

**ВАЛЕРИЙ  
МОМОТ**

---

---

戸  
隠  
流  
忍  
法

Валерий  
МОМОТ

том 1

ОГЛАВЛЕНИЕ

ТРАДИЦИОННОЕ ОРУЖИЕ  
**НИНДЗЯ**



«СОФИЯ» КИЕВ  
1997

Валерий Момот

Суперобложка:  
О. Бадьо

В. Момот. Традиционное оружие ниндзя.  
К.: «София», Ltd. 1997. — 288 с.

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

Автор искренне надеется, что книга «Традиционное оружие ниндзя» поможет сделать новый шаг на пути к мастерству всем тем, кто стремится постигнуть искусство нин-дзюцу во всей его полноте и многогранности.



© «София», Киев, 1997

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ.....	7
Часть первая	
ПРИНЦИПЫ ВЛАДЕНИЯ ОРУЖИЕМ НИНДЗЯ.....	9
Часть вторая	
ХАНБО-ДЗЮЦУ — ИСКУССТВО БОЯ КОРОТКОЙ ПАЛКОЙ.....	19
Глава 1. Внешний вид и правильный захват ханбо	
Глава 2. Ханбо-камаэ-но ката — боевые позиции с ханбо	
Глава 3. Хаппо-но ханбо-ката — восемь базовых ударов ханбо	
Глава 4. Го-куми-но ханбо — жесткие ударные комбинации с использованием ханбо	
Глава 5. Дзю-куми-но ханбо — «мягкая» техника ханбо	
Программа	
Часть третья	
КУСАРИ-ДЗЮЦУ — ИСКУССТВО БОЯ КОРОТКОЙ ЦЕПЬЮ.....	93
Глава 1. История и строение манрики-гусари	
Глава 2. Общие принципы работы с цепью	
Глава 3. Основные навыки для овладения техникой цепи	
Глава 4. Кусари-дзюцу-но камаэ. Боевые позиции с цепью	
Глава 5. Кусари кихон-гата — основная техника работы с цепью	



Глава 6. Основы тактического рисунка боя с цепью (кусари-хэйхо)

Глава 7. Болевые точки, используемые в технике цепи (кюсе)

Часть четвертая

СИНОБИ КЕН-ДЗЮЦУ — ИСКУССТВО

ВЛАДЕНИЯ МЕЧОМ НИНДЗЯ ..... 173

Глава 1. Синоби кэн-дзюцу — искусство владения мечом ниндзя

Глава 2. Внешний вид и устройство меча ниндзя

Глава 3. Правильный хват меча. Выхватывание и вкладывание меча в ножны

Глава 4. Субури — базовое упражнение с мечом

Глава 5. Кэн-камаэ-по ката — боевые позиции с мечом

Глава 6. Синоби кэн-дзюцу-но кихон-вадза

— десять базовых ударов мечом ниндзя

Глава 7. Синоби-йай-дзюцу-но кихон-гата

— базовые формы мгновенного обнажения меча с последующим ударом в технике ниндзя

Глава 8. Техника вариативного использования

меча ниндзя (Синоби-кэн-по хэнкап-вадза)

ГЛОССАРИЙ..... 250

## ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

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

Считая такое положение вещей абсолютно неприемлемым, в особенности у нас в стране, где интерес к нин-дзюцу не только не угас, но даже возрастает, и учитывая, что хороших квалифицированных инструкторов все еще очень и очень мало, хотя мы и прилагаем все усилия, чтобы исправить это, мне кажется, что книга, написанная в простой и доступной форме, является очень уместной. Она сможет помочь множеству людей если не овладеть, то хотя бы разобраться в вопросе, связанном с техникой владения оружием ниндзя, дошедшей до нас благодаря великодушию Великого Мастера в тридцать четвертом поколении школы Тогакурэ-рю нин-дзюцу доктора Масааки Хацуми, основателя и руководителя удзинкан додзэ — единс-





твенной современной школы, где все еще сохраняются традиции *синоби* в их наиболее полной форме. Она также поможет вдумчивому читателю отделить «зерна от плевел», правду от вымысла и, отбросив все ненужное, напрямую приблизиться к истине понимания и осознания того наследия, которое известно нам сегодня под названием «Нин-дзюцу».

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

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

С пожеланием успехов на избранном пути!

Нинпо Иккан!

В. Момот

## Часть первая

# ПРИНЦИПЫ ВЛАДЕНИЯ ОРУЖИЕМ

## НИНДЗЯ

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

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

Нужно жить тем искусством, которое исповедуешь. У воина принципы его боевого искусства и жизненные установки не противоречат друг другу. На социальные или бытовые пробле-



мы он смотрит сквозь призму реалий схватки, а бой воспринимает как неотрывную часть собственной жизни. Только полное слияние боевого искусства и самого существования воина могут дать ему истинное мастерство и позволить достичь высочайших вершин в духовном и физическом совершенстве на пути, однажды им избранном. В жизненных перипетиях он находит утешение и поддержку в своем искусстве, а жизнь дает ему основу для дальнейшего роста его мастерства как воина.

Начиная изучать искусство владения оружием ниндзя, прежде всего необходимо уяснить, что, как это ни парадоксально звучит, в нин-дзюцу нет такого понятия как «оружие». Вместо этого используется понятие «орудие» (*гу*), что в корне меняет отношение практикующего к тому предмету, с которым он занимается. Действительно, если в слово «оружие» изначально заложено понятие какого-либо предмета, предназначенного только для охоты или убийства себе подобных, то «орудие» носит гораздо более широкий смысл, прежде всего касающийся его полезности и необходимости для жизни. В нин-дзюцу такое отличие от других боевых искусств вовсе не случайно и обусловлено множеством причин. Первая и наиболее важная сторона вопроса касается психологических установок самого человека. Когда в его руках оказывается «оружие», человек начинает всецело полагаться на его смертоносную силу, часто забывая о том, что еще он может или умеет. И если вдруг он лишается этого «предмета, дающего силу» по обстоятельствам, от него не зависящим, он оказывается абсолютно беспомощным перед лицом надвигающейся опасности, так как находится в этот момент в состоянии, близком к «бонно» (термин, взятый из практики Дзэн, обозначающий буквально «ментальная пауза» или «застывший (зациклившийся на чем-либо) ум»). Его сознание фиксируется на потере и не может мгновенно переключиться на работу в безоружном режиме. Исход один — он терпит поражение. Для ниндзя главным оружием является он сам — его тело и сознание, а орудия (*нин гу*) лишь улучшают те или иные механические, силовые или пространственные качес-



тва, ему свойственные. Так, например, веревкой удобно душить или связывать; ножом резать, мечом рубить или колоть, сюрикэн прекрасно поражает цель на дальней дистанции — но и только. Все это отнюдь не означает, что необходимо отдавать предпочтение одному в ущерб другому или вообще делать из какого-либо предмета культ, подобно культу самурайского меча. Руководят и направляют любой предмет человеческий разум и тело, его умения, знания и опыт.

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

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

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

К «палкам» обычно относят все виды шестов, палок или дубинок, которые можно использовать для боя. Прежде всего, это *ханбо* (палка длиной около 1 м), так как подобной длины палку использовать (т. е. найти, носить с собой и т. д.) удобнее и эффективнее всего. Сюда же относят маленькие палочки раз-

личной длины (но не более 20 см) — *явара, конго, эда-коппо* и т. д., эффективные на ближней дистанции, и варианты *бо* (шеста длиной около 2 м), действенные на дальней дистанции. Любой сходный по длине и толщине предмет (шест, весло, трость, палочки для еды и т. д.) — все это соотносится с «палками»...

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

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

«Метательное оружие» — это не только хорошо известные сюрикэны, но и лук со стрелами (*йуми* и *йа*), и миниатюрные гранаты (*нагэ-тэнпо*), и ослепляющая смесь (*мэцубуси*), и духовая трубка (*фукийа*), и, конечно, огнестрельное оружие...

К «комбинированному оружию» чаще всего принято относить *кусарикаму* (сerp с цепью), *киокэtsу сеге* (двухлезвийный кинжал с веревкой), *кагинаву* (крюк с веревкой) и *синоби-дзуэ* (полый шест со скрытым в нем лезвием, цепью и др.)...

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

Принцип аналогии предполагает, что любой предмет, похожий на тот, с которым ниндзя тренировался, может быть аналогично использован в бою. К примеру, для ниндзя не имеет значения, «классической» у него в руках формы *танто* или же это подвернувшийся вовремя ножницы, — воин с одинаковым успехом может, не задумываясь, использовать и то, и другое. Это отвергает концепцию «канонических» видов оружия — формы, веса или размеров — с ее непримиримой позицией по отношению к другим, «неканоническим» видам. Конечно, оп-

ределенные размеры или требования к оружию ниндзя существуют, но только в той мере, в которой предмет будет соответствовать принципам работы с ним, изначально заложенных в самом искусстве.

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

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

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

Следующий принцип *Ин-син тонкэй* — «Минимальными усилиями — максимальный результат» — учит ниндзя побеждать не силой, а умением, не напором, а хитростью и знанием слабостей противника. Кроме того, он подразумевает постоянную экономичность любых движений, строгую рациональность и точный интуитивный расчет, основанный на рефлексном реагировании на действия противника. Использовать



Ин-син тонкэй невозможно, если этот принцип так же, как и принцип Естественности, не станет одним из принципов вашей жизни.

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

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

- Кикэн тай (Энергия тела как оружие),
- Хэйко (Равновесие),
- Кухо (Девять направлений),
- Маай (Оптимальная дистанция),
- Доай (Защита как атака),
- Нагарэ (Текучесть движений),
- Ришудо (Ритм),
- Котсу (Сущность техники).

Кикэн тай, в отличие от общепринятого в различных боевых искусствах Сидзэн тай («естественного положения тела»), подразумевает нефиксированность бедер и плеч в момент нанесения удара, а также небольшой наклон корпуса вслед выпол-

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

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

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

Маай — оптимальная дистанция для боя — один из основных принципов, которые позволяют сделать технику, используемую ниндзя в бою, действенной и эффективной. Существуют три основные дистанции — ко ма (ближняя дистанция), когда расстояние между противниками не превышает 1 м, собственно маай (букв. «гармоничная дистанция») или тика ма (средняя дистанция) — расстояние между бойцами от 1 до 1,5 м, и тоо ма (дальняя дистанция), когда противники нахо-



дятся на расстоянии более 1,5 м. Для любой из трех основных дистанций существует своя тактика и стратегия (*хэйхо буряку*), но основным правилом является такая позиция по отношению к противнику, в которой он не может эффективно атаковать ниндзя, так же как и сколь-нибудь действенно защищаться. Чаще всего такой позицией считается выход «наружу» по отношению к одной из конечностей противника, осуществляемый во время его атаки, или перемещение к нему за спину. В книге читатель сможет найти немало примеров оптимального использования принципа *маай*.

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

*Нагарэ* (текучесть движений) — очень важный принцип, часто неправильно понимаемый. Текучесть, плавность движений отнюдь не означает некую замедленность или слабость; прежде всего под «нагарэ» подразумевается плавный (т. е. рациональный, легкий и эффективный) переход от одного приема к



другому, а также «нефиксированность» сознания в бою, что, в свою очередь, позволяет легко видоизменять рисунок боя по собственному желанию, не стремясь завершать каждый прием по отработанному на тренировке шаблону. Этот принцип можно осуществить на практике, только владея максимально большим комплексом базовых действий — ударов, бросков и т. д. Ни о каком «нагарэ» не может быть и речи там, где нет отшлифованной до совершенства базовой техники (*кихон-гата*). В этой книге вы найдете большинство движений кихон-гата, относящихся к базовым видам оружия ниндзя.

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

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

И еще. Помните, что «война — это путь хитрости» (*Сунь-цзы*). Искусство ниндзя не приемлет прямых путей. Поразмышляйте над тем, что имели древние мастера в виду, когда утверждали, что истинное нин-дзюцу всегда «*Кедзицу тэн-кан*

хо» (Искусство, в котором обман представлен правдой, а правда — обманом). Не забывайте об общей Ин (скрытой, темной) направленности искусства воинов-теней, и тогда вы сможете извлечь из своей практики максимум эффективности, сделав ее не просто «физическими упражнениями для укрепления здоровья», но реальным жизненным искусством, в котором сам бой станет для вас жизнью, а жизнь — вещью, в которой всегда есть место смертельной битве.

## Часть вторая ХАНБО-ДЗЮЦУ — ИСКУССТВО БОЯ КОРОТКОЙ ПАЛКОЙ

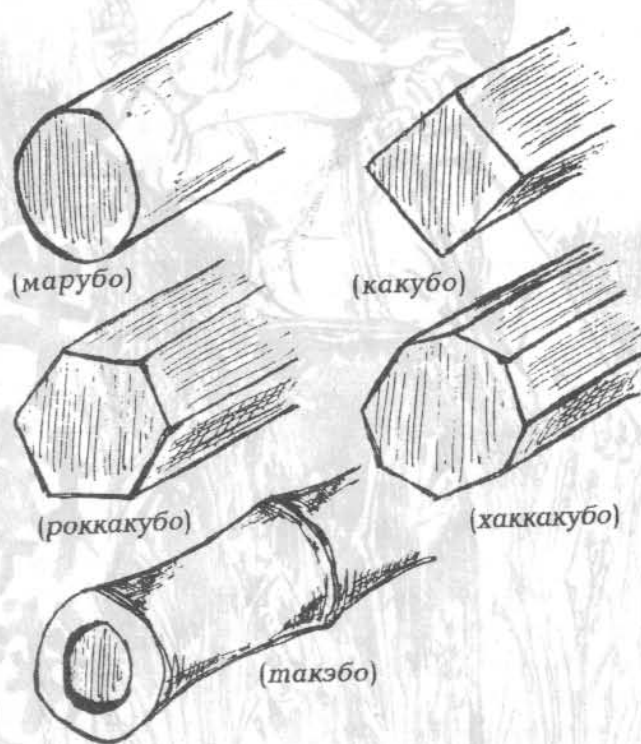




## Глава 1. Внешний вид и правильный захват ханбо

Ханбо представляет собой деревянную палку около 1 м длиной, диаметром 2,5—3 см. Ханбо бывает в сечении круглой (мару-бо), квадратной (каку-бо), шестигранной (роккаку-бо), восьмигранной (хаккаку-бо) или бамбуковой (такэ-бо) — рис. 2.1. Независимо от толщины или сечения оружия техника боя с его использованием не изменяется.

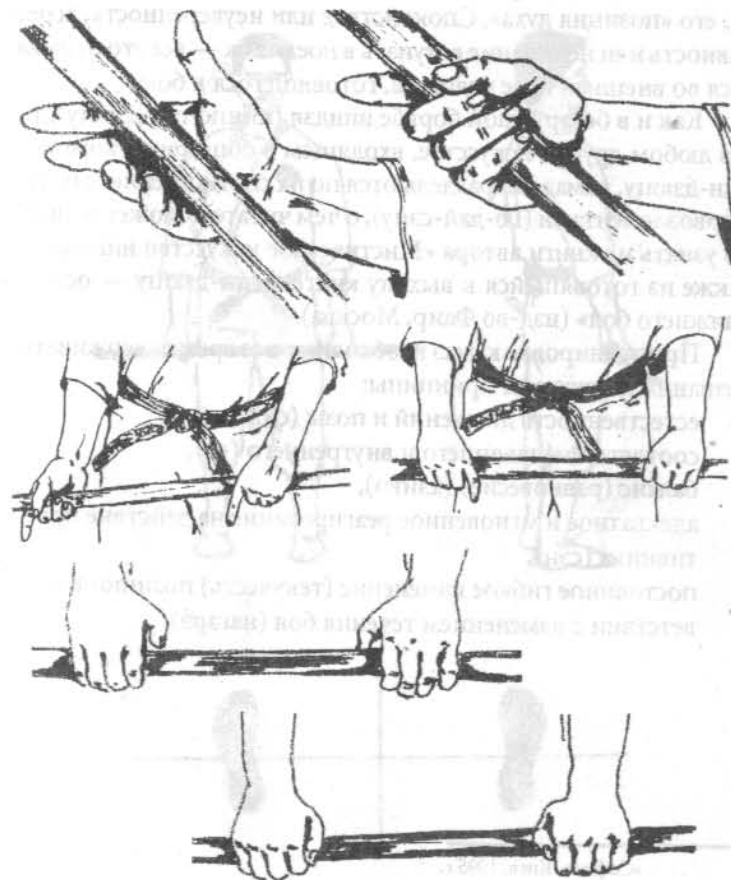
От правильного захвата ханбо (хонтэ-монти) зависит эффективность проведения той или иной техники, поэтому уде-



лите изучению легкого, ненапряженного захвата достаточное количество времени.

Правильный захват ханбо показан на рис. 2.2—2.5. Удерживайте оружие крепко, но ненапряженно. Палка расположена по диагонали ладони, указательные пальцы почти выпрямлены.

Неправильные захваты, часто встречающиеся у новичков, показаны на рис. 2.6—2.7.



## Глава 2. Ханбо-камаэ-но ката — боевые позиции с ханбо

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

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

Как и в безоружной борьбе ниндзя (нинпо тай-дзюцу), так и в любом другом искусстве, входящем в обширный комплекс нин-дзюцу, камаэ подразделяются по их соотношению с пятью Первоэлементами (Го-дай-сэцу), о чем читатель может подробно узнать из книги автора «Мистическое искусство ниндзя», а также из готовящейся к выходу книги «Нин-дзюцу — основы ближнего боя» (изд-во Фаир, Москва).

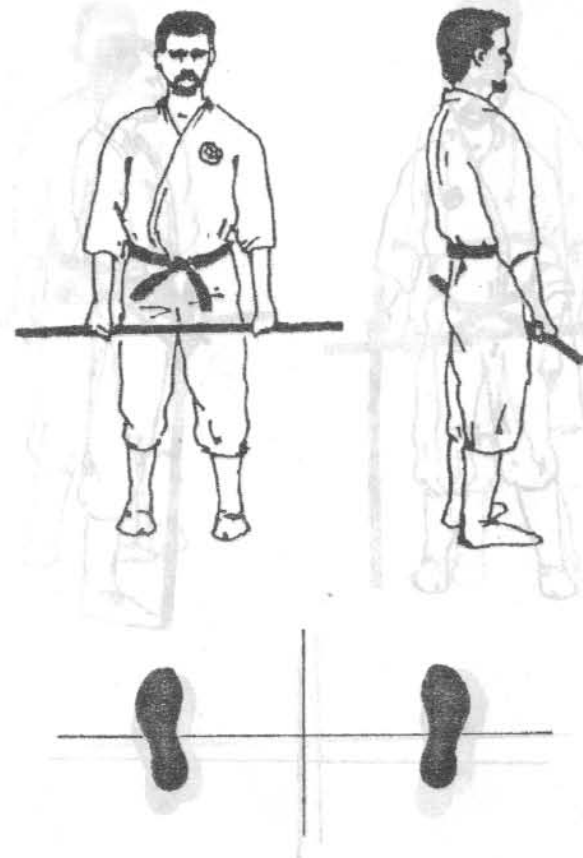
При тренировке камаэ необходимо все время удерживать в сознании следующие принципы:

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

\* «София», Киев, 1995 г.

