

The background of the cover is a dramatic, dark teal and black illustration of a stormy sea. A small, wooden boat with several figures is struggling in the lower center, surrounded by massive, swirling waves. The overall mood is one of peril and struggle.

Н.А. Кочкалда

МИРОТВОРЕЦ

16+

Николай Александрович Кочкалда

Миротворец

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=49893950

SelfPub; 2020

ISBN 978-5-532-08070-6

Аннотация

Созданный нами мир, состоящий из членов нашей семьи, близких нам людей и единомышленников, зависит от нас. Если человек способен сотворить свой собственный мир, то он должен быть способен сохранить его и не дать разрушить как изнутри, так и извне. Именно этому учит система взаимодействия с окружающей средой в ее агрессивных проявлениях под названием "Миротворец".

Содержание

Предисловие	4
Глава 1 «Миротворец»	5
Глава 2 "Как научиться себя защищать"	30
Конец ознакомительного фрагмента.	35

Предисловие

Тема самообороны в наше веселое время очень популярна. Существует множество школ и направлений, которые предлагают научиться противоборствовать угрозам. Я предлагаю пойти немного другим путем. Вместо того, чтобы противодействовать, мы учимся взаимодействовать. Вместо того, чтобы приобретать дорогостоящие смертоносные орудия, мы учимся использовать все что есть под рукой. Полное название нашей системы звучит – взаимодействие с окружающей средой, в ее агрессивных проявлениях, если кратко, то «Миротворец». Название «Миротворец», призвано напоминать нам, о том, что созданный нами мир, состоящий из членов нашей семьи, близких нам людей и единомышленников, зависит от нас. Если человек способен сотворить свой собственный мир, то он должен быть способен сохранить его и не дать разрушить как изнутри, так и извне. Окружающий нас мир наполнен разными людьми и явлениями. Не все они к нам относятся доброжелательно, это надо четко понимать и не тешить себя иллюзиями.

Глава 1 «Миротворец»

Что же такое система самообороны «Миротворец». Сразу поясню, что я не являюсь автором всех этих принципов и рекомендаций. Существует множество систем, практикующих схожий подход. Я отобрал принципы и рекомендации, которые помогли лично мне, при выполнении служебно-боевых задач и в многочисленных конфликтах с обитателями подворотен, сохранить свою жизнь и здоровье, относительно целыми. Сейчас я делюсь своим личным опытом, с теми, кому это интересно.

Очень часто люди спорят какой стиль сильнее, и кто кого победит. Стиль как понятие очень и очень условно и все школы, и направления создаются людьми. Позанимался человек боксом, карате, еще чем-нибудь, не удовлетворился, и собрал всю свою сумму знаний и навыков, в одну систему. В итоге рождается стиль. Придумывается какое-нибудь название, форма одежды, правила, ритуалы и пошло- поехало. Естественно стиль исключительно смертельный и не имеет аналогов в мире, потому что основан на законах природы, уходит своими корнями в древность, открывает пятый глаз и делает нас сильными и независимыми. Причем все стили делятся на два лагеря, отечественные и заграничные, которые друг друга охаивают так, что аж шуба заворачивается. Все эти споры напоминают раздумья наших любимых жен-

щин, что им одеть, или мужчин, какой автомобиль приобрести. Есть старый армейский принцип – все определяют цели и задачи. Если ты ответишь на вопрос, куда ты собрался, и что там будешь делать, выбирать становится намного легче. Так и с многочисленными, самыми боевыми стилями на свете. Каждая система наиболее оптимальна в тех условиях, для которых она создавалась и в рамках тех задач, которые призвана решить. К примеру, будет ли эффективно карате, в рамках своей системы, на льду замерзшей реки в Якутии зимой? Достаточно представить босого каратиста в кимоно при -50 мороза. Естественно определенные элементы можно использовать, но условия крайне неподходящие, поэтому система меняется и приспособливается под имеющуюся обстановку. Но это уже будет другая система. Или другой пример. Боксер на войне, прыгает в окоп врага, сталкиваясь с ним нос к носу, и понимает, что у него закончились патроны. Я сильно сомневаюсь, что он отбросит автомат и начнет наносить серии точных ударов кулаками по каске противника. В ход пойдет все, что находится в руках, автомат, нож, лопата. Какие-то элементы боксер будет использовать, но это уже не будет бокс, в классическом понимании. И бокс, и карате, являются прекрасными системами, но исключительно в рамках тех условий, для которых они были созданы.

В каких условиях мы можем оказаться, когда на нас нападут хулиганы, никто не знает, в какой агрессивной окружающей среде нам придется бороться за свою жизнь и здоровье,

неизвестно. Отсюда следует первый принцип:

