



皆云・皆云心得

虛實實戰武道兵法

明德虚心疏柔術

大日本武徳会総師範柔術七段

範士八段総師範明德虚心疏柔術

新刃寺風





じゅうじゅつとりかた    こころえ  
柔術捕方の心得

Правила техники захватов в дзюдзюцу

Дзюдзюцу – основа воинских искусств. В древности существовало шесть различных видов воинских искусств. Выражение «шесть искусств» (Шесть искусств – 六芸 (рикугэй)). Это же слово (пишется теми же иероглифами) означает шесть видов искусств, которыми должен владеть, согласно конфуцианской традиции, «благородный муж». В таком контексте под шестью искусствами обычно понимают правила (ри 理), музыку, стрельбу из лука, управление колесницей, каллиграфию и счет) синонимично понятию «воинские искусства». «Шесть искусств» - это стрельба из лука, верховая езда, владение мечом и копьем, метание камней, стрельба из огнестрельного оружия 弓馬劍槍砲銃(кю: ба кэн со: хо: дзю:). Не понимая, суть этих искусств, невозможно освоить приемы дзюдзюцу 柔術の技(дзю:дзюцу но вадза), и следовательно, невозможно постичь истинное 真(син). Оно лежит в основе любого искусства 術 (дзюцу), и можно сказать, что является основой «шести искусств», потому что порождает различные боевые искусства 武芸 (бугэй). Вот почему для усвоения различных видов воинских искусств необходимо постижение истинного.

Истинное (в дзюдзюцу) – это способ победы мягкого 柔なる (дзю:нару) над твёрдым 剛なる (го:нару), а ложное 偽 (ги) – утрата этого подлинного смысла. Мягкость управляет твёрдостью 柔よく剛を制する(Дзю ёку го: о сэй суру), это изречение было взято из идиомы состоящей из четырёх символов 四字熟語 (柔能制剛) Дзю но: сэй го: взятой из отрывка древней китайской книги по военной стратегии (中国古代の兵法書), которая называлась Три стратегии Хуан Ши-гуна(黃石公三略). Трактат состоит из трёх частей, расположенных по уровням важности, в каждой из которых описан стиль управления. В нём утверждается, что в определённых ситуациях необходимо применять каждую из этих стратегий. Основное внимание уделяется административному контролю, а также гражданскому управлению; вопросы тактики почти не затрагиваются. Основные идеи, предлагаемые в трактате Хуан Ши-гуна, следующие:

1. Применение в управлении как жёстких, так и мягких методов.
2. Действие должно основываться только на текущем положении дел. Командующий должен быть готов быстро менять свои планы при изменении обстоятельств.
3. Необходимо оценивать личные качества и способности подчинённых, которым поручаются задания.

Победа с помощью своей физической силы без опоры на приёмы лишена истинного смысла, и это трудно назвать техникой. Совершенно естественно, что физически сильный человек одолевает физически слабого. Техника – это победа слабого человека, умело использующего свои возможности, над сильным. Следует хорошо усвоить это. Подлинный смысл дзюдзюцу состоит в победе человека физически более слабого, но владеющего дзюдзюцу, над сильным, но не владеющим дзюдзюцу. Или же можно сказать, что подлинный смысл дзюдзюцу не связан с физической силой человека, а заключается в победе человека, хорошо усвоившего технические приемы. Если и сильный, и слабый освоили дзюдзюцу, не обязательно победит сильный. Как бы то ни было, дзюдзюцу не сравнимо с боевыми техниками, которые делают упор на использование собственной силы. Силовая техника (го:дзюцу 剛術) в чем-то похожа, но она не существует в отдельности: это всего лишь обозначение ложной техники. Не следует считать, что есть особая школа с подобной техникой.

Если заниматься дзюдзюцу, то приобретаешь следующие преимущества:

Укрепив душу 腹が居りて(хара га суваритэ), букв.: «поставив» живот, быстро рассудишь, что хорошо, а что плохо во всем. Дзюдзюцу станет бесформенным орудием самозащиты,

Хорошей зарядкой для укрепления здоровья.

### 柔術を修むろ心得

#### Правила изучения дзюдзюцу

Если Вы решили заниматься, следует найти противника (чтобы был атакующий – цукаитэ 使人 – современное общепринятое чтение «цукаибито» и атакуемый – укэтэ 受人) и постоянно отрабатывать с ним захваты, обучаясь и совершенствуясь. Вы добьетесь успеха, если будете многократно – тысячу раз, десять тысяч раз – выполнять иай Иай (居合) – прием, когда из стойки на одном колене молниеносно выхватывают меч и поражают противника), практикуясь с мечом. Говорят, что Такаяма Масаюки 高山彦九郎正之 за один вечер тысячу (!) раз обнажил меч.

### 柔術を用ねる心得

#### Правила применения дзюдзюцу

Всегда следует помнить, что неумелое ведение боя становится причиной тяжелых ранений. Вообще, надо твердо знать, что, согласно обычаям воинских искусств свое умение используют только в случаях, представляющих угрозу для жизни, в целях самозащиты. Боевые навыки ни в коем случае нельзя применять ради забавы или пьяного куража. Даже если Вам нагрубил, правильным будет, по возможности, избежать столкновения, извинившись и уладив все на словах. В подобные моменты следует сдерживать себя, а не поддаваться эмоциям и «слегка» использовать свои умения. Обратимся к примеру древних героев, ставших образцом для подражания. Когда их оскорбляли во многих отношениях нижестоящие люди, они терпели, сколько возможно. И только тогда, когда все увещания оставались напрасными, а жизнь героев оказывалась в опасности, им поневоле приходилось прибегать к своему мастерству. Мы встречаем множество таких примеров в биографиях героев, в театральных постановках о них. Важнейшее правило: находясь в среде чужестранцев,

ни на секунду не забывать, что следует быть особо осторожным в минуты опьянения и использовать свое мастерство только при непосредственной угрозе для жизни.

### 柔術諸科の事

Разделы дзюдзюцу.

Существует множество разделов дзюдзюцу, например, такие: идори 坐捕 – приёмы выполняемые в положении сидя, татиаи 立合 – приёмы выполняемые в положении стоя, тюдан 中段 тю:дан . Средний уровень, ёмон 要門 ё:мон. Главные ворота, иёмон 坐要門 иё:мон, ханарэгата 離形 отход от формы-ката, цукасабаки 柄捌 манипуляции рукоятью меча, мутодори 無刀捕 муто:дори обезоруживание противника, вооруженного мечом., иай 居合 или 居合道(иай-до:) – в настоящий момент одно из направлений «пути меча»: мгновенное выхватывание меча и нанесение удара, и др. Очевидно, что среди перечисленных видов идори и иёмон – это техники выполняемые в положения сидя 坐 (в данном случае читается и), который означает «место, сидение». Татиаи, тюдан, ёмон и ханарэгата – техники выполняемые стоя. Цукасабаки, мутодори, иай можно выполнять и сидя, и стоя. В иай присутствуют две составляющие: элементы гэккэн «пути меча» – гэккэн (撃劍, «удар» и «меч») и дзюдзюцу. Тюдан также можно выполняться сидя, однако в этой книге рассматривается только захват в положении стоя (татидори 立捕).

### 柔術通語の事

Общепринятая терминология дзюдзюцу

Говорят: захват одежды на груди одной рукой (ката мунэ-дори 片胸捕), захват одежды на груди двумя руками (рё мунэ-дори 両胸捕), бросок (нагэ 投げ); состязание до получения одного очка (иппон 一本). Тот, кто выполняет технику, называется цукаитэ, тот, к кому применяют технику – укэтэ. Полное название укэтэ можно сокращать до укэ. Рассмотрим и другие термины, применяемые при описании технических приёмов: бить, ударять (уцу 打つ), получать, (укэру 受ける), брать, захватывать (тору 執る совр.捕る), освобождаться (хадзусу 外す), резать (киру 切る), сметать в сторону (харау 拂う、совр.払う), толкать (осу 押す), тянуть, тащить на себя (хику 引く), подниматься (агару 上がる), опускаться (оросу 下ろす), цеплять (какэру 掛ける), проникать, проходить или выбивать противника с позиции ногой (кэкому 蹴込む), тянуть по кругу, обворачивать (хикимавасу 引廻す), бросать (нагэру 投げる), валить, опрокидывать (таосу 倒す), переворачивать (фусэру 伏せる), ударять рукой (цуку 突く), ударять (атэру 中てる, совр.当てる.) сдавливать или душить (сибору 絞る, совр. 絞める(симэру).), ломать (ору 折る). Главные места захватов и ударов мечом тоже имеют особые названия, которые написаны в следующем разделе.

### 要所の事

Основные места воздействия приемов.

Основные места захвата (торидокоро 執り所): грудь (в области шеи), ворот, запястья, обе руки. Основные места удара мечом (утидокоро 打ち所): над переносицей между глаз. Основные опорные места (какурутокоро 掛くる所, совр. 掛ける所 (какэрутокоро).): сидя

– опора на колени, стоя – на ноги. На них опираются перед тем, как перевернуть (торифусэ 執り伏せ), потянуть и опрокинуть (хикитаосу 引倒す) противника.

Основные места удара рукой (цукутокоро 突く所): горло, пах.

Основные места сжатия: (симурутокоро 絞むる所, совр. 絞める所(симэрутокоро).): горло, пах.

Основные места нанесения удара (ацурутокоро 中つる所, совр. 当てる所 (атэрутокоро). ): третье ребро, пах.

Основные места удара ногой (кэрутокоро 蹴る所): третье ребро, пах.

Тренировочное кимоно (дзюбан 襦袢 – обычно это нижнее кимоно.), используемое во время тренировок по дзюдзюцу, под которое, по правилам, надевают трусы, более длинные, чем обычно. Иногда надевают хакама (Хакама – часть японского официального костюма, у мужчин в виде широких шаровар, но тогда тоже обязательно надевают трусы. Это делается для того, чтобы не так-то просто было бы ударить ногой в пах. Не рекомендуется надевать на голову повязку (хатимаки 鉢巻, обычно это платок, обвязываемый жгутом вокруг головы, чтобы во время работы или занятий пот не стекал на глаза.), потому что за нее легко ухватиться, а это ставит Вас в невыгодное положение.

### こりゅうじゅうじゅつへいほう かいせつ 古流柔術兵法の解説

#### Объяснение тактики старых школ дзюдзюцу

Совершенства в военном искусстве достигаешь тогда, когда, получив знание от учителя, удаляешься от него на основе того, что постиг сам. Должно знать, что главное - собственное нововведение”.

Секретное наставление по школе Тогун-рю хэйхо (東軍流兵法)

#### 神道無念流足の踏方

Техника перемещений шагами (аси-но фумиката школы Синдо мунэн-рю). Начиная выполнять приемы в положении стоя (татай), обязательно надо развернуть ступни носками наружу. Ниже, для справки, приводятся правила перемещения шагами школы Синдо мунэн-рю(新道無念流) Во время перемещения при шаге вперед левой ногой, сосредоточься на правой, при шаге вперед правой ногой, сосредоточься на левой. Тело сильно, когда крепка та нога, что позади. Если перемещение скованное, то тело слабо, и в сознании (кокоро) много остановок. Когда много остановок, то начинаешь путаться и подвергаешься ударам противника. Если ставить ноги близко, то окажешься в слабом положении. Ищи смертельно опасные места. В «Методах Сыма 司馬法» одном из семи классических трудов по военному искусству Китая, входящий в «Семь трактатов военного канона» (У-цзин-ци-шу 武經七書), говорится: «Солдат находясь в бою в смертельно опасном месте, по счастью, не живет. Если он жив, то умирает. Стремительно продвигаясь и отступая, важно не останавливаться мыслью ни на чем. Помни: когда идешь, идет меч, поэтому в перемещении ног заключается победа». Частичное использование энергии. Это правило действительно жизненно важное. Его необходимо помнить и применять не только в дзюдо, но и в любом поединке. После того, как вы перевернули противника лицом вниз (фусэру)伏せる, вы его обезвреживаете. Однако к этому моменту вы должны расходовать семь десятых своей энергии Ки (気), а три десятых оставить. Это необходимо потому, что не известно: а

вдруг пораженный противник внезапно восстановит силы и вновь будет готов к бою. В таком случае беззаботность – самый большой враг. Помните: «победив, зятяни шлем»

### 神道無念流稽古立合の節間取の事

Техника «захвата ограниченного пространства» (сэцума-дори) из раздела «Тренировка схватки в стойке» школы Синдо мунэн-рю.

Следует стать перед противником на значительном расстоянии и успокоить волнение сердца. Решение о выполнении приема принимается в одно мгновение. Поэтому, осознав оборонительные возможности (虚実) -кёдзицу противника, надо продвигаться вперед, как молния и гром, а отступать упорядоченно и быстро. Жизненная сила нашей школы в том, чтобы действовать решительно и без колебаний. Необходимым условием для достижения победы является своевременный захват инициативы и использование удобного момента для овладения ситуацией. Важным условием достижения победы является [умение использовать] «кикай» 機会 – «благоприятный момент». Пословица гласит: «Когда найдено сокровище, нужно найти подходящий момент, чтобы его унести». Благоприятный момент (кикай) очень трудно уловить. Для этого требуются внимание и старательность. Благоприятный момент – это хороший шанс легко овладеть ситуацией, обеспечить прочное удержание своих позиций и найти возможность для того, чтобы захватить противника врасплох. При применении противником приемов создавать «кикай» помогают сознание (букв. сердце, син 心), энергия (дух, ки 気), техника (ги 技), движение (до 道) и т.д., которые создают «дыры» (суки) - 隙 в обороне противника и позволяют провести прием. Взаимосвязь техники рук и техники ног. Бытует выражение: «верх завлекает, а низ отступает, низ принимает меры, а верх атакует». В этих словах заключен большой смысл. Вершиной технического мастерства является независимость движений рук и ног: руки делают свое дело, ноги – свое. Однако движения верхней части тела должны быть согласованы с движениями ног. Это необходимо для сохранения равновесия при нанесении ударов при вертикальном положении туловища, для поддержания тела путем опоры о землю при выполнении ударов типа «нана-оби-гери», для распределения веса тела или сгибания верхней части туловища относительно нижней при выполнении ударов типа «мандзи-гери 卍蹴り». В качестве защиты при выполнении ударов ногами большое значение имеет выполнение руками защиты «моротэ-укэ 諸手受». Ниже будет рассмотрена также боевая изготовка (камаэ 構え), используемая перед выполнением ударов ногами. Неподготовленность к обороне, ослабление внимания, отсутствие дзансин 残心 и потеря бдительности создают в вашей технике благоприятные моменты (кикай), [которыми может воспользоваться противник для проведения своей атаки]. «Кё» (虚) («пустота»; отсутствие бдительности, неосторожность) и «суки» (透き) (слабое место «дыра» в обороне) Применяя технику, очень важно выявлять кё– моменты, когда противник утрачивает бдительность - и суки - «дыры» - в обороне противника и в своей собственной обороне. Если в твоей обороне есть «кё» и «суки», возникнут затруднения в оценке дистанции, при неожиданных остановках противника, тело уже не движется также свободно, как кисть в руках мастера. Особенно важно обращать внимание на повторное возникновение «кё» и «суки» вследствие нерешительности после атаки. Основной принцип состоит в том, чтобы поражать «кё» противника и защищать свои «суки»

Выделяются три основных вида суки:

### 〇三つの隙について

«Различают суки сознания (син-но суки 心の隙), суки позиции (камаэ-но суки 構えの隙) и

суки движения (доса-но суки 動作の隙), которые поражают или поражаются ударами. Корень всех видов суки - в сознании. Если суки нет в сознании, суки не возникает ни в позиции, ни в движениях. Если человеку удастся устранить и бесформенное (мукэй 無形) суки (син), и суки, имеющее форму (юкэй 有形), он достигнет совершенства. Поэтому чрезвычайно важно исследовать эти три вида суки.

Син-но суки -心の隙 «Дыра в сознании»

一、心の隙とは、心は動作を起す根源ですが、この心にどこか隙があること。剣道の四戒のことです。全身に気をみなぎらせることが大事です。従って気分が充実し、心が全身に満ち渡って、一分の隙もないようにならなければならないのです。心の隙を無くすることは道においては最も大切なことなのです。

Сознание - это источник, дающий начало всякому движению, Когда сознание отсутствует в каком-то месте, это называют «суки сознания».

Важно быть активным, полным энергии (кибун-га мититэ), чтобы внимание распространялось повсюду, от подошв стоп до волос на голове.

Если сконцентрировать все внимание на одной-единственной точке, упустишь из вида другие стороны, и если тебе туда нанесут удар, не сможешь ни уклониться, ни среагировать. Посему люди, которых называют святыми меча старины, постоянно упражняли сознание, тренировались, чтобы сознание охватывало все тело.

Если в сознании нет суки, становится более не нужной боевая изготовка (камаэ), имеющая форму (юкэйтэки). Человека, который достиг этого, называют «мэйдзин» - «совершенный (великий) мастер».

Камаэ-но суки -構えの隙 «Дыра в боевой изготовке»

二、構えの隙とは、構えに隙があれば、直ちに打ち込まれるので、体勢を整え十分な構えが必要です。形だけのものではダメです。例えば、手元が上がりすぎの構え、剣先が下がりすぎの構え、竹刀を握る手に力が入りすぎの構えなどです。

Боевая изготовка (камаэ) - это, так сказать, крепость, Совершенная боевая изготовка, подобно неприступной крепости, дает огромное преимущество по сравнению с противником.