## 1. Хира-итимондзи-но камаэ. Позиция «плоской единицы».

Стойте естественно и ненапряженно, спина выпрямлена, колени слегка согнуты, стопы параллельны. Палка удерживается в опущенных руках перед собой (рис. 2.8—2.9). Хира-итимондзи-но камаэ относится к первоэлементу *Ти* (Земля).





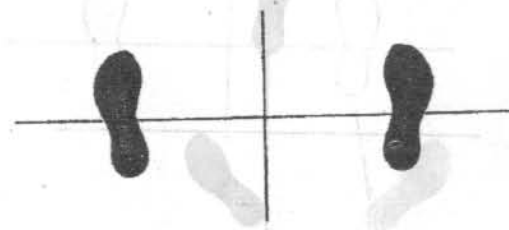
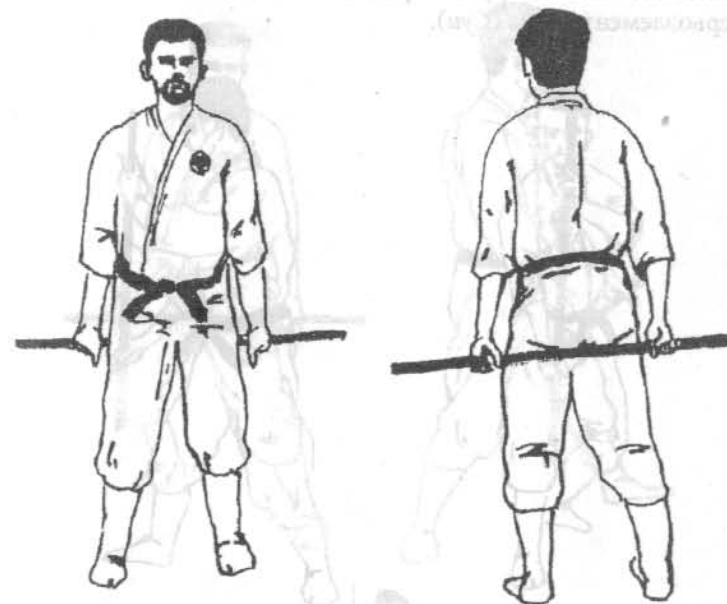
## 2. Мунэн-мусо-но камаэ. Позиция бродячего монаха.

Положение тела практически не отличается от предыдущей позиции. Но ханбо удерживается одной рукой подобно трости для путешествий (отсюда и происхождение названия) — рис. 2.10—2.11. Относится к первоэлементу Земля.



## 3. Отонаси-но камаэ (катайагори-но камаэ). Позиция с палкой за спиной.

Как и в предыдущих позициях, относящихся к элементу Земля, сохраняйте естественное положение ног и туловища. Палка удерживается за спиной в обеих руках на уровне ягодиц — рис. 2.12—2.13.

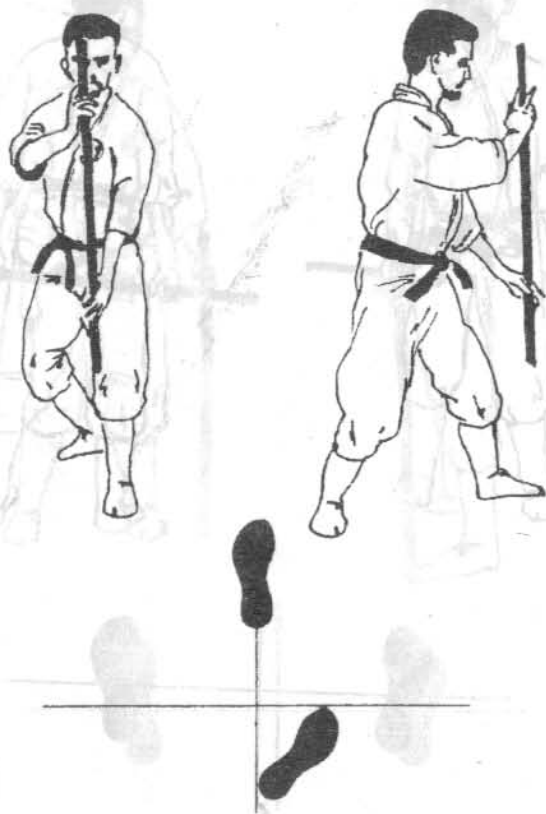






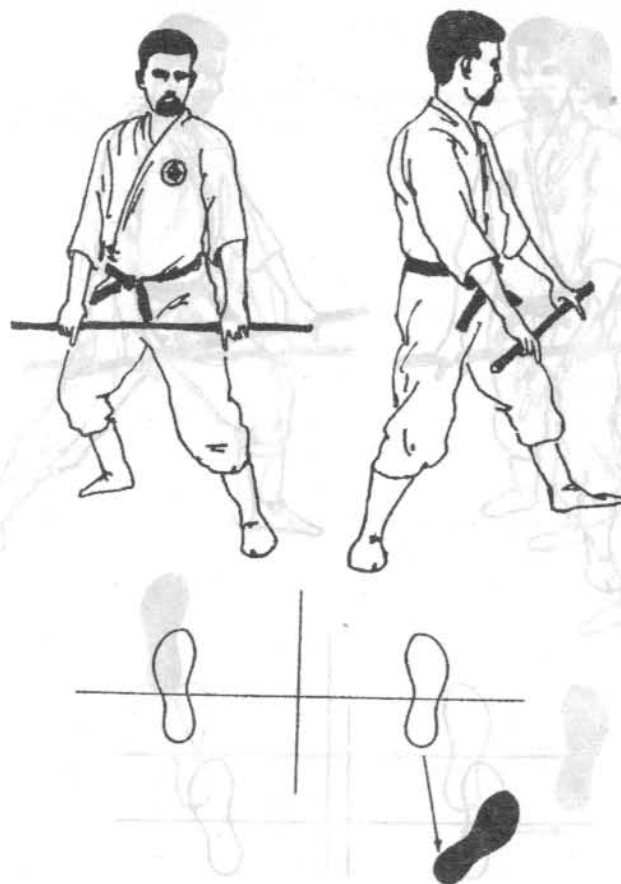
#### 4. Дан-реку-но камаэ. Защитная позиция «телесной силы».

Из естественной позиции сделайте шаг назад, перенося вес тела на сзади расположенную ногу (около 70%). Ханбо расположите прямо перед собой вертикально. Рука, расположенная сверху, лишь слегка удерживает оружие — основной захват выполняет нижняя рука — рис. 2.14—2.15. Камаэ относится к первоэлементу Вода (Суй).



#### 5. Сагуру-но камаэ. Диагональная защитная позиция.

Из естественной стойки сделайте широкий диагональный шаг назад. Руки сохраняют позицию хира-итимондзи, лишь немного подаются вперед (рис. 2.16—2.17). Соответствует первоэлементу Вода.





## 6. Дасу-но камаэ. Передняя атакующая стойка.

Из хира-итимондзи-но камаэ сделайте шаг вперед и займите широкую переднюю стойку. Руки сохраняют позицию «плоской единицы», лишь слегка подавая оружие вперед — рис. 2.18—2.19. Камаэ соответствует первоэлементу Огонь (Ка).



## 7. Йоко-но камаэ. Боковая воспринимающая позиция.

Из естественной стойки (хира-итимондзи) сделайте шаг в сторону и слегка согните шагнувшую ногу в коленном суставе. Руки не меняют положения — рис. 2.20—2.21. Йоко-но камаэ соответствует первоэлементу Воздух (Фу).



### Глава 3. Хаппо-но ханбо-ката — восемь базовых ударов ханбо

В этой главе представлены восемь наиболее часто используемых ударов в Кукисин-рю ханбо-дзюцу.

Они применяются согласно принципу «укэ-кимэ-ити-йо» («блок и удар — одно и то же») и являются первым движением в целом ряду более сложных техник — как жестких, ударных (Го), так и «мягких» (Дзю).

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

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

#### Принципы правильной техники удара ханбо:

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

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

Противник атакует прямым ударом рукой в голову (дзедан-дзюн-цуки). Шагните ногой назад по диагонали, уходя от удара противника. Одновременно с шагом нанесите удар ханбо снаружи внутрь в горизонтальной плоскости в солнечное сплетение под атакующей рукой противника (рис. 2.22—2.23).

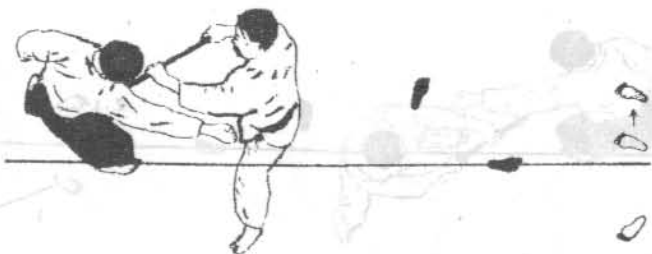






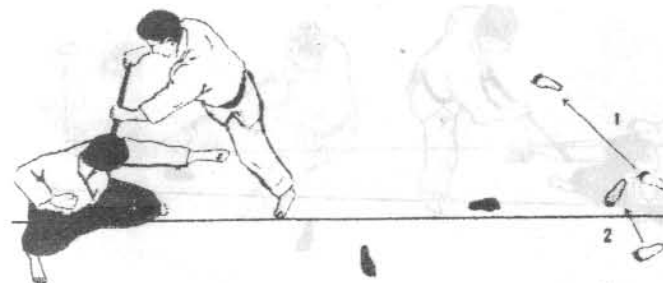
## 2. Нанамэ маз ура ваки юти. Встречный удар по ребрам с уходом вперед внутрь по диагонали.

Противник атакует так же, как и в предыдущем случае. Шагните внутрь вперед по отношению к атакующей руке противника и нанесите удар по плавающим (последним) ребрам противника — рис. 2.24—2.25.



## 3. Нанамэ маз омотэ ваки юти. Встречный удар в ребра с уходом вперед наружу по диагонали.

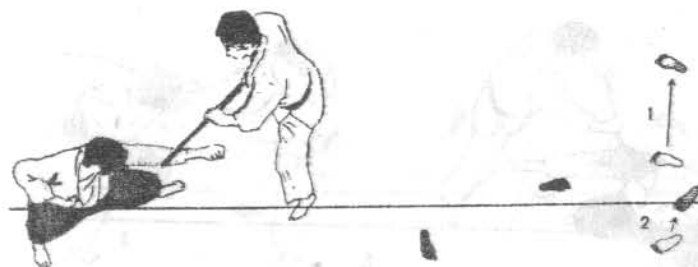
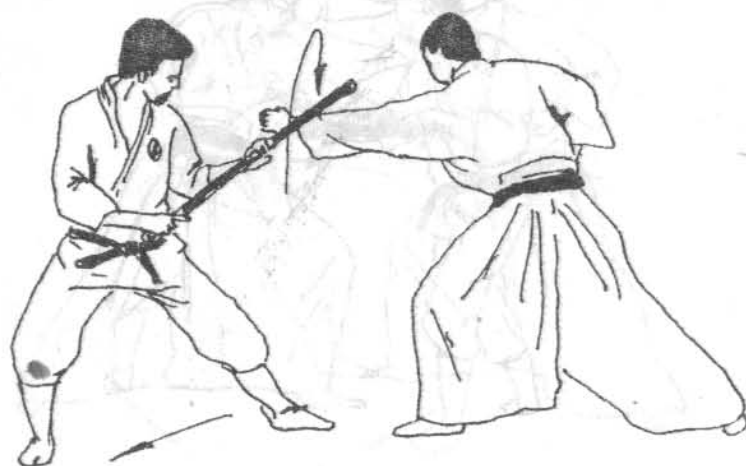
Этот удар внешне очень напоминает технику нанамэ усиро омотэ ваки юти, но уход от удара противника совершается не назад, а вперед (рис. 2.26—2.27). Естественно, что из-за изменения перемещения изменяется и цель поражения для удара.





#### 4. Маваси котэ юти омотэ. Дуговой удар по предплечью с уходом наружу.

Противник атакует так же, как и в предыдущих случаях. Уходя поднигиванием в сторону (наружу) по отношению к атакующей конечности, нанесите сильный дуговой удар ханбо сверху вниз по верхней части предплечья бьющей руки противника с целью нанесения травмы и (или) обезоруживания. — рис. 2.28—2.29.



#### 5. Маваси котэ юти ура. Дуговой удар по предплечью с уходом внутрь.

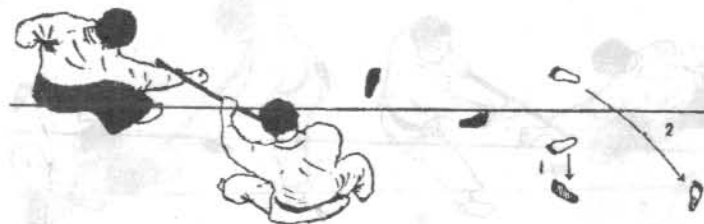
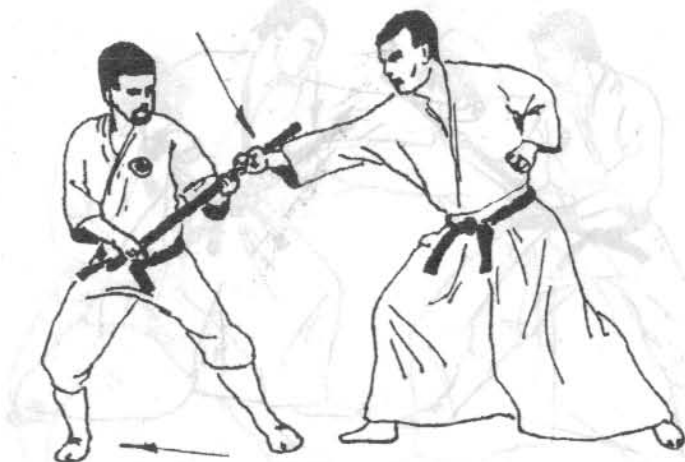
Используя технику маваси котэ юти (дугового накрывающего удара по предплечью), нанесите удар по атакующей руке противника, уходя внутрь по отношению к линии атаки — рис. 2.30—2.31.





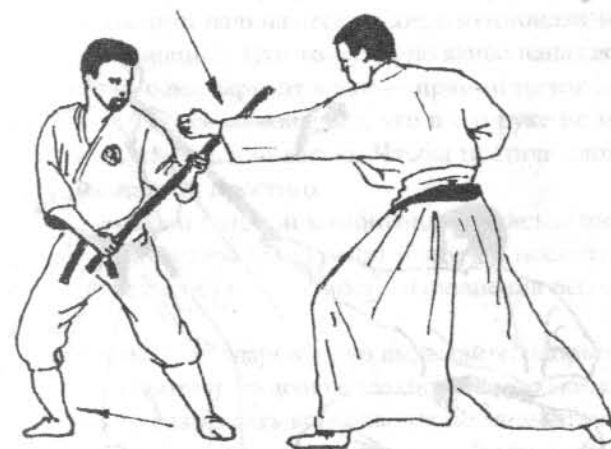
## 6. Котэ юти омотэ. Прямой удар по предплечью сверху с уходом наружу.

Когда противник наносит прямой удар кулаком (в любой уровень), шагните своей одноименной ногой с его ударной рукой в сторону своей противоположной ноги назад и нанесите прямой удар ханбо сверху по верхней части предплечья противника — рис. 2.32—2.33.



## 7. Котэ юти ура. Прямой удар сверху по предплечью с уходом внутрь.

Выполните технику котэ-юти, уходя не наружу, а внутрь по отношению к атакующей руке противника — рис. 2.34—2.35.





## 8. Кататэ цуки. Тычок палкой, удерживаемой одной рукой.

В момент, когда противник наносит прямой удар кулаком, сделайте небольшой диагональный шаг ногой назад, одновременно резко опуская тело (приседая) и нанося сильный и точный тычок концом ханбо в его горло — рис. 2.36—2.37.



## Глава 4. Го-куми-но ханбо — жесткие ударные комбинации с использованием ханбо

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

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

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

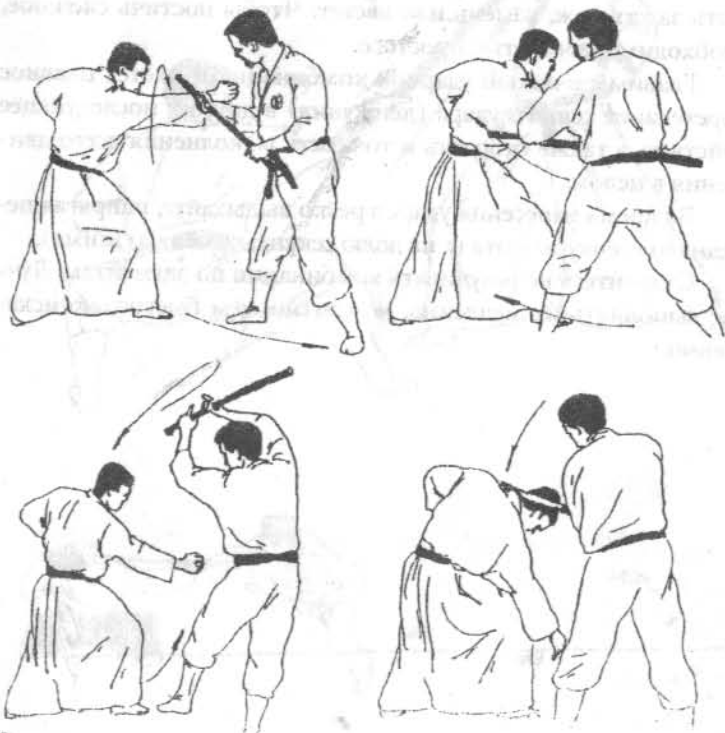
Старайтесь не разучивать комбинации по элементам. Лучше выполнять их медленно, но слитно, чем быстро, но искаженно.





### Комбинация №1. Маваси котэ юти омотэ/тюдан кирицу фури/дзедан о хира риотэ фури

Когда противник атакует вас с шагом вперед, проведите маваси котэ юти омотэ (рис. 2.38) и тут же нанесите удар другим концом палки по его почке (рис. 2.39). Скользнув рукой по телу оружия, сведите руки вместе у левого конца ханбо, немного отшагивая при этом назад (волнообразным движением) — рис. 2.40. Не прерывая общего ритма техники, резко нанесите рубящий удар ханбо по затылку противника, вложив в него всю силу тела и используя кэн-о (выдох с криком, больше известный как киаи) — рис. 2.41.