Естественность движений. Все движения, должны быть многофункциональными и основаны на врожденных рефлексам. Задачи, которые перед нами периодически встают, невозможно решать исключительно приемами из единоборств. Возьмем для примера, всеми нами любимые обнимашки, то, что мы делаем с самого нашего рождения. А теперь представим себе пьяного родственника, который на кухне решил отстаивать свои политические взгляды или способ приготовления яичницы, по принципу, кто не с нами – тот против нас. Можно конечно по-боксерски и в нокаут его отправить, хорошим ударом в челюсть, но, во-первых, он в целом неплохой мужик и завтра ему будет стыдно, во-вторых вполне возможен перелом челюсти, выбитые зубы и проломленная башка от удара об угол стены. Поэтому, вспоминаем наши любимые обнимашки и крепко-крепко, со всей нашей пролетарской любовью обнимаем его сзади вместе с руками, после чего аккуратно укладываем на пол. Родственник целый, кухня целая, задача решена. Или крепкие обнимашки с деревом, во время наводнения или незапланированного визита медведя в походный лагерь. Дерево в этот момент будет самым любимым, живым созданием на планете. Вот и обнимайтесь с ним на здоровье, причем в буквальном смысле. Или другой пример, представьте, что на ухо хулигану села муха размером с футбольный мяч и от всей Вашей широкой души шархнете эту муху тем местом ладони, которым

толкаете заглохшую машину или двигаете стол. Далее, чем, чисто технически, отличается мяч, летящий в лицо о того же кулака? Рядом параметров, таких как масса, размеры, скорость, фактически же это одно и то же. Подавляющее большинство людей выставят руку, чтобы мяч поймать или отбить, на тренировке мы делаем то же самое и в бою мы будем делать это же движение. Конечно, есть много нюансов, которые усиливают и повышают эффективность движений, и которые можно изучить, только под руководством тренера, но в общем и целом смысл один и тот же. При подготовке к реальной драке, надо использовать те движения, которые с нами, с нашего рождения. В ситуации, когда человека хотят покалечить или убить, подсознание берет бразды правления в свои руки и какой бы офигенный прием ты не изучал, если он не подходит твоему психотипу и особенностям антропометрии, ты получишь по башке. Мы конечно изучаем на тренировке сложные вещи, требующие координации, высокой скорости, выносливости и силы, но сложные методы воздействия будут применены только при условии уверенной наработки либо сохранения душевного равновесия и самоконтроля в критической ситуации. Причем наработанные приемы должны выполняться легко и удобно. Удобно – значит эффективно.

Сохранение равновесия. Определение рукопашного боя, выведенное Алексеем Алексеевичем Кадочниковым, гласит: Рукопашный бой есть взаимодействие двух психобиомеха-

нических систем, целью которого является выведение одной из систем из равновесия. Контролироваться должно равновесие не только телесное, но и душевное, но это тема другой статьи. Поговорим о телесном равновесии. Наше тело состоит из множества тканей, среди которых нас интересуют в настоящий момент только кости, связки и мышцы. С точки зрения биомеханики, весь этот набор является конструкцией из рычагов-костей, соединенных между собой связками и мышечной тканью. Все эти ткани имеют свою массу, а поскольку они соединены между собой и являют одно целое, то обладают суммой масс. Эта сумма масс сходится в одном месте и называется центром масс или центром тяжести. У прямо стоящего человека он находится чуть ниже пупка. Поскольку все мы ходим, бегаем, прыгаем, наклоняемся, приседаем и т.п., центр масс постоянно смещается. Теперь посмотрите на свои стопы. Носки и пятки являются углами воображаемой четырехугольной фигуры, которая называется площадью опоры. Если мы поставим ноги вместе, то равновесие удержать будет сложнее, поскольку опорная площадь стала меньше. Если расставим ноги шире, то равновесие уже проще сохранить, поскольку опорная площадь увеличилась. Так вот сохранение равновесия, или контроля над центром масс возможно, только до тех пор, пока центр масс находится внутри опорной площади. Чтобы было понятней, попробуйте, стоя прямо, начать всем телом наклоняться в любую сторону. В какой-то момент Вы почувствуете, что теряете равновесие

и начинаете падать. Это и есть утрата контроля, за центром тяжести или потеря равновесия. Поскольку в драке нам приходится постоянно перемещаться и довольно быстро, в дело вступает еще и инерция. В качестве примера приведу движущийся автомобиль, который при всем желании водителя не может остановиться мгновенно, так как весит тонну, и вся эта груда железа, стекла и пластика, весом в 1000 килограмм, движущаяся с определенной скоростью, продолжает еще какое-то время движение, несмотря на нажатый тормоз. Кстати именно поэтому не пристегнутый водитель, при столкновении с другим автомобилем, бьется лицом в руль, а если скорость высокая, то выносит головой лобовое стекло и вылетает наружу. Ради интереса попробуйте стукнуть голой рукой по лобовому стеклу, и Вы поймете всю гамму ощущений, которую испытывают люди, выбивающие головой лобовуху автомобиля. Вернемся к нашему предмету. Для бойца очень важно уметь контролировать свой центр тяжести, так как если человек не может сохранить свое равновесие, то не сможет и контролировать равновесие противника. В конце концов можно и не бить, а просто сильно толкнуть и если у супостата сзади бордюр, то он споткнется и упадет, причем в реальных конфликтах не только бьют, но и толкаются. Исходя из этого принципа, я не рекомендую бить высоко ногами в уличных драках, легко можно упасть, такие прецеденты были. Если удар ногой в голову имеется в арсенале бойца, запрещать бить ногой в голову нецелесообразно, однако по-

давляющее большинство конфликтов происходит вплотную, при недостатке свободного места, на неровной поверхности и т.п. Умение сохранять равновесие весьма полезно и в быту, к примеру, при поездке на общественном транспорте или на скользком тротуаре.