Если принять правильную боевую изготовку с кончиком меча, устремленным в центр противника, со сбалансированным положением тела, обеспечивающую полную защиту всех частей тела от всех возможных ударов - мэн (рубящий по голове), котэ (рубящий по кисти), до (рассекающий по туловищу), цуки (укол), из которой можно защититься от любого приема, противник не сможет с легкостью нанести тебе удар.

Однако сколь совершенной бы ни была, по идее, имеющая форму боевая изготовка, если она не сочетается с лишеной суки боевой изготовкой сознания (син-но камаэ), ее невозможно использовать. Она будет как крепость, в которой нет ни одного человека.

Доса-но суки -動作の隙 «Дыра в движениях»

三、動作の隙とは、打突の機会です。試合は短時間です。短時間の内に隙は数少ないので、打突の機会は逃さず初太刀は絶対取る気構えが大切です。動作の隙を作らないようにするには、常に先の気分で思い切って打突し、残心を忘れないことなのです。

Чтобы не создавать суки в движениях необходимы сила энергии-ки (кирёку) и дзансин («остаточное сознание»)… Если, решив нанести удар, начать бить бездумно, противник сможет воспользоваться началом твоего движения. Если после удара не будет дзансин, удар нанесет противник, а не ты.

Важно исследовать суки в движениях в их связи с боевой инициативой (кисэн), дзансин, благоприятным моментом для удара (датоцу-но кикай)

«Тренировка схватки в стойке» школы Синдо мунэн-рю 神道無念流稽古立合の節間取の事, в связи с рассмотрением понятия «Кё» (虚) («пустота»; отсутствие бдительности, неосторожность) и «суки» (透き) (слабое место «дыра» в обороне).

Следует стать перед противником на значительном расстоянии и успокоить волнение сердца. Решение о выполнении приема принимается в одно мгновение. Поэтому, осознав оборонительные возможности (虚实) -кёдзицу противника, надо продвигаться вперед, как молния и гром, а отступать упорядоченно и быстро. Жизненная сила нашей школы в том, чтобы действовать решительно и без колебаний. Необходимым условием для достижения победы является своевременный захват инициативы и использование удобного момента для овладения ситуацией.

Важным условием достижения победы является [умение использовать] «кикай» 機会— «благоприятный момент». Благоприятный момент – это хороший шанс легко овладеть ситуацией, обеспечить прочное удержание своих позиций и найти возможность для того, чтобы захватить противника врасплох. При применении противником приемов создавать «кикай» помогают сознание (сердце, син 心), энергия (дух, ки 氣), техника (ги 技), движение (до 道) и т.д., которые создают «дыры» (суки) - 隙 в обороне противника и позволяют провести прием.

#### Пять «дыр»透き (суки) в обороне и их значение

1. «Дыра» сознания 心之透き (син-но суки) Истина гласит: «Если различные формы тела как истинное бытие отражаются в сознании, как в ясном зеркале, ... сознание противника будет как в тумане (касуми 霞) и введена в заблуждение». Отсутствие «дыр» в духе порождает отсутствие «дыр» в сознании. Чтобы не дать возникнуть «дыре» в сознании, оно должно стать ясным зеркалом, в котором будут отражаться все движения и помыслы противника, и которое будет правильно предсказывать события.
2. «Дыра» духа (энергии) 氣之透き (ки-но суки) Сказано, что если наполнить воздухом нижнюю часть живота (丹田 «тандэн») и правильно удерживать воздух, то не будет «вторжения». Если дыхание вынужденно, то образуется «дыра». Дух (ки 氣), сознание (син 心) и техника (ги 技) должны быть едины, причем дух объединяет сознание и технику и ведет их, как ветер поднимает волну. Из этого и рождается мастерство высокого класса. Однако удержание формы духа и использование лишь десятой части способов приводит к странностям, которые могут быть высмеяны, как, например, в случае с человеком, исполняющим какое-либо ката в неподходящей ситуации. Поэтому любое положение: динамическое или статическое, имеющее форму или бесформенное, - включает удержание воздуха в «тандэн», что равносильно наполнению тела всемирным духом и позволяет отвергнуть вторжение противника и контролировать его статику или динамику.
3. «Дыра» в технике 技之透き (ги-но суки) Сказано, что «если техника целесообразна, а ее изменения гармоничны и приспособлены к ситуации, то противник будет обуздан». Если техника неуправляемая, то образуется «дыра» в обороне. Ранее уже говорилось о соответствии технического мастерства ситуации и о рациональном и последовательном использовании техники. Следует иметь в виду, что при отсутствии правильной техники, например, «дыра» образуется вначале внутри нас, и лишь затем снаружи. И наоборот, лишь абсолютная уверенность в себе помогает приобрести совершенную мастерскую

технику.

4. «Дыра» положения тела 体之透き (тай-но суки) Говорят, что «правильное и корректное положение успокаивает сознание и не дает себя предугадать». Если пренебрегать корректным положением, то создается «дыра» в обороне. Повседневная одежда, ее форма, покрой, чистота и опрятность, также как и опрятность тела оказывают огромное влияние на технику, хотя об этом, возможно, немногие догадываются. Это особенно относится к боевой изготовке (камаэ 構え). Дурная внешняя форма, так же, как и дурное высказывание о других, возможно, и преследуют одну цель, но эта цель в первую очередь вредна для Вас. Неопрятность одежды и непристойность поведения противника путем изменения его поведения могут привести к образованию «дыры» в его обороне, структура которой зависит от различных факторов. В частности, внутреннее спокойствие и правильные внешние формы одежды приводят к твердости характера: «японский дух и китайская ученость – вот человек, достойный прожить жизнь». В противном случае из управляемой ситуации («юко-камаэ» 有効構え) может возникнуть неуправляемая («муко-камаэ» 無効構え).

5. «Дыра» в деяниях 業之透き (гё-но суки) Если деяния соотносятся с моралью, то и на истинном пути («до») и на обычном не будет ошибки. В противном же случае образуется «дыра». Деяние, то есть выполнение техники и движений обязательно должно быть праведным. Распутное поведение накладывает на человека дополнительное бремя. Пренебрежение законами сковывает его мимику, нарушает согласованность его движений и создает очень большие затруднения в овладении высокой техникой.

Эффективная дистанция (юко-маай 有効間合い) стремится в этом случае перейти в неэффективную (муко-маай 無効間合い), тело не движется по установленным линиям, все тело является результатом пренебрежения моралью.

Неподготовленность к обороне, ослабление внимания, отсутствие дзансин 残心 и потеря бдительности создают в вашей технике благоприятные моменты (кикай), [которыми может воспользоваться противник для проведения своей атаки]. «Кё» (虚) («пустота»; отсутствие бдительности, неосторожность)

#### Атака восьми кё 虚

1. Поражение кё, возникающее перед движением (додзэн-но кё 動前の虚) Если противник собирается изменить позицию, он должен произвести перемещение. В этот момент у него возникает «кё», поскольку его воля сконцентрирована на этом движении. Кроме того, он не может мгновенно принять новое положение, взгляд его еще не установился, и поэтому нетрудно поразить открытую часть его тела, поскольку противник не сможет оказать серьезного сопротивления. Не сопротивляйтесь движениям противника, а используйте их.

2. Поражение «кё», возникающее после движения (дого-но кё 動後の虚) После того, как противник заканчивает движение, возникает «кё после движения». Это может произойти сразу же после окончания атаки или защиты противника, сразу же после его приближения или выхода с близкой дистанции, либо тогда, когда дыхание противника нарушено. В этом случае противник слаб внутри и снаружи. В этом состоянии противник может пытаться скоординировать свои действия, и внимание его будет отвлечено. Этот момент нужно использовать.

3. Поражение «кё» «гино-но кё 技能の虚». («слабое мастерство») Когда движение противника завершается в неожиданных ситуациях, то непосредственно после этого возникает данное «кё». Это состояние неизбежно возникает в результате значительного

разрыва между желаниями и техникой, ибо как техника проистекает из состояния души, так и состояние души проистекает из техники. Это «кё» наиболее продолжительно по времени, и очень полезно держать ее под контролем.

4. Поражение «кё» «рассеянности» (хосин-но кё 放心の虚) Бывают случаи, когда связанное с техникой внимание человека мгновенно рассеивается в результате возникновения каких-либо обстоятельств. При этом возникает «кё» «рассеянности». Обычно в это время человек не ожидает нападения, и сердце его спокойно. Твоя душа должна как бы видеть человека насквозь и уметь подмечать благоприятный для атаки момент. Всякая атака в этот момент покажется противнику удивительной, невероятной и т.д. Это «кё» надо поражать мгновенно, без подготовки и промедления.

5. Поражение «кё» «разрушенного тела» (хотай-но кё 崩体の虚) Момент, когда тело противника во время движения утрачивает равновесие, или он сбивается с ноги, представляет собой удобный случай для применения приемов, поскольку одновременно с телом из равновесия выходит и дух. Сила тела и сила духа слабеют, и, натолкнувшись на препятствие, тело противника «разрушается», и он останавливается. При этом следует обратить внимание на способ движения и «киай». Перед атакой – движение и «киай», после «разрушения тела» (хотай, т.е. после потери равновесия противником) – применение приемов.

6. Поражение «кё» дыхания (кисоку-но кё 氣息の虚) Непосредственно перед тем, как противник сделает глубокий вдох, имеется удобный момент для применения техники. Когда человек дышит глубоко, применение техники требует большого искусства. Когда человек собирается сделать глубокий вдох, тело его расслаблено, и этот момент благоприятен для применения техники. Помни, что твое тело в подобные моменты также может быть поражено противником.

7. Поражение «кё» сомнения (гиваку-но кё 疑惑の虚) В момент, когда противник пребывает в сомнениях, возникает удобный момент для применения техники. Своему чувству противник постарается противопоставить свою технику и концентрацию внимания (духовную направленность). Такое противопоставление можно использовать, для чего нужно сымитировать какую-либо атаку, на которую противник бурно прореагировал бы, после чего возможно атаковать любую часть его тела. Атаковать нужно мгновенно, не ослабляя внимания. Когда у противника появляются сомнения, он становится беззащитным.

8. Поражение «кё» страха (кёку-но кё 恐懼の虚) Когда противник выказывает страх, его дух и форма нарушены. Это благоприятный момент для проведения решающей атаки. При этом противник осторожен и ощущает нависшую опасность, что нарушает в нем единство тела и техники. В такие моменты ... особенно получают высокие прыжковые приемы. Но в то же время противник при этом очень опасен и может многое повторить. Поэтому будьте внимательны к «дырам» в своей обороне.

Объясняя стратегию «хэйхо 兵法», я часто повторяю; Что «суки 隙 слабость», формируется «внутри», слабость техники «ги-но суки 技の隙», слабость тела «тай-но суки 体の隙», слабость сердца(духа) тела «тай-но суки 心の隙» итд, а пустота «кё 虚» образуется в процессе взаимодействия бойцов. Как только в процессе боя образуется пустота «кё 虚», её сразу заполняет техник противника

神道無念流

Изменение (школа Синдо мунэн-рю).

Не следует бить туда, где нет врага, обязательно нужно целиться в противника. Надо позволить противнику принять форму (形) -катати, удерживать ее в подсознании и

наносить удар. Вначале действуют без слабины, потом – без сомнений. В начале тренировок положение тела и положение меча бывают скованными. Однако с течением времени, по мере приобретения навыков и умений, постигают эту тончайшую технику. Противник и вы становитесь единым, все становится единым – это и есть состояние «безмыслия» 無念- мунэн в данной школе.

### 起倒流天之卷

Школа Кито-рю (Свиток неба).

В кунном чтении название школы Кито-рю звучит как «окитаору» 起き倒る, «поднимать и сбрасывать». Первый иероглиф ки 起 символизирует ян, а второй иероглиф то 倒 – инь. Используя ян – победишь, используя инь – победишь. Используя слабость, совладаешь с силой, используя податливость, совладаешь с жесткостью. Побеждают, отбросив собственную силу и заимствуя силу противника. Однако если есть кто-то, желающий взять твою силу и использовать ее, исход поединка будет не однозначным. В поединке следует подстраиваться под противника и постоянно меняться, оставляя при этом свой дух неподвижным, прямым и успокоенным. В таком случае ты не проиграешь. Что такое сущность в понимании нашей школы, не вникая вглубь вопроса. Это бесплотный дух в глубине сердца, неподвижность божественного «ки». Когда ты стоишь напротив врага, и у тебя возникает мысль, что рядом находится противник, это означает волнение. Если ты волнуешься, опустоши себя и даже при виде врага сделай бесплотный дух недвижимым. Когда легко противостоять противнику – присутствует сущность. Это называют незабываемой мудростью. Очень важно мастерски овладеть приемами и уловкам неподвижного божественного «ки». Если встретиться с противником, будучи исполненным такой силой, то враг падает духом и теряется. Это называется получить преимущество. Допустим, противнику удалось получить преимущество, но ты сохраняешь свое божественное «ки» неподвижным. Тогда противник не сможет быстро действовать и, следовательно, не победит.

«Крепкий и сильный воин не может победить техничного воина; техничный не может победить того, кто знает принципы этой техники; тот кто знает принципы не может победить мудрого человека (智者). Но мудрый не может победить обладающего божественной силой (神力)».

### 起倒流地之卷

Школа Кито-рю (Свиток земли).

Мне довелось слышать, что когда-то жил человек по фамилии Фукуно, имя – неизвестно. Он упражнялся и совершенствовался в искусстве поединка. Небольшой силой Фукуно (Фукуно Ситиро:э:мон Масакацу 福野七郎右衛門正勝) мог одолеть любую мощь и всегда уверенно побеждал. Однако он не стремился поведать о своей технике всему миру. У него было два ученика, некто Миура (Миура Ёдзиэмон 三浦与次右衛門) и Тэрада (Тэрада Канъэ:мон Мицухидэ 寺田勘右衛門満英 (Масасигэ 正重), которые настойчиво следовали его пути. Впоследствии их школы разделились. Учение Миура, привлекавшее к себе большое количество людей, стало называться ва 和 – (мир, согласие, гармония). Учение Тэрада получило имя дзю. (И приняла название Дзюкисин-рю: дзюдо 直信流柔道) Такое название появилось потому, что в военном искусстве мягкость (дзю 柔) побеждает жесткость (го 剛). Наш учитель Тэрада Масасигэ обучался у основателя школы. Неустанно работая над собой, он не только отшлифовал основы, но и привнес нечто по собственному разумению: изобрел «рваный ритм» (мубёси) 無拍子 мубё:си

(досл. «не ритм», «отсутствие ритма»). Это – замечательная истина, получившая название «Кито 起倒». С тех давних пор этой технике обучалось все большее и большее количество людей. Число учеников школы постепенно росло, а название «Кито» стало известным повсюду. Я тоже был учеником этой школы. Для ее последователей существует книга в трех свитках. Если последующие ученики вечерами будут размышлять над ней, а с утра заниматься, и в результате постигнут истину «рваного ритма», то их реакция станет мгновенной, словно искра. Они победят так, будто ухватят голыми руками огромную змею. 11-й год эры Камбун, год свиньи (младший брат, металл), весна, третья луна, первая четверть луны. Противники податливые и жесткие, сильные и слабые. (Кито-рю). Противников можно разделить на следующие категории: податливые (дзю) и жесткие (го), сильные (кё) и слабые (дзяку) Когда имеешь дело с податливым или слабым противником, не надо относиться к нему легко и пренебрежительно. Точно также, когда противостоишь жесткому или сильному противнику, не следует его бояться. При повседневных занятиях с податливыми и слабыми противниками надо настраивать себя так, словно имеешь дело с жесткими и сильными противниками. А при работе с последними о них следует думать, как о податливых и слабых. Обучаясь и совершенствуясь, следует тренироваться с податливыми и слабыми, жесткими и сильными, выдающимися и низкими людьми, не отдавая никому предпочтения и стремясь достичь особого статуса, не поддающегося ранжированию. Рваный ритм (мубёси). (Кито-рю). Основная особенность этой школы – так называемый «рваный ритм» (мубёси). Очень часто считается мастером и ценится тот дзюдоист который, достигает победы через познание внешнего/внутреннего (拍子表裏 хё:ри.) в ритме (хёси). «Рваный ритм» (мубёси) отличается от ритма (хёси). При «рваном ритме» не попадают в ритм противника, даже если к нему применяют внешнее/внутреннее ритма, даже при безоглядном наступлении. При «рваном ритме», находясь перед противником, отстраняются от собственного тела и сохраняют неподвижной чистую духовную силу. Преисполнившись физической энергии, обращают внимание на силу/слабость(強弱 кё:дзяку), плохое/правильное(邪正 дзясэй), внешнее/внутренне(表裏 хё:ри), медленное/быстрое(遲速 тисоку) противника и исследуют то, что еще не проявилось. Тогда, даже если противник применит тайную технику, соответственно варьируя свою технику, без сомнения, достигнешь победы. Существует два вида ритма: легкий, поверхностный, который называют хинику(皮肉 – кожа и мясо; тело; внешнее), и глубинный – кинкоцу(筋骨 – мышцы и кости; тело)\*. Испытав на себе поверхностный ритм, вы еще можете победить, однако положение очень опасное. В ритме есть удачные и неудачные, медленные и быстрые моменты, поэтому не используйте ни один из этих двух видов ритма. Очевидно, что после многочисленных и серьезных занятий вследствие усвоения различной техники появляется собственный ритм, однако, как уже написано, его не надо использовать. Интонация (тёси) (Кито-рю). 調子 – муз.: ритм, тональность; тон; состояние здоровья, самочувствие. Интонация похожа и не похожа на ритм. О ней очень трудно написать. Легкая и быстрая интонация называется «интонация ян», глубокая и медленная интонация называется «интонация инь». В процессе усвоения и всестороннего совершенствования всех навыков необходимо осознать и постичь интонацию того действия, которое естественным образом гармонирует с вашей душой.

