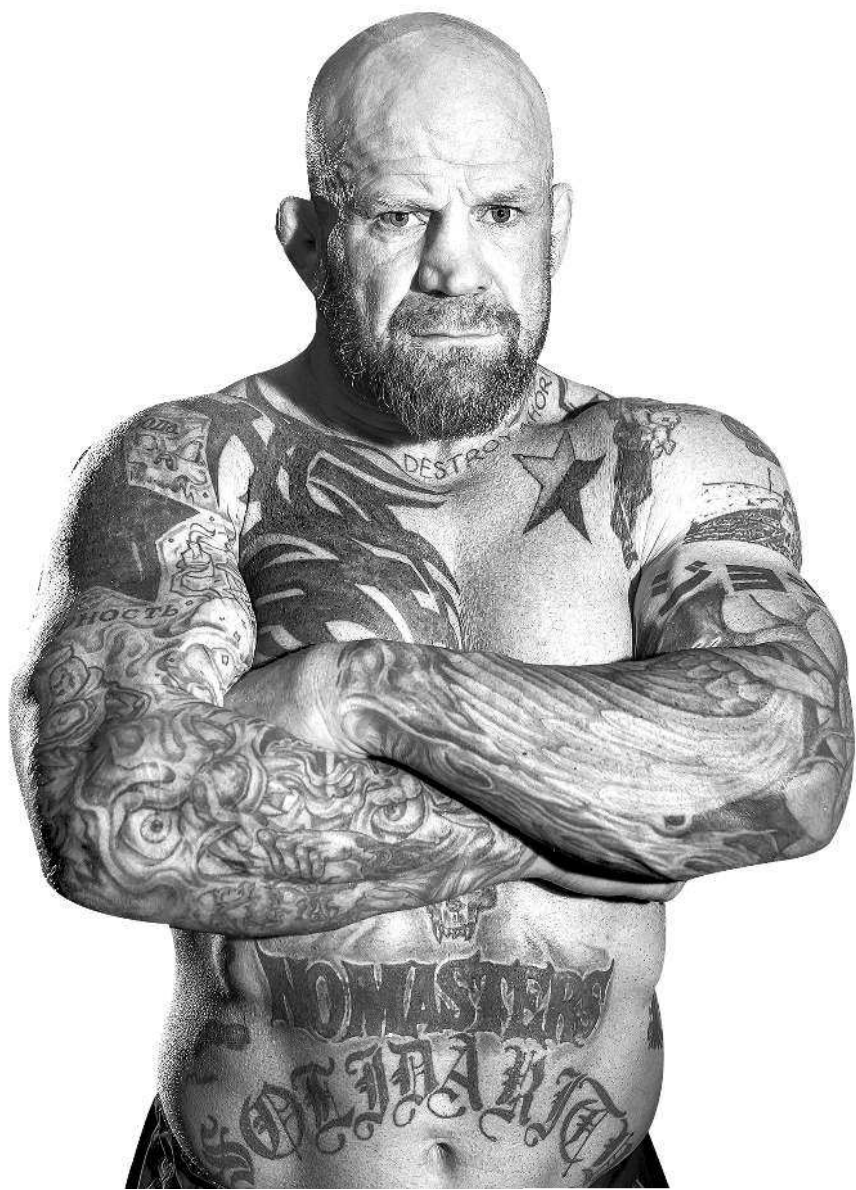


ДЖЕФФ
МОНСОН



ДЖЕФФ
МОНСОН

ПУТЬ БОЙЦА

Издательство АСТ
Москва

УДК 796.89:929 Монсон Д.

ББК 75.715 Монсон Д.

М77

*Охраняется законом об авторском праве.
Воспроизведение всей книги или любой ее части
запрещается без письменного разрешения издателя.
Любые попытки нарушения закона будут
преследоваться в судебном порядке.*

Монсон, Джеффри

М77 Путь бойца. Автобиография без купюр. О себе, победах и поражениях / Д. Монсон. [пер. с англ. Т.Е. Калединой]. — Москва : Издательство АСТ, 2018. — 240 с. : ил. — (Стань первым).

ISBN 978-5-17-108754-8

Джефф Монсон — знаменитый боец смешанных единоборств, чемпион мира по джиу-джитсу и удивительная личность. В своей автобиографической книге он, не таясь и не лукавя, рассказывает о пути к славе и признанию. Детство, юность, молодость и зрелость, победы и провалы, опыт преодоления и трудная дорога к вере в себя — вся жизнь Джеффа Монсона предстанет перед вами на этих страницах.