Уход с линии атаки. Приведу классический пример. Встречаются на улице две дубинушки, сталкиваются плечами, расходятся во взглядах и крепко упершись ногами в землю и друг в дружку, начинают размахивать руками так, будто пытаются переплыть бухту «Золотой рог». В итоге один попадает в челюсть, после чего с радостными воплями прыгает на голове у свалившегося оппонента. Девушки одаривают его восхищенными взглядами, победитель купается в славе, эта история становится семейной легендой и с гордостью, каждый раз с новыми подробностями, рассказывается детям, внукам и всем соседям по лестничной клетке. Естественно абсолютно всех интересует, каким таким смертельным секретом обладает легенда уличных схваток, и конечно же этот секрет тщательно храниться от непосвященных, недостойных приобщиться к сакральной мудрости. Я готов открыть этот секрет, хотя бы по той причине, что Вы дочитали до этого места. На самом деле, секрет победы прост. Наш богатырь попал **АБСОЛЮТНО СЛУЧАЙНО**. Процент вероятности победы, в подавляющем большинстве драк равен 50. Кто первый удачно попал, тот и красавчик. Такой подход имеет право на жизнь, но поскольку мы хотим повы-

сить вероятность успешного, для нас, исхода эпичной битвы, мы применяем немного другой подход. Когда супостат пытается засветить мне кулачищем в глаз, воображаемая линия, идущая от супостатского кулака к моему глазу, называется линия атаки. Линией атаки также называется вся сумма траекторий, тех ударов, которые мой оппонент может мне нанести. Еще ее называют иногда направлением атаки. Естественно, учитывая, значительный вес супостата, так как у него жена прекрасно готовит, пропущенный удар может на весьма неопределенный срок отложить все мои важные дела. Поэтому, я со всей возможной грацией и скоростью, удалюсь с пути этого товарного состава, желательно за его спину и сделаю какую-нибудь пакость, которая лишит супостата заслуженных лавров сокрушителя черепов. Неподготовленному человеку это сделать сложно, для этого мы и тренируемся, но в данном случае упереться в противника тем местом, откуда у оленей растут рога и попытаться выяснить, кто из нас сильнее бодается, не входит в круг моих задач. Моя задача нивелировать угрозу, исходящую от этого сгустка мышц, жира и ярости, желательно оставшись при этом целым и жизнерадостным. Как итог, можно вывести замечательную мудрость. Попытка мужественно встретить мчащийся на тебя грузовик, заканчивается обычно печально, естественно не для грузовика. Уход с линии атаки в быту помогает нам уворачиваться от бешеных велосипедистов, летящих мячей и падающего с лестницы в подъезде соседа-алкаша.

Контроль и использование окружающей среды. Пример: Подходит ко мне незадачливый гангстер и начинает грабить. Я, как чемпион всего что только можно, удачно попадаю ему куда ни будь и начинаю окучивать бедолагу куда ни попадя, не подозревая, что сзади ко мне подкрадывается со злодейским хихиканьем его друг и соратник, нервно теребя при этом кусок арматуры. Итог понятен. Добро повержено, зло торжествует, пропивая награбленное. Ни в коем случае нельзя, что называется, «упарываться». Действуем исключительно короткими сериями, максимум три-четыре удара и периодически поглядываем за спину. Делается это на самом деле гораздо быстрее чем читается, очень полезная привычка. Также всегда надо помнить про случайного прохожего, который пропустил самое начало и по всем признакам для него ты и есть тот самый злодей, которого надо непременно дружески похлопать ботинком по затылку. По всем этим причинам я и не рекомендую на улице бороться. Борьба прекраснейший вид спорта и замечательно действует на ринге, но, во-первых, это довольно сложная наука и люди для осуществления хорошего броска тренируются годами, во-вторых любой захват, это ограничение подвижности, а на улице как нигде действует правило, движение – это жизнь, в третьих, чисто из своей практики, как только ты начинаешь бороться и падаешь в партер, то все окружающие и мимо проходящие граждане считают своим святым долгом пнуть тебя в башку или по почкам тяжеленным ботинком. Окружающая

среда нами используется точно так же, как и наши руки и ноги. Камни, палки, бордюры, косогоры и т.п. Из своей практики могу привести пример, когда толчок в грудь повлек за собой стремительное падение с косогора, несостоявшегося уличного бойца. Конфликт на этом был исчерпан. Видимо необходимость подниматься по косогору назад остудила пыл незадачливого вояки.

Никогда, ни при каких условиях, не вступать в схватку на условиях противника. Когда тебе предлагают выйти поговорить, скорее всего, тебя там ждут еще несколько борцов за справедливость. Нападения всегда происходят в исключительно невыгодных для тебя условиях. Темно, тесно, скользко, численный перевес оппонентов и т.д., и т.п. Не надо тешить себя иллюзиями, вопрос «Ты чо испугался», озвучивается в данном случае исключительно, для того что бы не тащить поросенка на убой, а что бы поросенок пошел сам. Раздвигание локтей пошире и презрительный взгляд на моей памяти в подобной ситуации никому еще не помогал. И вряд ли Вы будете первыми. В данной ситуации надо четко осознавать цели, которые мы будем достигать и задачи, которые будем решать. Сохранить жизнь и здоровье это одна задача, сохранение чести и достоинства, так как мы это понимаем, совершенно другая, защита близких – третья. Исходя из поставленных задач, мы и действуем. Если я один и понимаю, что перевес на стороне противника, я либо уравниваю шансы, вооружившись, либо стремительно удалюсь. В конце концов

в военной науке есть тактически прием – отступление с целью перегруппировки. Конечно если у тебя за спиной семья, то умри, но врага останови. Об отступлении в данном случае не может быть и речи. Яростно бьем врагов, пока дышим. Все определяют цели и задачи.

