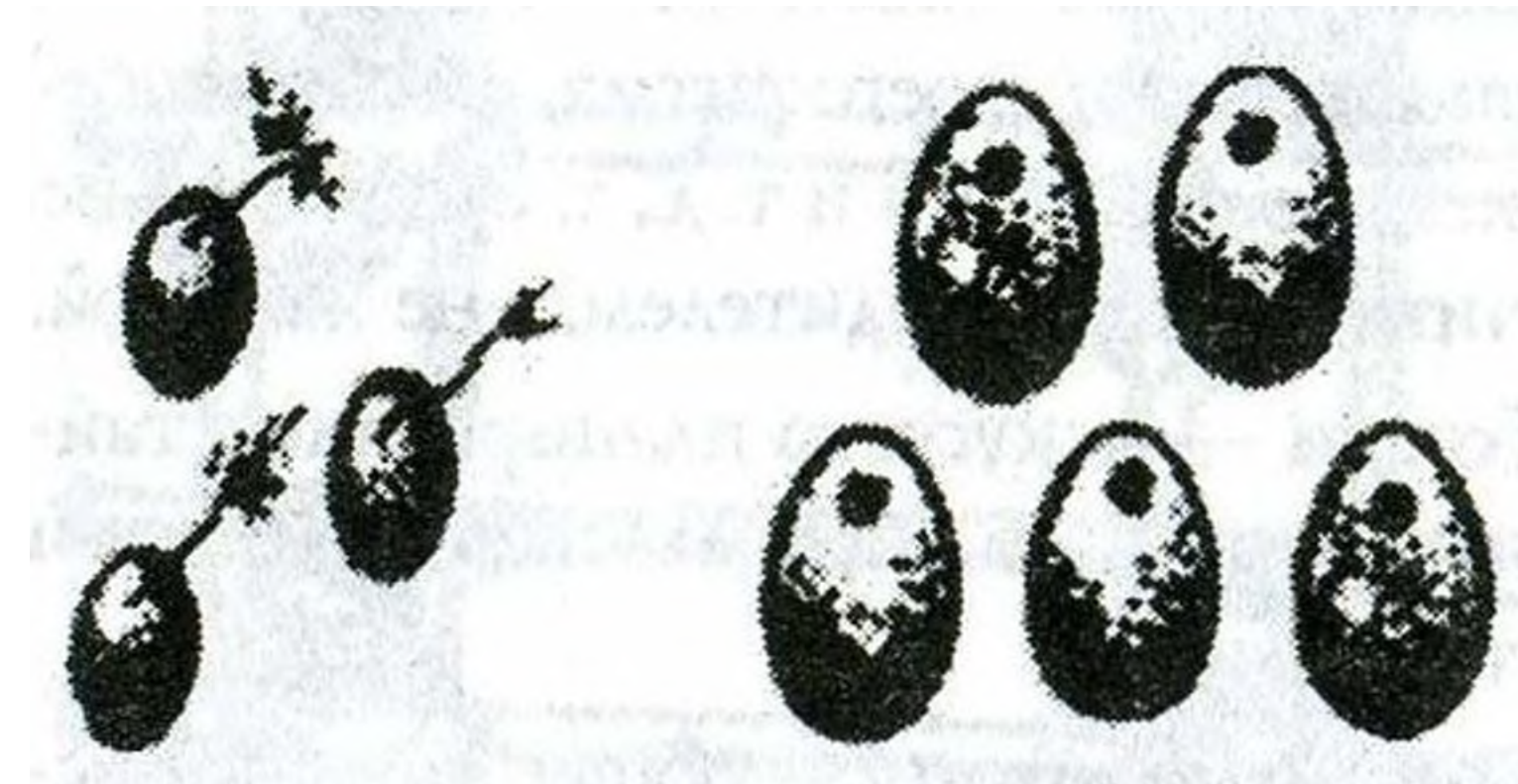
Торикабуто — яд для *сюрикэнов*, простейшим из его видов являлась обычная ржавчина, поскольку при ее попадании в рану наступало заражение крови и, как следствие, столбняк, от которого человек умирал, поскольку вакцины от него в то

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

время, естественно, не было. Той же цели служил навоз лошади или собаки, кровь больного человека или животного, трупный яд и многое другое.

Торинава — веревка с грузилом (см. *Мусуби-нава*)

Ториноко — яичная скорлупа, наполненная порохом



Торитэ (Тьякутэ) — общее название техник болевых выкручиваний и сваливаний в атаке и контратаке

Тосеку-но дзюцу — отравление (поджог, заражение) пищи и воды врага

Тосуи-но камаэ — *камаэ* с мечом

Тотоку хиеси — искусство отбивания летящих *сюрикэнов* различными видами оружия: мечом, шестом, *ханбо* и др.

Тотэки-ся — катапульта ниндзя в виде обычного молодого деревца (или двух-трех), согнутого к земле, использовавшаяся при нападении на замки, а также для запуска «хита-васи» — «человека-орла» (подобие дельтаплана)

Тох — *дзюмон*, соответствующий *кэцу-ин*-символу «*Сотодзиси -ин*» (*кудзи-ин*)

Тохэкидзюцу — искусство скалолазания, заключающееся в распластанном влезании на стену или скалу, при котором вес тела все время находится на трех конечностях (точках опоры), в то время как четвертая ищет следующий выступ или неровность. Следовало отрешиться от всего и «вжиться» («срастись») с камнем, что существенно помогало подъему и спуску, создавая ментальную уверенность в прочности подобной связи.

Тсие-тсри — точка поражения: 5-й позвонок снизу

Тче-ланг — точка поражения: 14-й позвонок сверху

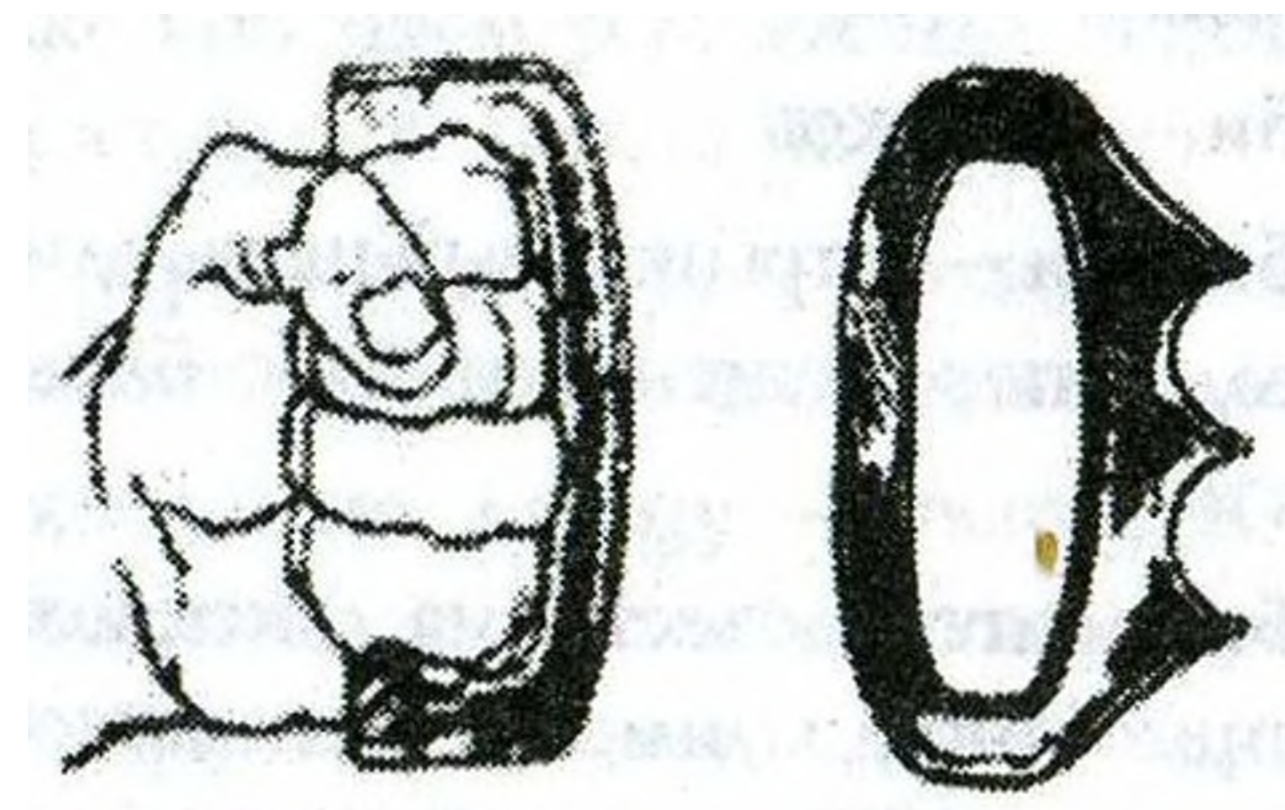
Тэ — рука

Тэбукуро — «перчатки» на руки в *синоби седзоку*;

