


НИКОЛАЙ РУДАКОВ

ЯПОНСКИЕ БОЕВЫЕ ИСКУССТВА

РУКОПАШНЫЙ БОЙ
ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 796.853
ББК 75.715
Р83

Рудаков, Николай Энгельсович.

Р83 Японские боевые искусства. Рукопашный бой : история и современность / Николай Рудаков. — Москва : Эксмо, 2025. — 272 с. : ил. — (Самооборона для каждого).

ISBN 978-5-04-206938-3

Япония... Удивительная и загадочная страна. Стремительно шагнув в XXI век, Япония до сих пор бережно хранит свои древние традиции и культуру.

Вы узнаете о японских видах боевых искусств, практически всех видах самурайских воинских искусств и историческом прошлом Японии, овеянном традициями и обычаями японского народа.

Издание будет интересно и полезно всем любителям и почитателям мира боевых искусств, японской истории и прежде всего тренерам и инструкторам, работающим в сфере подготовки и воспитания любителей и профессионалов в области боевых и спортивных единоборств.

**УДК 796.853
ББК 75.715**

ISBN 978-5-04-206938-3

© Рудаков Н. Э., текст, 2024
© Поляков Д. В., иллюстрации, 2024
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025



ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|--|-----|
| ОП АЪПОРА, РУКОПАЗНЫЙ БИЙ | 5 |
| ГЛАВА 1. ИСПОКИ | 11 |
| ГЛАВА 2. ДЗЮ-ДЗЮЦУ | 19 |
| ГЛАВА 3. СУМО | 31 |
| ГЛАВА 4. АЙКИДО | 67 |
| Ёсинкан | 88 |
| Ёсейкан | 89 |
| Ки-айкидо | 89 |
| Томики-рю | 90 |
| Ивама-рю | 92 |
| Кориндо айкидо | 92 |
| ГЛАВА 5. ПКИНАВСКДЕ КАРАМЕ, КОБУДО | 95 |
| ГЛАВА 6. КАРАМЕ-ДО | 115 |
| Сётокан | 126 |
| Сито-рю | 128 |
| Вадо-рю | 129 |
| Годзю-рю | 130 |



ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|-----|
| ГЛАВА 7. КЁКУСИНКАЙ | 139 |
| Система степеней | 158 |
| Форма одежды | 161 |
| Из духовного наследия Масутацы Оямы | 163 |
| ГЛАВА 8. ДЗЮДО | 165 |
| ГЛАВА 9. КЭНДО | 191 |
| ГЛАВА 10. ДЗЁДО | 213 |
| ГЛАВА 11. НАГИНАТА-ДО | 229 |
| ГЛАВА 12. СОДЗЮЦУ | 241 |
| ГЛАВА 13. СЁРИНДЗИ КЭМПО | 255 |
| ГЛАВА 14. СОВРЕМЕННЫЙ МИР СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ | 263 |
| ММА | 263 |
| Кудо | 265 |
| Японский кикбоксинг (К-1) | 267 |



РУКОПАШНЫЙ БОЙ

В этой книге речь пойдет об истории и развитии одного из направлений японских боевых искусств — рукопашном бое. Рукопашный бой, в отличие от кулачного боя, не является самостоятельным видом, это целый комплекс стилей и направлений боевых искусств, имеющих древнюю историю и в большинстве случаев культивируемых в настоящее время. Сам термин «боевые искусства» был введен в обиход японскими мастерами фехтования в XV веке, однако как комплекс знаний и определенный пласт народной культуры, породивший всю воинскую традицию Японии, был известен задолго до этого времени и трактовался как «До» — «Путь», или «Бусидо» — «Путь воина», что говорит о системе, а не об отдельном боевом навыке. В соответствии с этим в процесс формирования древнего воина, кроме обучения навыкам рукопашной схватки, включалось воспитание духовных качества и поведенческих норм.