Воздействие на уязвимые зоны. Все удары, надавливания и воздействия должны быть направлены на конкретные области человеческого тела. К примеру, в результате нападения, злодей получил хорошенько по мордам и, в лучших традициях боксера, нагнувшись, закрыл лицо руками. Очень часто, в этом случае, народ ловит легкий ступор и пытается настучать кулаками по лицу обидчика, а так как обидчик свое бесстыжее лицо спрятал, его начинают лупцевать кулаками по голове, спине. А когда, до объятого праведным гневом, мозга доходит первые сигналы, о том, что рукам больно, пытаются либо пнуть в голову ногой, либо, схватив за одежду повалить на землю и там запинать. Варианты конечно разные бывают, но в целом это стандартный сценарий. Как итог, либо пара синяков, либо перелом основания черепа, от меткого пинка по затылку, что уголовный кодекс совсем не одобряет. Способы воздействия на злодея описывать не буду, но цель всегда должна быть конкретна. Когда целью является треснуть мерзавцу по его мерзкой харе, то и результат, как правило, расплывчатый и неопределенный. Я часто наблюдал, как какой-нибудь бугристый дядя, добавляющий в борщ протеин, вместо майонеза, бьет довольно невзрачного типа,

прямо по лицу, после чего невзрачный тип вполне способен самостоятельно передвигаться, и имеет на лице максимум пару припухлостей, в районе глаз и разбитый нос. Хотя, судя по размеру бицепса его истязателя, должен был как минимум, лежать в реанимации. Это не значит, что качок лошара, хотя нет, все-таки он лошара, хоть и бугристый. Наш мозг очень любит конкретные, точные команды, поэтому те же удары, надо наносить в конкретные области, чтобы достичь конкретных, определенных целей. Многие эти уязвимые зоны знают, повторять не вижу смысла, но есть один способ, довольно простой, который позволяет не вспоминать учебник анатомии, во время драки. Поверхность человека, образно, можно разделить на бугорки и ямки. Бугорки это, как правило, мышцы, а ямки, как правило и есть уязвимые зоны. Переносица, глаза, виски, надключичные впадины, солнечное сплетение и т.д. Дальнейшим исследованием своего тела можете заняться самостоятельно. Тыкать пальцами во все впадины подряд не советую, предварительно, желательно все-таки поразмыслить, что там находится и к каким последствиям может привести.

Твердым по мягкому, мягким по твердому. Подавляющее большинство драк проходит с помощью кулаков, что приводит к переломам и ушибам кистей рук. Почему так, да просто потому что, большинство уверено, что бить надо обязательно кулаком и опять же желательно по мордам. Многочисленные соревнования по различным единоборствам про-

сто-таки кричат, «Жахни своим кулачищем!!! Видал как они там на ринге? Так вот ты сейчас сильнее вдарись!!!!». В итоге кулак попадает в лоб и не выдерживает такого скотского к себе обращения. Зато потом можно в трамвае усиленно выворачивать руку, лежащую на поручне, что бы весь трамвай видел, шишки вместо костяшек. То, что руки бойцов на ринге заботливо обтянуты бинтами и упакованы в перчатки, про это почему-то забывают. Ну или не знают. Это совсем не значит, что кулаками пользоваться нельзя, очень даже можно, но аккуратно, если не хочешь конечно после 30 – 40 лет иметь личный барометр и безошибочно предсказывать ненастную погоду. Бить можно любой частью тела, но остановимся на руках. Сжатый кулак можно условно назвать твердым, ибо, когда мужик сжимает кулак, он свято уверен, что сие совершенное оружие тверже алмаза. Так вот кулаком можно наносить удары по относительно мягким местам, нижняя челюсть, ребра, живот. Я ни разу не сталкивался со случаями перелома руки именно о нижнюю челюсть, поскольку она подвижна. Не исключаю, что такое тоже бывает, но я с таким не сталкивался. И наоборот, основание ладони относительно мягкое, им вполне себе можно бить прямо по глупой тылке идиота, покусившегося на покой мужика у которого сжатый кулак, тверже алмаза. Конечно неподготовленная рука будет болеть, но для человека, потратившего относительно немного времени на подготовку бьющей поверхности, боль почти не будет ощущаться.

Слабым против сильного, сильным против слабого. Принцип на самом деле древний как сама жизнь. Не нужно грудью встречать мчащийся на тебя грузовик, если конечно ты не решил украсить его капот своим мозгом и всякими разными биологическими жидкостями. Когда дядя весом далеко за 100 кг решит меня пнуть, я не буду мужественно принимать его пинок. Потому что меня унесет и будет долго болеть нога, жалуясь на своего обладателя. Я постараюсь уйти от удара ногой, как, впрочем, и от остальных ударов этого детины. Получится или нет это уже другой вопрос, для этого мы и мучаем свой организм тренировками, но сам смысл понятен. И наоборот, я не буду умничать с противником, который ниже меня ростом и слабее физически, а вполне обоснованно воспользуюсь своим преимуществом в росте и массе. Хотя конечно выслушаю кучу жалоб о том, что так нечестно, поотращивал грабли и «тупой бычара массой задавил». Этот принцип исповедуют множество школ и направлений, поэтому подробно расписывать его не буду. На практике конечно тяжелее его воплощать, чем умничать, рассуждая о возможности слабому, тщедушному организму противостоять гиганту с огромными мышцами и стальным, безжалостным взглядом, но стремиться к этому надо.