Позиция (курай 位) (Кито-рю).

Позиция подобна плавающему по волнам дереву: которое всплывает вверх и опускается вниз вместе с движением волн. (Подобный раздел есть в трактате «Тайные записки о

неподвижной мудрости» («Фудо:ти симмё: року») известного дзэнского проповедника Такуана Сохо (1573 – 1645). Траклат написан для известного мастера фехтования Ягю Мунэнори, личного наставника сёгунского дома в военных искусствах. )

Уподобляясь плавающему дереву, надо не сопротивляться яростной энергии и силе противника, а постараться соответствовать им, изучить их и победить в поединке.

Тыква, плавающая на поверхности воды (Кито-рю). Если потрогать рукой брошенную на поверхность воды тыкву, то она не перевернется. Если надавить на нее и опустить под воду, то тыква вывернется из-под руки и всплывет рядом. Выпуская свою силу таким же образом, вы станете непобедимым. Не следует противиться силе соперника – как это делает дерево, плавающее поверх воды. Следует уловить это чувство, довести до совершенства во время занятий, и, когда придет время, Вас не победит никакой самый жесткий и сильный противник. Взгляни на скорлупку жёлудя, подхваченную волной.

Верно: бескорыстному улыбается судьба

(Пятистишие дзэнского мудреца (школы Сото-дзэн) Иккю (1394—1481), сына императора, настоятеля крупнейшего столичного монастырского комплекса Дайтокудзи, проведшего много лет в странствиях. Данное пятистишие «овеществляет» японский фразеологизм «судьба улыбается тому, кто жертвует собой» (身を捨ててこそ浮かぶせも

あれ, буквально: только того, кто отрешился от себя, несет попутное течение). То есть именно потому, что скорлупка желудя лишилась плода, она может плыть по течению)

— 風水 知音

— 目附

— 起居心

«О ветре и воде узнаем по звуку, взгляд выдает намерение движения»

Различия между волей (си 志), энергией (ки 氣) и физической силой (рёку 力).

Трудно отделить волю (си) от энергии (ки) и физической силы (рёку), и еще труднее говорить об их различии. Однако попытаемся это сделать. Вслед за волей-стремлением (си) к чему-либо возникает нечто, заставляющее протягивать руку к желаемому. Это нечто – энергия (ки), которая следует за волей. В свою очередь, энергия (ки) вызывает аккумуляцию силы (рёку). Там, где и когда выходит сила, концентрируется энергия (ки). В момент притока энергии (ки) она объединяется с физической силой (рёку) и на основе установившегося статичного начала (ри 理) они обретают не-двойственность 不二 фуни – буддийский термин, означающий «не-два», «не-двойственность», «не-дуальность». Означает отсутствие в истинной реальности оппозиций, противоположностей (субъект и объект вовсе не являются противоположностями: и то и другое есть, но их противостояния нет).. Однако различие в данном случае между энергией (ки) физической силой (рёку) заключается в следующем: если выполнять технику, предварив ее выходом физической силы (рёку), то это принесет огромный вред. Поэтому, отбросив силу, надо сначала изучить, как обращаться с энергией (ки). Следует понимать, что когда техника хорошо освоена, физическая сила присутствующих людей проявляется в соответствии с техникой по мере работы энергии (ки). Именно это и есть упомянутая не-двойственность энергии (ки) и физической силы (рёку). Сказанное не означает, что настойчиво отрицается физическая сила. Поясню на примере: если встретятся физически сильный и физически слабый человек одного уровня подготовки, то не обязательно превосходящим окажется сильный. Однако пока люди еще не достаточно опытные, они выпускают физическую силу именно путем использования этой силы. Различие в работе с энергией (ки) и с физической силой (рёку) означает, что на практике предпочитают применять легкость и податливость, называя это работой с энергией (ки) и отвергают тяжесть и силу, называя это работой с силой (рёку).

Выделение промежутка между «до» и «после» 前後際断 дзэнго сайдан (Кито-рю). Дзэнго сайдан – выражение из «Сокровищницы Сердцевины Истинного Закона» («Сёбо гэндзо» 正法眼藏) великого учителя Догэна (1200 – 1253), основателя дзэнской школы Сото, обозначающее, что «до» и «после» ограничивают, «вырезают» настоящий момент, которому надо уделять первостепенное внимание. Позднее это выражение использовал Такуан Сохо (1573 – 1645) в трактате «Тайные записи о неподвижной мудрости» («Фудо:ти симмё: року») и оно стало широко известным среди многих представителей различных воинских искусств.

— Нельзя связывать предыдущую мысль (син) с последующей. Син 心 – сердце, душа, мысль, память, настроение. Также одна из основополагающих категорий китайской философии (кит. синь), заимствованная японской религиозной и философской мыслью. Имеет четыре основных смысла, из которых в данном случае наиболее подходящим является «функция сознания, психики и познания».

— Надо выделить этот промежуток между прошлым и будущим.

— Только в нем следует заниматься и шлифовать свои навыки .

— Когда ты стоишь перед противником и твоя мысль-душа (син) не подвижна , не задерживается ни на чем, то достигнешь победы. Например, человек, направляющий мысль (син) к голове, внизу открыт и пуст.

— Не направляя мысль (син) к голове, не задерживая ее там, преодолеешь пустоту.

— Надо заметить место, где возникает мысль (син).

— Надо перестать сосредотачиваться на нем.

— Используя пустоту, преодолеть ее – вот что называется выделить промежуток между «до» и «после»!

Эти пункты являются тайно передаваемыми принципами нашей школы, и их надо хорошо запомнить.

### 真之神道流之卷

Свиток школы Син-но синдо-рю.

После долгих раздумий нельзя не прийти к выводу, что дзюдо(дзюдзюцу) является источником безопасности, основой управления страны и сущностью подготовки молодых людей. Оно также позволяет слабому (дзяку 弱) подавить сильное (кё 強). Если постичь глубинные знания дзюдо, то возможно реанимировать погибшего. Посредством техники (дзюцу 術) убивают, посредством техники (дзюцу) реанимируют. В этом заключается человечность и могущество, которые вместе образуют мудрость. Человек, не обладающий этой глубинной тайной, подобен глупцу, который роет колодец, когда хочет пить, или ловит рыбу на деревяшку. Вот почему это является крайне важным знанием Син-но синдо-рю.

Правила школы Син-но синдо-рю.

Всем известно, что человек рождается между небом и землей 天地 и главенствует над всем сущим (банбуцу 万物) – досл.: мириад вещей; все, что существует во вселенной или сама вселенная. Очевидно, что первопричиной возникновения людей является единая энергия-дух (ки 氣), пронизывающая всю вселенную. Начинаясь от единого принципа (ри 理), разворачивается единая энергия-дух (ки); единая энергия-дух (ки) разделяется на инь-ян; инь-ян делятся на пять элементов(го ге 五行); пятью элементами

наполнено все сущее. (Пять элементов, пять стихий, пять действий, пять фаз, пять рядов. Одна из основополагающих категорий китайской и японской философии, обозначающая универсальную классификационную схему, согласно которой все основные параметры мироздания имеют пятичленную структуру. «Пять элементов» в так называемом космогоническом порядке есть «вода», «огонь», «металл», «дерево», «почва». Это не первосубстанции космоса, а символы, или первые и главные члены пяти рядов-классов, на которые разделятся все предметы и явления мира (вещественные и невещественные). В генетическом смысле «пять элементов» также не первичны, поскольку их появлению предшествуют по крайней мере два этапа – изначального «Хаоса» (混沌) или «Великого предела» (太極) и дуализированности космоса силами инь-ян. ) \*

Энергия-дух (ки) так же разделяется а также десять небесных стволов/двенадцать земных ветвей (十干, дзиккан – десять стволов, десять циклических знаков. Это «пять элементов», соотнесенных с инь и ян. 十乙支, дзюни си, двенадцать ветвей, двенадцать циклических знаков, которые соотносятся с двенадцатилетним циклом движения планеты Юпитер вокруг Солнца и связаны с названиями животных. Комбинация 10 стволов и 12 ветвей (дающая 60-ричный цикл) используется для исчисления годов и дней. ) . Очень многие люди принимают за изучение техники борьбы голыми руками (тайдзюцу торитэ 体術捕手 тайдзюцу тори-тэ. 体術 тайдзюцу – боевая техника, позволяющая сражаться голыми руками или с использованием минимального вооружения, включая скрытое оружие какуси-буки (隠し武器), торитэ – техника захвата противника), не постигнув принципа (ри). Эти люди изучают технику, позволяющую убивать других, не понимая, что их самих могут убить. Они изучают технику, позволяющую причинить боль, не понимая, что им самим могут сделать больно. Подобно тому, как энергия-дух (ки) обращается в природе вселенной, так, без сомнения, жизненный дух(кэки 血氣) циркулируют в теле человека. Как у реки есть отмели и омуты, так и у энергии-духа (ки) есть замедление и скорость, есть места, где кровь останавливается, и где течет. Это – традиция, передаваемая устно. Нельзя неумело рассказывать об убиении и реанимации при неполном осознании принципа (ри). Наш учитель многие годы постигал замечательные особенности этого пути и передал их своим ученикам. Уже давно продолжается передача этого учения. Когда начинают выполнять эту технику, то тают сомнения, поселившиеся в душе, проясняется непонятное и приходит ощущение радости. Обычно люди полагают, что овладевают всего лишь предназначенной для боя техникой. Однако она совсем не пригодится тем, кто не достаточно тверд в своих устремлениях. Для настойчивых и упорных она станет подспорьем во всей жизни

#### Поединок на горном склоне.

Когда сражаешься на горном склоне на расстоянии более девяти метров(в тексте - 5 кэн (五間), 1 кэн=6 сяку, т.е. 1, 818 м.), то выгоднее стоять на вершине горы. Тогда будет эффективным даже бросание камней, не говоря уже о том, что при поединке не возможно легко направиться к противнику, стоящему на вершине горы. Однако на расстоянии, с которого можно обменяться ударами меча, следует постараться расположить противника вверху, а самому стать вниз. Это связано с тем, что трудно наносить удар кулаком сверху вниз(下拳 ситакобуси) и перемещаться по склону вниз.

#### Поединок в реке.

Когда сражаешься в реке, то следует стать боком к течению и расположить противника по диагонали так, чтобы он стоял выше по течению. Если течение направлено вам в

спину, то под его напором или из-за прибитой к ногам вещи может произойти что-нибудь неожиданное и неприятное для вас. Если стоять лицом к течению, то передвижение вперед затруднено, и сложно работать. В таком случае надо двигаться шаркающей походкой (суриаси 摺り足).

#### Поединок в лодке.

Когда сражаешься в лодке, то трудно работать из-за ее движения. Поэтому следует работать ногами в такт ее движению или встать на одно колено. Если вы встречаете нападение противника стоя, то лучше опуститься на одно колено, чтобы не упасть, и передвигаться вперед и назад (進退 синтай) на одном колене.

#### Поединок на деревянной или каменной лестнице.

Когда сражаешься на деревянной или каменной лестнице, то неудобно ставить ногу, поэтому следует выйти на просторное место. Независимо от вашего положения, наверху или внизу лестницы, вам необходимо первым сойти с нее и наносить удар по противнику с расстояния двух-трех ступеней. Если приходится вести поединок на самой лестнице, лучше, чтобы противник располагался выше вас.

#### Поединок на узком мосту.

Когда вы встречаетесь в поединке на узком мосту, то, как и в поединке на лестнице, неудобно ставить ногу. Поэтому надо выйти на просторное место. Следует первым отступить назад, перейти мост, выйти на широкое место и, не давая противнику сойти с моста, нанести удар.

#### Поединок при солнечном свете.

Когда сражаешься при солнечном свете, то следует стать так, чтобы солнце светило в спину, а противника развернуть лицом к солнцу. Тогда солнце будет светить ему в глаза и затруднит его работу.

#### Поединок в лунную ночь.

Так же следует поступать, когда сражаешься в лунную ночь. Если самому развернуться лицом к луне, то трудно разглядеть действия противника.

#### Поединок в безлунную ночь.

Устная традиция ничего не говорит о поединке в безлунную ночь. Однако надо уметь находиться в полной темноте, в темном месте. В доме и в других помещениях, где почти ничего не видно, следует сидеть и прислушиваться к дыханию противника или звуку его шагов, а затем нападать. Строжайше запрещено ходить самому, поскольку это очень опасно. Если же необходимо найти противника, то лучше нащупывать его чем-нибудь вроде ножен от меча или палки

#### Поединок при сильном ветре.

При сильном ветре следует развернуться спиной к ветру. Если стоять к нему лицом, то глаза щурятся и дыхание затруднено. Надо обязательно стать спиной к ветру.

#### Поединок внутри дома.

Когда сражаешься внутри дома, надо стать спиной к стене. Если стать спиной к стенному шкафу или раздвижной перегородке, то упавшая за ними вещь отвлечет вас даже в собственном доме. Тем более в чужом доме следует позаботиться о том, чтобы не было подобных отвлекающих моментов.

#### Бой с многочисленными противниками.

Прежде всего, надо побежать. Когда вы побежите, то многие погонятся за вами, и преследователи вокруг вас смешаются. Когда среди них вперед вырвется один, следует атаковать его и снова бежать. Бывает, что при нападении на одного из противников, остальные пугаются и прекращают преследование. А если и не прекращают, то среди них всегда найдутся люди, которые боятся наступать. Поэтому надо продвигаться вперед, пока преследователей не останется двое-трое, и сражаться, уменьшив число противников.

#### Способ остановить набегающего противника.

Как только противник протянет руку, следует сесть на колени. Хорошо также протащить его по кругу (хикимавацу 引き廻す). Если вы стоите, а противник наскочивает очень энергично, то он может силой сдвинуть вас: тогда трудно зафиксировать положение ног (фуми томэ 踏止め) и не упасть.

Способ догнать и поразить убегающего противника.

Очень важно знать это. Когда нагоняешь противника, следуя прямо за ним, то становишься в равной степени уязвимым. Он может обернуться и атаковать. Поэтому на широкой улице следует теснить убегающего противника слева направо. На узкой улице можно преследовать лишь с расстояния 2-3 кэн (4-6 метров). Выполнять захват(手捕り 手どり) следует в том месте, куда вы загнали противника: там ему трудно вытянуть руку и помешать вам. Надо нанести противнику удар и опрокинуть (цукитаосу 突き倒す) его.

Правила добивания(止めを刺す) противника.

Нельзя садиться на противника и добивать его сразу же после того, как вы нанесли ему режущий удар и повалили (кирифусэру 切り伏せる) его. Бывают случаи, когда противник обманывает и может опрокинуть вас. Поэтому сначала надо подойти к нему сбоку и нанести режущий удар по ногам (аси-о киру 足を斬る), или нанести удар рукой (цуки), или еще как-нибудь, а уже потом добивать его сверху.

Правила перемещения пешком ночью.

Когда идешь, очень опасно освещать себе путь фонарем. Вас видно хорошо, а вот вы с трудом различите других, потому что вам мешает свет фонаря. Следует идти там, где темнее, стараясь сделать так, что бы противник шел там, где светлее.

Правила выхода из дверей ночью.

Следует успокоиться и взять себя в руки, прислушаться к звукам, доносящимся снаружи: тому, что делают люди и пр. Открыв дверь, прежде всего, следует осмотреть то, что доступно взгляду. Если есть сопровождающие, можно пустить их вперед

Правила входа через двери ночью.

Действия те же, что и в предыдущем случае. Допустим, Вам надо во что бы то ни стало войти в дом, где есть враг, или в дом, в котором темно и погашены все огни. Тогда следует сжать правой рукой рукоять меча (柄 цука), левой – ножны(鞘 сая) и входить, наощупь отыскивая дорогу наконечником ножен(鑑 кодзири). При этом надо руководствоваться правилами и дзюдо, и кэндо.

Правила переправы через реку.

Даже мелкую реку следует переходить, подняв подол. Надо хорошо подтянуть его вверх и тщательно закрепить широким поясом оби или подвязать веревкой. Закрепив подол, не стоит поднимать вещи, выпавшие из-за пазухи. Сама река противодействует вам и затрудняет движения. К тому же плохо принимать скоропалительные решения: можно и упасть.

Правила размещения на ночлег в гостинице во время путешествия.

Прибыв в гостиницу, в первую очередь надо обойти прилегающую территорию, туалеты, комнаты для постояльцев и т.д. и хорошо все осмотреть. Если есть поджигатели, воры или еще какие-либо противники, то незнание своих преимуществ, беззаботность и невнимательность могут привести к поражению. Например, следует замечать такие вещи, как дерево, с которого удобнее перелезть через забор и т.д.