Различные виды рукопашного боя были и есть у многих народов. Понятие «национальная борьба» знакомо, пожалуй, всем, и у каждого вида рукопашного боя, культивируемого тем или иным народом, есть своя история, свои патриархи и великие бойцы, своя техника, свои приемы, методы и способы поражения противника. Впрочем, есть и некоторые общие детали. К примеру, в древних видах боя без оружия практически всегда отсутствовала ударная техника. В схватках она сводилась к ударам открытой ладонью, толчкам и сбивам, как в одном из древнейших видов японской борьбы — сумо.

В дзю-дзюцу практиковались лишь броски, подножки, подсечки и удушения. Отсутствие ударной техники в те времена объясняется просто: старинные доспехи хорошо защищали воинов, а удары по металлическим и даже кожаным пластинам могли привести лишь к травме руки. Но об этом более подробно мы поговорим в последующих главах данной книги.

С появлением огнестрельного оружия индивидуальные доспехи стали облегчаться, а впоследствии исчезли совсем, и это послужило объективной причиной появления ударных техник, иногда с применением подручных средств и некоторых видов холодного оружия. Активно стали развиваться техники с применением ударов по уязвимым частям человеческого тела, что зачастую уравнивало шансы физически менее развитых воинов в борьбе с рослыми и сильными противниками. Методы и способы борьбы стали смещаться в сторону индивидуальной техники, основанной на всесторонней подготовке и владении широким спектром боевых приемов определенных стилей. Борьба стала более технологичной и дистанционной.

С развитием социальных отношений боевые искусства разделились на спортивные и боевые единоборства.

В спортивных единоборствах основной целью является выявление наиболее умелого и подготовленного участника. Безопасность участников схваток обеспечивается правилами соревнований, защитными приспособлениями и методами судейства. Безусловно, в прошлое стали уходить грубые силовые наскоки, кровожадность и жестокость, стали более востребованы нормы морали. К спортивным единоборствам следует отнести карате, фехтование, дзюдо, кикбоксинг, джиу-джицу, вольную и классическую борьбу и другие.

В боевых единоборствах отсутствует соревновательная практика. Задача выявления сильнейшего не стоит. Цель в боевом столкновении одна: немедленная нейтрализация соперника, выживание в критической ситуации. К таким видам боевых искусств следует отнести сугубо прикладные, утилитарные виды, практикуемые в спецподраз-



делениях и правоохранительных службах. К популярным и востребованным видам боевых единоборств, культивируемым во многих странах мира, можно отнести айкидо, однако в том виде, в котором практиковал его создатель — Морихей Уэсиба.

В наши дни в различных регионах мира на татами, в ринг, в клетку октагона выходят почитатели японских боевых искусств, чтобы поспорить за звание чемпиона. Нет сомнения, что японские боевые искусства живы и успешно вершат свой путь по мировым спортивным площадкам, и как каждая ипостась человеческого развития, подвержены изменениям, трансформации, модификации. Сегодня в западном, насквозь коммерциализированном мире боевых искусств наибольшей популярностью пользуются виды, весьма отдаленно напоминающие своих предшественников, чьи традиции и внутренний смысл уходят своими корнями в далекое прошлое и которые явились результатом духовно-нравственных изысканий многих поколений выдающихся мастеров. В свое время известный специалист в области боевых искусств Дон Ф. Дрэггер писал: «Даже самые зоркие провидцы не могли бы себе представить, какое воздействие в XX веке на людей всего мира окажет концепция до. И очень вероятно, что они ужаснулись бы при виде того, что сегодня творится под именем этой строго восточной философии»¹. Чем-то это напоминает лозунг древних крестьян острова Окинава, вовлеченных в борьбу с японскими самураями-завоевателями и почти не имевших шансов в длительной контратаке с опытным воином-самураем: «Иккэн-хисацу» — «Одним ударом — наповал» (к этому мы еще вернемся).