Комбинации и серии. Мечтой каждого начинающего бойца является умение поразить цель одним ударом. Впрочем, об этом же мечтают и те, кто ничем не занимается и те, кто занимается давно. Чтобы после удара башку вражины как

автогеном срезало. Все хотят, как Майк Тайсон, вышел лупанул и до свидания. По большому счету мы все стремимся к тому, чтобы сил и времени для достижения результата тратилось как можно меньше. Однако жизнь вносит свои коррективы. Вражина, скотина такая, никак не хочет падать. Еще и брыкается и в ответ норовит больно стукнуть. Не стоит рассчитывать на один единственный удар, даже прилетевший туда, куда нужно, нужны короткие серии из трех – четырех технических действий, тогда шанс на успешный исход значительно повышается. Если противник «поплыл», он вполне может быстро в себя прийти и продолжить сопротивление даже в состоянии грогги. Есть специальные упражнения, которые приучают бойца успешно действовать в нокауте на ногах, поэтому привычка работать сериями, часто помогает не терять полученное преимущество разглядыванием противника и мучительным мыслительным процессом над дилеммой, что же делать дальше.

Спонтанное реагирование. Этот принцип является центральным стержнем, вокруг которого строится вся наша подготовка. Приемов у нас нет. Вернее, они есть, но в тренировочном процессе отсутствует наработка приемов до автоматизма. Наработка приемов до уровня рефлекса хорошо себя показывает в спорте, с его стабильными условиями, в нашем случае условия могут быть абсолютно разными, так же, как и задачи. В качестве примера могу привести многочисленные трагические случаи, в результате действий спортсме-

нов-единоборцев. Возникает конфликт, между спортсменом и обычным студентом, перерастающий в драку после чего студент падает и бьется головой об асфальт. В результате, очень часто студент умирает или остается калекой, а спортсмен отправляется в тюрьму. Два молодых здоровых парня, гордость и надежда семьи, пресекают свой род. Почему два? Потому что за убийство дают сроки, примерно от 10 лет. Еще не факт, что осужденный доживет до освобождения или не выхватит новый срок, будучи в местах лишения свободы. В любом случае человеку, у которого 10 лет лагерей за плечами и четвертый десяток лет в паспорте, очень трудно создать семью, найти работу, а порой уже и нет желания. Поэтому я говорю о двух загубленных жизнях и о горе, которое приходит в их семьи. Давайте попробуем разобраться в причинах подобных трагедий. Оценку действий с моральной точки зрения делать не будем, как говориться, не дай Бог оказаться в такой ситуации. Так в чем же причина. Дело в том, человек, попадая в критическую ситуацию будет делать только то, что привык делать в подобной ситуации. На раздражители почти всегда отвечают условным рефлексом. Поэтому старый анекдот, о том, как боксер, на вопрос, почему он ударил тещу, ответил, было все нормально и тут она открылась, к сожалению, совсем не анекдот. Спортсмен-единоборец приобретает рефлекс в виде удара в челюсть, в ответ на конфликт-раздражитель. На ринге или ковре данный рефлекс не влечет за собой травм, в результате падения, в

силу наличия защитного снаряжения. Поэтому спортсмену думать о том, куда упадет человек, нет никакой необходимости. В итоге, среагировав так как он привык, спортсмен получает совсем не те результаты, на которые рассчитывал и садится в тюрьму. В нашем случае, приходится учитывать наличие асфальта, камней, траекторию падения туши, чтобы этот придурак, не дай Бог, не проломил себе черепушку при падении. Другой пример. Подвыпившая в китайском ресторане дама, которая ягодка опять, оскорблена до глубины души отказом молодого и такого симпатичного мерзавца провести с ней следующие три минуты в стремительном танце и пытается наградить его увесистой пощечиной. Парень, исключительно нежно ловит карающую длань, берет даму под белые ручки и рассыпаясь в комплиментах, вперемишку с жалобами на больную ногу отводит даму к ее столу, где оставляет в обществе острой морковки и папоротника с мясом. Задача решена, жертв нет, все довольны, кроме дамы, хотя, впрочем, через пару минут и она забывает про свою смертельную обиду. Все определяют цели и задачи, а поскольку круг задач может быть невероятно широк, то и сочетаний базовых технических действий, также неограниченное количество. Спортсмен в своих действиях ограничен большим количеством правил и условий, мы же ограничены только своими морально-нравственными ориентирами и уголовным кодексом, поэтому наработка конкретных приемов до автоматизма приносит больше вреда, чем пользы. Ко-

гда к критической ситуации подходишь именно как к решению возникшей задачи, методов, способов и инструментов оказывается довольно много и бить не всегда самое верное решение.