### Комбинация №2. Йоко укэ/ко фури азэ/дзедан кататэ фури ура

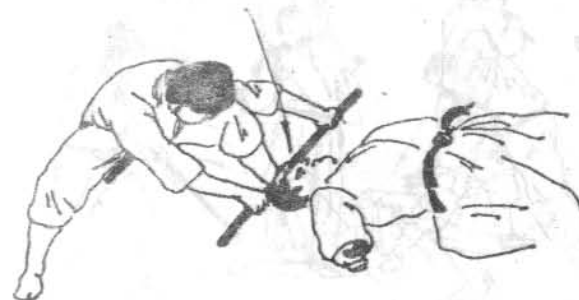
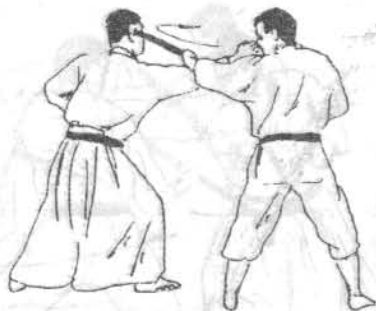
Сбивая руку противника серединой вертикально расположенного ханбо (между своих рук) изнутри наружу (рис. 2.42.), тут же нанесите резкий короткий удар нижней частью оружия в пах (рис. 2.43). Отпустите верхний конец палки, чтобы он, подобно выпрямляющейся гибкой ветви, ударил противника в висок — рис. 2.44.





### Комбинация №3. Маваси котэ юти омотэ/дзедан кирицу фури/хира нанамэ цуки (нагэ)

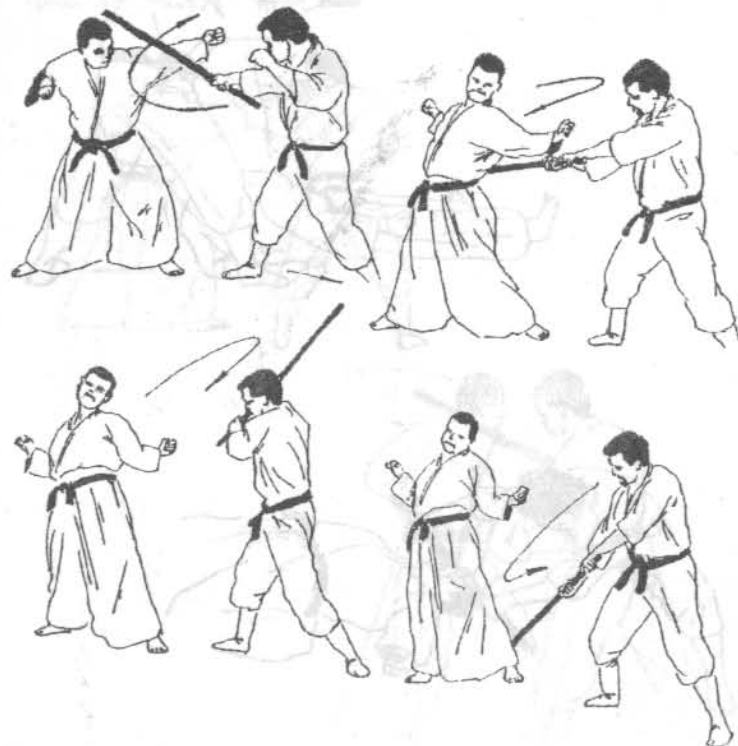
Когда противник наносит тычок рукой в область груди, сделайте шаг вперед наружу по отношению к его руке и нанесите встречный удар палкой в висок (рис. 2.45). Не прерывая движения, заведите палку за его тело, как показано на рис. 2.46, и, сделав шаг ему за спину, перехватите оружие другой рукой. Нанесите своей ногой «штампуемый» удар под его колено сзади, одновременно выводя его из равновесия с помощью палки (рис. 2.47—2.49).





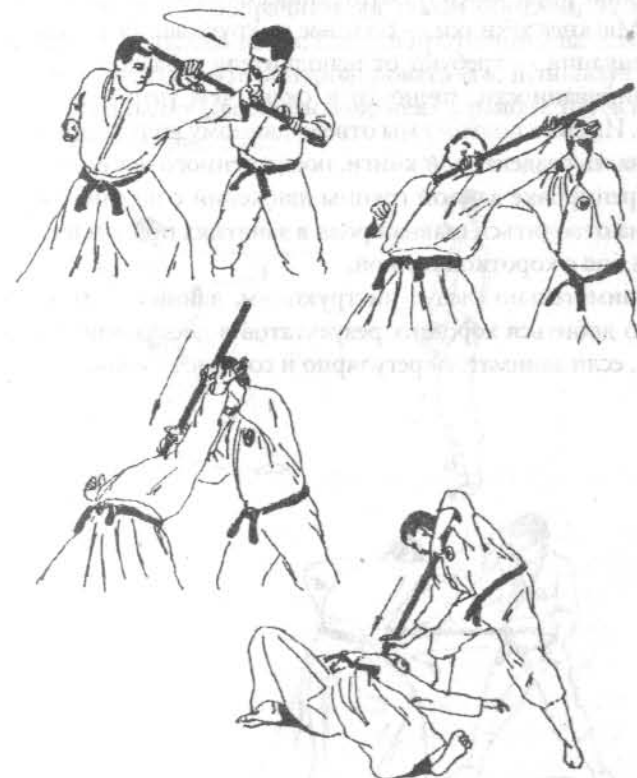
#### Комбинация № 4. Дзедан кататэ фури-укэ/тюдан хира риотэ фури/гэдан хира фури

Отступая назад от удара противника, нанесите резкий удар палкой, удерживаемой одной рукой, по его предплечью изнутри (рис. 2.50). Не прерывая движения, перехватите ханбо другой рукой рядом с уже имеющимся захватом (подобно захвату меча) и нанесите рубящий удар по ребрам снаружи (рис. 2.51). Слегка размахнувшись (рис. 2.52), нанесите еще один удар по голени противника снаружи (по циколотке), сбивая его с ног (рис. 2.53).



#### Комбинация № 5. Йоко укэ/кирицу нанамэ цуки ура (нагэ)

Сбивая атакующую руку противника внутрь серединой ханбо (между рук) — рис. 2.54, нанесите удар концом ханбо в межключичную впадину противника, как показано на рис. 2.55. Не меняя направления усилия, перейдите к давяще-сваливающему действию (рис. 2.56), сбивающему противника на землю. Добейте противника на земле резким и коротким тычком в горло (рис. 2.57).



## Глава 5. Дзю-куми-но ханбо — «мягкая» техника ханбо

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

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

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

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

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

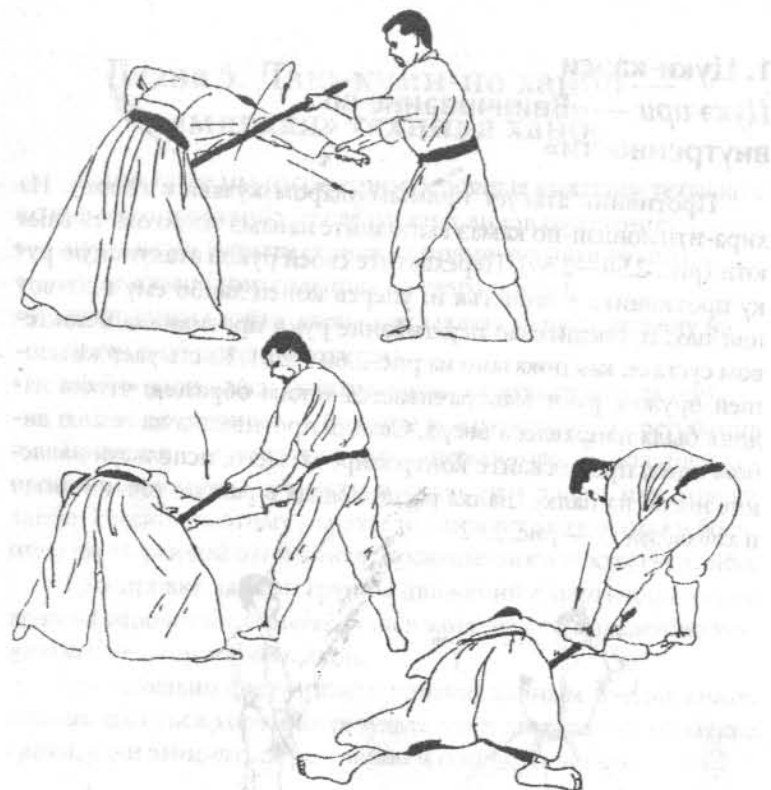
### 1. Цуки-каэси

#### Цукэ ири — «Ввинчивание во внутренность»

Противник атакует прямым ударом кулака в голову. Из хира-итимондзи-но камаэ выполните нанамэ усиро омотэ ваки юти (рис. 2.58—2.59). Перехватите своей рукой атакующую руку противника у запястья и, уперев конец ханбо ему в живот или пах, проведите его перегибание руки противника в локтевом суставе, как показано на рис. 2.60—2.61. Кисть удерживающей оружие руки выворачивается таким образом, чтобы ладонь была направлена вверх. Свалив противника на землю лицом вниз, продолжайте контролировать его, используя давление ногой на палку (палка расположена в районе точек *вансюн* и *хидзидзумэ*) — рис. 2.62.

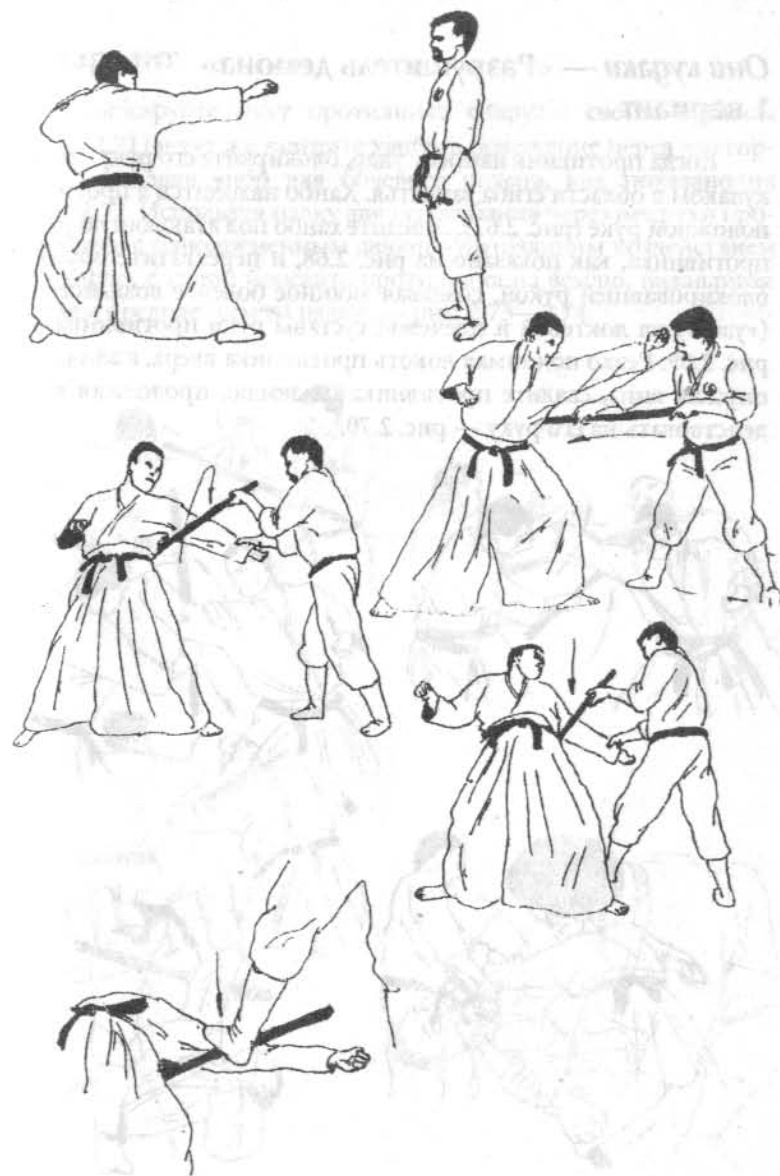






### Коси ори — «Переламывание бедра»

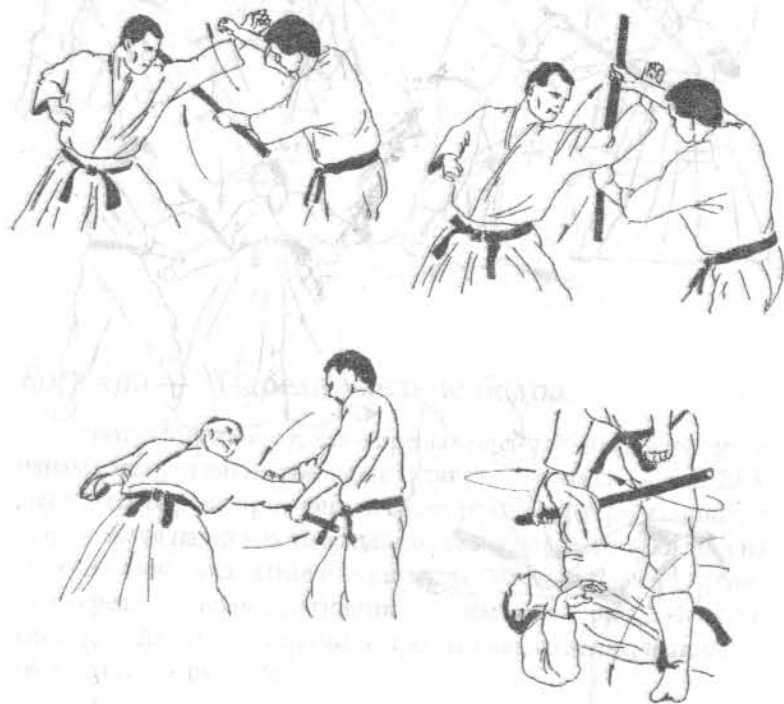
Противник атакует, как в предыдущей технике. Выполните нанамэ маз ура ваки юти, останавливая его натиск — рис. 2.63. Перехватите руку противника своей рукой изнутри у запястья и, используя палку как упор для создания болевого давления на точку вансюн (трехглавая или двуглавая мышцы плеча), шагните вперед, сваливая противника на землю, — рис. 2.64—2.65. Продолжайте контролировать противника на земле, используя свою стопу — рис. 2.66.



## Они кудаки — «Разрушитель демона»

## 1 вариант

Когда противник наносит удар, блокируйте его руку своим кулаком в области сгиба запястья. Ханбо находится в противоположной руке (рис. 2.67). Заведите ханбо под атакующую руку противника, как показано на рис. 2.68, и перехватите оружие блокировавшей рукой, создавая мощное болевое воздействие («узел») на локтевой и плечевой суставы руки противника — рис. 2.69. Резко поднимая локоть противника вверх, а запястье опуская вниз, свалите противника на землю, продолжая воздействовать на его руку — рис. 2.70.



## 2 вариант

Блокируйте руку противника снаружи своим кулаком (рис. 2.71) и тут же заведите ханбо в положение перед его горлом, создавая упор для болевого рычага, как показано на рис. 2.72. Используя палку для перегибания через нее руки противника с одновременным давяще-удушающим воздействием на горло, с силой бросайте противника на землю, надавливая своим предплечьем на палку, — рис. 2.73—2.74.





### 3 вариант

Блокируйте руку противника палкой изнутри, одновременно нанося ему удар пальцами в положении сякокэн («когти») в глаза — рис. 2.75. Перехватите палку под рукой противника рукой, наносившей удар, скользя удерживающей рукой по палке вверх, как показано на рис. 2.76, и проведите болевое сваливание за счет воздействия на локтевой и плечевой суставы выкручиванием вверх (рис. 2.77).



### 4 вариант

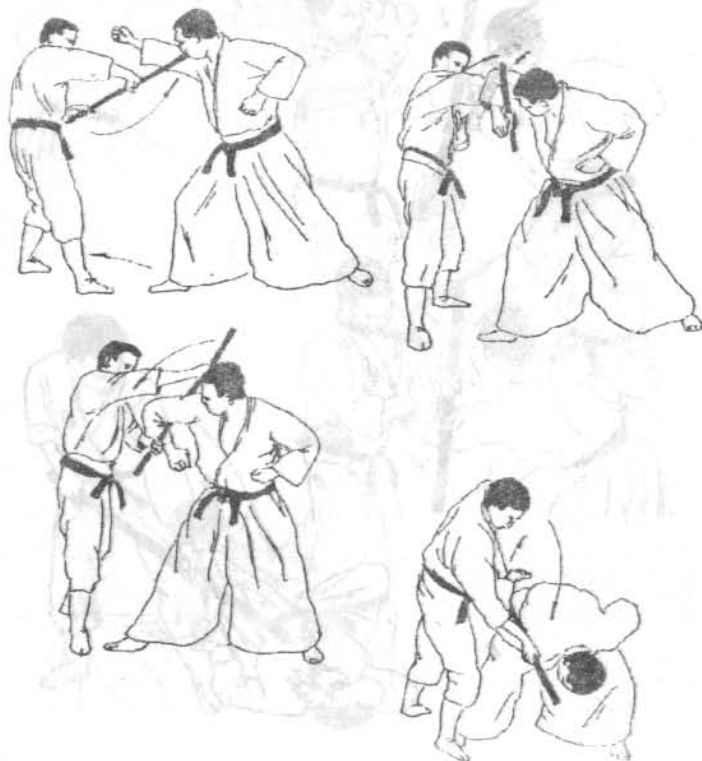
Блокируйте руку противника своим кулаком или предплечьем изнутри. Одновременно с блоком проведите захват за локтевой сустав сверху крюком, образованным ханбо и предплечьем удерживающей оружие руки — рис. 2.78. Оказывая встречное болевое давление на руку противника своим предплечьем (от себя) и коротким концом палки (на себя) — рис. 2.79, — выведите противника из равновесия и бросьте его на спину — рис. 2.80.





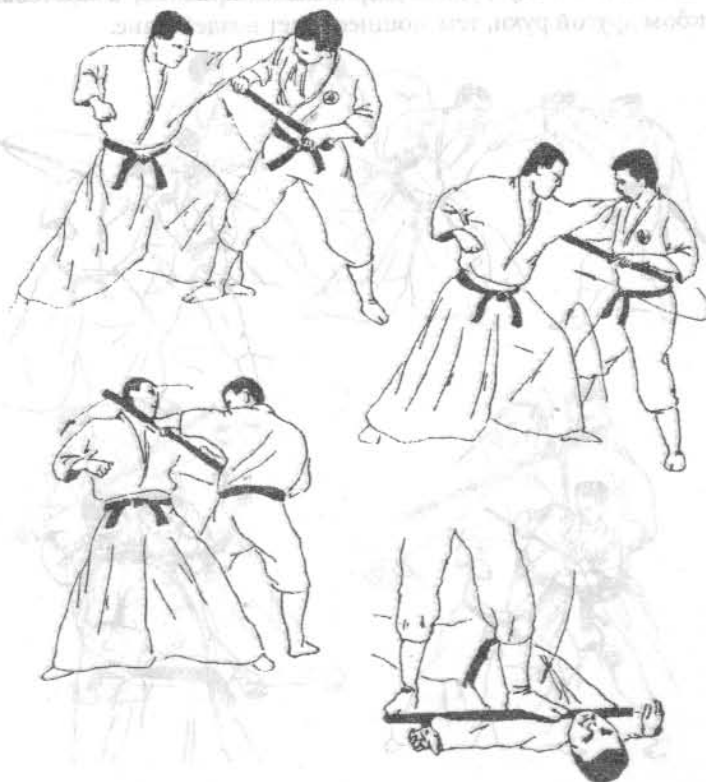
## Гьяку удэ гарами — Обратное выкручивание руки

Когда противник наносит прямой удар кулаком, нанесите ему встречный удар палкой по двуглавой мышце плеча изнутри наружу, как показано на рис. 2.81. Скользните палкой по руке противника, одновременно зашагивая к нему за спину и перехватывая палку снизу у кисти противника — рис. 2.82. Проведите болевое выкручивание руки противника в локтевом суставе, выгибая его предплечье вверх—назад (но не за спину!) с дальнейшим сваливанием противника вперед—вниз лицом — рис. 2.83—2.84.