Задержание преступника(捕縛 хобаку).

Плачевна судьба того, кто убил человека, поддавшись внезапной ярости: появляется желание бежать, но теряется сила. Поэтому надо немного повременить. Во время убийства человека жизненный дух находится на самой высоте и чрезвычайно силен.

Надо дождаться момента, когда пыль немного остынет.

Арест на втором этаже.

Это очень важно. Прежде всего, можно проникнуть на второй этаж с помощью стола или фонаря. Можно разобрать крышу или разбить окно, подманить преступника к этому месту, и подняться на второй этаж. Можно проделать отверстие в стене и осмотреть место, где находится преступник. Надо руководствоваться этими способами в зависимости от случая.

Арест на дороге.

Если преступник находится посреди дороги, то для задержания можно пользоваться любым предметом. На узкой дороге движения затруднены, поэтому надо повалить противника, используя длинный инструмент: нанести им удар, бросить его или вставить между ног. Даже очень тренированному преступнику трудно сопротивляться из-за недостатка места.

В темноте опасно нести фонарь. Со стороны противника вы хорошо заметны, а с вашей стороны видно плохо, поэтому это крайне опасно. Если вы находитесь в тупике, то, не зажигая фонарь, следует нащупать противника длинным предметом (как уже говорилось выше). Если необходимо выйти на середину дороги, или же поблизости есть деревья и дома жилого квартала, то лучше нащупывать противника коротким предметом – каким, зависит от места действия.

Приёмы ослепления, используемые при аресте

Есть очень много способов, но надо действовать по ситуации. Можно бросить в глаза песок или пепел (目潰し мэцубуси, бросить что либо в глаза, с целью ослепить). Можно бросить мешочек из-под чая, в котором лежит песок или пепел. Если под рукой есть зажигалка или маленькая жаровня, можно бросить их. Однако в этом случае не следует бросать против ветра, чтобы не снесло на вас.

Правила прохода через задымленное пространство.

Если противник подожжет что-либо и придется брать его в дыму, то надо опустить голову и ползти. На расстоянии до (5 сун,)16 см над землей дым развеивается, и там совершенно не дымно. Дым стелется выше 16 см от земли.

## 古流柔術教えるの解説

Объяснение преподавания в старых школах дзюдзюцу

В традиционном обучении различным японским искусствам, будь то икэбана (生花), каллиграфия (書道), чайная церемония (茶堂), театр Но (能), или бу-дзюцу (武術) можно выделить уровни «син», «гё» и «со», в процессе овладения которыми происходит формирования адепта того или иного вида традиционного японского искусства. Подобная теория может быть названа разновидностью японской диалектики, поскольку она берет начало в исконной японской религии- синто, в которой широко распространено почитание природы, её непостоянство и способность японцев следовать природе. Дзэами (世阿弥, 1363-1443), известный драматург театра Но: говорил, что увядающий цветок сам по себе полон очарования. Он также настаивал на том, что пьесы театра Но: нужно играть согласно трем категориям: 序, дзё («подготовка»), 破, ха («разрыв») и 急, кю: («ускорение»). Схожее деление было установлен для чайной церемонии, а именно: 守, сю («приготовление»), 破, ха («разрыв») и 離, ри («расставание»). В искусстве аранжировки цветов икэбана (生け花), были разработаны три категории: 真 син («формальное») - строгий, сдержанный стиль для официальных церемоний, в нем главный, элемент композиции, находившийся в

центре вазы, устремлялся вертикально вверх; 行 гё: («неформальное») - более свободный стиль, здесь основной элемент мог отклоняться в сторону (степень этого изгиба выражала настроение автора), а затем верхушка ветки возвращалась к центру, создавая впечатление устойчивого баланса работы; 草 со: («текущее») - это свободный стиль, в котором основной элемент мог быть выполнен не из веток, а из цветов или трав; это были также композиции в широких вазах, заполненных песком, так что поверхность воды была не видна, такие композиции назывались «суна но моно» и ширина таких работ была больше высоты. В искусстве садового дизайна - кадо(華道) эта теория получила распространение благодаря трактату «Цукияма тэйдзодэн» (築山庭造伝), появившемуся в эпоху Эдо. Правильные формы, согласно этой теории именуются «син», (真), нарушенные – «со» (草) и занимающие промежуточное положение – «гё» (行). В эпоху Эдо эта теория использовалась для классификации садов и применяется в наше время для оценки дорожек, оград и ступенек. В искусстве чайной церемонии – тядо (茶道), согласно формальному этикету существует три вида поклонов «син», «гё» и «со». «Син» – самый глубокий поклон. Глубина поклона зависит от ситуации и положения человека в социуме. Кроме того если одновременно используется несколько чашек, между ними обязательно есть некая иерархия, отражающая иерархию гостей. Первому гостю (сёкяку) никогда не подают чай в той же чашке, что и остальным. Иерархия чашек определяется многими факторами: степенью строгости стиля (син — строгий, гё — полуформальный, со — свободный), связью с историческими традициями зарубежных или японских гончарных мастерских (кама-вакэ), особенностями стиля (тэ-вакэ) и т.д. В каллиграфии - сёдо(書道), «син», (真), - это полная форма иероглифа, четкая и ясная; в «гё» (行) - какие-то элементы иероглифа сокращены и упрощены; «со» (草) - скорописная форма, лаконичная, до предела сжатая, но все-таки выразительная и читаемая. Таким образом, самая краткая форма - не самая простая, а в каком-то отношении даже самая сложная. Отброшенные элементы не просто отсутствуют, но как бы подразумеваются зрителем, а оставшиеся обладают повышенной выразительностью, несут добавочную смысловую нагрузку. Искусство японской каллиграфия базируется на «восьми законах», заложенных в иероглифе - эй 永 (долгий, вечный). Это выражается формулой - эйдзи хаппо 永字八法 (восемь законов иероглифа «вечный»). Эти основные восемь черт дают ряд производных черт. Каллиграфы же, изучая всю совокупность этих черт в различных позициях, занимаемых ими в отдельных иероглифах, находят для некоторых из них десятки разновидностей. Так, например, одна только точка имеет не меньше 24 разновидностей. На примере написания иероглифа «вечный», можно рассмотреть способы его написания в рамках «уставного письма» («кайсё»), полускорописи («гёсё») и скорописи («сосё») Что касается технического воплощения этих принципов в будзюцу, то базовая форма любого приема может измениться, любой вариант, возникший в результате изменения, в свою очередь, может породить реальную форму приема, которая может быть применена в конкретной обстановке. Поэтому «син», «гё» и «со» одновременно можно назвать основой («кихон» 基本), изменением («хенка» 変化) и применением (応用技 «оё»). 真 «син», – иероглиф - «правда, истинна, реальность» подразумевает под собой точное следование традиции, точное воспроизведение преподаваемой учителем техники. Кроме того, он подразумевает отношения между учеником и учителем на раннем этапе обучения боевым искусствам, который может быть сравним, с отношениями между родителями и их детьми. Ученик должен впитывать все, чем делится с ним его учитель, должен стремиться к знанию и быть готовым

принять любые замечания и конструктивную критику. Учитель должен опекать ученика в смысле соблюдения его интересов, заботы и поощрения его прогресса, во многом как родитель опекает свое дитя, пока оно растет. Наставник сначала, передавая технику, не рассказывает о том, что в ней содержится, и лишь ждет, пока ученик сам это откроет. Это называют «тянуть траву, стараясь помочь ей вырасти, но не вырывать с корнем». Учитель поступает так лишь потому, что хочет, чтобы в процессе учебы, ученик использовал собственное сознание и проявлял усердие в практике. Ученик должен заниматься «умелой работой», целиком отдаваясь учебе, если он что-то поймет, то должен пойти к наставнику и спросить его мнение об этом. Наставник должен подтверждать только то, что соответствует его сознанию. Наставник должен учить так, чтобы ученик развивался сам, а не тащить его. В «Мэн-цзы» говорится: «Благородный муж тянет, но не вырывает». «Син» делает упор на изучении базовой техника в бескомпромиссной манере, так что ученик приобретает крепкую основу для последующих этапов обучения, и что все ученики выполняют технику одинаково, хотя личностные качества, структура тела, возраст и способности у них разные. Эту фазу обучения ещё называют -«ошейником» . 行 «гё» – иероглиф -«уходить» подразумевает полную адаптацию в понимании основных техник, переход к вариативной практике (хэнка), внутреннему осознанию важнейших составляющих стиля (дословно « вспышке сознания или внутреннему озарению»). Пройдя значительный этап обучения когда ученик приходит к «внутреннему озарению», он начинает освобождаться от «ошейника» в двух направлениях. С точки зрения техники, ученик преодолевает фундаментальные основы и начинает применять принципы, обретенные в процессе отработки базовой техники, в новой, более свободной и творческой манере (Хэнка ваза). Индивидуальность ученика начинает проявляться в том, как он выполняет технику. На более глубоком уровне у него также происходит освобождение от слепого выполнения наставлений учителя, он начинает размышлять (сомневаться, задавать вопросы) и открывать для себя новое больше за счет собственного опыта. Этот этап может принести разочарование для учителя, поскольку путь собственных открытий ученика ведет к бесчисленным вопросам, начинающимся со слов «Почему...». На уровне «гё» отношения между учителем и учеником напоминают отношения между родителем и его взрослым ребенком; учитель является мастером искусства, а ученик теперь уже может быть инструктором для других. В этот период наставник должен учить так – все равно, что править лошадью. «Нужно лишь подавлять стремление ученика пойти по дурному пути и поддерживать его в стремлении к тому правильному, к чему он идёт сам. Опять-таки, не нужно при этом никого понуждать». 草 «со» «куса» – иероглиф - «трава» предполагает самостоятельность и свободу, когда получив знания удаляешься от него на основе того, что постиг сам, путем единения Син (心) - духа, Ги (瓦) (技) - техники и Тай (体) – тела. Тот, кто достиг состояния «отсутствия сознания», кто реагирует на все «изменения и превращения» естественно, уходя, не имеет «формы», приходя, не оставляет следов, чье чудесное «применение» невозможно предвидеть, кто думает об установлении чувственной связи между сознанием и телом, не имеет того, в чем бы он нуждался, о чем ему нужно было бы расспрашивать, что ему мог бы передать наставник, он через самосовершенствование накапливает успехи и все приобретает естественно. Наставник передает Путь до этого момента. «Со» это этап, на котором ученик, теперь уже обладающий высоким рангом, отходит от своего наставника, впитав все то, что можно было от него получить, но это не означает, что между учеником и учителем нет больше связи. На самом деле, все должно быть как раз наоборот, связь между ними должна быть крепка как никогда, почти как между родителем и его взрослым сыном или дочерью, у которых теперь свои дети. Несмотря на то, что ученик теперь полностью независим, он хранит в себе мудрость и терпеливое наставничество своего учителя, так

что их отношения обогащаются за счет разделяемого ими опыта. Но теперь ученик развивается и учится больше за счет собственных исследований, а не за счет получения инструкций, и может дать выход собственным творческим порывам. Техника ученика теперь несет в себе отпечаток его индивидуальности и характера. «Со» также имеет двойной смысл, второе значение которого «выпускать». По мере того как ученик стремится к внутренней независимости от учителя, наставник в свою очередь должен отпустить ученика. «Син», «гё» и «со», не является линейной прогрессией. Это больше похоже на концентрические круги, так что «син» присутствует в «гё», и оба они присутствуют в «со». Таким образом, основы остаются неизменными, только их применение и мягкость их выполнения меняются по мере того, как ученик продвигается в обучении, и его личность начинает чувствовать вкус выполняемой техники. Похожим образом ученик и учитель всегда связаны между собой близкими отношениями и знаниями, культурой, опытом и традицией. В идеальном варианте, «син», «гё» и «со» должно выразиться в том, что ученик превзойдет своего наставника, как в знании, так и в умении. Это и есть источник развития искусства, как такового. Если ученик никогда не превзойдет своего наставника, то искусство в лучшем случае будет переживать застой. Если способности учеников никогда не достигнут способностей мастера, искусство станет угасать. Если же ученик сможет ассимилировать все то, что дает ему его наставник, и потом достичь еще более высокого уровня мастерства, искусство будет все более улучшаться и процветать. Приведу пример из наставления по тренировкам Синдэн-рю дзю-дзюцу (心伝流柔術) В традиционном обучении бу-дзюцу существует три уровня называемых «Су Ха Ри». В Японии понятие «Су Ха Ри» используется не только для описания общего прогресса эволюции на пути изучения боевых искусств, но и как весь жизненный цикл отношений ученика и учителя. 守 (Су) – Иероглиф - «защищать, охранять» подразумевает под собой точное следование традиции, точное воспроизведение преподаваемой техники. Часто эту стадию называют «ошейником». Иероглиф "Су" имеет два значения «защищать, охранять». Этот двойной смысл описывает отношения между учеником и учителем на раннем этапе обучения боевым искусствам, который может быть сравним, с отношениями между родителями и их детьми. Ученик должен впитывать все, чем делится с ним его учитель, должен стремиться к знанию и быть готовым принять любые замечания и конструктивную критику. Учитель должен опекать ученика в смысле соблюдения его интересов, заботы и поощрения его прогресса, во многом как родитель опекает свое дитя, пока оно растет. "Су" делает упор на изучении основ в бескомпромиссной манере, так что ученик приобретает крепкую основу для последующих этапов обучения, и что все ученики выполняют технику одинаково, хотя личностные качества, структура тела, возраст и способности у них разные. 破(Ха) – Иероглиф -«разбивать, ломать, нарушать правило» подразумевает полную адаптацию в понимании основных техник, переход к вариативной практике (хэнка), внутреннему осознанию важнейших составляющих стиля (дословно "вспышке сознания или внутреннему озарению") "Ха" это еще одно понятие с соответствующим двойным значением - «разбивать, ломать, нарушать правило». Пройдя значительный этап обучения когда ученик приходит к "внутреннему озарению", он начинает освобождаться от "ошейника" в двух направлениях. С точки зрения техники, ученик преодолевает фундаментальные основы и начинает применять принципы, обретенные в процессе отработки базовой техники, в новой, более свободной и творческой манере (Хэнка ваза). Индивидуальность ученика начинает проявляться в том, как он выполняет технику. На более глубоком уровне у него также происходит освобождение от слепого выполнения наставлений учителя, он начинает размышлять (сомневаться, задавать вопросы) и открывать для себя новое больше за счет собственного опыта. Этот этап может принести разочарование для учителя, поскольку

путь собственных открытий ученика ведет к бесчисленным вопросам, начинающимся со слов "Почему...". На уровне "Ха" отношения между учителем и учеником напоминают отношения между родителем и его взрослым ребенком; учитель является мастером искусства, а ученик теперь уже может быть инструктором для других. 離 (Ри) – Иероглиф - «отделять, выпускать» предполагает самостоятельность и свободу, когда получив знания удаляешься от него на основе того, что постиг сам, путем единения Син (心) - духа, Ги (вадза) (技) - техники и Тай (体) – тела. "Ри" это этап, на котором ученик, теперь уже обладающий высоким рангом, отходит от своего наставника, впитав все то, что можно было от него получить, но это не означает, что между учеником и учителем нет больше связи. На самом деле, все должно быть как раз наоборот, связь между ними должна быть крепка как никогда, почти как между родителем и его взрослым сыном или дочерью, у которых теперь свои дети. Несмотря на то, что ученик теперь полностью независим, он хранит в себе мудрость и терпеливое наставничество своего учителя, так что их отношения обогащаются за счет разделяемого ими опыта. Но теперь ученик развивается и учится больше за счет собственных исследований, а не за счет получения инструкций, и может дать выход собственным творческим порывам. Техника ученика теперь несет в себе отпечаток его индивидуальности и характера. "Ри" также имеет двойной смысл, второе значение которого « выпускать». По мере то как ученик стремится к внутренней независимости от учителя, наставник в свою очередь должен отпустить ученика. "Су", "Ха", " Ри" не является линейной прогрессией. Это больше похоже на концентрические круги, так что "Су" присутствует в "Ха", и оба они присутствуют в "Ри". Таким образом, основы остаются неизменными, только их применение и мягкость их выполнения меняются по мере того, как ученик продвигается в обучении, и его личность начинает чувствовать вкус выполняемой техники. Похожим образом ученик и учитель всегда связаны между собой близкими отношениям и знаниями, культурой, опытом и традицией. В идеальном варианте, " Су ", " Ха", " Ри" должно выразиться в том, что ученик превзойдет своего наставника, как в знании, так и в умении. Это и есть источник развития искусства, как такового. Если ученик никогда не превзойдет своего наставника, то искусство в лучшем случае будет переживать застой. Если способности ученик никогда не достигнут способностей мастера, искусство станет угасать. Если же ученик сможет ассимилировать все то, что дает ему его наставник, и потом достичь еще более высокого уровня мастерства, искусство будет все более улучшаться и процветать. В Синдэн-рю дзю-дзюцу (心伝流柔術) существует следующая систематизация при обучении: Сёдэн (初伝), Чудэн (中伝), Дзёдэн (上传), Окудэн (奥伝), Кёгай бэцудэн (教外 別伝). Однако прохождение уровней " Су ", " Ха", " Ри" на основе изучаемых технических приёмов зависит только от Вас, а не передаётся Вам другими. В древние времена Будзин (武人) достигал уровня " Ри" в боях, рискуя своей жизнью. Будзюцу это техника боя ради жизни. Синдэн-рю дзю-дзюцу (心伝流柔術) это не спорт и не игра, в которых существуют правила и запрещена опасная техника. Нелегко сдерживать нападающего, не причиняя ему боли. Не клеветчи на других и не испытывай к ним презрения. Эйзан (гора) высока, а Камогава (река) уважаема, хотя она находится ниже. Такэмити Кувахара 9 дан Синдэн-рю дзю-дзюцу (心伝流柔術) со своими учениками. Другие Рю-ха будо (流派武道) имеют свои индивидуальные, присущие им качества, имеющие свои преимущества. Таким образом, поношение других школ есть крайняя грубость, низость и проявление собственного тщеславия и высокомерия. Доверие есть источник силы и гармонии. Важно дорожить честью, доверяя наставнику, доверяя самому себе. Не теряйте самоуважения, не нарушайте доверия, не дайте тщеславию

перерасти в самонадеянность.