Противник всегда вооружен. Очень полезный принцип, считать любой удар, ударом с оружием. Вообще всегда надо отталкиваться от непреложного правила, которое гласит, никто, никогда, ни один человек в мире не имеет права ко мне прикасаться против моей воли. И дело тут не в чувстве собственного достоинства, а в элементарной безопасности. В классическом представлении нападение происходит после воинственных размахиваний ножом и воплей «Зарэжу!!!». В случае явной демонстрации колюще-режущих предметов, изначальным намерением является попытка напугать. Человек может конечно и пырнуть, но, как правило, это не входит изначально в его планы и боится он не меньше, а то и больше, чем объект его внимания. Гораздо неприятнее другой вариант, когда злоумышленник изначально вынашивает план душегубства. В этом случае никаких признаков угрозы не выказывается, нож прячется вплоть до попытки нападения. Причем сами удары производятся без замаха, совершенно будничным тычком. Само орудие смертоубийства, в большинстве случаев, абсолютно непохоже на монструозные тесаки, которыми так любят обвешиваться любители холодного оружия. Клинка длиной в 10 сантиметров, вполне достаточно для повреждения внутренних органов, совмести-

мого с жизнью, блестящая поверхность, наличие страшной пилы и жуткого кровостока на клинке, также не является необходимостью. Когда видишь орудия преступлений, изъятые с мест кровопролитий, просто поражаешься, какой только гадостью люди не режут друг друга. Поэтому любое движение рукой в мою сторону, однозначно должно пресекаться. Не нужно бить сразу, это может быть просто попыткой положить руку на плечо, в приступе дружеских чувств, потому что я очень сильно похож на сослуживца или школьного друга. В случае отсутствия угрозы, можно просто объяснить, что с детства не любишь тактильных контактов. Привычка останавливать любую руку, может однажды спасти жизнь и кто, что подумает по этому поводу, мне абсолютно наплевать. И вообще нечего меня мацать за плечи, шею или ребра, это в конце концов подозрительно.

Следующие принципы касаются больше тактики действий. Само слово тактика сейчас является неплохим маркетинговым ходом, позволяющим впаривать китайский ширпотреб незадачливым любителям «чтобы как спецназ». Поэтому люди носят тактические трусы, тактические носки, тактические кепки и тактические стельки для обуви. Тактика – это способ действий, не более того, носки с кальсонами тут совершенно ни при чем.

Итак, советы по тактике боя.

Контроль действий противника. Нужно отчетливо понимать, что противник делает и что собирается сделать. Для

этого нужно как минимум сосредоточить свои мысли на том что происходит, а не на том, как потом отстирывать футболку. Читать противника мы учимся на тренировке, опытному бойцу достаточно увидеть, к примеру, положение ног, для того, чтобы понять уровень подготовки и намерения противника, но без практики и тренировок это сложно сделать. Контроль противника также заключается в умении управлять соперником, и для этого вовсе не обязательно заламывать ему руку, хотя способ неплохой. Речь сейчас не о бесконтактном бое, а о умении использовать окружающую среду, но для этого опять же, нужны тренировки, тренировки и еще раз тренировки. В качестве примера можно привести способ заставить противника нанести прямой удар, используя дистанцию. Противник уверен, что сделал это самостоятельно, не подозревая, что это наш хитрый план и сильно удивится, выйдя из темноты, почему шнуры так хорошо видно.

Постановка противника в неудобное положение. Когда противнику удобно, он быстр, ловок и силен. Когда противнику неудобно, половина его арсенала не работает, хотя бы по той причине, что процентов девяносто бойцов «однобокые» и умеют драться только в одной стойке или положении. Все знают, что такое закручивание, но большинство ограничивается дикими прыжками вокруг оппонента, затем минутная пауза, во время которой даже самолет на земле успеет развернуться, после чего следует стремительная атака в лоб и, впоследствии рассказы соседям по больничной пала-

те, о том, что «Я ему тоже нормально прикурил». Лично я использовал этот принцип, в случае противостояния с двумя и больше супостатами, затаскивая их в подъезд. Даже два человека на лестнице друг другу мешают, не говоря уже про троих, но тут нужна практика, человеку неподготовленному не советую так делать, подъезд может оказаться ловушкой. Хотя если человек уверенно обладает необходимыми зубодробильными навыками, то там уже вопрос, кто оказался в ловушке, он или нападающие.

Боевое развитие и доведение до конца. Во многих спортивных единоборствах этот принцип звучит как добивание, что само по себе является словом-якорем, и призывает к конкретному действию. Вообще, несмотря на расхожее мнение, добивание противника, в реальной жизни, чаще всего нецелесообразно и более того вредно. Когда злодей, в результате наших мужественных и грамотных действий, падает на землю, чаще всего, заново подниматься и идти в атаку у него желания мало. Я сталкивался со случаями старательно-го изображения нокаута, потому что просто сдаться стыдно, а встать как-то не особо хочется. Когда человек все-таки пытается встать, чаще всего достаточно ему не дать это сделать, злодеи редко пытаются подняться активно, чаще милостиво позволяют себя удержать на земле. Бить лежащего на асфальте злыдня сапогом или палкой по голове не совсем правильно, а поскольку именно такой способ воздействия на организм, чаще всего приводит к летальному исходу, еще и

чревато серьезными проблемами с законом. Способов фиксации противника на земле масса, от различных удержаний, до связывания, но это требует предварительной отработки на тренировке и умения сохранить здравый смысл в критической ситуации. Вообще всегда надо помнить, что доводы «Я нечаянно» и «Он первый начал», не являются веской причиной для убийства, как, впрочем, и для любых других наших действий. Наши поступки – наша ответственность. Поэтому возвращаемся к нашей, ставшей уже такой родной, привычке определять цели и задачи.