В последние годы стали популярны виды единоборств, представляющие собой гремучую смесь многих видов традиционных японских боевых искусств и некоторых других мировых стилей борьбы, однако сконцентрированные лишь на конечной цели безусловного поражения соперника в как можно кратчайшие

¹ Дрэггер Д. Современные будзюцу и будо. — М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001.

сроки. Иное название, чем «смешанные единоборства», здесь трудно подобрать. К ним на полных основаниях можно отнести ММА (Mixed Martial Arts), современный панкратион и некоторые другие. Эти единоборства, переведенные в разряд спортивных, приобрели огромную популярность в мире. Справедливости ради следует отметить, что соревнования в этих видах проводятся в рамках жестких правил, обеспечивающих относительную безопасность участников боев.

Процесс возникновения и развития современных спортивных дисциплин порождает естественный вопрос у приверженцев старых традиционных видов боевых искусств: сохранятся ли древние боевые традиции, основанные на концепции «До», не канет ли в небытие гуманная философия совершенствования человека через овладение им боевыми навыками, которая определялась всем комплексом этических норм древней восточной цивилизации. В современных дисциплинах, безусловно, превалирует спортивная составляющая, что не позволяет рядовому адепту современного будо¹ получить достаточно объективное представление о концепции «До» и достичь в результате духовных высот, к чему призывали древние мастера боевых искусств. А нужно ли это современному человеку, спросит заинтересованный читатель: прогресс в любой человеческой деятельности неизбежен, так стоит ли тормозить его отжившими нормами и замшелыми традициями?

Возможно, данная книга хотя бы частично даст ответ и на этот вопрос. В описании видов японских боевых искусств, представленных в книге и составляющих, по мнению автора, историю и современность понятия «рукопашный бой», автор стремился уловить и отметить ту невидимую, но прочную нить, связывающую дух и традиции древних мастеров будзюцу и современных представителей мира боевых искусств.

¹ Будо (яп.) — комплекс воинских искусств в современной Японии.



РУКОПАШНЫЙ БОЙ

Источниками информации для данной книги во многих аспектах послужили произведения выдающихся российских специалистов в области боевых искусств Маслова А. А., Горбылева А. М., Тараса А. Е. Особую признательность автор приносит профессору Долину А. А., автору знаменитого бестселлера «Кэмпо — истоки воинских искусств», чьи неоценимые советы и пожелания во многом определили характер и содержание книги.



ГЛАВА 1

ИСТОКИ

История человечества — это история сражений, от яростных схваток первобытных людей за добычу, территорию, жилище до грандиозных кровопролитных войн с миллионами жертв и тотальными разрушениями, не раз ставившими Землю на грань исчезновения. Первобытные схватки дали толчок развитию вооружений. Неандерталец, впервые взявший увесистый камень или сучковатую дубину для защиты от нападающего противника или для его поражения в ходе стремительной атаки, сразу понял свое преимущество над безоружным визави. Дальше — больше. Шли времена, простую палку или дубину сменяли копья, мечи, луки и стрелы, древние бронзовые пушки сменяли мощные артиллерийские системы, чугунные ядра сменяли самонаводящиеся снаряды и гиперзвуковые ракеты.

Человечество постепенно отвыкало от кулачных боев, искрометных поединков на шпагах, стремительных атак конных ки-



расиров и жестоких штыковых схваток. С появлением огнестрельного оружия рукопашные схватки постепенно стали анахронизмом. Однако и в наши дни они призваны играть существенную роль, к примеру в войсках специального назначения, в полиции при захвате опасных, тем более вооруженных преступников, а то и в обыденной жизни при защите своих близких, девушки или друга от зарвавшегося хулигана или группы агрессивно настроенных людей. Но это надо уметь делать! Реальная рукопашная схватка — это не петушиные наскоки с яростными криками с целью напугать противника и этим обратить его в бегство. Это своего рода скрупулезная наука управления своим телом и своими эмоциями, своими внутренними силами и своим духом. Именно поэтому сколько существует понятие рукопашного боя, столько существуют процессы обучения его технике и тактике, интенсивные тренировки в залах и отработки его приемов **в реальной обстановке**. Эти процессы с течением времени превращались в виды боевых искусств, стили и школы борьбы, характерные для развития человечества в определенный период, а также условий конкретной местности, уровня жизни и менталитета жителей.