Обратите внимание, что для описания по сути того же прогресса физических навыков существуют и другие термины, которые при этом могут подразумевать немного другие ассоциации, например, «син-гё-со».

Санма-но курай (кэнкю-то куфу) 三磨の位 (研究と工夫)

Перейдём к термину «санма-но курай», который впервые появился в тексте Ягю синкагэ-рю «Хэйхо кадэнсё», написанном в XVII веке. Процесс, описываемый этим термином, является основой всего нашего обсуждения. Санма-но курай описывает процесс обретения физического навыка (любого навыка, не только в будо) в виде круга из трех частей:

Сю (習) – обучаться чему-либо, или изучать что-либо

Рэн (練) а – практиковаться в чем-либо (повторять)

Ко (工) – исследовать что-либо и улучшать то, чему научился, на основе обратной связи от практики. После «ко» идет возврат к «сю» и повторение сначала. Этот процесс изучения-практики-обдумывания продолжается круг за кругом, бесконечно. Таким образом, для тех, кто думает, обеспечен постоянный прогресс (даже если он минимальный), и подразумевается, что никакого предела в приобретении навыков нет. Эта фраза регулярно появляется в серьезных дискуссиях и публикациях по боевым искусствам, но средний будзин 武人 чаще употребляет термин «кэнкю 研究-исследовать» для описания указанного процесса. Грубо говоря, это подразумевает, что каждый сам должен заниматься исследованиями и работать над тем, чтобы самому прояснить для себя все вопросы (разумеется, под присмотром более старших учителей). Этот процесс также является циклическим и бесконечным и продолжается в течение всей активной жизни в боевых искусствах. Есть еще интересная и схожая по смыслу фраза «мон си сю» (聞思修), которая буквально означает «слушать – думать – практиковать» и обозначает такой же циклический процесс.

## 虚実実戦武道兵法の流派

Кёдзицу дзиссэн будо хэйхо но рюха

Монсё 紋章, 紋- герб, узор из ткани, 章- значок, эмблема.

«То, что позволяет быстроте бурного потока нести на себе камни, есть его мощь. То, что позволяет быстроте хищной птицы поразить свою жертву, есть рассчитанность удара. Поэтому у того, кто хорошо сражается, мощь стремительна, рассчитанность коротка».

Монсё « 紋章 » Кёдзицу дзиссэн будо представляет собой круг из бамбука,



символизирующий образ гармонии «Ва» «和», гражданского и военного начал «Бунбу рёдо» «文武両道». Идеалом воинских искусств провозглашалась всесторонне развитая личность. Настоящий мастер должен быть не только выдающимся бойцом, но и человеком замечательным во всех иных отношениях и, прежде всего, человеком безупречных морально-этических качеств. Ибо

там, где отсутствует мораль, сила легко превращается в насилие.

С другой стороны, слабый человек, неспособный защитить себя, своих близких, свой дом и свою родину никогда не сможет воплотить в жизнь свои идеалы, сколь прекрасны они бы ни были. Тем более сила была актуальна для самурая - члена общества, в котором господствовали воины, и военное искусство ценилось превыше всего.

В японской геральдике бамбук — это не просто растение, а символ человеческого характера. Считаясь символом благородства, бамбук воспеваает настоящего мужа высоких моральных качеств, порой сравнивая с ним свою природу. Бамбук пуст «Кё» «虚» но, гармонично обладает гибкостью «Дзю» «柔» и твёрдостью «Го» «剛». Так, согласно идеалу традиции бу-дзюцу, мастер должен быть целостной личностью, гармонично сочетающей в себе высокие морально-этические качества и воинское мастерство.

Образ волны означает, что настоящий мастер вверяет себя волнам, зная природу воды, не борется, а действует с ней заодно.

Недаром образ волны полюбился даосам: "Вместе с волной погружаюсь, вместе с волной всплываю, следую за течением воды, не навязываю ничего от себя. Вот почему я хожу по воде" (Чжуан-цзы).

Стилевой школой дзюдзюцу изучаемой в Кёдзицу дзиссэн будо хэйхо является Мэйтоку Кёсин рю дзюдзюцу (гундзин кумиучи дзюцу) 明德虚心流柔術 (軍人組打術) .

Выявить свою “светлую добродетель” (мэйтоку 明德) и закалить себя. «Сиятельная



добродетель» (кит. миндэ, яп. мэйтоку) – одно из важнейших понятий в учении Ван Янмина (Ван Шоу-жэнь, 1472-1528), основателя одного из двух основных направлений неоконфуцианства. О «проявлении сиятельной добродетели» Ван Ян-мин говорит: «Великий человек объединяет Небо, Землю и мириад вещей. Он смотрит на Поднебесную как на одну семью, а на Срединное государство – как на одного человека. Те, кто различают телесные формы и разграничивают себя и других –

низкие люди. Великий человек способен объединить Небо, Землю и мириады вещей не потому, что он хочет так, но потому, что гуманность его сердца естественно такова. Сердце низкого человека точно такое же, он лишь сам делает его низким. Когда низкий человек видит ребенка, упавшего в колодец, он конечно будет встревожен и опечален. Это означает, что его гуманность и ребенок – одно целое... Поэтому изначальное единство присутствует в низком человеке так же, как и в великом. Даже низкий человек обладает небесной природой, свет которой невозможно затмить. Поэтому она называется «сиятельной добродетелью»... Когда она не затемняется эгоистичными желаниями, даже низкий человек обладает любовью к единству, как и великий. Но когда она затемнена, даже сердце великого человека разделено и стеснено, как и сердце низкого.

虚心 кёсин - (чистосердечность, беспристрастность ), (с беспристрастием, с чистым сердцем ),流 рю(школа),柔術 дзюдзюцу (“мягкое искусство” 和らげ- смягчать, ослабить, успокоить).

### 明德虚心流柔術基礎兵法の解説

Объяснение основ стратегии Мэйтоку Кёсин рю дзюдзюцу

一、精力善用 Сэйрёку дзэнъё 精力 Сэйрёку (энергия, сила) 善 дзэн (хороший) 用 ёё (применение) Максимально эффективное использование силы.

一、目付 Мэтсукэ 目 Мэ (глаза) 付 тсукэ (прицепляться) Мецукэ (направление взгляда). Видеть глазами недостаточно. Видеть разумом недостаточно. Видеть без того чтобы смотреть - это то состояние, которого мы должны достичь. Вглядываться надо своим духом.

«На зимнее дерево сливы, смотреть глазами ненадёжно,

лучше видеть душой».

一、遠山の目付 Энзан но мэтсукэ 遠 Эн Ш зан (гора) 目 мэ (глаза) 付 тсукэ (прицепляться) Наблюдение с осознанием сути вещей по-японски называется «кан». Этому понятию противопоставляется понятие «кэн», заключающееся в созерцании отдельных движений и без понимания целого. «Кан» позволяет рассматривать сущность ситуации, благодаря чему можно принимать верные решения. Древние будока говорили: «Далёкие места хорошо рассматривать вблизи, а то, что рядом – издалека». Ключевой при этом была концепция энзан но мэцуке, которая подразумевает, что в поле зрения находится весь противник, в то время как внимание не задерживается ни на чем кроме непосредственного ситуационного переживания. 一期一会 «одно мгновение даёт один шанс»

一、殘心 Зансин 殘 Зан (оставаться) 心 син (дух) Остающийся дух – это вкус победы, безупречный баланс, полный контроль происходящего вокруг и духовный фокус. Зансин - сила сохраняющегося (в каком-либо состоянии) разума; Цукаитэ (тот кто выполняет технику) должен сохранять присутствие разума, чтобы мгновенно отвечать во всех ситуациях. Этот термин означает соединение физической формы с внутренней концентрацией, позволяющее непрерывно удерживать преимущество над противником. Без этого не могло существовать эффективных боевых навыков.  
«Монастырский колокол смолк вдалеке, но отзвук его плывёт, пережитое»

一、間合い Маай 間 Ма (свободное место, пространство) 合い ай (идеограмма, которая означает способность человека быстро подстроиться к любому изменению обстоятельств) Маай (выдерживание дистанции). Должное определение Маай становится критически важным, когда Учитати ударяет по целевой зоне с применением достаточной силы и контроля. Необходимо мягко и инстинктивно определить диапазон (Утима), пределов использования своего оружия и оружия противника. Правильное дыхание и определение атаки лучше всего проходит с пониманием Маай в статике (Татай) и динамике при встречном движении (Юкиай). При этом концентрация на одном решающем ударе, приводит к (бонно), остановке сознания, когда ум не свободен. Размышление в движении, управление духом и телом противника, вот истинна.

一、姿勢 Сисэй 姿 Си (положение) 勢 сэй (готовность) Фудо-но Сисэй 不動の姿勢—

Непоколебимое положение «Считается, что Фудо Мё-о 不動明王 олицетворяет собой непоколебимую мудрость и несокрушимое тело. Фудо-мёо острым мечом рубит врагов веры, а суручином «スルチン-короткая веревка с грузилами на концах» ловит заблуждающихся людей и пробуждает в них мысли о вере. За спиной Фудо-мёо языки огня. Это называют «пребывать в огненном самадхи» (просветленном состоянии). Огонь сжигает все заблуждения и плохую карму.

Несокрушимое, это значит такое тело, для которого нет препятствий» Как для Фудо-мёо пребывающим в «в огненном самадхи». Непоколебимое положение не означает такой позиции, из которой вы не можете легко двигаться, но подразумевает такую стойку, в которой вы сохраняете соотношение Ки(氣), 一、一、 Кэн(劍), Тай(体), единства духа, меча и тела. Это означает положение, в котором ничто не беспокоит ваш ум и не двигает ваше тело. Но малейшее мгновение слабости (суки) - и противник воспользуется им и уничтожит вас.

一、打ち間 Утима 打つ Уцу (бить, ударять) 間 ма (свободное место, пространство)

Оптимальная дистанция для атак, механически контролируемая противниками соответствующая дистанции итто иссоку – «один меч и одна стопа» - дистанция при фехтовании мечом.

一、合わせる法 Аvasэру хо 合わせる Аvasэру (соединять, приспособливать) 法 хо (закон, правило) Принцип присоединения. Присоединиться к движению противника, отвечая сразу, как только возникает угроза, не только на физическом уровне, но и на ментальном.

«Если в промежуток между ударом меча и вашим ответным действием не помещается даже волос, меч вашего противника станет вашим мечом»

一、崩しの法 Кудзуси но хо 崩し Кудзуси (ломать, нарушать) 法 хо (закон, правило)

Этот закон надо трактовать шире, нежели только выведение из равновесия. Это разрушение умственного и физического баланса, за счёт мгновенного реагирования на атаку, разрушая защитно-атакующие позиции противника.

一、波返し法 Нами гаэси хо 波 Нами (волна) 返し гаэси (возвращать) 法 хо (закон, правило) Чтобы понять этот принцип, необходимо высокое чувство Утима (ударной дистанции) и точный двигательный навык. Этот принцип применяется для того, чтобы растянуть атаку противника, заставить его атаковать с дистанции, несколько превышающей Утима. И в момент атаки присоединиться к его движению, отойти назад настолько, чтобы проконтролировать атаку и не прекращая движения, войти в оборону противника. Этот принцип в динамике, можно сравнить с ударом по камню, после чего мгновенно вылетает искра. Это ритм растягивания и входа, в одном.

"След оставлен,  
волна набегает на берег,  
мгновение, и следа нет на песке"

一、三角法 Санкаку хо 三 Сан (три) 角 каку (угол) 法 хо (закон, правило) Санкаку хо означает, что вы должны думать о поединке как о треугольнике: это принцип меча, вы на одной вершине, противник на другой, а третья вершина - это пустота. Когда вы выполняете атаку, или защищаетесь, у вас не должно быть ощущения бегства, управление боем, а не организованное отчаяние. Вы не уходите от опасности, а выстраиваете тактику большего преимущества. Если вы будете думать таким образом, то сможете сохранить позитивный дух атаки вместо негативного духа уклонения.

一、節間取 Сэцума дори Техника "захвата ограниченного пространства" Решение о выполнении приема принимается в одно мгновение. Поэтому, осознав оборонительные возможности (кёдзицу) противника, надо продвигаться вперед, как молния и гром, а отступать упорядоченно и быстро. Жизненная сила нашей школы в том, чтобы действовать решительно и без колебаний.

"О ветре и воде узнаем по звуку,  
взгляд выдает намерение движения"

一、伸ばすの兵法 Нобаси но хэйхо 伸ばす Нобаси (удлинять, вытягивать) Стратегия растягивания противника, с целью вынудить его атаковать с дистанции несколько превышающей Утсума. Достигается это способом Нами гаэси, делая отшаг с задней ноги, которая тут же используется как толчковая для встречного входа. Эта практика особенно характерна для фехтования на мечах или Муто 無刀, отборе меча. Особенно когда техники выполняются на максимальной скорости.

"Капли дождя упали на лист,  
просохли, скатиться не успели,  
жар солнечного дня "

一、漆器体の兵法 Сиккитай но хэйхо 漆器 Сикки(лаковое изделие) 体 Тай (тело) Лаковой эмульсией в Японии украшали оружие, боевые доспехи и предметы обихода. Быть близко к противнику, так как лаковое покрытие находится на поверхности. Приблизиться к нему и не удаляться, для возможности максимального контроля положения

противника, разрушения защитно-атакующей позиции и отбору инициативы.

" Зимний холодный вихрь.

Я в плен захвачен...

Недвижно стою в забытьи."

一、脹らみの兵法 Фукурами но хэйко 脹らみ Фукурами (вздуваться, расширять) Выполнив встречный вход, необходимо вплотную приблизиться к противнику, выполняя контроль в секторе атаки. Что достигается одновременным реагированием на атакующее действие противника, которое выполняется на встречном движении с использованием Атэми ваза, чтобы заставить противника сжаться, затем нужно сделать остановку, обозначив слабость (суки) в обороне противника и завершить атаку. Здесь нет постановки на один решающий удар, важнее многократное разрушение.

"Шатает дощатую дверь,  
зимний холодный вихрь,  
наконец-то можно вздохнуть! "

粘るの兵法 Нэбари но хэйхо 粘る Нэбари (быть клейким, быть упорным) Важность этого стратегического принципа очевидна. Основа её в постоянном доминировании и преследовании противника, как в смысле стратегии(хэйхо), так и в смысле техники (гихо), связывая действия противника и ограничивая его подвижность, как в техническом плане так и в ментальном.

"Ива свесила нити...

Никак не уйду домой — Ноги запутались."

刀法の理 Тохо но ри 刀 То(меч) 法 хо ( правило) 理 ри (принцип, закон) Искусство меча это наиболее философски ориентированное Будо.

"Молния в тьме ночной.

Искрами вспыхнула вдруг.

Колесо закона .

虚実戦武道兵法  
免許・中極意  
目録心得

第十八番・柔之体捌き之形七本  
第十九番・柔術・古流実戦技法之形  
初伝表  
居捕七本  
手技六本  
体技五本  
足技四本  
捨て身技六本

第二十番・拔刀術・無双直伝英信流  
初伝大森流十一本  
大日本拔刀法基本形七本  
大日本拔刀法奥伝四法

第二十一番・小具足  
太刀対太刀之組太刀八本  
小太刀対太刀之組太刀五本  
短刀捕之形六本

範士步柔術大日本武徳会  
総師範七段柔術大日本武徳会  
検証入柔術大日本武徳会  
新刃寺風・守



明德虚心流柔術 伝授内容の解説

Объяснение содержания передачи в Мэйтоку Кёсин рю дзюдзюцу

明德虚心流柔術の流派

Мэйтоку Кёсин рю дзюдзюцу но Рюха

兼相流柔術 Кэнсо-рю дзю-дзюцу	方田流柔術 Хоэн-рю дзю-дзюцу	明心流柔術 Мио син-рю дзю-дзюцу
心伝流柔術 Синдэн-рю дзю-дзюцу	心月無想柳流柔術 Сингэцу мусо янаги-рю	渋川一流柔術 Сибукава ити-рю дзю-дзюцу
無想智心流兵法 Мусо тиссин-рю хэйхо	浅山一伝流柔術 Асаяма итидэн-рю дзю-дзюцу	無双直伝英信流居合兵法 Мусо дзикидэн Эйсин-рю иай хэйхо

基本動作稽古  
Кихон доса кэйко

基本- основа, база, 動作- действия, движения, 稽古- упражнения тренировка.