Тэкаги — другое название *сюко*

Тэккэн (атама-кинрин) — железный обруч для защиты головы из стали или меди шириной около 2 см и толщиной 1 — 15 см, часто имеющий выпуклое ребро жесткости снаружи

Тэкко — кастет ниндзя, имеющий различные формы — от обычной, утолщенной к одному из концов, палочки до шипастых и заточенных пластин, надевавшихся на ладонь и зажимавшихся в кулак



Тэккокаги — крючья, закрепляющиеся на обратной стороне ладоней (*кумадэ*)



Тэ-когами (омотэ гяку дори) — обратный бросок *омотэ-гяку* с захватом за большой палец

Тэ-макура — сваливание основанием ладони (толчком) в подбородок

Тэн — небо

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Тэнгу — «человек-ворон», мистический предок ниндзя

Тэндо — точка поражения: макушка

Тэнкан — проворот в техниках бросков, выкручиваний и т. д.

Тэнмондзюцу — искусство использования атмосферных явлений (дождя, сильного ветра, безлунной или жаркой ночи) в своих целях

Тэнряку утю гассо рэй — поклон со сложенными молитвенно перед грудью руками

Тэнси-но дзюцу — искусство привлечения вражеского шпиона и задействования его как «двухстороннего агента»

Тэнсэй-но камаэ — позиция «Небесный голос» с шестом

Тэн-ти-дзин — «Небо-земля-человек», одно из принципиальных триединств, используемых в ниндзюцу для упрощенной схемы восприятия сил и явлений, движущих в человеке и Вселенной

Тэнсуй но дзюцу — искусство использования «обратных шпионов»

Тэнто — точка поражения: на сочленении лобной кости

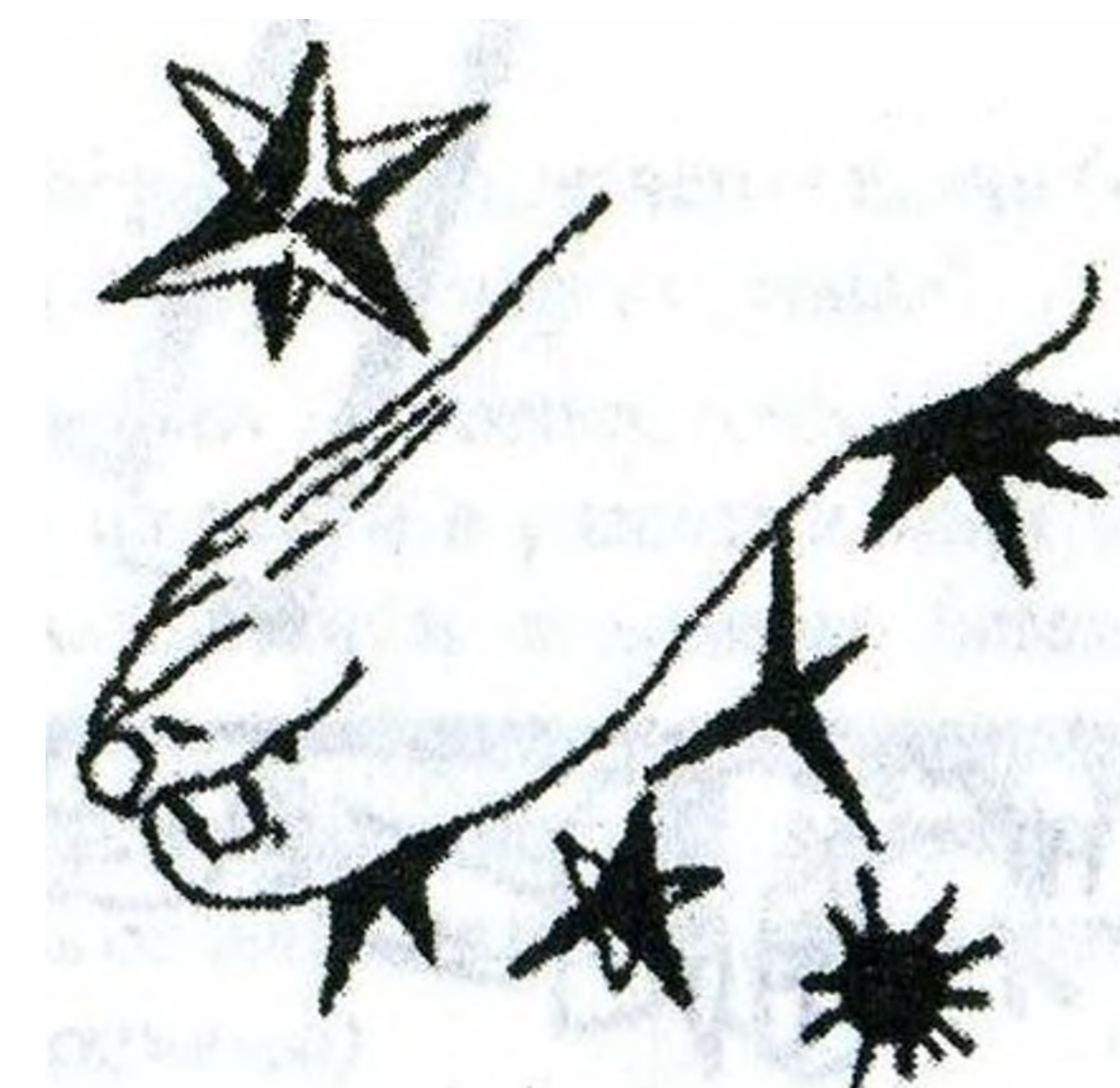
Тэнтэй — «третий глаз» (мистический орган, после открытия которого человек получает целый ряд сверхъестественных способностей — таких как телепатия, ясновидение, чтение мыслей и др.)

Тэ-о-дори — освобождение от захватов рук.