Что же такое «рукопашный бой»? Толковый словарь живого великорусского языка, составленный В. И. Далем в период 1863–1866 гг., дает следующее определение этому словосочетанию: *«Ручной бой, рукопашь — бой схватной, всхватку, холодным оружием (статья “рука”); бой войск, сошедшихся вплоть (статья “бой”)*». Следовательно, в русском языке термин «рукопашный бой» изначально употреблялся для обозначения приемов ближнего боя с применением холодного оружия или без него.

В современных специализированных литературных источниках рукопашный бой определяется как «рациональное применение грубой физической силы с использованием специальных приемов борьбы, ударной техники, а также как схватка без применения огнестрельного оружия или вообще без оружия (руками и ногами, различными предметами, оказавшимися под рукой), целью которой является полная нейтрализация противника путем обездвизивания,

причинения ему серьезных травм или убийства». Как видно из этих формулировок, определяющей характеристикой рукопашного боя является отсутствие в действиях огнестрельного оружия.

Огнестрельное оружие появилось в Японии лишь в середине XVII века. До этого в сражениях и битвах воины использовали только холодное оружие, причем от уровня владения одним или несколькими видами холодного оружия подчас зависела жизнь воина. Однако бывали моменты, когда воин лишался своего оружия — терял или ломал его. Вот тогда ему на помощь приходило умение вести бой голыми руками или с использованием каких-либо подручных средств, что тоже относится к понятию рукопашного боя.

Искусство рукопашного боя начало формироваться еще в первобытные времена (вспомним неандертальца, упомянутого в начале главы). Но настоящее развитие оно получило с выходом на арену войны профессионального воина, владеющего целым комплексом боевых искусств, в том числе искусством рукопашного боя. Со временем стали вырабатываться определенные приемы рукопашного боя, лучшие из которых запоминались и передавались от поколения к поколению. Так зарождалось искусство боя без применения огнестрельного оружия, технический арсенал которого постоянно менялся, развивался и совершенствовался.

В середине XVI века в Японии появилось боевое искусство под названием «дзю-дзюцу» как обобщенное название всех видов рукопашного боя без применения какого-либо оружия, существовавших в тот исторический период и до него. Впрочем, истоки дзю-дзюцу следует искать в значительно более древних годах. Можно выделить несколько исторических предшественников дзю-дзюцу, которые сами по себе являлись самостоятельными боевыми системами. К ним следует отнести сумо (традиционная классическая борьба), ёроикумиути (борьба в тяжелых доспехах *о-ёрои*) и когусоку (борьба в легких доспехах *гусоку*).

В их арсенале технических приемов, за исключением, видимо, сумо, зачастую присутствовали различные подручные средства и не-

которые виды холодного оружия, в том числе палки, дубинки: палки, дубинки, кинжалы, простой обоюдоострый нож — *кодзука*, короткий меч — *кодати*, метательные виды оружия — *сякэны* и *сюрикэны*. Применение этих средств, кстати, нашло отражение и в более поздних системах и направлениях дзю-дзюцу. Сама борцовская техника в те древние века была достаточно примитивна и не шла ни в какое сравнение с изощренной техникой дзю-дзюцу XVI века.