受身 (うけみ) Укэми	手解き (てほどき) Тэ ходоки	握り返し (にぎりかえし) Нигири гаэси
体捌き (たいさばき) Тай сабаки	九法拳 (くぽうけん) Кухон кэн	蹴り七法 (けりしちぽう) Кери сити хо

受身 (うけみ) - обороняться, защищаться  
 手解き (てほどき) 手- рука, 解き-развязывать, распутывать  
 握り返し (にぎりかえし) 握り-захватывать, 返し- возвращать  
 体捌き (たいさばき) 体-тело, 捌き- сбывать  
 拳九法 (くぽうけん) 拳-кулак, 九-девять, 法-правило, закон  
 蹴り七法 (けりしちぽう) 蹴り-пинать, бить ногой, 七-семь, 法-правило, закон

明德虚心流柔術基礎技法 一覽  
Мэйтоку Кёсин рю дзюдзюцу киси гихо итиран

基礎- основа, база, фундамент 技法-технические приёмы, 一覽- краткое описание, обзор.

握り攻撃 (にぎりこげき) Нигири когэки - Атаки захватами		当身攻撃 (あてみこげき) Атэми когэки - Атаки ударами		
手解き (てほどき) Тэходоки	握り返し (にぎりかえし) Нигири гаэси	体捌き (たいさばき) Тай сабаки	拳九法 (けんくぽう) Кэн ку хо	蹴り七法 (けりしちぽう) Кери сити хо
霞解き касуми ходоки	片手胸捕 кататэ мунэ дори	外流し сото нагаси	中段突き тюдан цуки	霞解き касуми ходоки
順手巻 дзюн тэ маки	逆手捕 гьяку тэ дори	内流し ути нагаси	下段突き гэдан цуки	順手巻 дзюн тэ маки
片甲返し ката ко гаэси	同側片手捕 досоку кататэ дори	外開き сото хираки	上段突き дзодан цуки	片甲返し ката ко гаэси

片手胸捕 кататэ мунэ дори	両手一方捕 рётэ итиката дори	内開き ути хираки	外横打ち сотой йоко ути	片手胸捕 кататэ мунэ дори
片手差 ката тэ сасу	両手両方捕 Рётэ рёката дори	外入身 сото ирими	内横打ち ути йоко ути	片手差 ката тэ сасу
雲霞 кумо касуми		内入身 ути ирими	肘当て хидзи атэ	雲霞 кумо касуми
神無月 каннацуги		外入身旋開 сото ирими сэнкай	裏拳横面打ち ура кэн йоко мэн ути	神無月 каннацуги
		内入身旋開 ути ирими сэнкай	裏拳書面打ち ура кэн сёмэн ути	
		太入身旋開 о ирими сэнкай	目潰し мэцубуси	

霞解き- 霞- дымка, туман, 解き-распутывать, развязывать

順手巻-順 - порядок, последовательность 手- рука, 巻 – обёртываться

片甲返し-片-одна сторона, 甲- панцирь, броня 返し- возвращать

片手胸捕-片手-одна рука. 胸-грудь. 捕- захватывать.

片手差-片手-одна рука, 差 – раскрывать над собой

雲霞-облака и туман, побег, исчезновение

神無月 – 10 месяц по лунному календарю

表・入門 (にゅうもん) Омотэ Ньюмон	免許 (めんきょ) Мэнкё(Лицензия) 切紙 Киригами	段級位・称号 七級、六級、 帯許し一緑帯	伝授内容 (でんじゅないよう) Содержание программы
---------------------------------	---	----------------------------	--

表 (おもて) - омотэ- лицевая сторона, внешний раздел, 入門 (にゅうもん) -ньюмон- введение в начальный курс.切紙 (きりかみ) - кириками- резанная бумага.

一本目・體術・基本形 10本 (柔術基本之十本形 (10本)、当込之形5本, 捕手之形5本)

二本目・體術・五の体捌き法三角法 (5本)

體術- 體 устаревшая форма знака 体- тело. 術-искусство, умение, техника(синоним к 柔術)

基本- основа, база, фундамент, 形 – форма, 五-пять, 体捌き-тай сабаки-体- тело, 捌き- течь, вытекать, 法-хо- закон, правило, 三角- санкаку - треугольник

柔術基本之十本形 (10本)  
Дзюдзюцу кихон но ката 10 техник

順番	技の名前 (わざのなまえ)	読み (よむ)
当込五法 5 本 Атэкоми		
一	突込 (つきこみ) その一、その二	тсуккоми
二	打込 (うちこみ) その一、その二	утикоми
三	添え手当て (そえてあて)	соэтэ атэ
四	受け手捻り (うけてひねり)	укетэ хинэри
五	蹴込/当込 (けりあてこみ) その一、その二	кери коми /атэ коми
当 (あてる) - попадать, ударять, 込 (こむ) - быть переполненным(в сложных глаголах указывает на направленность действия внутрь)		
捕手五法 5 本 Торитэ		
六	腕固 (うでがため)	удэ гатамэ
七	腕返し (うでがえし)	удэ гаэси
八	腕捻り (うでひねり)	удэ хинэри
九	腕絡 (うでがらみ)	удэ гарами
十	肩固 (かたがため)	ката гатамэ
六	腕固 (うでがため)	удэ гатамэ
捕 (捕らえる) - ловить, хватать, захватывать, 手 (て) - рука.		
體術・柔の体捌き法三角法 (7 本) Тайдзюцу - Дзю но тайсабаки санкаку хо 7 техник		
体捌き		技
入身 (いりみ) ирими		拳当て (こぶしあて) кобуси атэ
入身旋回 (いりみせんかい) ирими сэнкай		逆一本背負投げ(ぎゃくいっぽんせおいなげ) гьяку иппон сэой нагэ
流し (ながし) нагаси		肘碎き(ひじくだき) хидзи кудаци
行き違い(ゆきちがい) юки тигаи		腕捻り(うでひねり) удэ хинэри
外入身 (そといりみ) сото ирими		迎え倒し (むかえだおし) мукаэ даоси
太入身旋回 (おおいりみせんかい) о ирими сэнкай		後髪落し(うしろかみおとし) усиро ками отоси
外入身旋回 (そといりみせんかい) сото ирими сэнкай		背負落膝止 (せおいおとしひざどめ) ) сэой отоси хиза домэ

七級（無級にて20回以上出席），六級（七級にて40回以上出席）

入門- начальный курс, 以来- со времени чего либо, с тех пор как...以上- свыше, более чем  
出席- посещение, присутствие

表・前附 (おもてまえつけ) オモテ マエ ツク	免許 (めんきょ) Мэнкё(Лицензия) 切紙 Киригами	段級位・称号 五級 四級 三級 二級 一級, 帯許し 一緑帯茶帯	伝授内容 (でんじゅないよう) Содержание программы
--------------------------------	---	---	--

表 (おもて) - омотэ- лицевая сторона, внешний раздел, 前附 (まえつけ) - маэцукэ – устанавливать отношения.切紙 (きりかみ) - кириками- резанная бумага.

五級 (緑帯)

手解き初伝居捕りの形(7本)  
Тэ ходоки Сёдэн Идори но ката (7техник)

手解き (てほどき) -тэ ходоки- 手-рука, 解-развязывать, распутывать, 初伝- начальная передача 居捕り защита от атак в положении сидя, 形 - форма.

一	霞捕り (かすみとり)	касуми тори
二	羽交絞め (はがいじめ)	хагай дзимэ
三	添捕り (てんとり)	тэн дори
四	竹折表 (たけおりおもて)	такэори омотэ
五	竹折裏 (たけおりうら)	такэори ура
六	天狗落 (てんぐおとし)	тэнгу отоси
七	天狗返し (てんぐがえし)	тэнгу гаэси

五級(六級にて40回以上出席)

四級 (緑帯)

術理之形 (5本)  
Дзюцу ри но ката (5 техник)

術理之形 – дзюцу ри но ката, 術-искусство, умение, 理- принцип, закон

順番	体捌き	技
一	入身 (いりみ) иrimi	腕挫腋固め (うでいしぎわきがため・腕捻り (こてひねり) удэ хисиги ваки гатамэ–удэ хинэри

二	入身（いりみ）・入身旋回（いりみせんかい） ирими-ирими сэнкай	肘碎き（ひじくだき・後肩落し（うしろかたおとし） хидзи кудаки – усиро ката отоси
三	入身（いりみ）・入身旋回（いりみせんかい）・流し（ながし） ирими-ирими сэнкай - нагаси	行き違い（ゆきちがい）・肘碎き（ひじくだき）・ 十字投げ（じゅうじなげ） юки тигаи – хидзи кудаки – дзюдзи нагэ
四	入身（いりみ）・入身旋回（いりみせんかい）・流し（ながし）・外入身（そといりみ） ирими- ирими сэнкай - нагаси-сото ирими	迎え倒し（むかえだおし）・袈裟掛け捨身（けさがけすてみ） мукаэ даоси - кэса гакэ сутэми
五	入身（いりみ）・入身旋回（いりみせんかい）・流し（ながし）・太入身旋開（おおいりみせんかい）・外入身旋開（そといりみせんかい） ирими- ирими сэнкай - нагаси-о ирими сэнкай- сото ирими сэнкай	十字背負落（じゅうじせおいおとし） дзюдзи сэой отоси

四級（五級にて40回以上出席）

### 三級（茶帯）

#### 護身之基本形（10本）

護身之基本形 – госин но ката, 護身- самооборона, 基本（きほん）- кихон- основа, база, фундамент

順番	技の名前	読み
一	手解（てほどき）・片手解（かたてほどき）・両手解（りょうてほどき）	«тэ ходоки – кататэ ходоки – рётэ ходоки»
二	体解（たいほどき）	тай ходоки
三	親指殺（おやゆびころし）	оя юби короси
四	子指殺（こゆびころし）	коя юби короси
五	鼻捻り（はなひねり）	хана хинэри
六	耳捻り（みみひねり）	мими хинэри
七	腰碎（こしくだき）	коси кудаки
八	足碎（あしくだき）	аси кудаки
九	足絡（あしがらみ）	аси гарами
十	隠シ武器（かくしぶき）	какуси буки

拳法基本の形（手之内の形）表裏（3本）  
 Кэнпо кихон но ката (Тэ но ути) Омотэ Ура (3 техники)

拳法 – кэмпо- 拳- кулак, 法-закон, правило, 手之内- тэ но ути (особые приёмы)

拳法表形 青龍拳形（8本）  
 Кэнпо омотэ ката Сэйрюкэн ката (8 техник)

拳法 – кэмпо- 拳- кулак, 法-закон, правило, 青龍拳形- сэйрюкэн ката - 青龍- молодой дракон, 拳- кулак, 形 - форма.

抑え込みの形（20<sup>ほん</sup>本）  
 Осаэкоми но ката (20 техник)

抑え込みの形 – осаэкоми но ката-抑え – сдерживать, удерживать, 込み- быть переполненным

順番	技の名前（わざのなまえ）	読み（よむ）
一	肩乗り首固め（かたのりくびがため）	катанори куби гатамэ
肩- плечи, 乗り- садится, влезать, 首- шея, 固め- сжимать		
二	立ち腕捻り固め（たちこてひれりがため）	тати удэ хинэри гатамэ
立ち – стоя, 小手- предплечье, 腕 – рука, 固め- сжимать		
三	袈裟固め（けさがため）	кэса гатамэ
袈裟- в буддизме ряса, 固め- сжимать		
四	腕絡み固め（うでがらみがため）	удэ гарами гатамэ
腕 – рука, 絡み- обвиваться, запутываться, 固め- сжимать		
五	小手碎き固め（こてくだきがため）	котэ кудаки гатамэ
小手 – кисть, 碎き- разбивать, раздроблять, 固め- сжимать		
六	腕挫腋固め（うでひしぎわきがため）	удэ кудзики ваки гатамэ
腕 – рука, 挫- ломать, вывихнуть, 腋- подмышка, 固め- сжимать		
七	腕挫膝固（うでひしぎひざがため）	удэ кудзики хиза гатамэ
腕 – рука, 挫- ломать, вывихнуть, 膝- колена, 固め- сжимать		
八	立ち十字固め（たちじゅうじがため）	тати дзюдзи гатамэ
立ち – стоя, 十字- крест, 固め- сжимать		
九	座り上片羽固め（すわりうえかたはがため）	сувари уэ ката ха гатамэ
座り- сидеть, 上- сверху, 片羽- оперенье, крыло, 固め- сжимать		

十	袈裟固め (けさがため)	кэса гатамэ
袈裟- в буддизме ряса,固め- сжимать		
十一	腕絡み固め(うでがらみがため)	удэ гарами гатамэ
腕 – рука, 絡み- обвиваться, запутываться, 固め- сжимать		
十二	逆腕挫腋固め (ぎゃくうでひしぎわきがため)	гьяку удэ кудзики ваки гатамэ
逆- обратное, 腕 – рука, 挫- ломать, вывихнуть, 固め- сжимать		
十三	立ち十字固め (たちじゅうじがため)	тати дзюдзи дзимэ
立ち – стоя, 十字- крест, 固め- сжимать		
十四	腕挫十字固め (うでひしぎじゅうじがため)	удэ кудзики дзюдзи гатамэ
腕 – рука, 挫- ломать, вывихнуть, 十字- крест,固め- сжимать		
十五	首挟み裏十字固め (くびはさみうらじゅうじがため)	куби хасами ура дзюдзи гатамэ
首-шея,挟み- зажимать с двух сторон, 裏- сзади, 十字- крест, 固め- сжимать		
十六	座り上肘碎き固め (すわりうえひじくだきがため)	сувари уэ хидзи кудаки гатамэ
座り- сидя,上- сверху, 肘-локоть,碎き-разбивать, 固め- сжимать		
十七	双手挫き固め (もろてくじきがため)	моротэ кудзики гатамэ
双手- обе руки, 挫- ломать, вывихнуть, 固め- сжимать		
十八	逃げ肘取り固め (にげひじとりがため)	нигэ хидзи дори гатамэ
逃げ- побег, уклонение, 肘- локоть, 取り- брать, 固め- сжимать		
十九	首挟み裏十字固め (くびはさみうらじゅうじがため)	куби хасами ура дзюдзи гатамэ
首-шея,挟み- зажимать с двух сторон, 裏- сзади, 十字- крест, 固め- сжимать		
二十	座り上肘碎き固め (すわりうえひじくだきがため)	сувари уэ хидзи кудаки гатамэ
座り- сидя, 上- сверху, 肘-локоть, 碎き-разбивать, 固め- сжимать		
古流実戦技法の形 初伝 表 第一番 (居捕り)、第二番 (手技)、第三番 (体技) Корю дзиссэн гихо но ката Сёдэн омотэ Дай ити бан (Идори), Дай ни бан (Тэ вадза), Дай сан бан(Тай вадза)		
古流実戦技法の形 – корю дзиссэн гихо но ката, 古流- старинный стиль, 実戦 – битва, 技法 – технические приёмы, 初伝- начальная передача,形 – форма, 第一番 – первый номер(Техника выполняемая в положении сидя на коленях), 第二番 – второй		

номер(Техника выполняемая руками), 第三番 – (Техника выполняемая телом)

手解き初伝居捕りの形(5本)

Тэ ходоки Сёдэн Идори но ката (5 техник)

手解き (てほどき) -тэ ходоки- 手-рука, 解-развязывать, распутывать, 初伝- начальная передача 居捕り защита от атак в положении сидя, 形 - форма.