## Кочо дори — «Полет бабочки»

Блокируйте руку противника снизу вверх, нанося удар серединой палки в точку вансюн (на трехглавой мышце плеча), резко подсаживаясь и выпрямляясь — рис. 2.85. Отбросьте руку противника вверх толчком и прыжком поменяйте положение своих ног таким образом, чтобы оказаться в положении для броска задней подножкой. Одновременно нанесите «залипающий» удар ханбо по горлу противника — рис. 2.86. Свалите противника на землю и обезвредьте его удушающим воздействием с помощью наступания ногой на палку — рис. 2.87—2.88.







### Хадака дзимэ — Удушение петлей

Блокируйте руку противника снаружи, используя мощный удар обратной стороной кулака (сюкокэн) по пястным костям кисти противника, — рис. 2.89—2.90. Сделав шаг вперед, пройдите за спину противнику, маховым движением подводя ханбо к горлу противника спереди — рис. 2.91. Положите ханбо в локтевой сгиб своей руки, одновременно заводя ладонь этой руки на затылок противника. Проведите удушение, оказывая давление на затылок противника вперед одной рукой и натягивая ханбо на себя другой рукой — рис. 2.92. Чем меньше будет расстояние между рукой, удерживающей ханбо, и локтевым сгибом другой руки, тем мощнее будет воздействие.



### Усиро дзюдзи дзимэ — Удушение накрест сзади

Проведите котэ юти омотэ по атакующей руке противника — рис. 2.93. Скрещивая свои ноги (дзюдзи-аси) и продвигая ханбо вдоль шеи противника, уприте свое предплечье в точку мурасамэ или мацукадзэ (сонную артерию) и зайдите к противнику за спину, как показано на рис. 2.94. Перехватите палку своей рукой накрест и проведите удушение, натягивая палку на себя, а локти обеих рук подавая вперед — рис. 2.95. Можно совместить это движение с ударом стопой в подколенный сгиб противника, сажая противника на землю.



## 2. Кэри-каэси

### Три метода защиты от удара ногой

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

- сильный встречный удар в голень или подъем атакующей ноги противника (сунэ-ори) — рис. 2.96;
- сбивающий удар по опорной ноге с уходом от удара вниз — в сторону (аси-баран) — рис. 2.97;
- встречный удар серединой ханбо в стопу или подъем атакующей ноги (соку-гаэси-ори) — рис. 2.98.



### Аси кудзики — Сжатие ахиллова сухожилия

Когда противник наносит прямой удар ногой (маэ-гери) — рис. 2.99, блокируйте ударом ханбо изнутри. Подхватите атакующую конечность палкой снизу, скрестите руки и проведите болевое ущемление, оказывая сильное давление на ногу противника в районе ахиллова сухожилия. В результате воздействия противник будет вынужден развернуться к вам спиной или вообще упасть лицом на землю — рис. 2.100—2.101. Закончите прием техникой саккоцу-ори.





### Аси гарами — Перегибание голеностопного сустава

Когда противник атакует прямым ударом ноги, подхватите атакующую конечность снаружи крюком, образованным вашим предплечьем и коротким концом ханбо — рис. 2.102. Мгновенно перехватите конец палки накрест поверх ноги противника другой рукой и рывком проведите перегибание в голеностопном суставе снизу вверх (против естественного сгиба) — рис. 2.103.



### Аси гатамэ — Болевое сжатие голени

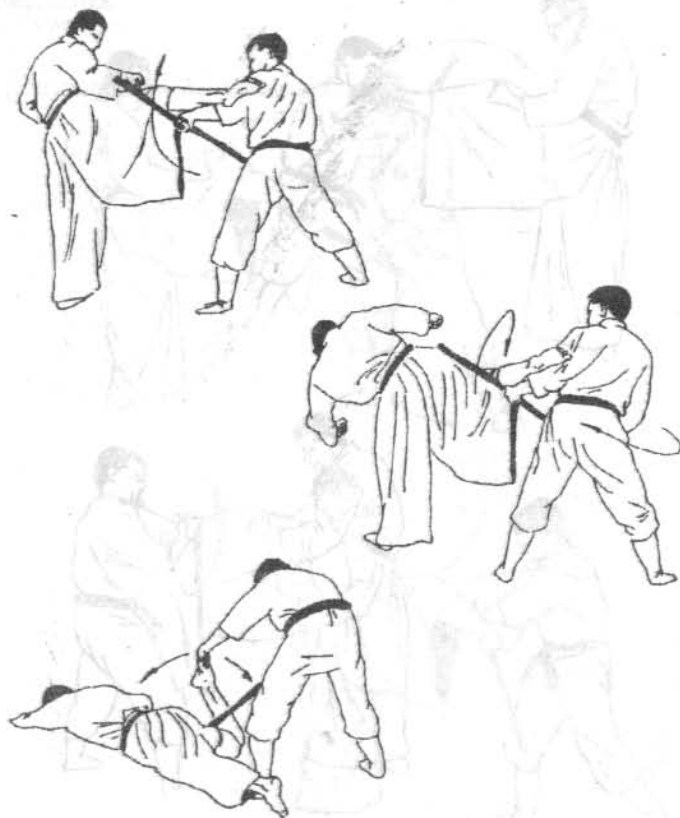
Подхватите ударную ногу противника снизу вверх (как бы кладя ее на свое предплечье), как показано на рис. 2.104. Перехватите конец ханбо с другой стороны и с силой сдавите основание икроножной мышцы атакующей конечности противника — рис. 2.105.





### Аси гори — Захват ноги

Противник наносит дуговой удар ногой (маваси-гэри). Подхватите атакующую конечность противника изнутри с помощью ханбо и, кругообразным движением (с силовым акцентом в последней фазе приема) выкручивая ногу в коленном суставе снаружи внутрь, бросьте противника вперед лицом вниз. Закончите технику перегибанием ноги в коленном суставе через палку (хидза-гарами) — рис. 2.106—2.108.



### Аси кудак — «Разрушение ноги»

Блокируйте ногу противника снаружи маховым ударом палки — рис. 2.109. Подведите ханбо снизу вверх под ногу противника (рис. 2.110) и перехватите оружие сверху над коленом ноги противника другой рукой (рис. 2.111), одновременно начиная выкручивать атакующую конечность в коленном суставе наружу. Бросив противника на землю, продолжайте контролировать его на земле, наступив на его другую ногу своей стопой в области точки *яко*, как показано на рис. 2.112.







### 3. Нуки-каэси

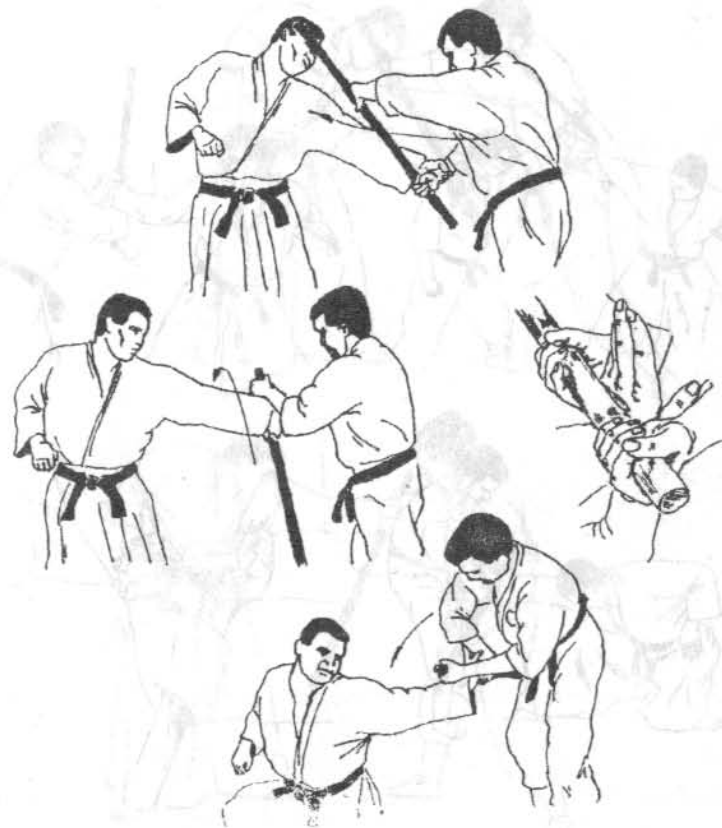
#### Удэ гарами омотэ — Ущемление запястья снаружи

Противник пытается провести захват за горло (или удар в лицо). Блокируйте его руку, как показано на рис. 2.113. Перехватите короткий конец ханбо из-под руки противника накрест и резко опустите его на колени, воздействуя на запястье давлением палки и выкручиванием сустава наружу — рис. 2.114—2.115.



#### Касуми юти — Удар в висок

Когда противник захватывает вашу руку, удерживающую ханбо — рис. 2.116, переведите короткий конец палки в положение над атакующей рукой противника, одновременно нанося другим концом ханбо короткий дуговой удар в висок противника. Затем перехватите короткий конец ханбо изнутри и свалите противника на землю лицом вниз, перегибая его руку в запястье против естественного сгиба, — рис. 2.117—2.118.





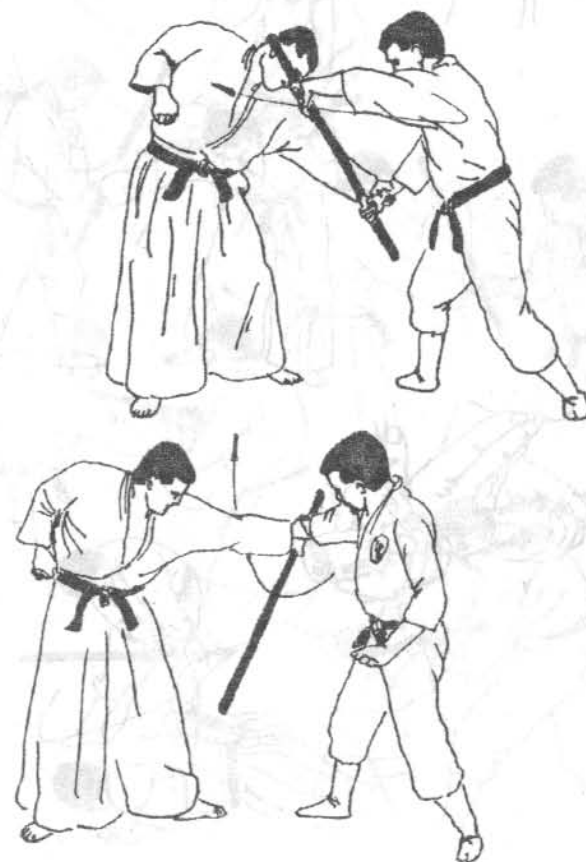
### Киодзицу — Перегибание запястья после обманного удара

Вы наносите удар ханбо сверху вниз одной рукой. Противник перехватывает вашу руку и замахивается для контрудара — рис. 2.119. Перехватите короткий конец ханбо накрест, как показано на рис. 2.120, и проведите болевое перегибание в лучезапястном суставе против его естественного стиба — рис. 2.121—2.122.



### Удэ гаэси — Ущемление запястья внутри

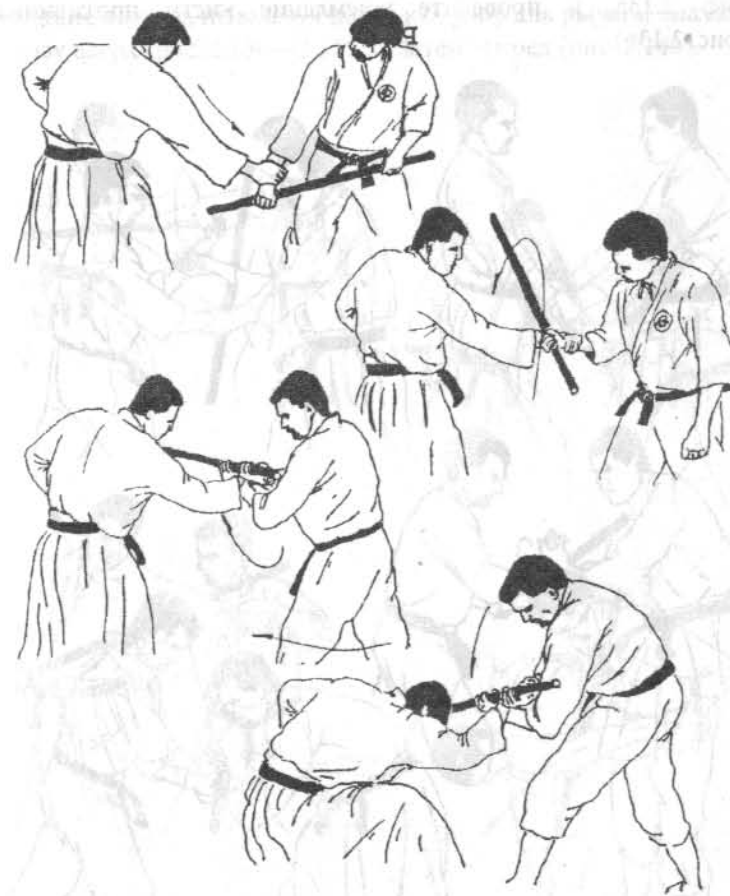
Начало этой техники аналогично технике касуми юти (рис. 2.123). Но после проведения удара резким махом переведите ханбо изнутри наружу под рукой противника — рис. 2.124 — и проведите ущемление запястья, сваливая противника вниз—вперед, — рис. 2.125—2.128.





### Такэ ори — «Ломка бамбука»

Противник захватывает ваше запястье. Переведите оружие в положение поверх его руки (рис. 2.129) и перехватите палку с другой стороны — рис. 2.130. Делая шаг назад, потяните противника вниз на себя, выводя его из равновесия и бросая на землю, — рис. 2.131—2.132.





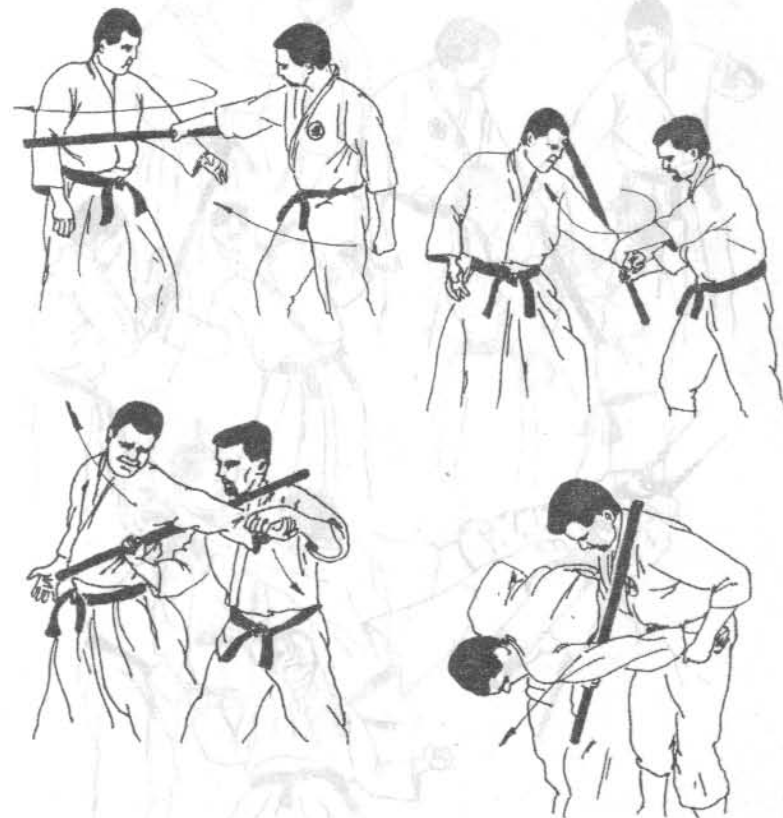
### Риотэ дори — «Захват двух рук»

Когда противник захватывает оба запястья, удерживающие ханбо (рис. 2.133), скрестите предплечья своих рук, одновременно отпуская хват одной рукой и освобождая руку из захвата движением в сторону большого пальца кисти противника — рис. 2.134. Перехватите палку, как показано на рис. 2.135, и проведите ущемление кисти противника (рис. 2.136).



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

Когда противник пытается предпринять какие-либо агрессивные действия против вас — предупредите его движение резким ударом ханбо по его одноименному локтю — рис. 2.137. После чего мгновенно захватите другую руку и проведите перегибание в локте, используя палку как упор для рычага, вначале снизу вверх (рис. 2.138—2.139), а затем вперед (рис. 2.140).







### Котэ гаэси — Выкручивание кисти руки наружу

Когда противник захватывает вашу руку, удерживающую ханбо, и замахивается для удара — рис. 2.141, шагните назад, одновременно выводя руку противника в положение выкручивания наружу (котэ гаэси) — рис. 2.142—2.143. Свалите его на землю, продолжая контролировать руку болевым приемом — рис. 2.144.



### Ути таоси — «Толчок изнутри»

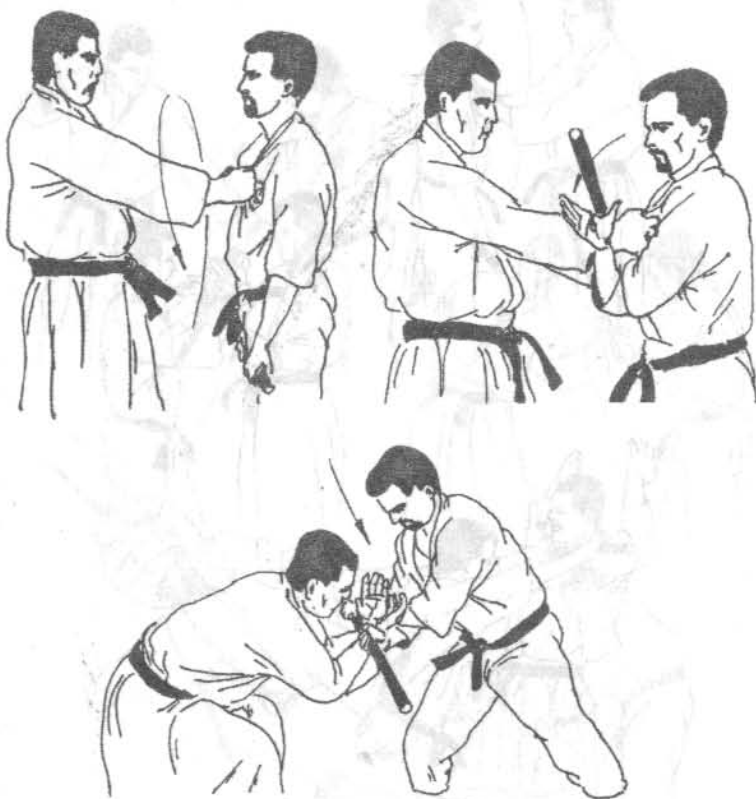
Противник захватывает вас за одежду на груди (мунэ-дори) — рис. 2.145. Резким ударом ханбо снизу по точкам хидзидзумэ сбейте руки противника вверх (рис. 2.146) и тут же с шагом вперед нанесите резкий и сильный удар-толчок в его горло — рис. 2.147.