Тэппо — огневые и взрывчатые вещества

Тэссэн — железный веер

Тэцубиси — миниатюрные стальные «ежи», использующиеся для ухода от погони

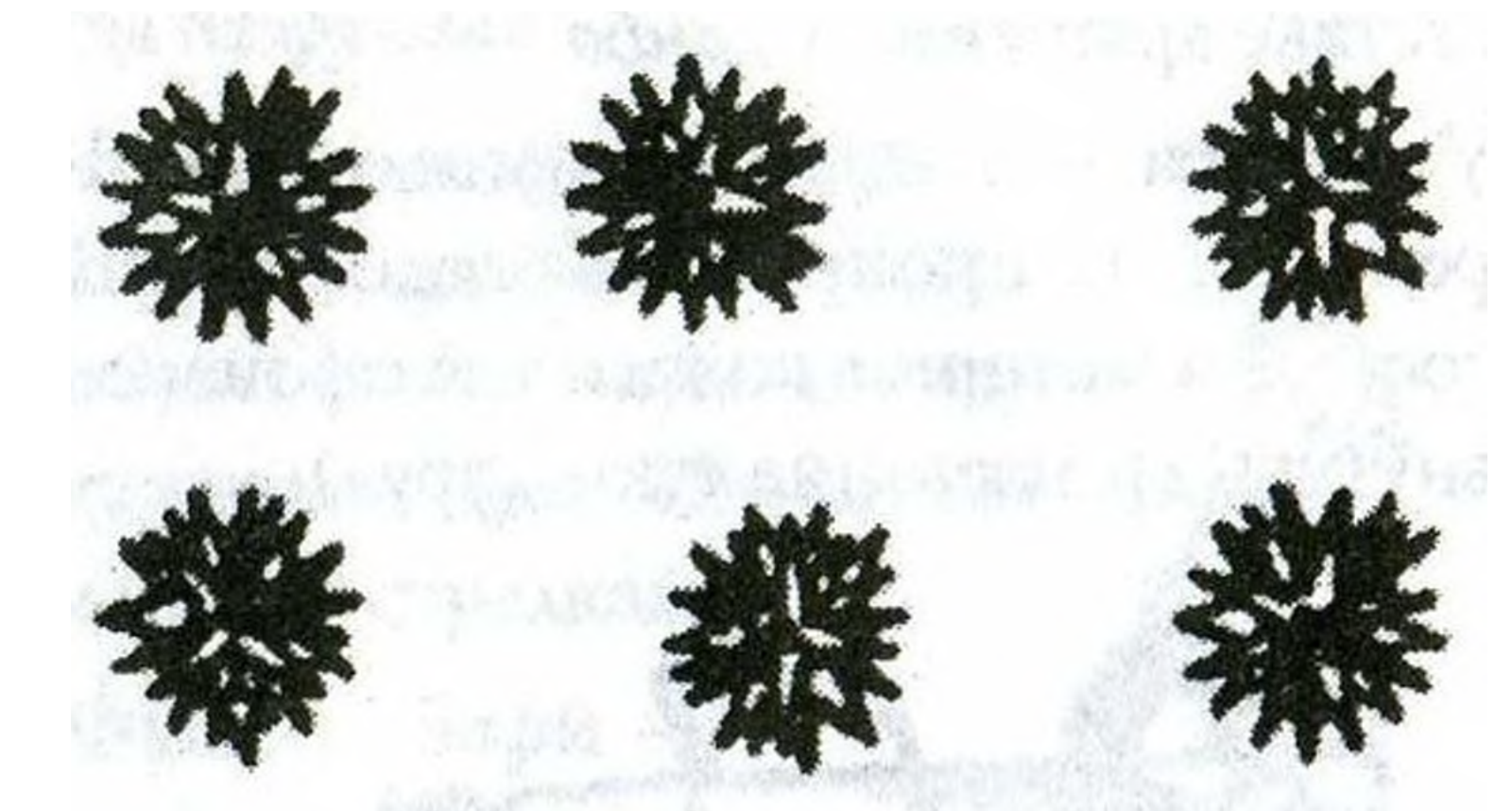


Тэцубо — железная палица (шест)

Тэцукаги — аналог саку (отмычки)

Тэцумари — железный шарик с 16 шипами, аналог *тэцубиси*

Тюарарэ — трехмерный *сюрикэн*, используемый как для метания, так и для разбрасывания на пути преследователей



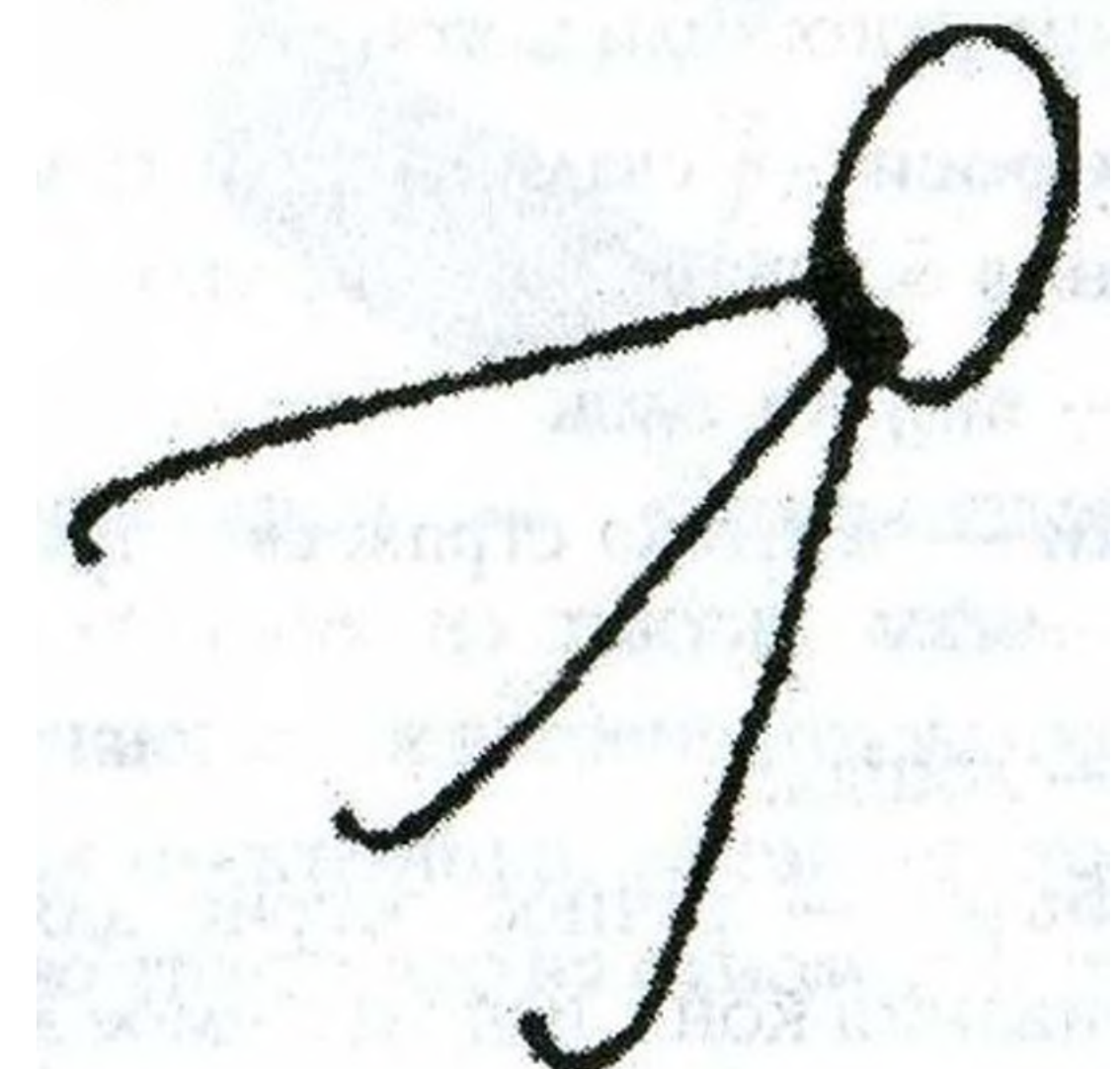
Тюдан — средний уровень

Тюдан-но камаэ — *камаэ* с мечом, шестом и др. оружием, удерживаемым на среднем уровне

Тюдан-укэ — защита среднего уровня (общее название группы техник)