ISBN 978-5-17-108754-8

© Джеффри Монсон, 2018

© Каледина Т.Е., перевод на русский язык, 2018

© Оформление. ООО «Издательство АСТ», 2018



ОГЛАВЛЕНИЕ



ПРОЛОГ	8
Глава 1	
ДЕТСТВО	14
Глава 2	
ПАДЕНИЕ	26
Глава 3	
ПОЧТИ ALL-AMERICAN.....	37
Глава 4	
НА ВЗВОДЕ	49
Глава 5	
ПЕРВЫЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОЙ	59
Глава 6	
АБУ-ДАБИ	70
Глава 7	
В КОМАНДЕ.....	86
Глава 8	
НА ДНЕ.....	99
Глава 9	
ВОЗВРАЩЕНИЕ	111





Глава 10	
В УДАРЕ	124
Глава 11	
ТРИ РАЗА ПОДРЯД	136
Глава 12	
ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ	147
Глава 13	
СЛАВЯНСКАЯ ДУША	164
Глава 14	
ТРАВМЫ	175
Глава 15	
ТРЕНИРОВКИ И ПИТАНИЕ	189
Глава 16	
СОХРАНЯЯ ВЕРУ	202
Приложение №1	
ТРЕНИРОВКИ	213
Приложение №2	
ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ	218



ПОСВЯЩЕНИЕ

Я хотел бы посвятить эту книгу моему другу Крису Тарпу. Мы ходили вместе в среднюю школу и много лет спустя встретились в Южной Корее. Крис тогда был уже состоявшимся писателем – и согласился отложить свои проекты, чтобы помочь мне в работе над этой книгой. Работа растянулась на три года, и в течение всего этого времени он был рядом, рассказывая эту историю вместе со мной. Если бы не его энергия и преданность делу, этой книги бы не было. Мы оба надеемся, что она понравится вам.





ПРОЛОГ



Он слегка перемещался всего лишь в нескольких метрах от меня, вглядываясь так пристально, что почти вводил в транс. Даже если малейший страх и владел им, я не замечал и намёка. Он смотрел в упор, словно медведь, выжидательно и беспощадно. Я видел такой его образ много раз. Как и почти неизбежное следствие: соперник окровавлен и уничтожен. Он величайший. Но в этот раз я знаю, что в конце всё-таки поднимут мою руку.

Огни ослепляют, словно множество солнц, заливают ринг таким ярким светом, чтобы дать возможность камерам показать всё чётко и не упустить ни малейшей детали. Голоса тысяч людей, заполнивших стадион, сливаются в рёв. Здесь политики, даже сам господин Путин. Знаменитости и просто фанаты ликуют, нарастающим произнося имя своего бога: «Фёдор! Фёдор!»

Раздаётся звук гонга. Я наступаю, выставляя правую ногу. Обычно я с левшами не борюсь, а дерусь. Но сейчас надеюсь броском кинуть его и оказаться сверху, а когда придёт момент — уложить на лопатки. Выставив правую ногу, я уже начал попытку. Всё, что я могу сделать, так это улучшить момент в долю секунды



под его огнём. Она позволит мне продержаться, чтобы в следующий миг уложить его на ковёр и зажать, словно в тисках, руками. Удушающий приём. Вот как я побеждаю в боях.

Я рассчитываю, что он пойдёт прямо на меня и пустит в ход кулаки. Так он побеждает в боях. В неукротимом стремлении победить он укладывает противников с помощью ракетного залпа ударов, часто приканчивая их оверхендом, летящим сверху подобно смертоносному молоту.

Но я замечаю нечто странное: он не сближается. Вместо этого откидывается назад со своей всесокрушающей правой, нацеленной словно дуло пистолета. Он хочет, чтобы я двинулся к нему.

Я делаю одолжение и пытаюсь нанести удар, но он в ответ отправляет мне в голову правый хук. Сильный, уверенный удар, который даёт понять, что этот парень умеет бить. Я гордо задираю подбородок, но принимать трёпку от Фёдора — совсем не стоит. Он наносит удары с чудовищной силой и скоростью, выдержать которые могут лишь немногие.

Мы смотрим друг на друга, танцуя на носочках, чувствуя друг друга. Я вижу, он не торопится кидаться. Он играет в другую игру; он знает, что моя единственная цель — поймать его в атаке, уложить на лопатки и болевым приёмом заставить сдаться. Но такое развитие событий не входит в его планы. Он вынуждает меня сблизиться, чтобы наказать за каждый промах, который я сделаю.

Вдруг я получаю удар стопой. Он неожиданно попадает чуть ниже правого колена — обжигающая паутина боли. Тут же я получаю следующий,



перемальывающий защитную мышцу над костью. Фёдор *никогда* не бьёт лоу-кики. Я этого не ожидал. У меня нет защиты против этого, могу только изменить положение ног, но в то же время знаю, что удар левой может его свалить. Если я только смогу.

Мы продолжаем танцевать, и удары дробят молотком по кости. Я тесню его, и он пятится к канатам. Прежде, чем я успеваю прицелиться, он попадает ударом справа, у меня темнеет в глазах.