### Риотэ гарами дори — Ущемление двух рук

Эта техника практически полностью совпадает с техникой риотэ дори, но проводится она от захвата противника двумя руками за одежду на груди, и ущемление затрагивает не одно, а оба запястья — рис. 2.148—2.150.



### Катагину — «Выкручивающая палка»

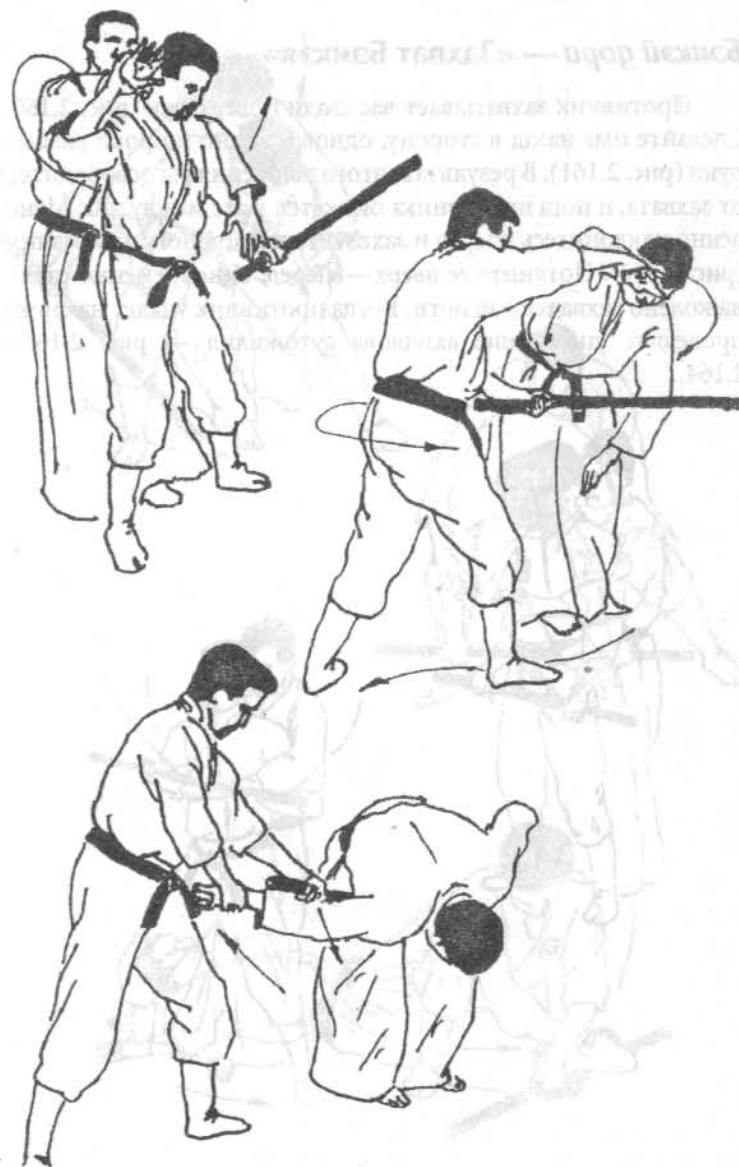
Когда противник захватывает вас за одежду на груди, мгновенно нанесите концом ханбо удар в горло между его рук (рис. 2.151—2.152). После чего проведите цукэ ири на руку противника — рис. 2.153—2.154.





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

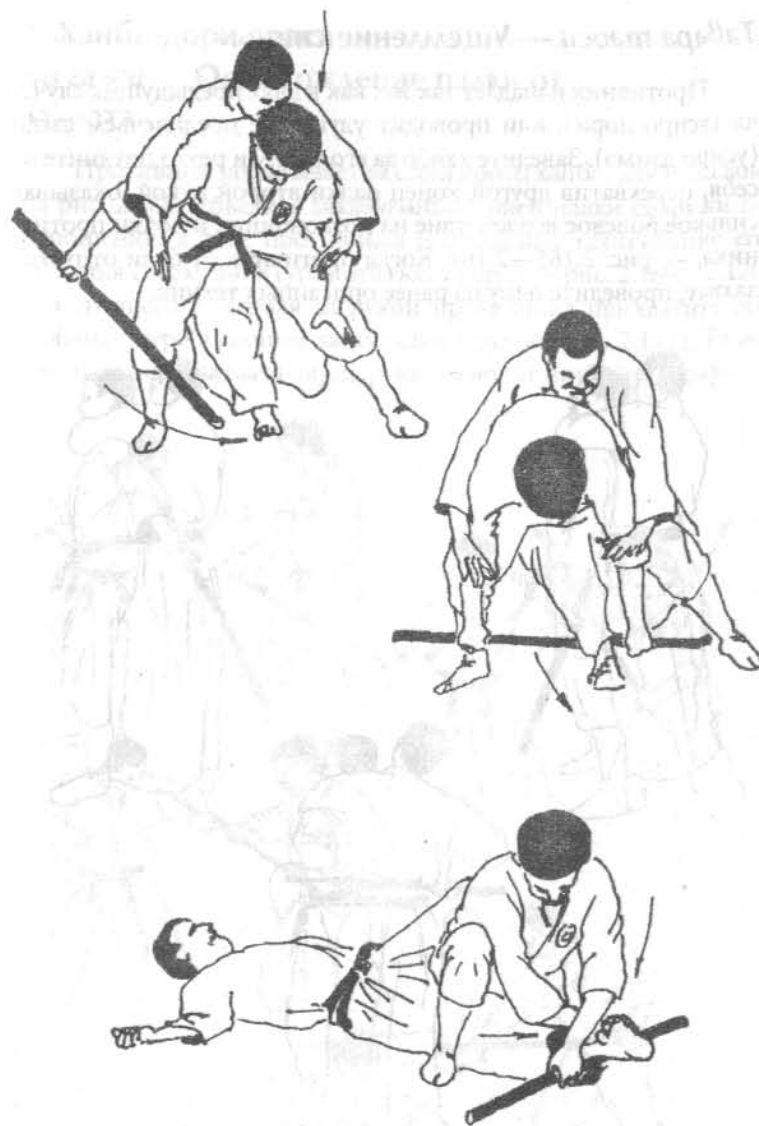
Противник захватывает вас сзади поверх рук (рис. 2.155). Немного присядьте, одновременно нанося удар палкой по рукам противника и головой в его лицо (рис. 2.156). Раздвигая свои руки в стороны, разорвите хват и, поворачиваясь, перехватите руку противника своей рукой, после чего проведите цукэ ири — рис. 2.157—2.159.





### Бэнкэй дори — «Захват Бэнкэя»

Противник захватывает вас сзади поверх рук (рис. 2.160). Сделайте шаг назад в сторону, одновременно широко разводя руки (рис. 2.161). В результате этого движения вы освободитесь от захвата, и нога противника окажется у вас между ног. Мгновенно наклонитесь вперед и захватите палкой ногу противника (рис. 2.162). Потяните ее вверх—вперед, одновременно садясь на колено захваченной ноги. Когда противник упадет на спину, проведите ущемление ахиллова сухожилия — рис. 2.163—2.164.







### Тавара таоси — Ущемление спины

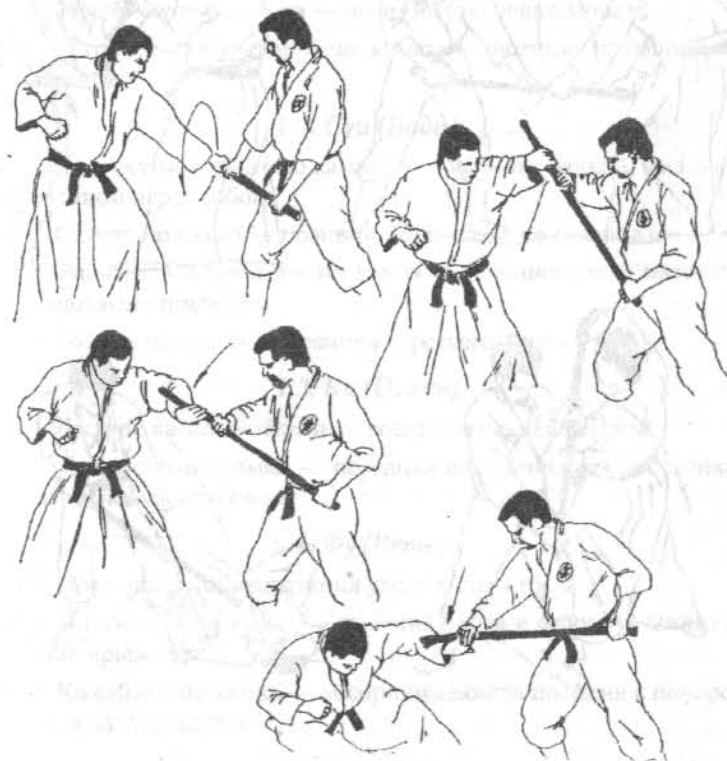
Противник нападает так же, как в двух предыдущих случаях (усиро дори), или проводит удушение предплечьем сзади (усиро дзимэ). Заведите ханбо за его спину и резко потяните на себя, перехватив другой конец палки второй рукой, оказывая сильное болевое воздействие на позвоночник и почки противника, — рис. 2.165—2.167. Когда противник от боли отпустит захват, проведите одну из ранее описанных техник.



### 4. Ханбо-дори-каэси

#### Бо гаэси — Освобождение палки от захвата

Противник захватывает за один конец ханбо, как показано на рис. 2.168. Обведите захваченный конец палки снаружи по отношению к руке противника и проведите перегибание его запястья сверху вниз (ура котэ гьяку дори) — рис. 2.169—2.170. Для лучшего контроля за рукой противника прихватите его пальцы, удерживающие ханбо, своей рукой (рис. 2.171). Та же техника, но от захвата двумя руками, носит название «коку».





## Авазэ нагэ — «Бросок сдвоенным рычагом»

Противник захватывает за один конец ханбо двумя руками (рис. 2.172). Выводя палку вверх и на противника, сделайте большой шаг вначале одной, а затем другой ногой таким образом, чтобы пройти вперед за него (рис. 2.173—2.175). Если противник не отпустит ханбо, он неминуемо упадет на землю.



## Программа

обучения Кукисин-рю ханбо-дзюцу  
(в соответствии с аттестационными  
требованиями Международной Независимой  
Ассоциации нин-дзюцу «Будзинкан» (СНГ))

### 1. Ханбо-камаэ-но ката (боевые позиции с ханбо)

#### 1.1. Ти (Земля)

- 1.1.1. Хира-итимондзи-но камаэ — воспринимающая позиция
- 1.1.2. Мунэн-мусо-но камаэ — позиция бродячего монаха
- 1.1.3. Отонаси (катайагори)-но камаэ — позиция с палкой за спиной

#### 1.2. Суи (Вода)

- 1.2.1. Данреку-но (тэнти-но камаэ) — позиция с палкой, расположенной перед собой
- 1.2.2. Сагуру-но камаэ — позиция ухода назад по диагонали
- 1.2.3. Вариант: Сагуру-тоби-но камаэ — позиция ухода назад по диагонали прыжком
- 1.2.4. Сэйган-но камаэ — позиция «третьего глаза»

#### 1.3. Ка (Огонь)

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

#### 1.4. Фу (Ветер)

- 1.4.1. Йоко-но камаэ — позиция ухода в сторону
- 1.4.2. Йоко-тоби-но камаэ — позиция ухода в сторону, занимаемая прыжком
- 1.4.3. Ко сабаки-но камаэ — воспринимающая позиция с поворотом на 90 градусов



- 1.4.4. О сабаки-но камаэ — воспринимающая позиция с поворотом в прыжке на 90 градусов
- 1.4.5. Какэ-но камаэ — скрещенная позиция. В зависимости от направления шага делится на:
  - 1.4.5.а. Йоко-какэ-но камаэ — нога шагает за другую ногу сзади (носок вперед)
  - 1.4.5.б. Дасу-какэ-но камаэ — нога шагает за другую ногу спереди
  - 1.4.5.в. Сагуру-какэ-но камаэ — нога шагает за другую ногу сзади (носок в сторону)
- 1.4.6. Рио тоби-но камаэ — широкая воспринимающая стойка с незначительными прыжками вперед—назад

## 2. Ханбо-цуки-ке (техника тычковых ударов ханбо)

- 2.1. Нагаи-цуки (тычковый удар концом палки), подразделяется на:
  - 2.1.1. Кататэ-нагаи-цуки — тычок концом палки одной рукой
  - 2.1.2. Риотэ-нагаи-цуки — тычок концом палки двумя руками
  - 2.1.3. Маэ-нагаи-цуки (кататэ/риотэ) — тычок концом палки вперед
  - 2.1.4. Йоко-нагаи-цуки (кататэ/риотэ) — тычок концом палки в сторону
  - 2.1.5. Усиро-нагаи-цуки (кататэ/риотэ) — тычок концом палки назад
  - 2.1.6. Дзедан-нагаи-цуки (кататэ/риотэ) — тычок концом палки в верхний уровень
  - 2.1.7. Тюдан-нагаи-цуки (кататэ/риотэ) — тычок концом палки в средний уровень
  - 2.1.8. Гэдан-нагаи-цуки (кататэ/риотэ) — тычок концом палки в нижний уровень
- 2.2. Нанамэ-цуки (тычковый удар боковой стороной палки), подразделяется на:
  - 2.2.1. Хира-нанамэ-цуки — тычок частью палки между рук
  - 2.2.2. Кирицу-нанамэ-цуки — тычок частями палки с внешней стороны от рук, удерживающих ханбо



- 2.2.3. Дзедан-нанамэ-цуки (хира/кирицу) — тычок в верхний уровень
- 2.2.4. Тюдан-нанамэ-цуки (хира/кирицу) — тычок в средний уровень
- 2.2.5. Гэдан-кирицу-цуки (хира/кирицу) — тычок в нижний уровень

## 3. Ханбо-фури-ке (техника рубящих ударов ханбо)

- 3.1. Риотэ-фури — рубящий удар палкой хватом двумя руками
- 3.2. Кататэ-фури — рубящий удар палкой хватом одной рукой
- 3.3. О-фури — длинный рубящий удар палкой (маховый)
- 3.4. Ко-фури — короткий рубящий удар палкой
- 3.5. Хира-фури — рубящий удар при хвате палки за один конец (подобно мечу)
- 3.6. Кирицу-фури — рубящий удар при широком хвате палки
- 3.7. Дзедан-кирицу-фури — короткий рубящий удар в голову
- 3.8. Тюдан-кирицу-фури — короткий рубящий удар в корпус
- 3.9. Дзедан-хира-фури — маховый рубящий удар в голову
- 3.10. Тюдан-хира-фури — маховый рубящий удар в корпус
- 3.11. Гэдан-хира-фури — маховый сметающий удар по ногам

## 4. Ханбо-кайтэн-ке (техника вращений и перехватов)

- 4.1. Йуби-кайтэн — вращение пальцами
- 4.2. Тэ-кайтэн — вращение в ладонях
  - 4.2.1. Кататэ-кайтэн — вращение в одной руке
  - 4.2.2. Риотэ-кайтэн — вращение в двух руках
- 4.3. Кансэцу-кайтэн — вращение предплечьем
- 4.4. Удэ-кайтэн — вращение предплечьем
  - 4.4.1. Маэ-удэ-кайтэн — вращение вперед
  - 4.4.2. Усиро-удэ-кайтэн — вращение назад
- 4.5. Тай-кайтэн — вращение телом



- 4.5.1. Дзедан-тай-кайтэн — вращение с разворотом на 180 градусов над головой
- 4.5.2. Тюдан-тай-кайтэн — вращение вокруг корпуса
- 4.5.3. Гэдан-тай-кайтэн — вращение вокруг ног (ноги)

### 5. Кихон-хаппо-вадза («техника восьми основ», используемая для защиты и «входа» в прием)

- 5.1. Нанамэ усиро омотэ ваки юти — встречный удар по корпусу с уходом назад — наружу по диагонали
- 5.2. Нанамэ маэ ура ваки юти — встречный удар по корпусу с уходом в сторону — внутрь
- 5.3. Нанамэ маэ омотэ ваки юти — встречный удар по корпусу с уходом наружу — вперед по диагонали
- 5.4. Маваси котэ юти омотэ — дуговой (накрывающий) удар по предплечью с уходом назад — наружу по диагонали
- 5.5. Маваси котэ юти ура — дуговой (накрывающий) удар по предплечью с уходом назад — внутрь по диагонали
- 5.6. Котэ юти омотэ — прямой удар по предплечью с уходом назад — наружу по диагонали
- 5.7. Котэ юти ура — прямой удар по предплечью с уходом назад — внутрь по диагонали
- 5.8. Кататэ цуки — стоп-удар концом палки в горло одной рукой с уходом вниз на месте прыжком (рио тоби-но камаэ)

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

- 6.1. Цуки-каэси — контртехника против ударов кулаком
- 6.1.1. Цукэ ири — перегибание локтя при помощи ханбо сверху (с упором конца палки в нижнюю часть живота и перехватом запястья противника)
- 6.1.2. Коси ори — сваливание давлением на трицепс и упором палки в заднюю часть бедер и спины
- 6.1.3. Гансэки нагэ — бросок через ногу вперед при помощи ханбо
- 6.1.4. Гансэки отоси макикоми — перегибание в локтевом суставе от неудавшегося броска



- 6.1.5. Гансэки отоси гарами — бросок выкручиванием руки в плечевом и локтевом суставах вперед при помощи ханбо
- 6.1.6.—6.1.9. Они кудаки (4 варианта) — узел руки наверху
- 6.1.10. Гьяку удэ гарами — загиб руки за спину при помощи ханбо
- 6.1.11. Киокотсу кудаки — удушение сжатием диафрагмы сзади
- 6.1.12. Хадака дзимэ — удушение при помощи палки сзади
- 6.1.13. Усиро-дзюдзи-дзимэ — удушение сзади с помощью палки скрестным хватом
- 6.1.14. Риоаси дори — бросок захватом двух ног сзади
- 6.1.15. Кочо дори — перегибание в локте с переходом прыжком к задней подножке упором в горло
- 6.2. Кэри-каэси — контратака против удара ногой
- 6.2.1. Аси кудзики — выкручивание атакующей ноги в коленном суставе внутрь
- 6.2.2. Аси кудзики (вариант) — выкручивание опорной ноги
- 6.2.3. Аси дори — захват атакующей ноги на плечо и гэдан-кататэ-фури по опорной ноге
- 6.2.4. Аси гарами — ущемление ахиллова сухожилия в стойке
- 6.2.5. Аси дори осаэ — сваливание подхватыванием и резким толчком вверх ударной конечности
- 6.2.6. Аси гатамэ — ущемление голени в стойке
- 6.2.7. Аси кудаки — выкручивание атакующей ноги наружу в коленном суставе
- 6.3. Тэ-хо дори-каэси — контратака против захвата рук
- 6.3.1. Удэ гарами (удэ гарами омотэ) — ущемление запястья перехватыванием ханбо над рукой снаружи
- 6.3.2. Касуми юти — ущемление запястья после удара в висок изнутри
- 6.3.3. Киодзицу — перегибание запястья сверху
- 6.3.4. Удэ гаэси — выкручивание запястья внутрь
- 6.3.5. Такэ ори — выкручивание и перегибание запястья сверху
- 6.3.6. Риотэ дори — ущемление обеих запястий скрепчиванием предплечий и давлением ханбо сверху