Тюнин — среднее звено в иерархии ниндзя

Тюсаку — отмычки средней длины



Тяси — гири от 5 до 25 кг

У

Удзумэ-би — мины ниндзя

Удзура-гакурэ — маскировка по «способу перепелки», один из методов *дотондзюцу*

Удэ — предплечье

Удэ-гарами — перегибание в лучезапястном суставе в *тайдзюцу*, бо-явара

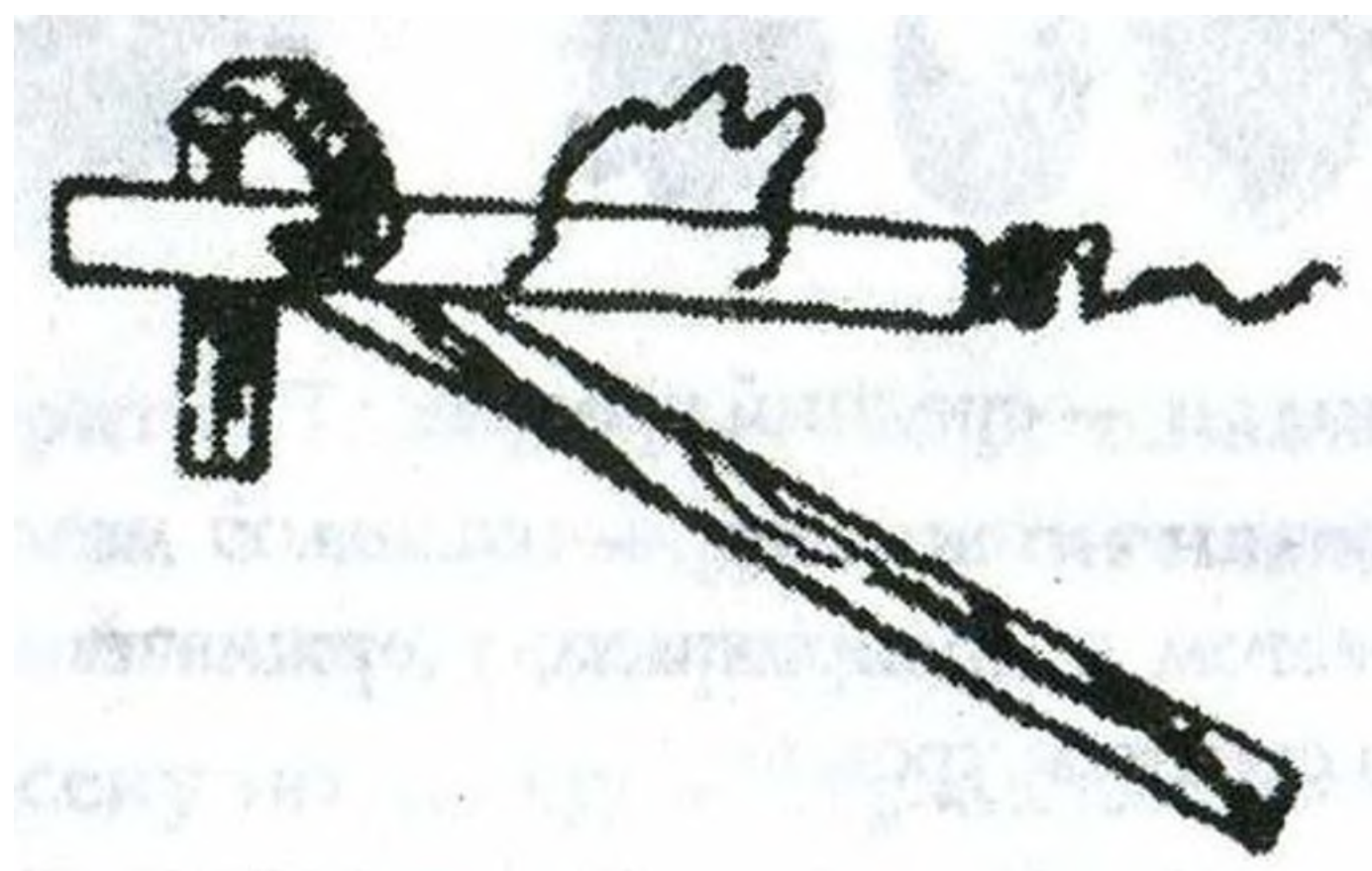
Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Удэ-гатамэ-гяку-сэои — перегибание руки через плечо в *тайдзюцу*, бо-явара, *ханбодзюцу*

Удэ-гатамэ-нагэ (кататэ, риотэ) — бросок захватом за кисть и предплечье с помощью ью *кусари-фундо*

Удэ-гаэси — перегибание в кистевом суставе вращением *ханбо*

Уки-гуса — надувной цилиндр для переправы из пропитанной водостойким составом материи, кожи и т. п. с фонарем внутри (др. название «уки-дару»)



Укигуса-гакурэ — маскировка на воде с использованием водорослей, один из методов *суйтондзюцу*

Уки-отоси — уклон с толчком корпуса от удара рукой или ногой

Уко ороси — сваливание с помощью давления боявара на точку уко

Укэ — защита, блок

Укэми — техника страховки при падениях

Ума — лошадь

Ума-бари — ручное острие для прищипоривания коня, используемое для метания и ближнего боя

Умагоэ — «прыжок через лошадь», боковой перекат через невысокое препятствие

Ура — обратный, перевернутый

Ура гяку — выкручивание кисти руки внутрь

Ура сюто — удар ребром руки изнутри наружу

Ура такэ ори — обратный *такэ ори*

У-син (Мусин) — (букв. «Ум без ума») «освобождение ума от стопоров» — одна из целей духовного совершенства ниндзя

Усиро — назад, со спины

Усиро дори — захват сзади (обхватывание)

Усиро дэнко — точка поражения: надпочечники (на уровне 11-го грудного позвонка)

Усиринадзума — точка поражения: под ягодицей

Усиро ката дори — захват плеча сзади

Усиро кэри — удар ногой назад

Усиро муки наисаи кэри — удар ногой наискось назад

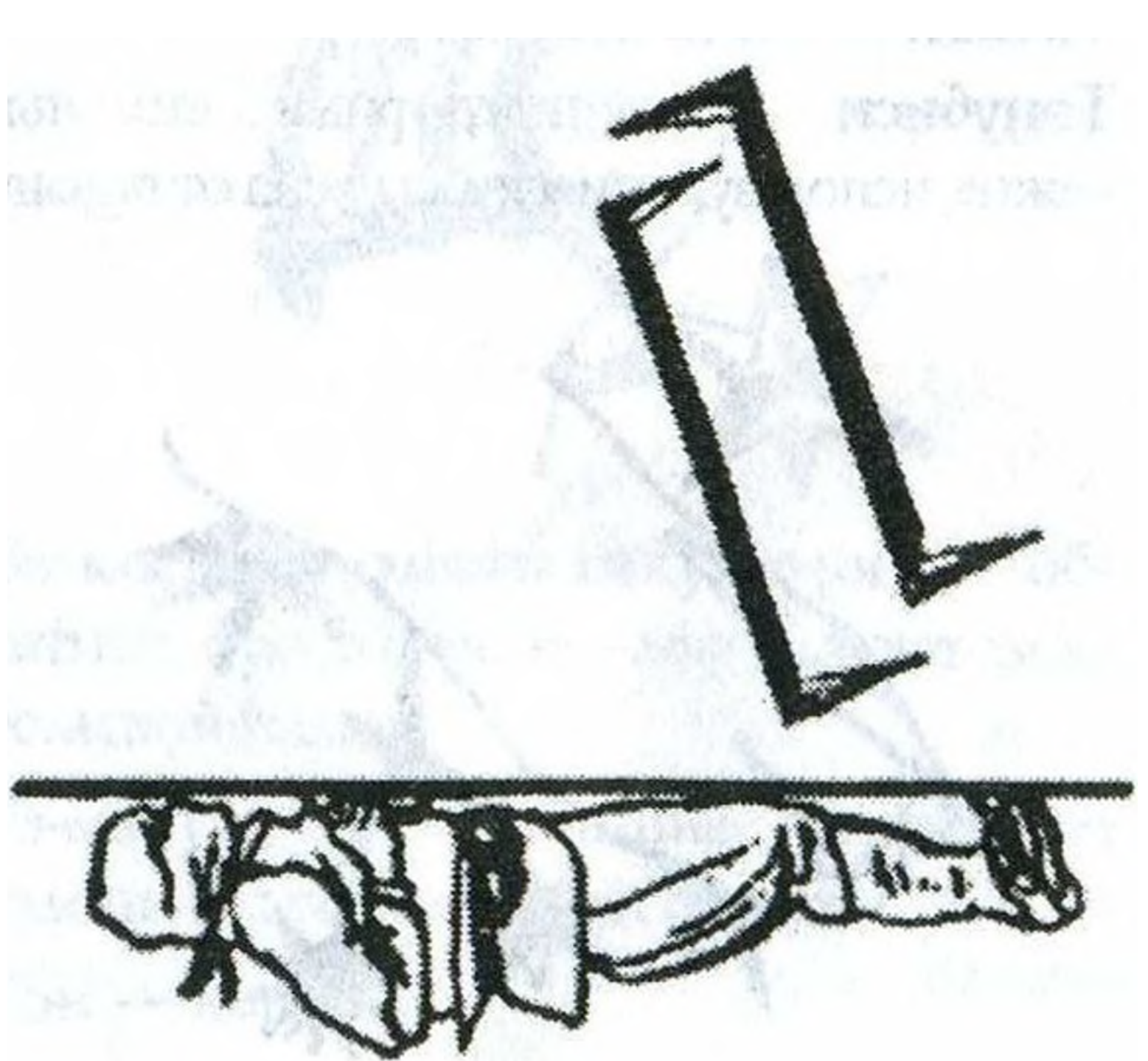
Усиро риотэ тори — захват двух рук сзади

Ути — 1. Наружу, изнутри наружу, внутренняя сторона. 2. Рубящий удар

Утидакэ — прообраз современной зажигалки (трубка с тлеющим трутом внутри, который всегда можно было раздуть)

Утидзиси-ин — *кэцуин*-символ, соответствующий *дзюмон* «Ся» (*кудзи-ин*). *Дзюмон* для индивидуального использования: ОН ХА ЙА БА И АХИРА МАН ТА ПА СО ВА КА.