霞捕り (かすみとり)	касуми тори	«Во власти тумана»
羽交絞め (はがいじめ)	хагай дзимэ	«Связывание»
添捕り (てんとり)	тэн дори	«Сопровождение»
竹折表 (たけおりおもて)	такэори омотэ	«Ломать бамбук спереди»
竹折裏 (たけおりうら)	такэори ура	«Ломать бамбук сзади»
天狗落 (てんぐおとし)	тэнгу отоси	«Сброс Тэнгу»
天狗返し (てんぐがえし)	тэнгу гаэси	«Переворот Тэнгу»

手技の名称(6本)

Тэ-ваза но мэйсё (6 техник)

技法の名前 Гихо но намаэ	技法の名前 Гихо но намаэ	技法の名前 Гихо но намаэ
山落し (やまおとし)	яма отоси	«Сброс с горы»
肩車(かたぐるま)	ката гурума	«Переворот через плечи»
引き落とし(ひきおとし)	хики отоси	«Сброс стягиванием»
一本背負投 (いっぽんせおいなげ)	иппон сэой нагэ	«Бросок с наваливанием противника на спину с захватом одной руки»
衣被ぎ(きぬかつぎ)	кину кацуги	«Накинутое одеяние»
搦捕 (からめとり)	карамэ дори	«Держать в подчинении»

体技の名称(5本)

Тай-ваза но мэйсё (5 техник)

腰車(こしぐるま)	коси гурума	«Переворот через поясницу»
鉢回し(はちまわし)	хати маваси	«Вращение восьмёркой»
肘車(ひじくるま)	хидзи гурума	«Колесо вокруг локтя»
太波捕 (おおなみとり)	о нами дори	«Захват большой волны»
足折 (あしおり)	аси ори	«Перелом ноги»

短杖術の形4本

Тандзё дзюцу но ката(4 техник)		
短杖- тандзё дзюцу- 短-короткий, палка, трость, (90 см)		
順番	技之名前	読み
一	小手左 (こてひだり)	котэ хидари
小手- предплечье,左 - слева		
二	小手右 (こてみぎ)	котэ миги
小手- предплечье, 右 - справа		
三	捨身 (すてみ)	сутэми
捨 – бросать,身- чьё либо тело		
四	繰付 (くりづけ)	кури дзукэ
繰- наматывать,付- прикреплять, присоединять		
抜刀術・無双直伝英信流 (初伝太森流一本目から六本目まで) Батто-дзюцу Мусо дзикидэн Эйсин-рю (Сёдэн Омори рю техники с 1 по 6)		
抜刀術- батто дзюцу- 抜刀- обнажение меча, 術- искусство 無双直伝英信流 – Мусо дзикидэн Эйсин-рю-無双- несравненный, 直伝-прямая передача,英-героический, 信-вера,流- течение, стиль (Несравненный непрерывно передаваемый стиль истинной веры)		
一	前 (まえ)	мае
二	右 (みぎ)	миги
三	左 (ひだり)	хидари
四	後 (うしろ)	усиро
五	八重垣 (やえがき)	яэгаки
六	受流 (うきながし)	уке нагаси
小具足・太刀対太刀の組み太刀 (3本) Когусоку Тачи тай тачи но кумитачи (3 техники)		
一	出合 (であい)	дэ ай
出合- встреча		
二	付込 (つけこみ)	цукэкоми
付込 - преследование		
三	受流 (うけながし)	укэнагаси
受流- парировать, отражать		

三級 (四級にて60回以上出席)

二級 (茶帯)

體術古流実戦技法の形 初伝 表 第四番 (足技)、第五番 (捨身技)

Тайдзюцу корю дзиссэн гихо но ката Сёдэн омотэ Дай ион бан (Аси вадза), Дай го бан (Сутэми вадза)

古流実戦技法の形 – корю дзиссэн гихо но ката, 古流- старинный стиль, 実戦 – битва, 技法 – технические приёмы, 初伝- начальная передача, 形 – форма, 第四番 – четвёртый номер (Техника выполняемая ногами), 第五番 – пятый номер (Техника выполняемая с падением бросающего)

足技・足取り技の名称 (4本)

Аси-ваза – Аси тори ваза но мэйсё (4 техник)

足払(あしはらい)	аси харай	«Сметающая подсечка передней ногой»
小内刈(こうちがり)	ко ути гари	«Бросок рывком на себя ближней ногой изнутри»
太外掛(おそとがけ)	о сото гакэ	«Зацеп дальней ногой снаружи»
太外刈(おそとがり)	о сото гари	«Бросок рывком на себя дальней ногой снаружи»

捨身技の名称 (6本)

Сутэми-ваза но мэйсё (7 техник)

袈裟掛け捨身 (けさがけすてみ)	кэса гакэ сутэми	«Бросок крючком по траектории кэса»
袈裟掛け捨身 (けさがけすてみ)	йоко вакарэ	«Бросок рывком от противника вбок»
天狗取り (てんぐどり)	тэнгу дори	«Захват Тэнгу»
奥足取り捨身 (おくあしどりすてみ)	оку аси тори сутэми	«Бросок секретным переворотом с захватом ноги»
蟹挟 (かにばさみ)	кани басами	«Бросок клещами краба»
悪魔払 (あくまはらい)	акума харай	«Разрушение демона»

抜刀術・無双直伝英信流 (初伝太森流七本目から十一本目まで)

Батто-дзюцу Мусо дзикидэн Эйсин-рю (Сёдэн Омори рю техники с 7 по 11)

抜刀術- батто дзюцу- 抜刀- обнажение меча, 術- искусство, 無双直伝英信流 – Мусо дзикидэн Эйсин-рю-無双- несравненный, 直伝-прямая передача, 英-героический, 信-вера, 流- течение, стиль (Несравненный непрерывно передаваемый стиль истинной веры)

七	介錯 (かいしゃく)	кайсяку
---	------------	---------

八	附込 (つけこみ)	цукэ коми
九	月影 (つきかげ)	цуки кагэ
十	追風 (おいかぜ)	ои кадзэ
十一	抜打 (ぬきうち)	нуки учи
小具足・太刀対太刀の組み太刀 (3本) Когусоку Тачи тай тачи но кумитачи (3 техники)		
三	受流 (うけながし)	укэнагаси
受流- парировать, отражать		
四	受込 (うけこみ)	укэкоми
受込-受- принимать, получать, 込- быть переполненным.		
五	水月刀 (すいげつとう)	суйгэцутто
水月- солнечное сплетение, 刀- меч		
二級 (三級にて60回以上出席)		
一級 (茶帯)		
體術古流実戦技法の形 初伝 表 (28本) Тайдзюцу корю дзиссэн гихо но ката Сёдэн омотэ (28 техника)		
古流実戦技法の形 – корю дзиссэн гихо но ката, 古流- старинный стиль, 実戦 – битва, 技法 – технические приёмы, 初伝- начальная передача, 形 – форма		
手解き初伝居捕りの形(7本) Тэ ходоки Сёдэн Идори но ката (7 техник)		
手解き (てほどき) -тэ ходоки- 手-рука, 解-развязывать, распутывать, 初伝- начальная передача 居捕り защита от атак в положении сидя, 形 - форма.		
霞捕り (かすみとり)	касуми тори	«Во власти тумана»
羽交絞め (はがいじめ)	хагай дзимэ	«Связывание»
添捕り (てんとり)	тэн дори	«Сопровождение»
竹折表 (たけおりおもて)	такэори омотэ	«Ломать бамбук спереди»
竹折裏 (たけおりうら)	такэори ура	«Ломать бамбук сзади»
天狗落 (てんぐおとし)	тэнгу отоси	«Сброс Тэнгу»
天狗返し (てんぐがえし)	тэнгу гаэси	«Переворот Тэнгу»
手技の名称(6本) Тэ-ваза но мэйсё (6 техник)		

技法の名前 Гихо но намаэ	読み ёми	一般名称 иппан мэйсё
山落とし (やまおとし)	яма отоси	«Сброс с горы»
肩車(かたぐるま)	ката гурума	«Переворот через плечи»
引き落とし(ひきおとし)	хики отоси	«Сброс стягиванием»
一本背負投 (いっぽんせおいなげ)	иппон сэой нагэ	«Бросок с наваливанием противника на спину с захватом одной руки»
衣被ぎ(きぬかつぎ)	кину кацуги	«Накинутое одеяние»
搦捕 (からめとり)	карамэ дори	«Держать в подчинении»
体技の名称(5本) Тай-ваза но мэйсё (5 техник)		
腰車(こしぐるま)	коси гурума	«Переворот через поясницу»
鉢回し(はちまわし)	хати маваси	«Вращение восьмёркой»
肘車(ひじくるま)	хидзи гурума	«Колесо вокруг локтя»
太波捕 (おおなみとり)	о нами дори	«Захват большой волны»
足折 (あしおり)	аси ори	«Перелом ноги»
足技・足取り技の名称(4本) Аси-ваза – Аси тори ваза но мэйсё (4 техник)		
足払(あしはらい)	аси харай	«Сметающая подсечка передней ногой»
小内刈(こうちがり)	ко ути гари	«Бросок рывком на себя ближней ногой изнутри»
払腰(はらいごし)	харай гози	«Сметающий бросок бедром»
太外刈(おおそとがり)	о сото гари	«Бросок рывком на себя дальней ногой снаружи»
捨身技の名称(6本) Сутэми-ваза но мэйсё(6 техник)		
袈裟掛け捨身 (けさがけすてみ)	кэса гакэ сутэми	«Бросок крючком по траектории кэса»
横分 (よこわかれ)	йоко вакарэ	«Бросок рывком от противника вбок»
天狗取り (てんぐどり)	тэнгу дори	«Захват Тэнгу»
奥足取り捨身	оку аси тори сутэми	«Бросок секретным переворотом с захватом

(おくあしどりすてみ)		НОГИ»
蟹挟 (かにばさみ)	кани басами	«Бросок клещами краба»
悪魔払 (あくまはらい)	акума харай	«Разрушение демона»

抜刀術・無双直伝英信流 (初伝太森流 1 1 本)  
 Батто-дзюцу Мусо дзикидэн Эйсин-рю (Сёдэн Омори рю 11 техник)

抜刀術- батто дзюцу- 抜刀- обнажение меча, 術- искусство

無双直伝英信流 – Мусо дзикидэн Эйсин-рю-無双- несравненный, 直伝-прямая передача, 英-героический, 信-вера, 流- течение, стиль (Несравненный непрерывно передаваемый стиль истинной веры)

抜刀術・太日本抜刀法 (基本形 7 本)

一	順刀其一 (じゅんとうそのいち)	ДЗЮНТО СОННО ИТИ
二	順刀其二 (じゅんとうそのに)	ДЗЮНТО СОННО НИ
三	追撃刀 (ついげきとう)	ЦУЙГЭКИТО
四	斜刀 (しゃとう)	СЯТО
五	四方其一 (しほうとうそのいち)	СИХОТО СОНО ИТИ
六	四方其二 (しほうとうそのに)	СИХОТО СОНО НИ
七	斬突刀 (ざんとつとう)	ЗАНТОЦУТО

小具足・太刀対太刀の組み太刀 (3 本)  
 Когусоку Тачи тай тачи но кумитачи (3 техники)

六	月影 (つきかげ)	ЦУКИКАГЭ
---	-----------	----------

月影- лунная тень

七	絶妙剣 (ぜつみょうけん)	ЗЭЦУМИО КЭН
---	---------------	-------------

絶妙- превосходный, удивительный, 剣- меч

八	心明剣 (しんみょうけん)	СИНМИО КЭН
---	---------------	------------

心- сердце, душа, 明- свет, 剣- меч

小具足・小太刀対太刀之組太刀 5 本  
 Когусоку ・ Кодачи тай тачи но кумитачи

表 (おもて)

一	左請眼 (ひだりうけめ)	Хидари укеме
---	--------------	--------------

左請眼- левый глаз

二	右請眼 (みぎうけめ)	Миги укеме	
右請眼-			
三	中請眼	Нака укеме	
四	當中劔	До нака цуруги	
當-  храм,中-внутри,劔-меч			
五	下段ノ弛	Гэдан/земля	
下段ノ弛			
短刀 捕りの形 Танто дори но ката			
短刀- короткий меч, нож,捕り – хватать,形- форма			
一	短刀捕り 引き落とし捕り	танто дори хики отоси дори	
二	短刀捕り 腕絡み捕り	танто дори удэ гарами	
三	短刀捕り 小手投げ捕り	танто дори котэ нагэ дори	
四	短刀捕り 頭捕り	танто дори зу дори	
五	短刀捕り 襟投げ捕り	танто дори эри нагэ дори	
六	短刀捕り 雲影捕り	танто дори унга дори	
一級 (二級にて60回以上出席)			
			
中極意 (ちゅうごくい) Тюгокуи	免許 (めんきょ) Мэнкё(Лицензия) 目録心得 [免許] Мокуроку-кокороз [Мэнкё]	段級位・称号 初段,帯許し 一黒帯	伝授内容 (でんじゅないよう) Содержание программы
中-середина,極意- тайна, секрет,目録-каталог,心得- знания, правила, указания, 免許- лицензия, разрешение			

伝授内容 Содержание программы		
體術・柔之体捌き之形（7本）行き合		
柔之体捌き之形- дзю но тайсабаки но ката-柔-мягкий, нежный, 体捌き-тай сабаки-体-тело, 捌き-течь, вытекать, 形 – форма, 行き合 – при встрече (движении)		
拳法・表形 青龍拳形其8本		
拳法 – кэмпо- 拳- кулак, 法-закон, правило, 青龍拳形- сэйрюкэн ката, 青龍- молодой дракон, 拳- кулак, 形 - форма. (約束組み手 – якусоку кумитэ)		
體術古流実戦技法の形 初伝 表 （28本）（防具で試験） Тайдзюцу корю дзиссэн гихо но ката Сёдэн омотэ (28 техники)(Экзамен в богу)		
古流実戦技法の形 – корю дзиссэн гихо но ката, 古流- старинный стиль, 実戦 – битва, 技法 – технические приёмы, 初伝- начальная передача, 形 – форма		
抜刀術・無双直伝英信流（初伝太森流11本） Батто-дзюцу Мусо дзикидэн Эйсин-рю (Сёдэн Омори рю 11 техник)		
抜刀術- батто дзюцу- 抜刀- обнажение меча, 術- искусство, 無双直伝英信流 – Мусо дзикидэн Эйсин-рю-無双- несравненный, 直伝-прямая передача, 英-героический, 信-вера, 流- течение, стиль (Несравненный непрерывно передаваемый стиль истинной веры)		
抜刀術・大日本抜刀法（基本形7本） Батто дзюцу Дай Ниппон батто хо (кихон ката 7 техник)		
一	順刀其一（じゅんとうそくいち）	ДЗЮНТО СОННО ИТИ
二	順刀其二（じゅんとうそくにし）	ДЗЮНТО СОННО НИ
三	追撃刀（ついげきとう）	ЦУЙГЭКИТО
四	斜刀（しゃとう）	СЯТО
五	四方其一（しほうとうそくいち）	СИХОТО СОНО ИТИ
六	四方其二（しほうとうそくにし）	СИХОТО СОНО НИ
七	斬突刀（ざんとつとう）	ЗАНТОЦУТО
抜刀術・大日本抜刀法（奥伝4本） Батто дзюцу Дай Ниппон батто хо (окудэн 4 техники)		
八	前敵逆刀（ぜんてきぎゃくとう）	ЗЭНТЭКИ ГЬЯКУ ТО
九	多敵刀（たてきとう）	ТАТЭКИ ТО
十	後敵逆刀（こてきぎゃくとう）	КОТЭКИ ГЬЯКУ ТО
十一	後敵抜打（こてきぬきうち）	КОТЭКИ НУКИ УЧИ

小具足・太刀対太刀の組み太刀（8本）  
 Когусоку Тачи тай тачи но кумитачи (8 техник)

小具足・小太刀対太刀之組太刀（8本）  
 Когусоку Кодачи тай тачи но кумитачи

表（おもて）

一	左請眼（ひだりうけめ）	Хидари укеме
---	-------------	--------------

左請眼- левый глаз

二	右請眼（みぎうけめ）	Миги укеме
---	------------	------------

右請眼-

三	中請眼（なかうけめ）	Нака укеме
---	------------	------------

四	當中劔（どうなかつるぎ）	До нака цуруги
---	--------------	----------------

當- храм, 中-внутри, 劔-меч

五	下段ノ弛（げだん・ち）	Гэдан/земля
---	-------------	-------------

初段（一級にて100回以上出席）



極意  
 (ごくい)  
 Гокуи

免許（めんきょ）  
 Мэнкё(Лицензия)  
 中極意心得  
 Тюгокуи кокороз

段級位・称号  
 式段（指導員）  
 帯許し一黒帯

伝授内容  
 (でんじゅないよう)  
 Содержание программы

中-середина, 極意- тайна, секрет, 心得- знания, правила, указания

體術・古流実戦技法之形中伝裏初級の名称(11本)  
 Корю Дзиссэн гихо но ката Чудэн Ура Сёкю но мэйсё (11 техник)

古流実戦技法の形 – корю дзиссэн гихо но ката, 古流- старинный стиль, 実戦 – битва, 技法 – технические приёмы, 中伝- средняя передача, 裏 - обратная сторона, 形 – форма

手技の名称(8本)  
 Тэ-ваза но мэйсё (8техник)

技法の名前 Гихо но намаэ	読み ёми	一般名称 иппан мэйсё
一本背負投 (いっぽんせおいなげ)	иппон сэой нагэ	«Бросок с наваливанием противника на спину с захватом одной руки»
肩車(かたぐるま)	ката гурума	«Переворот через плечи»
内股返し(うちまたがえし)	ути мата гаэси	«Сброс подбивом бедра рукой переворотом»
裾払い(そとあしすくい)	сусо харай	«Бросок за нижнюю кромку одежды»
踵返 (きびすがえし)	кибису гаэси	«Выкручивание пятки»
片羽落し(かたはおとし)	ката ха отоси	«Сброс загибанием крыла»
行き違い(ゆきちがい)	юки тигаи	«Разминуться при проходе»
逆手背負い投げ (ぎゃくてせおいなげ)	гьяку тэ сэойнагэ	«Бросок с наваливанием противника на спину перегибанием руки»
体技の名称(4本) Тай-ваза но мэйсё (4 техники)		
払腰(はらいごし)	харай гози	«Бросок через поясницу сметающим движением ноги»
鉢回し(はちまわし)	хати маваси	«Вращение головы»
胴返し(どうがえし) 谷落 (たにおとし)	до гаэси (тани отоси)	«Вращение туловища»
足取り胴返し (あしどりどうがえし)	аси тори до гаэси	«Вращение туловища захватом ноги»
抜刀術・無双直伝英信流 (初伝大森流 11本) Батто-дзюцу Мусо дзикидэн Эйсин-рю (Сёдэн Омори рю 11 техник)		
抜刀術- батто дзюцу- 抜刀- обнажение меча, 術- искусство, 無双直伝英信流 – Мусо дзикидэн Эйсин-рю-無双- несравненный, 直伝-прямая передача,英-героический, 信-вера, 流- течение, стиль (Несравненный непрерывно передаваемый стиль истинной веры)		
抜刀術・太日本抜刀法 (基本形 7本) Батто-дзюцу Дай Ниппон батто хо (Кихон ката 7 техник)		
一	順刀其一 (じゅんとうそくいち)	дзюнто сонно ити
二	順刀其二 (じゅんとうそくに)	дзюнто сонно ни
三	追撃刀 (ついげきとう)	цуйгэкито
四	斜刀 (しゃとう)	сято