- 6.3.7. Хон гьяку дзимэ — сваливание ущемлением запястья вверх
- 6.3.8. Кататэ дзимэ — ущемление запястья вверх
- 6.3.9. Удэ кудзики — перегибание руки в локтевом суставе захватом кисти под плечо и скрестным захватом ханбо
- 6.3.10. Катамэ кудзики — ущемление мышц предплечья сверху
- 6.3.11. Цурэ дори — перегибание локтя захватом руки на плечо (с броском или без)
- 6.3.12. Удэ гатамэ гьяку сэои — захват руки и бросок через плечо с переломом локтя
- 6.3.13. Рюфу — перегибание в локтевом суставе через ханбо, с упором палки на свое плечо
- 6.3.14. Котэ гаэси — выкручивание запястья наружу
- 6.4. Мунэ-дори-каэси (нагэ-каэси) — контратака от захвата за одежду на груди
- 6.4.1. До гаэси — сваливание и ущемление ребер от попытки проведения броска через плечо
- 6.4.2. Ути таоси — сбивание рук противника вверх и сваливающий толчок в грудь или горло
- 6.4.3. Риотэ гарами дори — ущемление обеих запястий скрестным захватом ханбо сверху
- 6.4.4. Катагину — удар в горло и цукэ ири от захвата на груди
- 6.5. Усиро-тайхо-дори-каэси — контратака от захвата корпуса сзади
- 6.5.1. Усиро дори цукэ ири — ущемление пястных костей и цукэ ири от захвата под руками
- 6.5.2. Бэнкэй дори — разрыв захвата поверх рук, бросок захватом ноги между своими ногами и ущемление ахиллова сухожилия (вариант: перегибание ноги противника в коленном суставе)
- 6.5.3. Тайбоку даоси — разрыв захвата поверх рук, удушение сжатием диафрагмы (ребер) сбоку и бросок захватом двух ног
- 6.5.4. Тавара таоси — разрыв захвата поверх рук и ущемление надпочечников противника, находящегося сзади
- 6.6. Ханбо-дори-каэси — контратака от захвата за ханбо



- 6.6.1. Бо гаэси — выкручивание запястья внутрь (ура котэ гьяку дори) от захвата за один конец палки
- 6.6.2. Коку — бросок скрещиванием рук (дзюдзи нагэ, дзюдзи гарами) от захвата палки двумя руками
- 6.6.3. Авазэ нагэ — бросок переводом рук противника за голову от захвата за палку двумя руками
- 6.6.4. Томоэ гаэси аси дори осаэ — падение на спину и захват ноги противника от захвата за ханбо двумя руками

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

- 7.1. Дзе-ван ори — перегибание руки в локте лежащему на животе
- 7.2. Хидзи ори — перегибание руки в локте лежащему на спине
- 7.3. Дзэн-ван ори — ущемление мышц предплечья лежащему на спине
- 7.4. Саккоцу ори — ущемление мышц голени и ахиллова сухожилия лежащему на животе
- 7.5. Риотэ дори — ущемление бицепса одной руки при помощи ханбо и узел наверху на другой руке
- 7.6. Синто — захват («двойной нельсон») при помощи ханбо и переламывание позвоночника лежащему на животе
- 7.7. О гьяку — выкручивание двух рук в плечевых суставах лежащему на животе противнику

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

- 8.1. Сибари коси ори — коси ори с палкой, воткнутой за пояс или в брюки противнику
- 8.2. Рюфу — не отличается от основного варианта
- 8.3. Хадака дзимэ — удушение сзади
- 8.4. Гьяку удэ гарами — загиб руки за спину с дополнительным воздействием палки
- 8.5. Риотэ усиро кудак — ущемление двух рук в локтевых суставах с помощью ханбо сзади



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

- 9.1. Го-куми-ханбо — обязательные комбинации ударов, «жесткая» техника:
- 9.1.1. Ити-го-куми-ханбо: Атака: ои-цуки/гьяку-цуки
- 9.1.1.1. Маваси котэ юти омотэ/тюдан кирицу-фури/дзедан о хира риотэ-фури
- 9.1.1.2. Йоко-укэ/ко фури-агэ (поднимающийся рубящий удар в пах)/дзедан кататэ-фури ура
- 9.1.1.3. Маваси котэ юти омотэ/дзедан кирицу-фури/проход за спину и сваливание упором в горло по типу хира нанамэ-фури
- 9.1.1.4. Дзедан кататэ фури-укэ/тюдан хира риотэ-фури/гэдан хира-фури
- 9.1.1.5. Йоко укэ/кирицу-нанамэ-цуки ура (сваливание обратным тычком в горло)
- 9.1.1.6. Дзедан хира кататэ-фури/гэдан кататэ нагаи-цуки (удар по типу кулака-«молота» в локоть) с выворачиванием руки
- 9.1.1.7. Маваси котэ юти ура/котэ юти омотэ/дзедан кирицу-фури/дзедан о хира риотэ-фури
- 9.1.2. Ни-го-куми-ханбо: Атака: маэ-гэри
- 9.1.2.1. Гэдан хира-нанамэ-цуки/тюдан кирицу-фури/гэдан о хира-фури
- 9.1.2.2. Гэдан хира-нанамэ-цуки/гэдан кирицу-фури (опускаясь на колени)/дзедан кирицу-фури (стоя на колене)
- 9.1.2.3. Аси дори осаэ
- 9.1.2.4. Аси кудзики на опорную ногу
- 9.1.2.5. Йоко укэ/тюдан кирицу-фури/дзедан о хира риотэ-фури
- 9.1.3. Сан-го-куми-ханбо: Атака: маваси-гэри
- 9.1.3.1. Тюдан укэ (без оружия)/кататэ-нагаи-цуки (рио тоби-но камаэ)/аси-бараи
- 9.1.3.2. Йоко укэ/усиро-нагаи-цуки с разворотом на 180 градусов/риотэ хира-фури с разворотом на 90 градусов в прыжке (дзедан тай-кайтэн)



- 9.1.3.3. Дзинтю-дзедан-укэ (блок вверх с уходом на одно колено)/дзедан хира-нанамэ-цуки/риоаси дори
- 9.1.4. Си-го-куми-ханбо: Атака: нинин-цуки (два атакующих наносят цуки)
- 9.1.4.1. Усиро-риотэ-нагаи-цуки (дзедан)/йоко-риотэ-нагаи-цуки (дзедан)/кэри-хараи/сокуто-кэри тюдан
- 9.1.4.2. Гьяку кататэ-хира-фури (удар «обратным» хватом)/дзедан риотэ-хира-фури/два гэдан хира-фури-отоси (добивающих маховых удара сверху вниз по лежащим противникам)
- 9.1.4.3. Кирицу-нанамэ-цуки/тюдан-кирицу-фури после тюдан тай-кайтэн с разворотом на 180 градусов/маэ дзедан риотэ-нагаи-цуки/усиро тюдан риотэ-нагаи-цуки/кохо кэри/сокуто кэри тюдан
- 9.1.5. Го-го-куми-ханбо: Атака: нинин-кэри (два атакующих наносят кэри)
- 9.1.5.1. Гэдан хира-нанамэ-цуки-сокуто укэ/дзедан тай-кайтэн/риотэ-дзедан-хира-фури/дзедан усиро кататэ-о-фури/ценпо кэри соку гьяку тюдан/йоко сокуто кэри тюдан
- 9.1.5.2. С поворотом на 180 градусов: гэдан хира-нанамэ-цуки/дзедан хира-нанамэ-цуки/тюдан риотэ-кирицу-фури/дзедан-риотэ-кирицу-фури/ценпо кэри соку гьяку тюдан/сокуто кэри тюдан/два гэдан хира-фури-отоси (добивающих маховых удара по лежащим противникам)
- 9.1.5.3. Дзедан риотэ-кирицу-фури/дзедан тай-кайтэн/дзедан риотэ-хира-фури/дзедан тай-кайтэн с разворотом на 180 градусов за спиной у одного из противников/дзедан риотэ-хира-фури/тюдан риотэ хира-фури с поворотом на 90 градусов
- 9.2. Дзю-куми-ханбо — обязательные комбинации болевых приемов и бросков, «мягкая» техника:
- 9.2.1. Ити-дзю-куми-ханбо: Атака: цуки
- 9.2.1.1. Цукэ ири
- 9.2.1.2. Коси ори
- 9.2.1.3. Гьяку удэ гарами
- 9.2.1.4—7. Они кудаки (4 варианта)
- 9.2.2. Ни-дзю-куми-ханбо: Атака: маэ гэри



- 9.2.2.1—2. Аси кудзики (два варианта)
- 9.2.2.3. Аси дори
- 9.2.2.4. Аси гарами
- 9.2.2.5. Аси гатамэ
- 9.2.3. Сан-дзю-куми-ханбо: Атака: тэ-о дори/ханбо-дори
- 9.2.3.1. Киодзицу
- 9.2.3.2. Касуми юти
- 9.2.3.3. Удэ гаэси
- 9.2.3.4. Риотэ дори
- 9.2.3.5. Хон гьяку дзимэ
- 9.2.3.6. Рюфу нагэ (с броском)
- 9.2.3.7. Котэ гаэси
- 9.2.3.8. Бо гаэси
- 9.2.3.9—10. Авазэ нагэ (2 варианта)
- 9.2.4. Си-дзю-куми-ханбо: Атака: мунэ-дори/нагэ-утикоми/усиро-тай-дори
- 9.2.4.1. До гаэси
- 9.2.4.2. Усиро дори цукэ ири
- 9.2.4.3. Бэнкэй дори
- 9.2.4.4. Тайбоку таоси
- 9.2.4.5. Тавара таоси

## Часть третья КУСАРИ-ДЗЮЦУ — ИСКУССТВО БОЯ КОРОТКОЙ ЦЕПЬЮ



## Глава 1. История и строение манрики-гусари

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

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

Создание короткой цепи манрики-гусари приписывается Данносин Тосимицу Масаки, начальнику охраны главных ворот крепости Эдо (Токио). Частые стычки с бандитами и бродягами обычно приводили к кровавому исходу, что не было продиктовано крайней необходимостью — ведь достаточно было бы лишь слегка травмировать и обездвижить противника, тем более что законы чести самурая не поощряли использование меча в столь низменных целях, как драка с каким-то бродягой. Именно поэтому Масаки предложил использовать цепь с грузиками как главное оружие для охранников. Он назвал ее «манрики-гусари», что в буквальном переводе означает «цепь, обладающая силой десяти тысяч» или в другом, более широком смысле — «всесильная цепь». И вскоре самурай, ох-

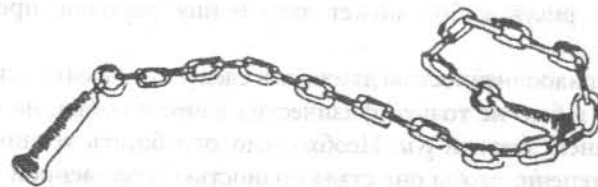
ранявшие главные ворота, стали носить эту цепь, обернув ее вокруг пояса, при необходимости в мгновение ока нанося нокаутирующий или обезоруживающий удар, либо захватывая руку или шею нарушителя спокойствия в болезненную петлю. Масаки основал свою школу — Масаки-рю, в которой, наряду с изучением фехтования на мечах, большое внимание уделялось также работе с цепью. Эта школа существует и по сей день.

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

Сегодня работа с цепью практикуется во многих школах боевых искусств. Наиболее известными являются школа в городе Огаки, префектура Гифу, где расположено главное додзё *Масаки-рю* (Центр самурайских боевых искусств) и *Будзинкан шинно додзё* — школа нин-дзюцу, возглавляемая Масааки Хацуми, тридцать четвертым патриархом *Тогакурэ-рю*.

Строение манрики-гусари очень простое: она представляет собой цепь, на обоих концах которой надежно закреплены два грузика весом около 100 грамм — рис. 3.1.

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





## Глава 2. Общие принципы работы с цепью

Важнейшими принципами, делающими работу с цепью эффективной, являются:

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

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

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

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

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

Под наполненностью движений следует понимать использование в бою не только физических качеств бойца, но и его внутренней энергии *Ки*. Необходимо отработать технику до такой степени, чтобы она стала полностью естественной реакцией человека на агрессию в его сторону — в этом случае дей-

ствует уже не только сам боец: всеохватывающая энергия космоса начинает течь через него, намного усиливая и без того мощную технику.

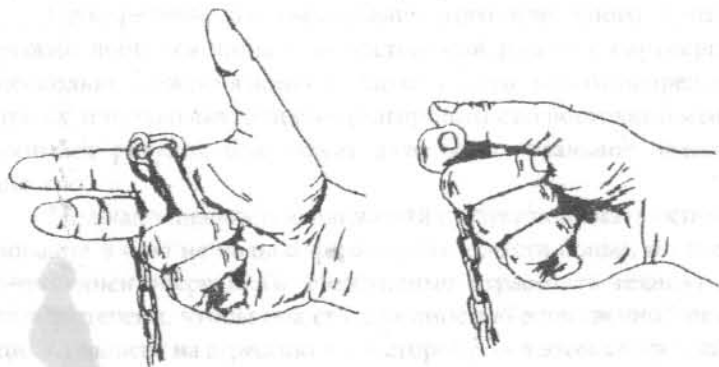
Неожиданность применения цепи диктуется самим оружием — чем незаметнее и быстрее она будет пущена в ход, тем больше шансов на то, что противнику не удастся блокировать или уклониться от удара или захвата. Во многом этот принцип сходен с техникой *йай-дзюцу*, базирующейся на мгновенном выхвате и ударе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

### Глава 3. Основные навыки для овладения техникой цепи

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

1. Легкий, ненапряженный хват цепи: достигается постоянной практикой. Правильный захват заключается в создании «колец» из среднего, безымянного пальцев и мизинца (рис. 3.2—3.3), указательный и большой пальцы не напряжены и немного согнуты. Подобный захват позволяет цепи легко скользить в руках, изменяя длину ударного конца, стягивая петлю и т. п. Не сжимайте цепь в ладонях слишком сильно — это приводит к их излишней усталости и, как следствие, невозможности использовать быстрые перехваты.

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



причине ему удалось уйти, достать его следующим ударом, потратив на это минимум времени.

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

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

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

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

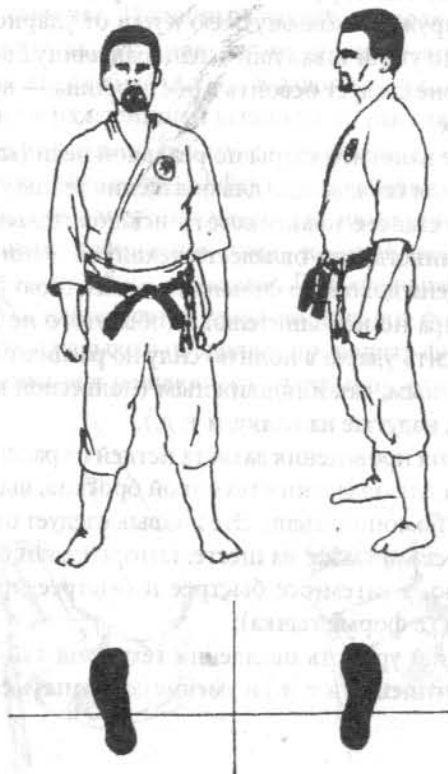
7. Хороший уровень овладения техникой тай-дзюцу (удары, броски, удушения и т. д.) и умение совмещать ее с техникой цепи.

## Глава 4. Кусари-дзюцу-но камаэ.

### Боевые позиции с цепью

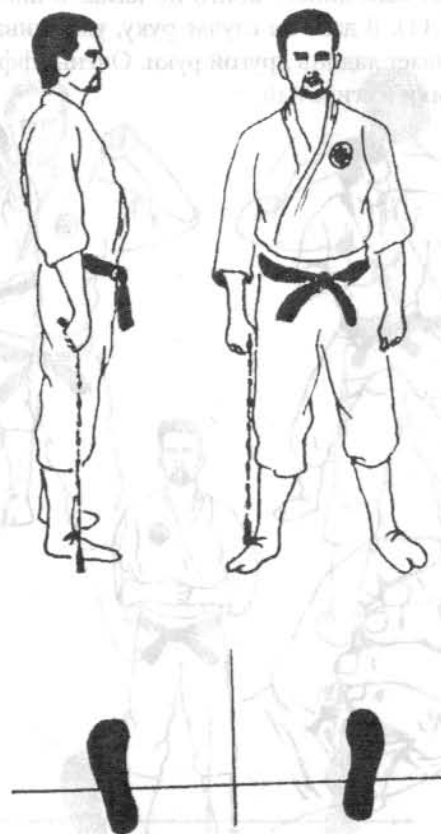
#### 1. Сидзэн-но камаэ — естественная позиция

Займите расслабленное положение, руки естественно свисают по сторонам, ноги на ширине плеч (рис. 3.4—3.5). Цепь находится за поясом слева, как указано на рис. 3.4. Подобное расположение цепи позволяет быстро выхватить ее и перейти к защитным или атакующим действиям.



#### 2. Исэи-но камаэ — «скрытая» позиция

Положение тела в исэи-но камаэ полностью совпадает с предыдущим (рис. 3.6—3.7), но цепь висит вдоль одной из ног (чаще всего, в правой руке, если вы не левша), удерживаемая за один конец, как показано на рисунке.