Ути каги— железный крюк для лазания по стенам



Ути коми— захват (общее название)

Утикоми-рэнсю — тренинг, при котором много противников нападают на одного

Утикоробуси— точка поражения: косточка на внутренней поверхности подъема стопы

Ути-мата — подхват под одну ногу

Ути-нэ — см. *Кояри*

Ути-отоси — 1. Блок вниз и контратака (чаще всего толчок) одним движением (техника *бо*, *ханбо*, *кэн* и др.). 2. Обматывание предплечья противника цепью ударом сверху вниз

Ути-укэ — блок изнутри наружу

Ути-таоси — удар в гортань серединой (между рук) *бо* или *ханбо*

Утиякудзава (или мяякудокоро) — точка поражения: внутренняя поверхность сгиба запястья (область измерения пульса)

Ф

Фу — первоэлемент Воздух (Ветер)

Фудзибаяси Нагато-но Ками (Ясуо-си Фудзибаяси) — один из знаменитых *дзенин*. *Ига рю* ниндзюцу, автор нескольких книг по искусству ниндзя, в частности десяти томной энциклопедии «Бансэнсюкай»

Фудзин — техника *нагината*

Фудоза — *камаэ* сидя по-турецки (одна нога под себя, другая, согнутая, — перед собой)

Фудо-кэн — удар передней частью кулака

Фудо-рю — бросок через плечи («мельница», др. назв. «ката-гурума»)

Фудо-син — «непоколебимый дух» — одна из целей в развитии воли ниндзя (заключается в холодном безэмоциональном восприятии происходящего, что дает возможность адекватных действий, в отличие от искаженных чувствами и эмоциями)

Фуиго — устройство для разжигания огня на ветру (трубка с тлеющим материалом внутри и отверстием с другой стороны (меньшим по диаметру), через которое выдувается пламя при необходимости)

Фукибаридзюцу — искусство стрельбы из фукийа

Фукия — духовое ружье (трубка длиной порядка 60 см), стреляющее миниатюрными (до 10—12 см длиной) стрелками

Фукуми бари — миниатюрные иглы, выплевываемые изо рта в глаза противнику

Фукуро — мешочек с золой для ослепления противника



Фукуро-гаэси — «вывернутый мешок» — одна из тактик легализации, заключающаяся в препарировании фактов для противника, заставляя его поверить во что-то, что на самом деле отнюдь не так

Фукуро-гаэси-дзэн-но дзюцу — подбрасывание фальшивого письма и завязывание фальшивой переписки с разведывательными целями

Фукуро-яри — копье с укороченным острием (лезвием)

Фукусима-рю — школа ниндзюцу

Фукуто — точка поражения: с внешней стороны ноги, немного выше колена

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Фума рю — школа ниндзюцу, основанная. Фума Котаро, действовала в округе Каната ва

Фундо-карами-дори — захват и выкручивание меча противника при помощи *кусари-фундо* (петлевым замком)

Фундо-цубутэ — ритуальные пластинки округлой формы» используемые как *сюрикэны*

Фу-но ката — форма боя подобно «Ветру»

Фури — махи шестом, *ханбо*, цепью и т. д.

Футаридзинба — «двойной конь» — один из способов преодоления стен

Х

Хагуро рю — школа ниндзюцу, действовала в округе Ямагата

Хадака-дзимэ — удушение предплечьем сзади

Хаймэн-но камаэ — *камаэ* с *кусари-фундо*

Хаккаку-бо — восьмигранный шест

Хакудо — Путь Огня и Воды — основная практика в *сюгэндо*, включающая *мисоги*, *мусуби хараи*, *такисугё*, *гома*, *хиватар* и некоторые другие

Хакуридзю — прототип динамитных шашек

Ханбо — палка длиной около 1 м

Ханбодзюцу — искусство владения короткой палкой

Ханкю — малый лук ниндзя (порядка 50 см)

Ханми-хантати-вадза — техника сидя против стоящего противника

Ханзагэ-кирисагэ — двойной удар мечом — снизу вверх и сверху вниз

Хаппо кэри — удар ногой вперед, вбок, назад (не опуская ногу на землю)

Хаппо-но камаэ — *камаэ* «на восемь сторон», динамическая форма взаимодействия двух противников

Хаппо-цубутэ — техника метания *сюрикэн*, быстро перебегая с места на место и оставаясь невидимым

Хаппо хите тоби — прыжок «на восемь сторон» (с поворотом на 180, 270, 360 градусов)

Хара — живот

Хараи — см. *Баран*

Хараи гаси — бросок подхватом под две ноги

Харакири — др. назв. «*сэппуку*» (букв, «разрезание живота»)

Хари — иглы, выплевываемые изо рта

Хасами — «ножницы» (метод приложения силы в двух встречных направлениях, между которыми оказывается рука, нога (ноги) или шея противника (хасами-нагэ, хасами-дзимэ и др.)

Хасами-гири — метод разрезания шеи противника, зажимая ее между лезвием и ножнами

Хасири-хаба-тоби — прыжок в длину

Хассо-гяку-кэса-гири — обратный диагональный удар мечом

Хассо-но камаэ — *камаэ* с мечом или шестом (оружие держится вертикально возле головы двумя руками)

Хассо-хэса-гири — диагональный удар мечом

Хати — восемь

Хати-маваси — «выкручивание шейных пластин панциря» — бросок, выкручивание шейных позвонков (др. название «*тати маваси*»)

Хатимаки — повязка на волосы

Хаттори-рю — школа ниндзюцу, основанная *Хаттори Хансо*

Хаттори Хансо — один из знаменитых *дзюнинов Ига рю* ниндзюцу

Хаягакэ-но дзюцу — искусство ускорения ходьбы или бега путем ритмизации дыхания и длины шага, а также ментальной концентрации на определенном *дзюмон*

Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Хиватар — хождение по углям (практика *Сюгэндо*)

Хидама — миниатюрная граната, дающая яркую вспышку (изготавливалась на основе пороха, бертолетовой соли и магния)

Хиданэ — огненная трубка



Хидари — левый, слева

Хидзакансэтеу — точка поражения: под коленом спереди

Хидзаура кинтэтсу кэри — удар пальцами ноги в подколенную впадину



Хидзе — зажигательная палка

Хидзидзумэ — точка поражения: локтевой нерв

Хидзи ори — сдавливание локтя лежащему на земле противнику при помощи *ханбо*

Хизо — точка поражения: почки

Хики-вадза — отскакивание и контратака в технике меча, шеста и т. д.

Хики-отоси — перегибание руки сверху вниз

Хикитатэ-кэйко — тренировочный поединок с более сильным противником

Хикке — синоним слова *микке*

Хиккими — движение «туда-обратно», волнообразно, используемое в бою

Хикудзё-гэнряку-хэйхо — военная тактика, строительство укреплений и проникание в замки

Хикю — зажигательная бомба



Хиотэки — мишень для *сюрикэнов*

Хира-итимондзи-но камаэ — *камаэ* в *тайдзюцу*, *бодзюцу*, *ханбодзюцу*, позиция с достаточно широко разведенными ногами и руками, вытянутыми в стороны

Хира-но камаэ — (букв, «плоская позиция») — *камаэ* в *тайдзюцу*, в котором положение тела практически не отличается от *сидзэн но камаэ*, но ладони развернуты к противнику

Хира-сюрикэн — плоский *сюрикэн*

Хисаку — бросок со сдавливанием тела, при котором одна рука давит предплечьем на горло (вдоль предплечья может лежать клинок *танто* или *айгути*), а другая захватывает одежду или пояс врага, создавая двойное давление

Хиси — засохшие водяные каштаны, прообраз *тэцубиси*



Хите кайтэн (тоби коми) — прыжковый кувырок

Хитё-но камаэ — (букв, «позиция птицы») *камаэ* на одной ноге (символизи-

рует «охдзора ни май тамасии» или «духа, танцующего в небе»)

Хитё-хаку — техника копья (*яри*)

Хито-васи — «человек-орел», устройство для перелета по воздуху на небольшие расстояния (наподобие современного дельтаплана)

Хитю — точка поражения: кадык

Хиходзюцу — синоним тоби-вадза

Хицукэ-но дзюцу — искусство отвлекающих поджогов для проведения акции в другом месте, в то время как лица, ответственные за безопасность (или просто свидетели), будут заняты тушением пожара

Хия — зажигательная стрела



Ходзедзюцу — искусство связывания

Хока-но дзюцу — искусство устраивать пожары для уничтожения укреплений из дерева, продуктовых складов и амуниции, оружия и т. д.