Если я один, то делать мне на поле боя больше нечего, нападение пресечено, дальше по ситуации, держим бандита и орем в телефон помогите или сваливаем в неизвестном направлении. Если с семьей, то оба варианта также приемлемы, держим дурачка на земле, пока семья не удалится или до приезда полиции. В случае нескольких противников, заниматься тем, кто и так валяется, нецелесообразно, стоящие на ногах противники требуют больше внимания. Если противник все-таки горячо желает мстить за поруганную честь и грязные брюки, есть уязвимые зоны, воздействие на которые не влечет таких фатальных последствий, но тем не менее весьма болезненны, связки, суставы, нервные узлы и т. п. В конце концов можно пнуть ботинком по коленке или стукнуть чем ни будь твердым по стопе или кисти, довольно болезненно и не вызовет ненужных вопросов в дальнейшем. Изучение этих зон исключительно в виде текста и кар-

тинок, помогает редко, нужна предварительная подготовка. Общий смысл моих умничаний заключается в том, чтобы вообще знать, чего мы хотим и к чему нам стремиться. Когда цели четко осознанны и понятны, выбор дальнейших действий, становится очевиден. А вот намеченные цели уже надо непременно достигать. В качестве примера могу привести одного моего знакомого, который выбил у злодея из рук нож и завис, а пока стоял, тупил, получил этим же ножом, подобранным с земли, в живот. Слава Богу остался жив, но не совсем здоров. Под боевым развитием подразумевается примерно то же самое, а все вместе звучит как боевое развитие полученного преимущества и доведение его до логического конца. Зависание на середине действий и попытки вспомнить, что там дальше учили, может пагубно отразиться на самочувствии и самооценке в дальнейшем. Возможные развития событий желательно продумывать и пробовать заранее.

Я очень часто слышу аргумент, что в случае опасности, человек обязательно преисполнится невероятных сил и совершит невозможное. Такие случаи бывают, но рассчитывать на чудо крайне легкомысленно. При попадании в критическую ситуацию мы не поднимаемся до уровня своих ожиданий, а падаем до уровня своей подготовки. Это аксиома. Можно конечно продолжать тешить себя иллюзиями, и делать это вполне успешно, до попадания в первую неприятность. Последствия, даже в случае сохранения здоровья, пе-

чальны. Депрессия, упавшая самооценка и все такое. Я не призываю всех срочно ринуться на курсы самообороны, занятия спортивными единоборствами, при подходе к ним с головой, тоже замечательный вариант. Любой спорт хорош. Но развлекать себя размышлениями на тему поведения в разных жизненных ситуациях, может оказаться крайне полезным занятием. Мысль о том, что ты устал на работе или не мог пропустить любимый сериал, может быть крайне слабым утешением.

Вообще четкое понимание наших целей здорово нам помогает и помогает избавиться от многих неприятностей. Если мне нужно остановить злоумышленника, то стрельба в спину уже убегающего не входит в понятие самооборона и однозначно трактуется уголовным законом как убийство. Теоретик военной науки, считающийся классиком, Карл Клаузевиц по этому поводу выразился вполне определенно: «Цель военных действий должна заключаться в том, чтобы обезоружить противника, лишить его возможности продолжать борьбу, т. е. сокрушить его.» Ни о каком тотальном уничтожении всего живого речи быть не может в любом случае. Это надо четко понимать.

И в заключение еще один очень важный момент. Любой нормальный человек, в конфликтной ситуации, хочет, чтобы от него отстали. Такой настрой имеет один существенный недостаток. Так думает еда. Да, да, именно пища, ибо Вами будут питать свое благосостояние, необходимость само-

утвердиться и комплекс неполноценности. Лично я, столкнувшись с обзревшим ушлепком, считающим себя хищником и венцом эволюции, облегченно вздыхаю и понимаю, что он сам ко мне пришел и мне не придется за ним, гоняться. В результате несостоявшееся плотоядное испытывает жуткое разочарование и ввергается в пучину еще больших комплексов, когда неожиданно понимает, что хищник совсем не он, а именно его сейчас будут употреблять в пищу.

Список принципов, которыми мы руководствуемся, можно продолжать до бесконечности. Сама жизнь постоянно течет и развивается. Любая система, застывшая в своем развитии, начинает деградировать, все мы постоянно чему-то учимся и привносим в свою деятельность, что-то новое. Это надо всегда учитывать, движение – жизнь.

Глава 2 "Как научиться себя защищать"

Когда человек решает научиться себя защищать, возникает вопрос, чем заняться. Многочисленные ролики в ютубе, о том, как поставить нокаутирующий удар за 20 минут, мы рассматривать не будем, это тоже самое, что надеяться на прибыль, выращивая денежное дерево в одноклассниках. Ответ простой – никак. Поплачь и смирись. Или иди записывайся в секцию.