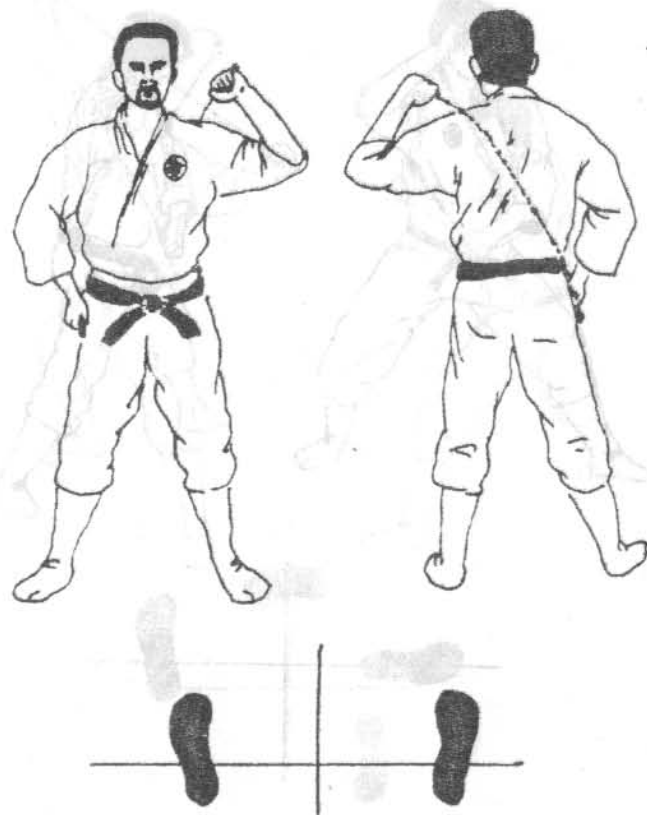
### 3. Гохо-но камаэ — позиция утаивания цепи возле солнечного сплетения

Заняв «заднюю» стойку (подобно кокуцу-дати в каратэ) — рис. 3.8—3.9, расположите правую (или левую) руку с зажатой в ней цепью у солнечного сплетения. Другая рука выставлена вперед для проведения защиты, захватов и т. д. Позиция выгодна для проведения контратакующих действий. Другой вариант данного камаэ напоминает конго-но камаэ в нинпо-тайдзюцу (рис. 3.10—3.11). В данном случае руку, удерживающую цепь, сверху накрывает ладонь другой руки. Очень эффективное камаэ для техники в стиле йай.



### 4. Хаймэн-но камаэ (Иппи-но камаэ) — позиция с цепью за спиной

В этом камаэ цепь держится по диагонали за спиной, как показано на рис. 3.12—3.13. Положение ног не имеет большого значения — все зависит от данной конкретной ситуации, возникающей в процессе боя. Позволяет проводить различные неожиданные для противника атаки, под неожиданным для него углом.



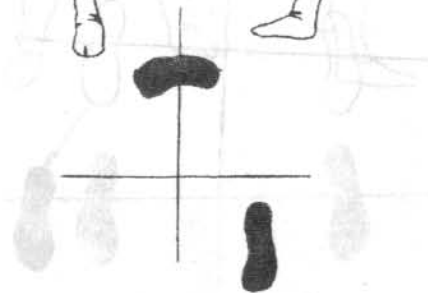
## 5. Мусо-но камаэ — позиция с цепью за плечом

Удерживая цепь обеими руками, заведите ее за одно из плеч, при этом сгибая одноименную руку в локтевом суставе, как показано на рис. 3.14—3.15. По положению ног это может быть и передняя, и задняя, и естественная стойки.



## 6. Дзедан-укэ-но камаэ — позиция верхней защиты

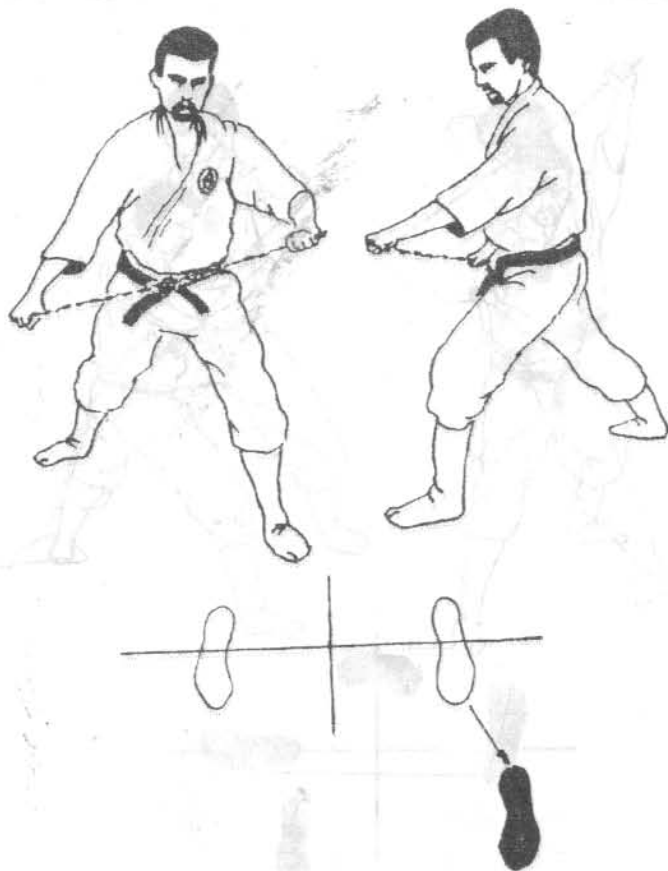
Заняв положение верхней защиты (агэ-укэ или дзедан-укэ), расположите ноги в позицию «задней» стойки, как показано на рис. 3.16—3.17. Используется как активная защитно-воспринимающая стойка (другое название — хира-итимондзи-но камаэ).





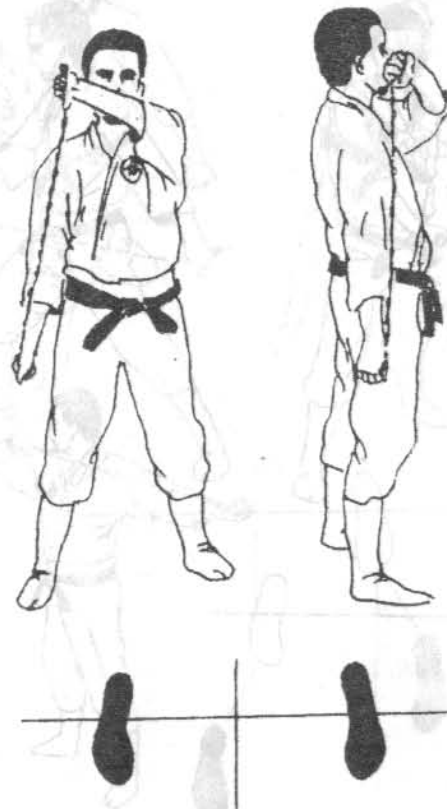
## 7. Гэдан-укэ-но камаэ — позиция нижней защиты

Расположив цепь в позиции нижней защиты, займите «переднюю» стойку, как показано на рис. 3.18—3.19. Заставляет противника атаковать, искушая мнимой открытостью, и, как следствие, ведет его к поражению.



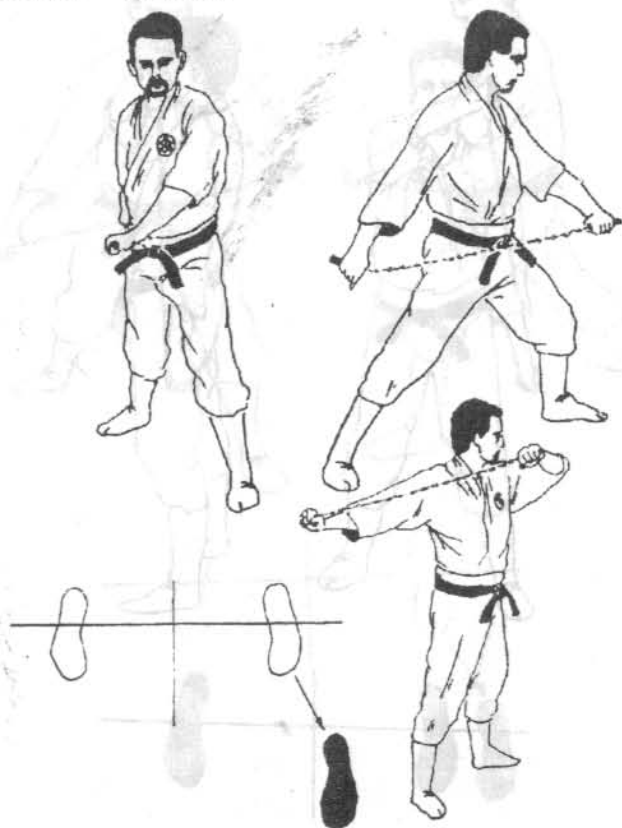
## 8. Тэнти-но камаэ — позиция «Неба и Земли»

Взяв цепь за оба конца, отведите одну из рук к противоположному плечу, а другую руку отведите вниз и слегка назад так, чтобы цепь оказалась в вертикальном натянутом положении (позиция боковой защиты) — рис. 3.20—3.21. Из этого камаэ можно наносить большинство атакующих и контратакующих ударов, одновременно оставаясь защищенным от атак противника.



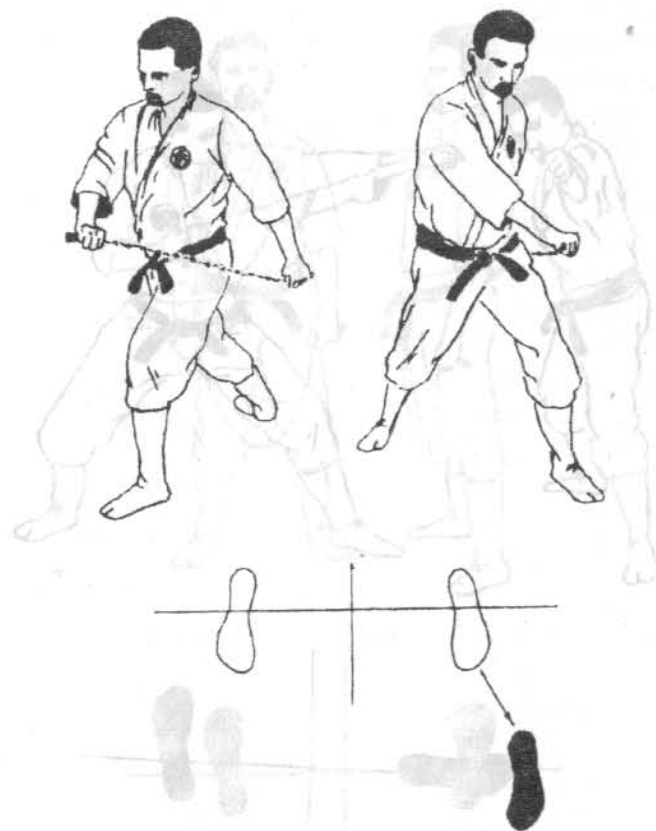
## 9. Ваки-но камаэ (Сюмоку-но камаэ) — позиция с цепью сбоку

Вытянув цепь во всю длину перед собой, займите переднюю стойку и сместите цепь к своему боку, как показано на рис. 3.22—3.23. Воспринимающая стойка, относящаяся к элементу *Воздух (Ветер)*, со всеми вытекающими отсюда последствиями, вытекающими из характера этого элемента. Сюмоку-но камаэ отличается от ваки-но камаэ лишь высотой расположения цепи — рис. 3.24.



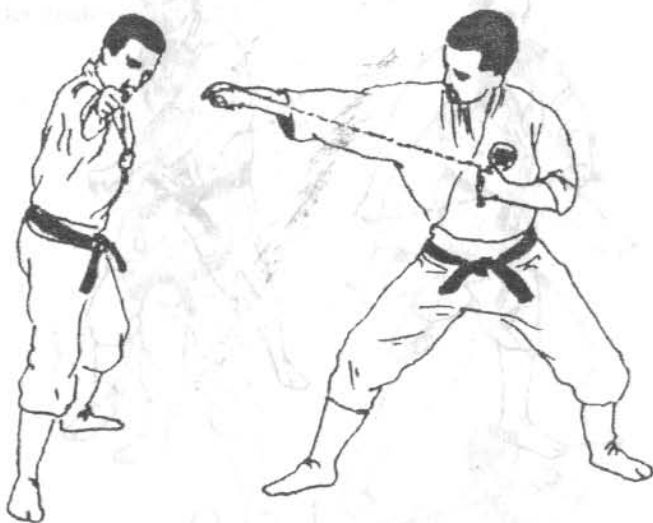
## 10. Гьяку-ваки-но камаэ — обратная боковая позиция

Соответствует предыдущему положению, но руки смещаются к противоположному (разноименному — *гьяку*) боку, рис. 3.25—3.26.



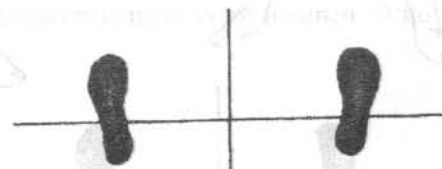
## 11. Ити-но камаэ (сэйган-но камаэ) — позиция «единицы» («Третьего глаза»)

В «задней» стойке расположите натянутую цепь вперед, как показано на рис. 3.27—3.28. Это защитно-атакующее камаэ, довольно часто используемое в реальной схватке.



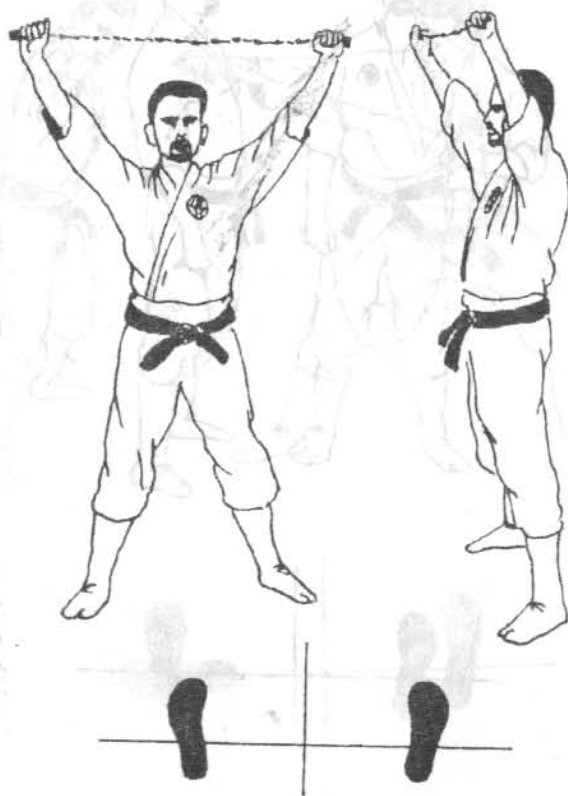
## 12. Хира-но камаэ — воспринимающая позиция

Держите цепь расслабленно в обеих руках, стоя в естественной позиции, как показано на рис. 3.29—3.30. Это воспринимающее камаэ, позволяющее проводить большинство атакующих, защитных и контратакующих действий.



### 13. Йоко-нагарэ (хира-итимондзи-но камаэ) — верхняя воспринимающая позиция

Внешне эта позиция не очень отличается от дзедан-укэ-но камаэ (рис. 3.31—3.32), но имеет совсем иную направленность: это одна из наиболее эффективных позиций для проведения йай-техник — техник мгновенного опережающего удара на поражение по неуловимой и непросчитываемой траектории.



## Глава 5. Кусари кихон-гата — основная техника работы с цепью

### I. Тори-вадза — техника атаки. Удары (фури, юти, цуки)

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

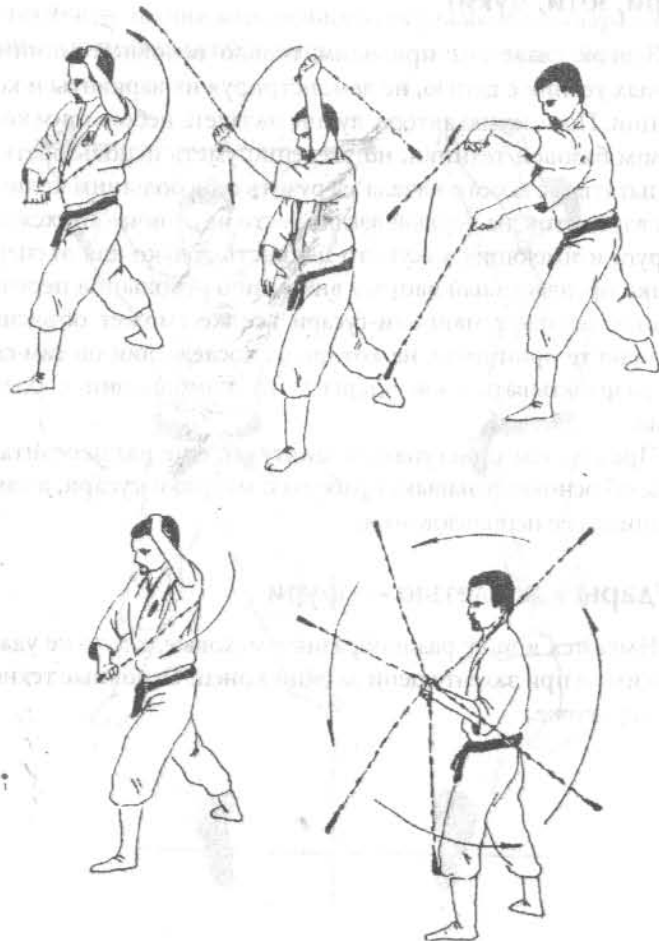
Прежде чем приступать к занятиям, еще раз перечитайте главы об основных навыках работы с манрики-гусари, а также принципах ее использования.

#### А. Удары как плетью — фури

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

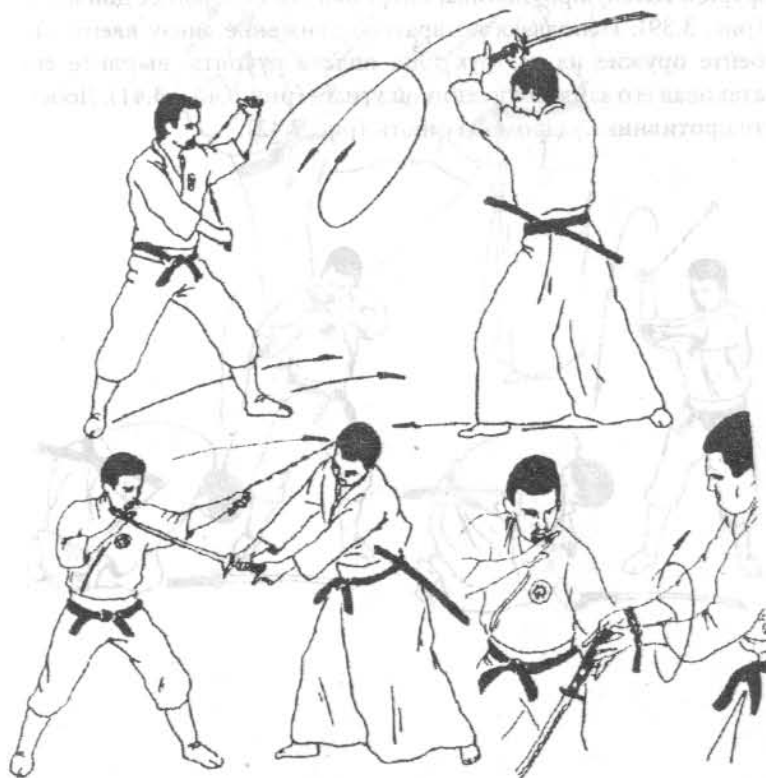
## 1. Тэнти-фури, какоиюти (удары сверху вниз и снизу вверх по вертикальному кругу)

Из мусо-но камаэ, резко разгибая руку, расположенную вверх, нанесите мощный маховый удар грузиком цепи вперед—вниз (рис. 3.33—3.34). Используя эффект «взвешивания»



внизу — рис. 3.35, нанесите мощный маховый удар снизу—вверх, сгибая руку и возвращаясь в мусо-но камаэ (рис. 3.36).