Хоко — алебарда с клювообразным лезвием

Хоко-но камаэ — «медвежье» *камаэ* (ноги на ширине плеч, руки ладонями вперед подняты над головой, таз немного отклонен назад)

Хикю — зажигательная бомба

Хон-гяку — перегибание руки в кисти (по типу *ура гяку*)

Хон гяку симэ — бросок от захвата двух рук скручиванием рук противника

Хон симэ — удушение ребром ладони

Хонтэ-моти — один из способов захвата *саи*, *танто*, *кэн* и др. (прямой хват, лезвием от себя)

Хонюти — см. *Сэйдзёюти*

Хорагай — боевая труба-раковина

Хосэн кэн — удар запястьем и/или предплечьем

Хотаруби-но дзюцу — искусство доставки ложных сведений через имеющие у врага доверие источники для введения его в заблуждение

Хэйдзё-син — «невозмутимость духа», см. *Фудо-син*

Хэйко — равновесие

Хэйко-рэнсю — тренировка равновесия

Хэйхо боряку — военная стратегия и тактика

Хэйгэн-каси-но дзюцу — искусство досконального «вживания в роль» при агентурной работе

Хэнка кэри — стоп-удар ногой с боковым перемещением

Хэнсодзюцу — искусство переодевания и исполнения роли

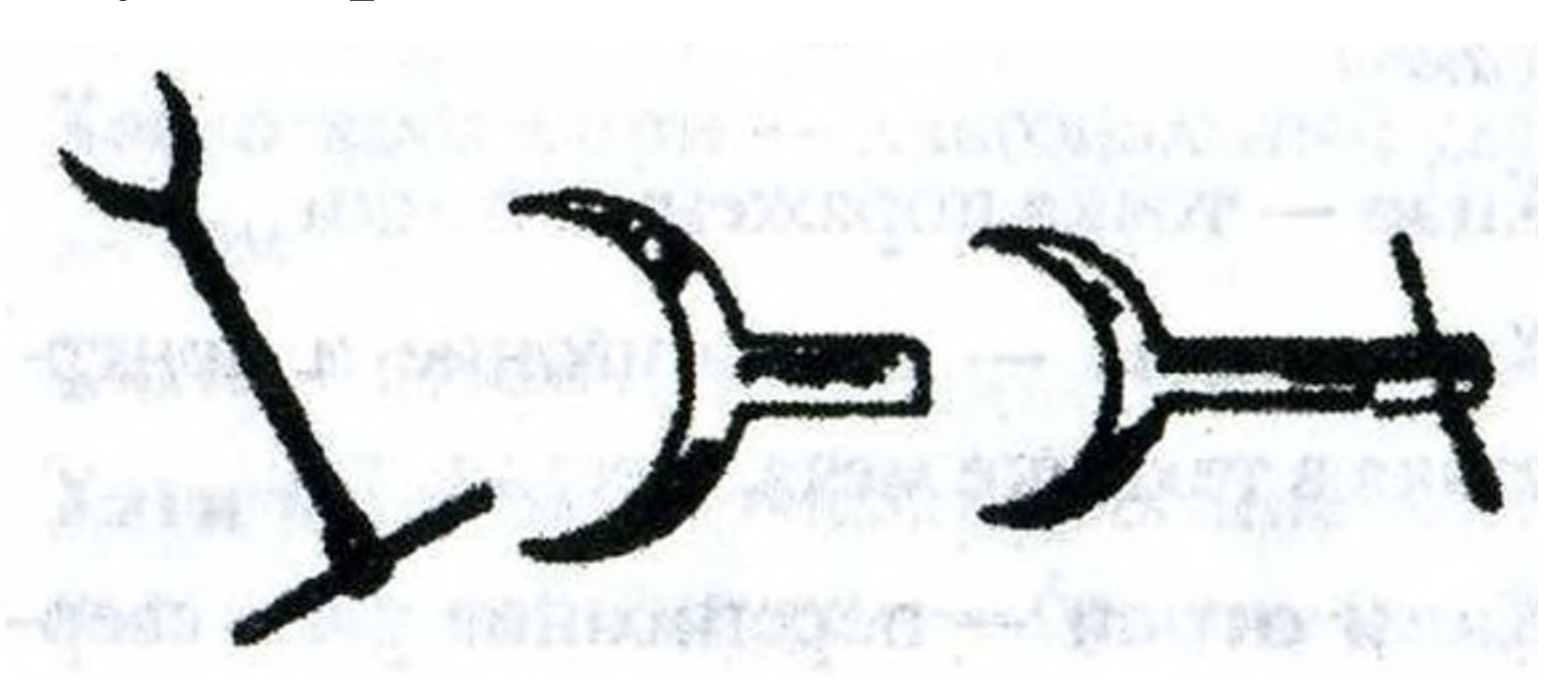
Ц

Цитигумо-но дзюцу — искусство подкопов, устройства земляных укрытий и т. д.

Цуба — гарда меча

Цуба-дзерияй — положение «клинча» при поединке на мечах

Цубогири — ручное сверло



Цубутэ — прообраз *сюрикэн*

Цугибунэ — складная лодка из кожи и каркаса из веток

Цудори гяку — выкручивание шеи захватом затылка (волос) и нижней челюсти

Цука — рукоять меча, ножа, *саи*

Цука-гасира — металлический наконечник на конце рукояти

Цуки — тычковый удар в *тайдзюцу*, *бо-дзюцу*, *ханбодзюцу*, *кэндзюцу* и т. д.

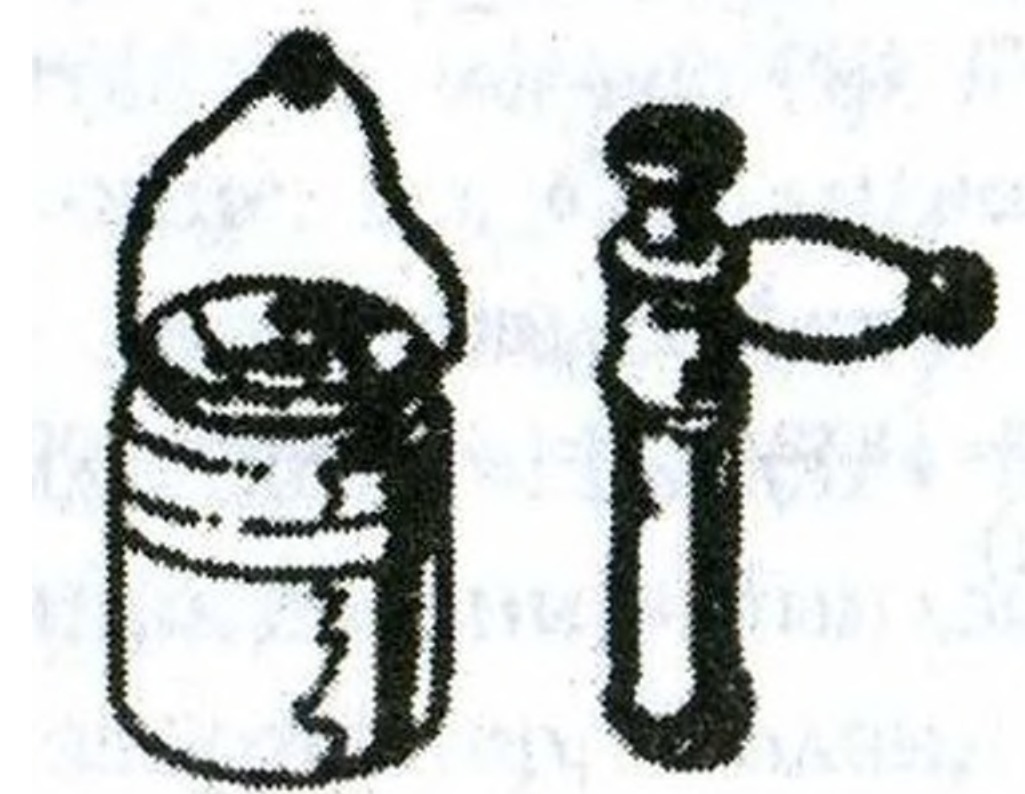
Цуки-аси — «ударяющий шаг», один из видов перемещения ниндзя в бою (скорее атака, чем просто перемещение, т. к. подобный «шаг» чаще всего направлен на стопу противника)

Цуки-кэри — стоп-удар ногой

Цуки-но кокоро — «ум как луна», одна из метафор, широко распространенных в боевых искусствах Востока, отражающая состояние сознания во время боя. («Пока луна сознания не закрыта облаками сомнений и страхов, она освещает все происходящее вокруг. Но стоит маленькому облачку закрыть луну — и мир погружается в темноту»)

Цукури — подготовка к проведению броска, болевого, удушения, заключающаяся в проведении облегчающих проведение приема действий: выведение из равновесия, стоп-удар и т. д.