Итак, чем же заняться. В первую очередь надо постараться ответить на вопрос, зачем это надо. Какие цели и задачи человек перед собой ставит и чего вообще хочет. Самый популярный ответ – это научиться себя защищать. Если других целей нет, то проще и дешевле получить лицензию и приобрести оружие. Практическая стрельба тоже спорт, правда не самый дешевый. Нужно понимать, что полноценно научиться самозащите за пару занятий или даже пару месяцев из области фантастики. Естественно всегда находятся гуру, хранители тайных знаний, готовые за неприлично короткий срок и приличную плату обучить Вас паре смертельных приемов, взяв самые страшные клятвы никому их не показывать. Вам даже покажут несколько фокусов, после которых Вы будете убеждены, перед Вами самый что ни на

есть настоящий мастер, обладатель сакрального знания, умеющий поднятием левой брови повергать врагов в шок и трепет. Вынужден Вас разочаровать, никаких секретных секретов в этой области не существует. Есть законы физики, механики, психологии и множества других наук, которые вполне доступны любому школьнику. Итак, древние знания тоже не вариант. Остается множество, так называемых, боевых искусств. Все доступные стили и направления условно делятся на военизированную гимнастику, спортивные школы и условно боевые. К военизированной гимнастике относятся школы, в тренировочном процессе которых, отсутствуют полноконттактные спарринги, и во главу угла ставится физическое и духовное развитие. К спортивным направлениям относятся школы, которые используют полноконттактный спарринг, с использованием защитного снаряжения и проводят соревнования в виде боев, естественно в защитном снаряжении. К условно боевым относятся те, которым обучают сотрудников силовых структур, вынужденных руководствоваться действующим законодательством и находящимся под различные рода надзором, а также различные курсы самообороны. Боевым системам, задачей которых является уничтожение противника, Вы нигде не научитесь. Совсем. И даже за деньги. Во-первых, потому что обучают этому исключительно сотрудников специальных подразделений ВС РФ. Во-вторых, ни один инструктор, в здравом уме, не будет брать на себя ответственность обучать гражданских по-на-

стоящему боевым способам уничтожения живой силы противника.

Теперь разберем все три направления.

Системы, не практикующие полноконтактные спарринги, являются исключительно военизированной гимнастикой, по одной единственной причине. Для того, чтобы полученные навыки применить в реальной драке, надо на тренировке постоянно получать по лицу и всяким разным остальным частям. Надо бить самому и получать в ответ, причем довольно больно. Можно полжизни изучать всякие удары и защиты, красиво двигаться и бить высоко ногами, но достаточно на улице один раз выхватить от души по сопатке и все мастерство слетает как с белых яблонь дым. Чтобы научиться драться, надо драться, причем постоянно. Нужно уметь терпеть боль и держать удар.

Спортивные направления. К ним относятся разные виды борьбы, бокс, кикбоксинг, миксфайт и много других. Защитное снаряжение используется, с целью снижения травматизма. Вполне подходит для самозащиты, с одной оговоркой. Даже будучи чемпионом всего что только можно, никто не даст гарантии, что Вас не вырубят или не покалечат какой-нибудь хулиган. Этому есть ряд вполне объективных причин. Во-первых, задачей любого вида спорта является получение спортивных достижений. Это можно делать и без членовредительства, например, по очкам. Ни одно единоборство не ставит перед спортсменом задачи полного ли-

шения соперника возможности сопротивляться. Спортсмен конечно может покалечить и даже очень сильно, но это не является приоритетом. На улице, же никто победных баллов ставить не будет. Во-вторых, любое единоборство подразумевает наличие честности соперников по отношению друг к другу. Это строго соблюдается, огромным количеством правил и запретов. Спортсмен, специально нарушающий правила, ради победы, в спортивном обществе становится изгоем. На улице правил нет. В-третьих, в спорте соперники всегда в относительно равных условиях, рост, вес и т.п. В реальной жизни ты всегда в меньшинстве, за редким исключением. В-четвертых, схватки всегда происходят в одинаковых условиях. Соперников двое, один и тот же размер ковра или ринга, всегда одно и то же время поединка, ровно, сухо, тепло и доктор с тренером рядом. В реальной жизни таких условий не бывает. Темно, тесно, скользко, камни, бордюры и отсутствие медицинской помощи. Скорую тоже никто вызывать не будет, чтобы не пропустить такие замечательные кадры для соцсетей. Подобных видео в интернете навалом, в основном с комментариями авторов о людском равнодушии. Подобные примеры можно перечислять очень долго, смысл в общем то понятен.

Условно боевые. Во-первых, это наличие полноконтактных спаррингов в учебном процессе с минимумом защитного снаряжения и отсутствие соревнований. Соревнования не проводятся по причине невозможности избежать травм при

полноценном воздействии на уязвимые зоны. Невозможно избежать травмы при полноценном болевом приеме на пальцы, воздействии на горло или глаза. Во-вторых, любая условно боевая школа учит прежде всего защите. Если в спорте защиту частично обеспечивает снаряжение, то в реальных ситуациях бьют голыми руками, ногами в ботинках и разными предметами, поэтому пропускать удары крайне вредно для здоровья. В-третьих, самооборона основана, как правило, на врожденных рефлексах, в частности, в области защиты. В ситуации, когда человека хотят покалечить или убить, подсознание берет бразды правления в свои руки и какой бы офигенный прием ты не изучал, если он не подходит твоему психотипу и особенностям антропометрии, ты получишь по башке, ну или куда-нибудь еще.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.