五	四方其一（しほうとうそのいち）	СИХОТО СОНО ИТИ
六	四方其二（しほうとうそのに）	СИХОТО СОНО НИ
七	斬突刀（ざんとつとう）	зантоцутто
抜刀術・太日本抜刀法（奥伝形 4 本） Батто-дзюцу Дай Ниппон батто хо（Окудэн ката 4 техники）		
八	前敵逆刀（ぜんてきぎゃくとう）	ЗЭНТЭКИ ГЪЯКУ ТО
九	多敵刀（たてきとう）	ТАТЭКИ ТО
十	後敵逆刀（こてきぎゃくとう）	КОТЭКИ ГЪЯКУ ТО
十一	後敵抜打（こてきぬきうち）	КОТЭКИ НУКИ УЧИ
小太刀・正中円極技（4 本） Кодати Сэйтюэнкёку вадза（4 техники）		
小太刀-малый меч, 正中- самая середина, 円-круг, 極- высший предел, 技- техника		
一	一番・一の小太刀／抜刀受け／抜き掛け／足払い	
Ити но кодачи - батто укэ, нуки гакэ, аси харай		
二	二番・二の小太刀／右受け流／正面打／腕絡み変化技	
Ни но кодачи – миги укэ нагаси, сёмэн учи, удэ гарами хэнка вадза		
三	三番・三の小太刀／抜刀受／左受け流／正面打／腕拉ぎ変化技	
Сан но кодачи – батто укэ, хидари укэ нагаси, сёмэн учи, удэ хисиги хэнка вадза		
四	四番・四の小太刀／返小手打／肩極め／足内回転投げ	
Йон но кодачи – каэси котэ учи, ката кимэ, аси учи кайтэн нагэ		
體術・無刀捕 表 6 本 Муто дори омотэ（6 техник）		
無刀-無- ничего, не иметь 刀-меч、捕- поймать, захватить		
青竜残心之形（3 本） Сэйрю зансин но ката（2 техники）		
青竜 - 青- голубой, зелёный, молодой, 竜- дракон, 残心- состояние сознания, после проведения приёма или пуска стрелы, позволяющее контролировать противника		
一	鞘止め、腕固め	
сая домэ, удэ гатамэ		
二	柄頭当て、上げ受け、みつぶし、柄返し	
цука гасира атэ, агэ укэ, мицубуси, цука гаэси		
三	柄止め、柄頭当て、引き落とし	
цука домэ, цука гасира атэ, хики отоси		

空拳形 (3本)  
Кукэн ката (3 техники)

空- пустота, 拳 - кулак

一 柄止め、みつぶし、手刀打ち、腕拉ぎ変化技

цука домэ, мицубуси, сјото учи, удэ хисиги хэнка вадза

二 添手当て、回し蹴り中段、關節蹴り、肘当て、柄返し

соэтэ атэ, маваси гери тјудан, кансэцу гери, хидзи атэ, цука гаэси

三 右開き足、手刀打ち、肘当て、肘打ち、逆背負投げ

миги хирака аси, сјото учи, хидзи атэ, хидзи ути, гъаку сэой нагэ

古流十手の形 (4本)  
Корю дзјуттэ но ката (4 техники)

順番	技之名前	読み
----	------	----

一	右劍 (うけん)	укэн
---	----------	------

右劍- меч справа

二	左劍 (さけん)	сакэн
---	----------	-------

左劍- меч слева

三	残劍 (ざんけん)	занкэн
---	-----------	--------

残劍- 残-оставаться, 劍- меч

四	押し上げ劍 (おしあげけん)	оси агэ кэн
---	----------------	-------------

押し上げ劍- 押し上げ- толкать вверх, 劍- меч

式段 (初段取得後2年以上経過し、200日以上稽古した者)



奥儀 (おくぎ)  
Окуги

免許 (めんきょ)  
Мэнкё(Лицензия)  
極意心得 [免許]  
Гокуи кокорозэ

段級位・称号  
四段 (副師範)  
帯許し一黒帯

伝授内容 (でんじゅないよう)  
Содержание программы

	[Мэнкё]		
奥- скрытый, секретный, 儀- церемония、 極意心得 [免許] 極意- тайна, секрет, 心得- знания, правила, указания、 副 – ассистент, помощник, 師範 - наставник、			
體術・表裏の形 Тайдзюцу Хъори но ката			
表裏- внешняя и внутренние стороны, лицо и изнанка.			
順番	返し技の連続	読み	
一	拳当て (こぶしあて)	кобуси атэ	
二	後ろ首絞め (うしろくびしめ)	усиро куби симэ	
三	行き違い (ゆきちがい)	юки тигаи	
四	肘捻り (ひじひねり)	хидзи хинэри	
五	腕抑え(うでおさえ)	удэ осаэ	
六	腕抑え(うでおさえ)	удэ осаэ	
七	足掬い(あしすくい)	аси сукуи	
八	横面打ち (よこめんうち)	йокомэн учи	
九	四方投げ (しほなげ)	сихо нагэ	
十	天秤投げ (てんびんなげ)	тэнбин нагэ	
十一	迎え倒し (むかえだおし)	мукаэ даоси	
十二	片羽返し (かたはがえし)	ката ха гаэси	
十三	肩車 (かたぐるま)	ката гурума	
體術・古流実戦技法之形中伝裏弍級の名称 (11本) Корю Дзиссэн гихо но ката Чудэн Ура Никю но мэйсё(11 техник)			
足技・足取り技の名称 (3本) Аси-ваза – Аси тори ваза но мэйсё (3 техники)			
太内刈(おうちがり)	о ути гари	«Бросок рывком на себя дальней ногой изнутри»	
小内刈(こうちがり)	ко ути гари	«Бросок рывком на себя ближней ногой изнутри»	
内股引き落とし (うちまたひきおとし)	ути мата хики отоси	«Сброс подбивом бедра изнутри стягиванием»	
捨身技の名称 (8本) Сутэми-ваза но мэйсё (8 техник)			

内巻き込み (うちまきこみ)	ути макки коми	«Бросок с наматыванием противника на себя и падением на бок с захватом изнутри»
首絞め捨身 (くびしめすてみ)	куби симэ сутэми	«Бросок сдавливанием шеи»
水車 (みずぐるま)	мизу гурума	«Водяное колесо»
足巴 (あしどもえ)	аси томоэ	«Бросок по траектории томоэ»
首巴 (くびどもえ)	куби томоэ	«Бросок по траектории томоэ с захватом шеи»
肘込み巴 (ひじこみともえ)	хидзи коми томоэ	«Бросок по траектории томоэ с входом через атаку локтя»
捨身十字絞め (すてみじゅうじじめ)	сутэми дзюдзи дзимэ	«Бросок рычагом локтя»
回転奥足折裏 (かいてんくあしおりうら)	кайтэн оку аси ори омотэ	«Бросок переворотом с рычагом колена сзади»

小具足・扇子捕 (10本)

Сэнсу дори

扇子捕- сэнсу дори-扇子- складной веер, 捕- хватать, ловить, 鉄扇術-тессэн дзюцу- 鉄扇- металлический веер,術- искусство.

鉄扇術 表 (太刀捕) 5本, 裏 (短刀捕) 5本

鉄扇 – железный веер, 術 – искусство, 表 – внешняя сторона, 太刀 – длинный меч, 捕 – захватывать, (短刀捕), 短刀 – короткий меч, 捕 – захватывать

小具足・鎖鎌術の形(6本)

Кусари кама но ката

鎖 – цепь, 鎌- серп, 術- искусство

十文字後ろ首掛け	дзюмондзи усиро куби какэ	«цеплять шею сзади по траектории иероглифа дзю »
十文字前首掛け	дзюмондзи маэ куби какэ	«цеплять шею спереди по траектории иероглифа дзю »
刎ね斬り	ханэ кири	«резать крыло»
目潰し	мэцу буси	«ослепление»
太刀縛り	тати сибари	«связывание меча»

小具足・柄搦之型 (8本)

Цука сабаки но ката

柄- рукоятка меча, 捌 - распутывать		
順番	技の名前 ваза но намаэ	読み ёми
一	柄落 (つかおとし)	цука отоси
柄 – рукоять меча, 落 - падать, сваливать		
二	柄碎(つかくだき)	цука кудаки
柄 – рукоять меча, 碎 – разбивать, раздроблять		
三	柄倒し (つかたおし)	цука таоси
柄 – рукоять меча, 倒し – падать, валить, рушить		
四	引捕 (ひきどり)	хики дори
引き- тянуть, тащить, 捕- хватать, поймать, захватить		
五	鑑返し (こじりがえし)	кодзири гаэси
鑑- наконечник ножен, 返し- возвращать		
六	鑑止め (こじりどめ)	кодзири домэ
鑑- наконечник ножен, 止め – прекращать, переставать		
七	柄絡み (つかがらみ)	цука гарами
柄 – рукоять меча, 絡み – обвивать, цепляться		
八	打ち込み (うちこみ)	утикоми
打ち- бить, ударять, 込み – быть переполненным		
小具足・早繩の形(4本) Хаянава но ката		
早繩術- быстрая верёвка, 捕- хватать, ловить, 繩- верёвка, 術- искусство, 早繩-быстрая верёвка		
十文字繩	дзю мондзи нава	十文字- в виде иероглифа дзю, 繩 - верёвка
菱繩	хиси нава	菱 – водяной орех, 繩 - верёвка
肩掛け繩	ката какэ нава	肩- плечи, 掛け- накидывать, 繩 - верёвка
手錠繩	тэдзё нава	肩- плечи, 掛け- накидывать, 繩 - верёвка
抜刀術・抜刀術・無双直伝英信流 (初伝太森流 11本) Батто-дзюцу Мусо дзикидэн Эйсин-рю (Сёдэн Омори рю 11 техник)		

抜刀術- батто дзюцу- 抜刀- обнажение меча, 術- искусство: 無双直伝英信流 – Мусо дзюкидэн Эйсин-рю-無双- несравненный, 直伝-прямая передача,英-героический, 信-вера, 流- течение, стиль (Несравненный непрерывно передаваемый стиль истинной веры)

抜刀術・大日本抜刀法（基本形 7 本と奥伝 4 本）  
 Батто-дзюцу Дай Ниппон батто-хо ( Кихон ката 7 техник и Окуден 4 техники)

抜刀術・長谷川英信流（立膝之部 10 本）  
 Хасэгава Эйсин-рю (татэхидза но бу10 техник)

順番	技の名前	読み
一	横雲（よこぐも）	ёко гумо
二	虎一足（とらいつそく）	тора иссоку
三	稲妻（いなずま）	инадзума
四	浮雲（うきぐも）	укигумо
五	嵐（おろし）	ороси
六	岩波（いわなみ）	иванами
七	鱗返（うろこがえし）	уроко гаэси
八	浪返（なみがえし）	нами гаэси
九	滝落（たきおとし）	таки отоси
十	真向（まっこう）	макко

参段（忒段取得後 3 年以上経過し、300 日以上稽古した者）



皆伝（かいでん） Кайдэн	免許（めんきょ） Мэнкё(Лицензия) 皆伝心得 / 免許・虚 之巻 Кайдэн кокороз (Мэнкё Кё но маки)	段級位・称号・ 帯許し一黒帯	伝授内容（でんじゅないよう） Содержание программы
--------------------	---	-------------------	--

皆伝- полная передача, 心得- знания, правила, указания, 虚之巻- свиток «Пустоты» 師範 – наставник, 代- представитель

抜刀術・抜刀術・無双直伝英信流（初伝大森流 11 本）  
 Батто-дзюцу Мусо дзикидэн Эйсин-рю (Сёдэн Омори рю 11 техник)

抜刀術- батто дзюцу- 抜刀- обнажение меча, 術- искусство: 無双直伝英信流 – Мусо дзикидэн Эйсин-рю-無双- несравненный, 直伝-прямая передача, 英-героический, 信-вера, 流- течение, стиль (Несравненный непрерывно передаваемый стиль истинной веры)

抜刀術・太日本抜刀法（基本形 7 本と奥伝 4 本）  
 Батто-дзюцу Дай Ниппон батто-хо ( Кихон ката 7 техник и Окуден 4 техники)

抜刀術・長谷川英信流（立膝之部 10 本）  
 Хасэгава Эйсин-рю (татэхидза но бу 10 техник)

抜刀術・長谷川英信流（奥居合居業之部 8 本）  
 Хасэгава Эйсин-рю (оку иай ивадза но бу 8 техник)

順番	技の名前	読み
一	霞（かすみ）	касуми
二	脛圍（すねがこい）	сунэ гакоэ
三	戸詰（とどめ）	тодомэ
四	戸脇（とわき）	товаки
五	四方切（しほきり）	сихо гири
六	棚下（たなした）	танасита
七	両詰（りょうつめ）	рёдзумэ
八	虎走（とらばしり）	торабасири

抜刀術・長谷川英信流（奥居合立業之部 13 本）  
 Хасэгава Эйсин-рю (оку иай тачивадза но бу 13 техник)

順番	技の名前	読み
一	行連（ゆきつれ）	юки дзурэ
二	連達（つれたち）	цурэ тачи
三	惣捲（そうまくり）	со макури
四	惣留（そうどめ）	со домэ
五	信夫（しんのぶ）	синобу
六	行違（いきちがい）	ики тигаи
七	袖摺返（そですりがえし）	содэ сури гаэси
八	門入（もんいり）	мон ири

九	壁添 (かべぞえ)	кабэ зоэ
十	受流 (うきながし)	уки нагаси
十一	暇乞一 (いたまごい1)	итамагои 1
十二	暇乞二 (いたまごい2)	итамагои 2
十三	暇乞三 (いたまごい3)	итамагои 3

抜刀術・古伝英信流形太刀打之位 (10本)  
Кодэн Эйсин-рю ката Тачи учи но курай(10 техник)

太刀打之位 – тати ути но курай, 太刀-меч, 打- бить, ударять, 位-положение

順番	技の名前	読み
一	出合 (であい)	дэай
二	附込 (つきこみ)	цукикоми
三	請流 (うけながし)	укэнагаси
四	水月刀 (すいげつとう)	суйгэцутто
五	請込 (うけこみ)	укэкоми
六	月影 (つきかげ)	цукикагэ
七	絶妙剣 (ぜつきょうけん)	зэцу мио кэн
八	独妙剣 (どくみょうけん)	доку мио кэн
九	心明剣 (しんみょうけん)	син мио кэн
十	打込 (うちこみ)	утикоми

抜刀術・早抜之部 (10本)  
Хаянуки но бу (10 техник)

早抜之部 – хаянуки но бу, 早- быстрый, 抜- извлекать, 部-раздел

順番	技の名前	読み
一	横雲 (よこぐも)	ёко гумо
二	虎一足 (とらいつそく)	тора иссоку
三	稲妻 (いなずま)	инадзума
四	浮雲 (うきぐも)	укигумо
五	嵐 (おろし)	ороси
六	鱗返 (うろこがえし)	уроко гаэси
七	岩浪 (いわまみ)	иванами

八	浪返 (なみがえし)	нами гаэси
九	滝落 (たきおとし)	таки отоси
十	受流 (うけながし)	укэ нагаси

抜刀術・番外の部 (3本)

Бангай но бу (3 техники)

番外 – выше установленной программы

順番	技の名前	読み
一	速浪 (はやなみ)	хаянами
二	雷電 (らいでん)	райдэн
三	迅雷 (じんらい)	дзинрай

奥伝英真流大小詰 (8本)

Окудэн Эйсин рю дай сё цумэ(8 техник)

順番	技の名前	読み
一	抱詰 (だけづめ)	дакэ дзумэ
二	骨防扱 (返) (こっぽ) (がえし)	коппо(гаэси)
三	柄留 (つかどめ)	цука домэ
四	小手留 (こてどめ)	котэ домэ
五	胸留 (むねどめ)	мунэ домэ
六	右伏 (みぎふせ)	миги фусэ
七	左伏 (ひだりふせ)	хидари фусэ
八	山影詰 (やまかげづめ)	яма кагэ дзумэ

得物取り (短刀、長刀、短枝、十手、鎖鎌)

Эмон дори (танто, катана, тандзё, дзюттэ, кусарикама)

得物取り - емоно дори, 得 - получать, завоевывать, 物 - вещь, предмет, 取り - брать, получать



五段（四段取得後 7 年以上経過し、400 日以上稽古した者）

六段（五段取得後 9 年以上経過し、500 日以上稽古した者）

# Начиная с уровня 中極意- Тюгокуи обучающиеся могут приступить к сдаче разделов 心月無想柳流柔術 Сингэцу мусо янаги-рю дзюдзюцу, как отдельной дисциплины.

アリサンデル・アラバジーエフ（新刃寺風）

範士八段総師範 明德虚心流柔術

範士歩七段 総師範 日本柔術 大日本武徳会

教士七段 空手道 大日本武徳会

錬士五段 居合道 大日本武徳会