Цукэдакэ — бамбуковый контейнер, в котором носились *инро* и *куруси*



Цунэ-аси — «нормальный шаг», один из видов перемещения ниндзя

Цунэ ири — «завинчивание во внутренности», техника *ханбо*, состоящая в перегибании локтя сверху палкой, упирающейся в пах или живот противника

Э

Эн-но Одзуно (Эн-но Сёкаку. Эн-но Гёдзя) — легендарный основатель *сю-гэндо*

Энню-но дзюцу — «отвлечение собой» — тактика, используемая для отвлечения охраны от предполагаемого места нападения или проникания, состоящая в заведомой «засветке» ниндзя

перед охраной в одном месте, а нападении — в другом, пока стражники будут заняты поиском «неосторожного» лазутчика

Ю

Юби дзюцу — 1. Искусство поражения жизненных точек пальцами рук, составная часть *косидзюцу*, 2. Техника болевых воздействий на пальцы в дзю-дзюцу

Юки — способность ментального контроля за речью и поступками под постоянным контролем окружающих

Юки-варадзи — «снежные сандалии»

Юки-тигаи — «смахивание снега», мгновенный выхват цепи и удар в одном движении

Юмитэ — техника *нукэ-вадза* от захвата плеча (задняя подножка с ударом в горло с разворота)

Юнан тайсо (дзюнан тайсо) — разогревающие упражнения

Юнан тайсо кухо — девять основных упражнений

Юнан ундо — методы, улучшающие подвижность и гибкость мышц, сухожилий и суставов

Юндэ-гаэси (дзюнтэ-гаэси) — техника *яйдзюцу* (выхват обратным хватом правой рукой)

Юми (и Я) — лук и стрелы

Я

Я — стрела (общее название)

Ябу-но ха — «лист в чаще бамбука»: определение по шороху листьев о приближении врага

Ягора — огромное колесо для заброса десанта в замок

Ядзири — заостренный напильник с деревянной рукоятью, используемый для метания и ближнего боя



Иллюстрированный словарь терминов ниндзюцу

Ядомэдзюцу — искусство отбивания стрел (и их ловли) голыми руками, мечом, палкой и т. д.

Ядомэ-фури — техника вращения цепи перед собой, как бы создавая щит

Яйдзюцу — искусство мгновенного обнажения меча с ударом

Яко — точка поражения: внутренняя поверхность бедра ближе к паху

Якэн — «ручная стрела», *сюрикэн*

Ямабико — «горное эхо», одна из тактик внедрения (ложный переход к противнику известного агента)

Ямабико сютю — «слушание эха», одна из тактик нейтрализации вражеских агентов (подброс разной ложной информации подозреваемым в предательстве агентам с тем, чтобы проверить, какой из агентов ее передаст)

Ямабуси (Яма-до хидзири) — горные отшельники-мудрецы

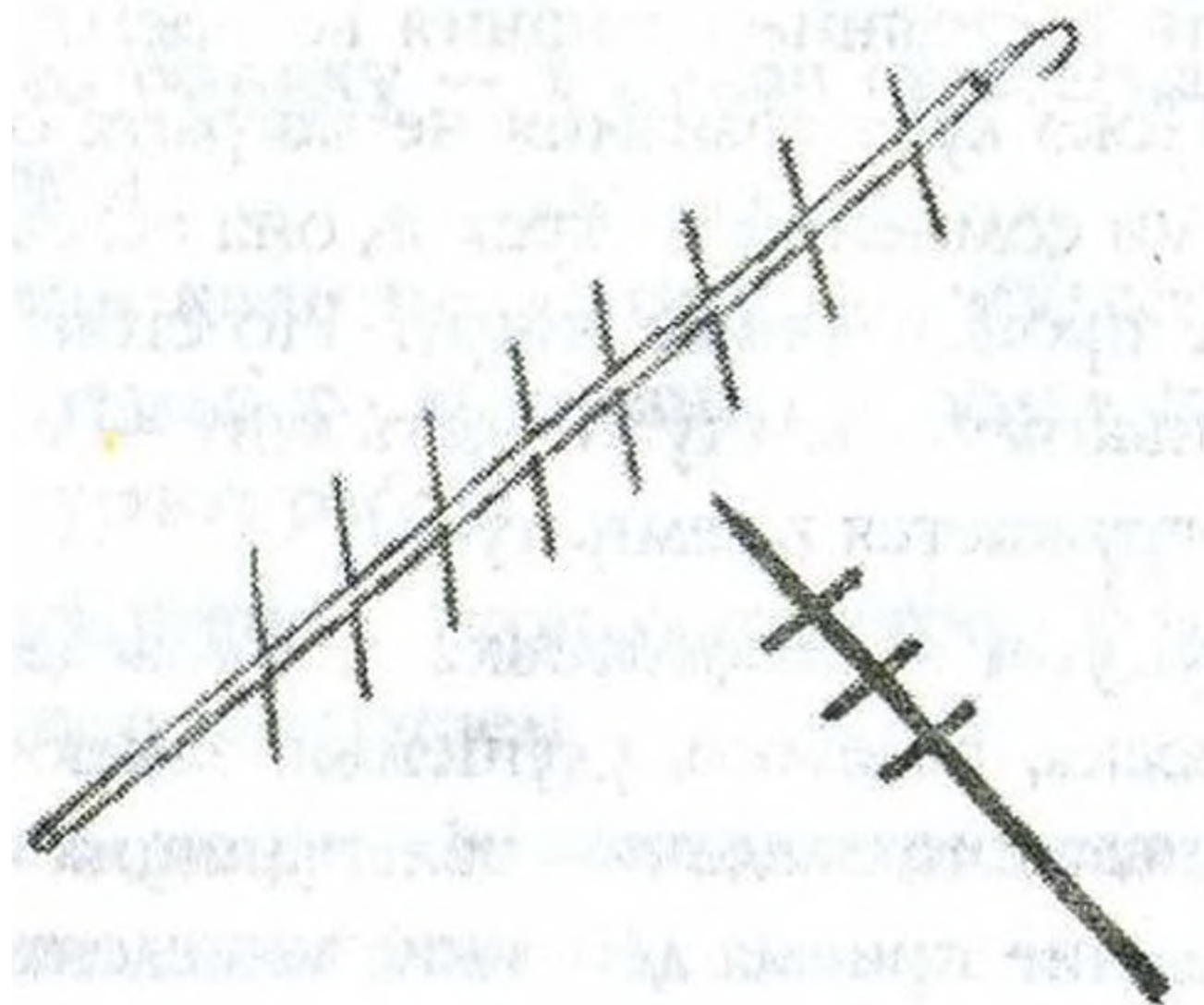
Ямидако — «ночной змей» (воздушный змей большого размера, способный поднять человека в воздух для наблюдения за противником чаще всего в ночное время, т. к. днем он был бы прекрасной мишенью для стрелков — отсюда и название)

Ямиё — «мгновенная тьма», техника использования мэуубуси с черным дымом

Ямэн — точка поражения: основание шеи у черепа

Яри — копье с клиновидным лезвием

Яри-басиго — копье с крюком на конце и поперечными металлическими прутьями, использовавшееся как для влезания, так и для боя



Яридзюцу — искусство боя копьем

Яридомэ-но дзюцу — искусство захвата длинного оружия противника (копья, шеста и др.) при помощи опутывания веревкой

Яхазу гакэ — выкручивание руки в запястье (яхадзу — окончание оперения стрелы)

Список использованной литературы

На русском языке:

1. Санада, Юкисиро «Руководство по обучению ниндзя», 126 стр.
2. Хайес, Стивен К., «Ниндзя 2: Путь воина к просветлению», 164 стр.
3. Хайес, Стивен К., «Ниндзя 3: Воинский путь из Тогакурэ», 194 стр.
4. Хайес, Стивен К., «Ниндзя 4: наследие ночных воинов», 214 стр.
5. Хайес, Стивен К., «Ниндзюцу: искусство невидимых воинов». 314 стр.
6. Хацуми, Масааки «Ниндзюцу: история и традиции», 200 стр.