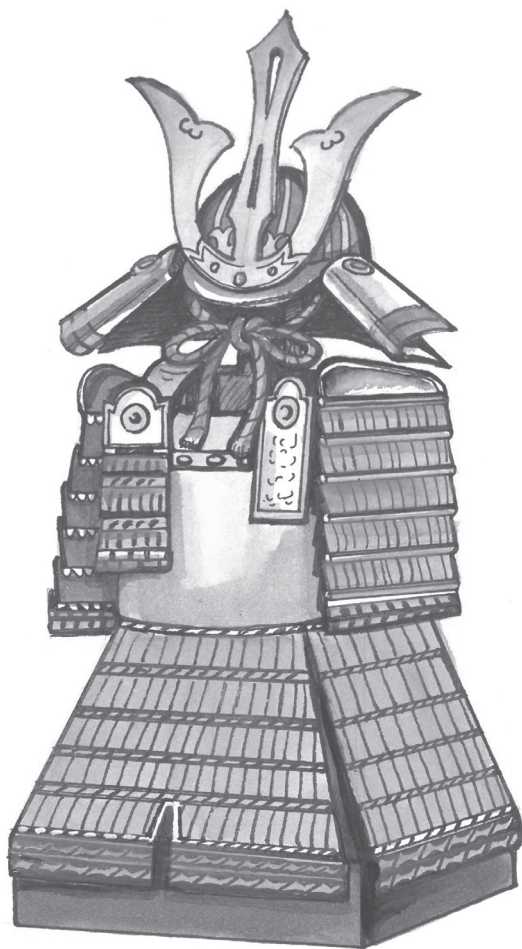
Спортивные состязания борцов, активно практиковавшиеся в те далекие годы, назывались «*тикара-курабэ*» — «соизмерение сил», поскольку исход поединков определялся не столько техникой, сколько силой, натиском и боевым задором. Именно эти качества были основными в сумо — древнейшем виде рукопашного боя. Этому воинскому искусству посвящена одна из следующих глав нашей книги. Пока же нас сумо интересует как один из истоков дзю-дзюцу. Техника сумо в те годы (а историки первые достоверные сведения о сумо относят к 642 году, когда по указанию императора при дворе состоялись состязания в честь корейского посла, более ранние сведения следует отнести к легендам, мифам) была достаточно проста и включала в себя толчки, сбивы и заваливания. В почете были сила и вес борца. Победа присуждалась участнику, бросившему соперника наземь. Удары и борьба в партере не практиковались.

Но уже к X веку произошло разделение между спортивной борьбой и самурайскими боевыми единоборствами, в частности *ёрои-кумиути*.

В *ёрои-кумиути* использовалась техника борьбы, рассчитанная на противоборство противников без оружия или с небольшим количеством подручных средств. Эта техника тоже была весьма примитивна, но значительно разнообразней техники раннего сумо. Она включала в себя некоторые приемы захвата и нейтрализации противника, в том числе подножки, подсечки, броски через спину, грудь, голову в падении, через бедро, колено, а также работу с кинжалом или коротким мечом, в общем, все то, чему не могли помешать защитные пластины доспехов. Кроме того, учитывались особенности

доспехов и вооружения противника. К примеру, при нападении сзади можно было задушить врага ремнем от его шлема или, взявшись за козырек шлема и резко рванув на себя, сломать ему шейные позвонки. Ключевым элементом в технике *ёрои-кумиути* был подход с последующим захватом, при котором оба бойца стремились занять наиболее выгодную позицию — *ёцу-гуми* («четвертое сцепление»). В *ёцу-гуми* оба бойца плотно обхватывали друг друга, при этом не хватаясь за пластины тяжелого доспеха. В этом положении бойцы могли долго сохранять равновесие и четко контролировать действия соперника. Если одному из бойцов удавался бросок, то он стремился навалиться на поверженного соперника всей массой своего тела, чтобы затем добить его ударом кинжала между пластинами доспеха. В общем, бойцы использовали любые приемы и средства — важен был лишь результат. Кстати, атакующие удары в технике *ёрои-кумиути* применялись редко, так как о металлические доспехи можно было скорее травмировать руку, чем нанести ущерб противнику.

Но эффективным искусство *ёрои-кумиути* могло быть только при соблюдении правил боя, обязательных для самураев эпохи раннего Средневековья (X–XI в.), когда, едва начавшись, сражения превращались в от-



Тяжелый доспех о-ёрои