Через секунду я прихожу в себя от боли. Противник уже на мне и лупит по голове, опять словно молотком. Я по пальцам могу пересчитать, сколько раз меня отправляли в нокаут ударом кулака, но я никогда раньше не дрался с Фёдором. Он в той позиции, в которой запросто может прикончить меня. А это всего лишь первый раунд.

В моих венах пульсирует адреналин с одновременно нарастающей паникой. Холодеющий ужас объят изнутри. До меня доходит, что сейчас бой могут просто остановить. Поэтому собираю всю свою силу и с трудом перестраиваю защиту. Однако он не ведётся на игры в партере и, вскакивая на ноги, приближается, чтобы проделать то же самое.

Во втором раунде он настигает меня ещё одним правым ударом и снова укладывает на помост. В этот раз я не закрываю глаза, но голова сильно болит, и всё вокруг кружится. Снова он на мне, и в этот раз готов убить. В ответ я просовываю левую руку под его правой и пытаюсь применить подсечку. Это часто давало мне возможность перевернуться, но он предугадывает мой манёвр, вскакивает на ноги и vyrубает меня.

ПРОЛОГ



ПУТЬ БОЙЦА





В конце раунда мы находимся в стойке. Каждый раз, когда я пытаюсь ударить, он отбрасывает меня. Я не могу сократить дистанцию. Он превращает мою правую ногу в кусок говядины. Я чувствую себя отбивной под бейсбольной битой. Теперь я знаю: несмотря ни на что, это будет бой в стойке. Я цепенею от ужаса. Мой план, основанный на бое в партере, развалился как карточный домик.

Победить Фёдора в кулачном бою я не смогу. Я использую грэпплинг. Он — кикбоксинг. Определённо он находится в выигрышном положении, а мне парировать нечем. Мой единственный выбор — быть беспощадно битым. Он вынуждает меня нападать на него, не важно, как и насколько сильно мне придётся ему заплатить за это. Мне нужно искать возможность для удара и надеяться, что Бог заставит его совершить ошибку, и он даст слабину. Это всё, что мне требуется. Я могу проиграть бой в попытках, но не могу потерять свою гордость. Меня не остановить.

А почему я, собственно, должен останавливаться сейчас? Я никогда этого не делал. Ни ребёнком в проблемной семье, где моим единственным спасением стал спорт. Ни борцом в старшей школе, страдающим от булимии, чтобы сбросить вес. Ни студентом колледжа в надежде попасть в American Top Team или соперничать за место в национальной команде. Ни в качестве борца UFC, когда оставался лишь шаг до титула.

Моя неумолимая жажда победы — это то, что привело меня сюда, на этот ринг сражаться с величайшим всех времён на его стадионе, на его родной земле.

Я разгромлен и весь в крови, но дышу воздухом своей мечты. Все за пределами этой клетки орут против



меня, так же, как и миллионы, смотрящие в прямой трансляции эту кровопролитную схватку по телевизору. Но несмотря на это, я не сдаюсь. Ему придётся сломать мне кости, вырубить меня или убить, и даже после этого нет гарантии, что я остановлюсь.

В третьем раунде он своей правой сбивает меня с ног ещё два раза. Как бревном долбит. Нижняя губа у меня рассечена надвое, из неё хлещет кровь. Моя правая икра похожа на сырую котлету и ничего больше не чувствует, несмотря на то, что удары продолжают обрушиваться на неё. Каким-то образом я всё ещё стою и даже умудряюсь ударить его пару раз. Но слишком поздно. Я разбит, а он цел и невредим. Моя мечта уложить на лопатки лучшего испаряется с каждым повторяющимся ударом по ноге. Несмотря на это, я шатаюсь и жду своей попытки.

Я слышу щелчок десятисекундного предупреждения, сближаюсь с соперником и хватаю его. Он даже не покачнулся. Мы просто сцепились, смотрим друг на друга и киваем. Знак уважения. Он весь в крови. Кровь покрывает его лицо и размазана по груди. Моя кровь.

Бой окончен. Толпа людей стремительно выливается на ринг.

Мы обнимаемся. Я пожимаю ему руку, а также и другим, стоящим в его углу. Я обнимаю своих ребят, они ничего не говорят. Мы все знаем, что я проиграл. Нас вызывают и объявляют победителя, поднимая его огромную смертоносную ручищу. Я опускаю окровавленное лицо, в это время стадион взрывается одобрительными возгласами. Сам Владимир Путин идёт на ринг, раздаётся неодобрительный гул. Люди



не настроены на речи. По крайней мере сейчас. Два человека отдали себя целиком и полностью в испытании кровью. Что на данный момент кажется более важным, чем политика.

Адреналин, который заряжал меня так долго, растаял. Меня тошнит. На пути в свой угол я чувствую кровавую рану, прожигающую плоть прямо за большой берцовой костью, и падаю.

Это был последний шаг, который я смог сделать перед последующими шестью неделями.