На иностранных языках:

1. Адамс, Эндрю «Ниндзя: невидимые убийцы». Англ., 210 стр.
2. Грузански, Чарльз «Оружие ниндзя: остриё и цепь». Англ., 126 стр.
3. Джэй, (сэнсэй) «Тигриный свиток Кога ниндзя». Англ., 100 стр.
4. Кэмпбэлл, Сид, «Экзотическое оружие ниндзя». Англ., 186 стр.
5. Мюнце, Бо, «Традиционное ниндзюцу, техника и философия нинпо». Нем., 204 стр.
6. Пале, Забо, «Ниндзя». Венгр., 144 стр.
7. Туцци, Джани, «Ниндзя: оружие и техника», т. 2. Итал., 156 стр.
8. Хабэрзетцер, Ролан, «Ниндзюцу: искусство невидимости», франц., 166 стр.
9. Хайес, Стивен К. «Мистическое искусство ниндзя: гипнотизм, невидимость, оружие». Итал., 168 стр.
10. Хацуми, Масааки, «Ханбодзюцу». Нем., 240 стр.
11. Эттиг, Вольфганг, «Сюрикэндзюцу». Нем., 122 стр.
12. Ямасита, Тадаси «Нинпо Ниндзюцу: учебник по истории, технике и оружию ниндзя». Англ., 240 стр.

Использованные видеофильмы:

1. Кукисиндэн рю ханбодзюцу и сикомидзуэ (М. Хацуми, 30 мин. Яп., с англ. субтитр.)
2. Ниндзя бикэн (М. Хацуми, 30 мин. Яп., с англ. субтитр.)
3. Ниндзя Будзинкан (С. Гинтар, 40 мин. Франц.)
4. Кокусай дзюдзюцу рэнмэй. Техника меча (С. Танэмура, 30 мин. Рус.)
5. Самурайское ханбодзюцу (ч. 1-4) (С. Танэмура, 60 мин. каждая часть. Англ.)
6. Гэнбукан нинпо (С. Вермирен, 60 мин, Исп.)
7. Мастерство ниндзюцу. Ханбо, бо & явара (Р. Басси, 60 мин. Рус.)
8. Мастерство ниндзюцу. Сюрикэн & сюко (Р. Басси, 60 мин. Рус.)
9. Мастерство ниндзюцу. Меч & сеть (Р. Басси, 60 мин. Рус.)
10. Мастерство ниндзюцу. Техника ножа & обезоруживание (Р. Басси, 60 мин. Рус.)
11. Кога-рю ниндзюцу (Р. Дункан, 60 мин. Англ.)
12. Кога-рю ниндзюцу: оружие ниндзя (Х. Хомбре, 60 мин. Исп.)
13. Ниндзя — искусство воинов-теней (ч. 1 -2) (С. К. Хайес, 60 мин. каждая часть. Англ.)

Вниманию любителей традиционных боевых искусств Японии, инструкторов групп единоборств, руководителей спортивных организаций и клубов

Будзинкан Украина Сибу додзё предлагает вам уже сегодня стать членами нашей организации и открыть для себя следующие возможности:

регулярные индивидуальные и групповые занятия, ежемесячные семинары и сборы: вы можете приехать к нам или организовать семинар у себя в городе. Если у вас уже есть группа студентов, вы можете оформить групповое членство - в этом случае семинары будут проходить у вас по месту жительства не менее 4 раз в год;

подготовка квалифицированных инструкторов международной квалификации, аттестационные экзамены с выдачей международных сертификатов и лицензий (в том числе японских), непосредственно на территории Украины;

международные семинары с известнейшими мастерами Будзинкан минимум 2 раза в год.

Для членов нашей организации мы обеспечиваем полную информационную и методическую поддержку в их занятиях. В активе нашей организации более 300 учебных видеофильмов по Будзинкан Будо нинпо тайдзюцу и другим стилям будзюцу и ниндзюцу, более сотни книг, методических пособий и периодики по истории, теории и практике Будзинкан; экипировку для занятий известнейших фирм Японии и Германии, учебное оружие и инвентарь в самом широком ассортименте; расписания семинаров на год как в Украине, так и за рубежом (в том числе Хонбу додзё в Японии) - вы можете запланировать свои занятия заранее.

Запросы и заявки в произвольной форме присылайте по адресу:

А/я № 2284, г. Харьков-124, Украина, 61124

Официальный сайт Будзинкан Украина Сибу додзё:

www.ninpo.org.ua

Жители г. Киева по поводу регулярных занятий могут обратиться по телефону **8-067-751-14-77**

или по адресу: **г. Киев, ул. Ереванская, 20 (средняя школа № 166, большой спортзал).**

Присоединяйтесь к семье Будзинкан!

Нинпо Иккан!

Вниманию читателей!

Готовятся к выходу новые книги В. В. Момота:

Будзинкан нинпо тай-дзюцу - безоружный бой ниндзя. Теория и практика.

Комплексный учебник по истории, теории и практике для начинающих. Более 700 рисунков и 500 фотографий подробно показывают всю базовую технику нинпо будо тайдзюцу — от позиций и кувыркков до болевых выкручиваний и удушений. Представлена методика самостоятельной тренировки, указаны характерные ошибки при обучении исполнению техники. Подробный пошаговый план-конспект охватывает не только технику, но и другие аспекты подготовки, направленные на развитие силы, ловкости, выносливости и т.п.

Анатомия жизни и смерти.

Жизненно важные точки на теле человека.

Уникальный, не имеющий аналогов в мире единоборств подробный атлас-справочник болевых точек на теле человека. История развития кюсёдзюцу, отрывки из уникальных древних трактатов, таблицы точек различных систем Китая и Японии. Теоретические сведения по анатомии и физиологии тела человека, способы поражения и реанимации. Указано подробное анатомическое расположение 64 основных точек, направление и угол оптимального воздействия, последствия различных по силе и интенсивности методов удара или надавливания. В приложении приведены рисованные таблицы точек около 30 старинных школ японских боевых искусств из редкой книги «последнего ниндзя» Фудзита Сэйко «Кэмпо гокуи Саккацухо мэйкай», испытавшего свои смертоносные знания в годы Второй Мировой, в том числе и на американских военнопленных, и методы реанимации катсу по учебнику Ямада Ко, известного специалиста дзюдо и дзюдзюцу, проводившего эксперименты на добровольцах в 60-е годы XX века.

Серия книг, продолжающих тему «Традиционное оружие ниндзя»:

Искусство боя короткой палкой и длинным шестом в стиле «Девяти демонов». Кукисиндэн рю ханбодзюцу и бодзюцу;

Искусство боя цепью и другими гибкими и комбинированными видами оружия — Масаки рю кусаридзюцу и кусаригамадзюцу, Тогакурэ рю кёкэцу сёге;

Искусство скрытого метательного оружия в школах будо и нинпо — Нэгиси рю, Сираи рю, Тогакурэ рю Сюрикэндзюцу;

Искусство фехтования мечом и ножом ниндзя — Тогакурэ рю ниндзя бикэн и Кога рю синоби кэндзюцу и тантодзюцу;

Искусство боя японским копьем и алебардой нагината шестом в стиле «Девяти демонов» — Кукисиндэн рю яридзюцу и нагинатадзюцу.

Издательская группа

(СПОРТ-ПРЕСС)

Наши книги можно заказать:

г. Харьков

тел. (057) 759-63-22

e-mail: dudukchani@ukr.net

тел. (057) 757-68-74

e-mail: sport-press@rambler.ru

г.-Киев

тел. (044) 242-61-56

e-mail: servic57@i.com.ua

г. Донецк

тел. (062) 345-63-08

e-mail: moiseenko@skif.net

г. Москва

e-mail: ival84@ipc.ru

Приглашаем к сотрудничеству авторов,
литературных агентов,
оптовых и мелкооптовых покупателей.

Тел. (057) 757-68-74 (г. Харьков)

e-mail: sport-press@rambler.ru

«Книга — почтой»: г. Харьков,

тел. (057) 759-63-22

e-mail: dudukchani@ukr.net

Книга, которую вы держите в руках - это попытка системно изложить основы практического владения традиционным оружием ниндзя в той форме, в которой это искусство дошло до нас, и в тех пределах, которые возможно изложить без искажений на бумаге.

Автор искренне надеется, что книга «Традиционное оружие ниндзя. Вводный курс» поможет сделать новый шаг на пути к мастерству всем тем, кто стремится постичь искусство ниндзюцу во всей его полноте и многогранности.



ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА РИТМ ПЛЮС

www.ritmplus.com

[e-mail: post@ritmplus.com](mailto:post@ritmplus.com)

ISBN 978-966-8472-29-9