В варианте какоиюти, используя динамику раскручивания цепи по вертикальному кругу сбоку от тела, нанесите 2—3 хлестких быстрых удара — рис. 3.37. Не используйте при этом разгибания руки в локтевом суставе — удар наносится незаметно, только за счет хорошей гибкости связок запястья. Необходимо также отметить, что техника тэнти-фури или какоиюти чаще всего служит основой для проведения ударного захвата (утиотоси и утиагэ) — техники, при выполнении которой вертикаль-





ный удар сверху вниз или снизу вверх за счет гибкости цепи осуществляет оплетающий захват запястья руки противника.

### Пример использования 1

Противник занимает дай-дзедан-но камаэ с мечом, собираясь атаковать вас прямым вертикальным ударом меча по голове. Вы делаете небольшой шаг назад и занимаете мусо-но камаэ (рис. 3.38). Как только противник, делая шаг вперед, атакует вас, шагните впереди расположенной ногой вперед — в сторону, одновременно разворачивая по кругу сзади расположенную ногу наружу. В момент завершения первого шага нанесите тэнти-фури в голову противника, опережая его следующее движение (рис. 3.39). Используя возвратное движение снизу вверх, выбейте оружие из его рук или, оплетя рукоять, вырвите его, атаковав его запястья техникой утиагэ (рис. 3.40—3.41). Добейте противника ударом какоиюти (рис. 3.42).



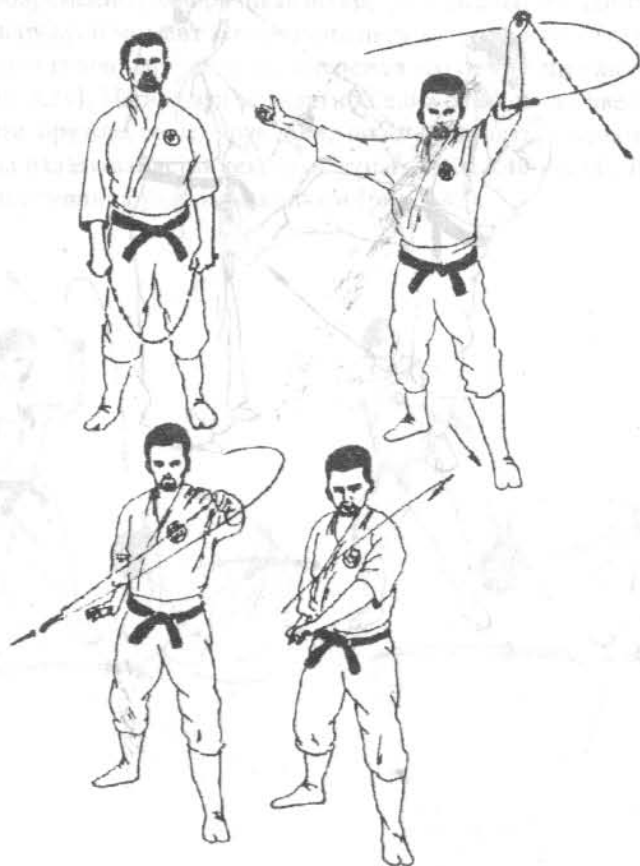
### Пример использования 2

Эта техника носит название самидарэ-но юти. Она заключается в опережающем ударе цепью тэнти-фури и одновременном ударе в пах ногой снизу вверх по типу кин-гэри в каратэ. Самидарэ-но юти относится к йай-технике с манрики-гусари — рис. 3.43. Чаще всего исполняется из гохо-но камаэ.



## 2. Итимондзи-фури (удары слева и справа с предварительным проносом цепи над головой)

Из хира-но камаэ, отпуская один конец цепи, проведите мощное вращательное движение над головой, нанося удар сна-ружи внутрь и заканчивая его в ваки-но камаэ (рис. 3.44—3.48). Повторите это движение для другой руки.



## Пример использования

Противник атакует прямым ударом меча в верхний уровень. Встречая его атаку из хира-но камаэ (рис. 3.49), с шагом в сторону уклонитесь от удара. Не прерывая движения, нанесите удар итимондзи-фури ему по затылку или виску (рис. 3.50). Отступите на шаг назад, занимая ваки-но камаэ (рис. 3.51), и нанесите йоко-фури в лицо противника (рис. 3.52).



### 3. Хатидзи-фури, сукуиюти (удары «восьмеркой»)

Из мусо-но камаэ или сюмоку-но камаэ нанесите прямой удар махом сверху вниз (рис. 3.53—3.54) и заведите цепь за одноименную сторону (рис. 3.55). Не прерывая движения, проведите маховый удар сверху вниз (рис. 3.56) к противоположной стороне тела и снова повторите два маховых удара, закончив их в ваки-но камаэ (рис. 3.57—3.58).



### Пример использования

Встречая атаку противника из ити-но камаэ, нанесите первый удар по вооруженной кисти противника, стараясь выбить оружие и повредить руку (руки), удерживающую меч (рис. 3.59—3.60). Не прерывая движения, нанесите два удара по голове противника (рис. 3.61—3.62) и, шагнув назад, займите ваки-но камаэ, готовясь отразить следующую атаку (если она последует), следуя принципу дзансин — рис. 3.63.





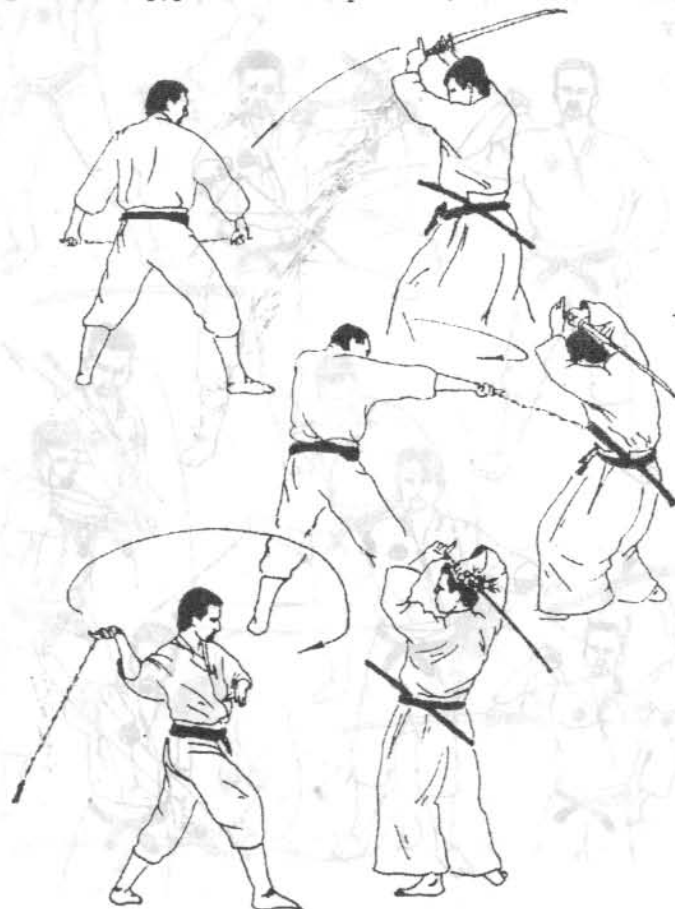
#### 4. Йоко-фури, сехацу (удары внутрь и наружу в горизонтальной плоскости)

Из хаймэн-но камаэ проведите маховый удар снаружи внутрь на верхнем, среднем (техника сехацу) или нижнем уровне, закончив его в ваки-но камаэ (рис. 3.64—3.67). Из ваки-но камаэ проведите маховый удар изнутри наружу, закончив его в хаймэн-но камаэ (рис. 3.68—3.69). Повторите в другую сторону.



### Пример использования 1

Стоя вполборота к противнику в ваки-но камаэ, нанесите йоко-фури ему в висок, как только он предпримет какие-либо атакующие действия по отношению к вам (рис. 3.70—3.71). Заканчивая удар в позиции за спиной (почти хаймэн-но камаэ), не прекращайте атаку, продолжив ее следующим ударом по затылку противника (рис. 3.72—3.73). Добейте противника ударом тэнти-фури по темени (рис. 3.74).



### Пример использования 2

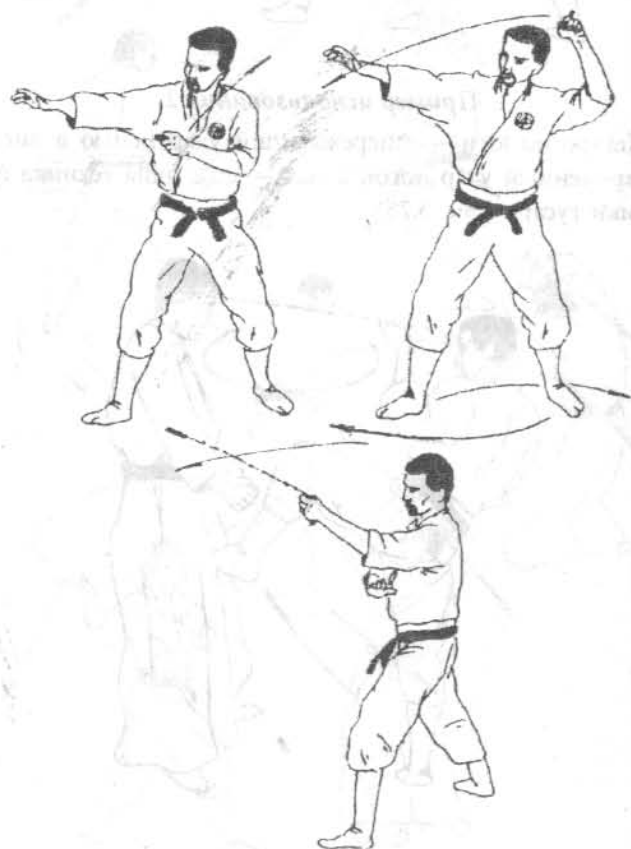
Кагэро-но юти — опережающий удар цепью в висок и одновременный удар ногой в пах — еще одна техника йай с манрики-гусари (рис. 3.75).





## 5. Нака-фури, касуми (удары «щелчком», отпуская один конец цепи из руки)

Из гохо-но камаэ поднимите руку с цепью на уровень головы (рис. 3.76—3.77) и выбросьте один из грузиков вперед (рис. 3.78) резким прямым махом. Используя эффект «взвешивания», закончите удар в мусо-но камаэ, заведя цепь за одноименное плечо.



## Пример использования

Стоя естественно в гохо-но камаэ, встречайте атаку противника. Как только противник сделает замах мечом для рубящего вертикального удара, нанесите нака-фури ему в лицо, одновременно делая прыжок назад — в сторону для ухода от его удара (рис. 3.79), и займите ваки-но камаэ (рис. 3.80—3.81). Добейте его одним из известных вам ударов (например, йоко-фури).



## 6. Юки-тигаи (выхватывание и удар)

Из положения сидзэн-но камаэ захватите цепь за один или оба грузика и мгновенно потяните оружие вниз—назад, выхватывая его из-за пояса и нанося один из вышеописанных ударов (чаще всего, итимондзи или хатидзи-фури) — рис. 3.82—3.86.



### Пример применения

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



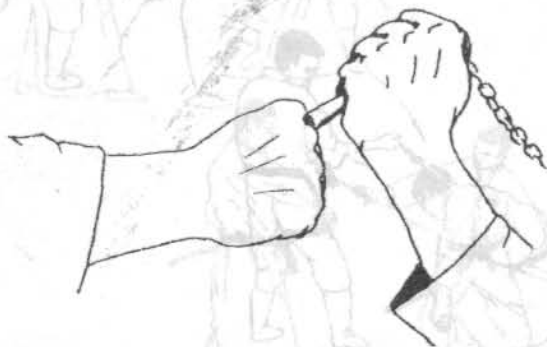
## Б. Удары грузиком как кастетом (цуки и юти)

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

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

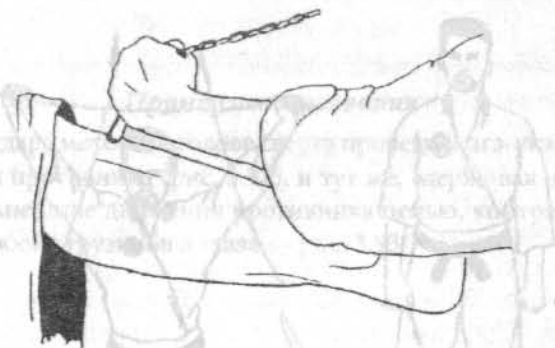
### 1. Кобуси-кудзики (останавливающий удар грузиком в кулак)

Эта специфическая техника требует отличной отработки, точности и скорости исполнения. Когда противник атакует кулаком в голову, нанесите ему удар по типу тэтцуй-юти в каратэ по передней части бьющего кулака — рис. 3.87. Следует отметить, что этим ударом поражают не только кулак, но и очень многие болевые точки головы, рук и тела в форме встречной атаки (сэн-но сэн).



### 2. Сунэ-ори (останавливающий удар грузиком в голень)

Этот прием очень похож на предыдущий лишь с тем отличием, что направлен он не на руку, а на ногу противника и траектория удара идет не вперед, а вниз. Когда противник наносит поднимающийся удар ногой в пах или солнечное сплетение, сделайте небольшой шаг в сторону, одновременно поражая ударом грузика сверху вниз его голень — рис. 3.88.



## II. Укэ-вадза — техника защиты цепью

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

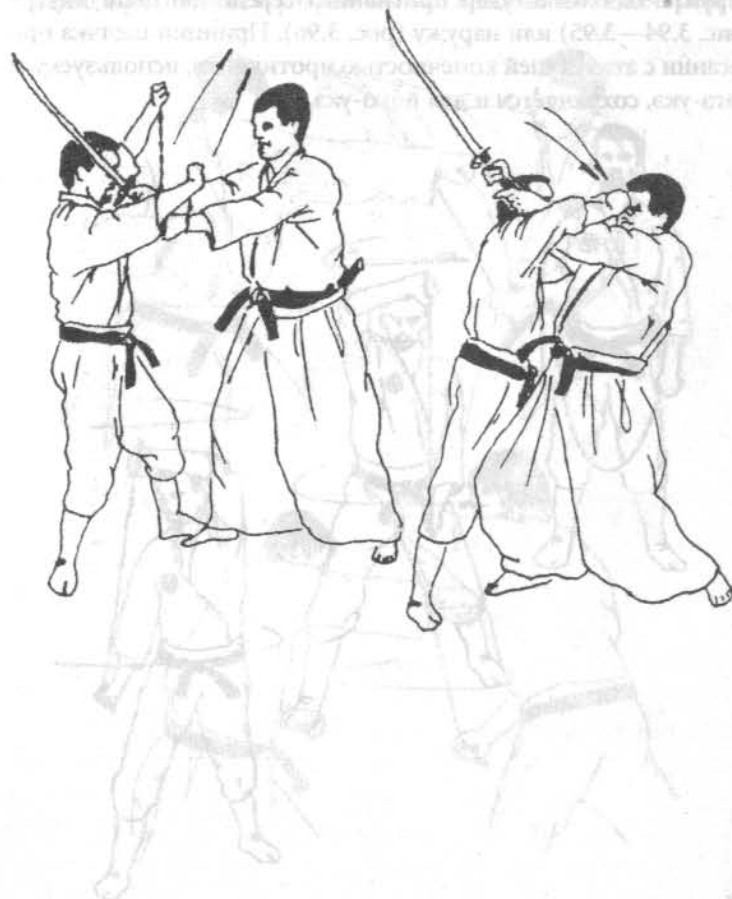
### 1. Дзедан-укэ (агэ-укэ) — поднимающийся или отводящий в сторону блок при атаке в верхний уровень

Из хира-но камаэ шагните вперед и одновременно поднимите обе руки вверх, блокируя атаку противника вверх—вперед (агэ-укэ) — рис. 3.89—3.90 или вверх—в сторону (дзедан-укэ) — рис. 3.91. Нужно не просто подставлять цепь под атакующую конечность противника, а резко бить по ней щелчком серединой цепи. До момента блокирования цепь не натягивается!



### Пример использования

От удара мечом по голове сверху проведите агэ-укэ, блокируя руки противника (рис. 3.92), и тут же, сдерживая возможные дальнейшие движения противника цепью, контратакуйте ударом обоих грузиков в глаза — рис. 3.93.



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

Из хира-но камаэ сделайте шаг назад, одновременно разворачиваясь по кругу в сторону сзади расположенной ноги и блокируйте тычковый удар противника серединой цепи внутрь (рис. 3.94—3.95) или наружу (рис. 3.96). Принцип щелчка при касании с атакующей конечностью противника, используемый в агэ-укэ, сохраняется и для йоко-укэ.

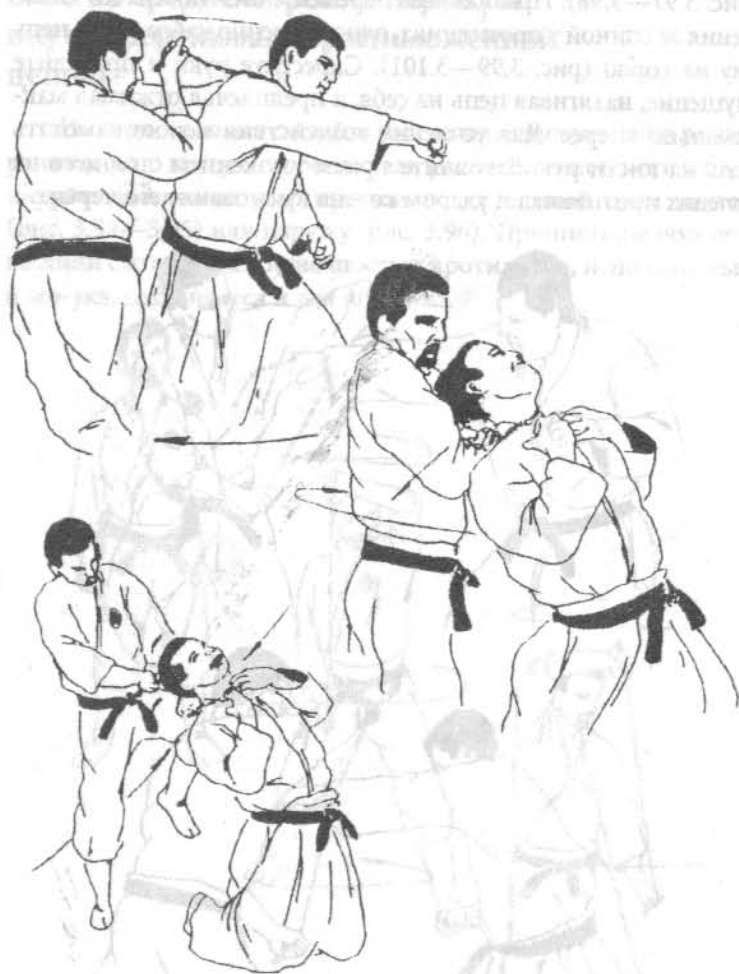


## Пример использования

Блокируйте два удара противника блоком сото-йоко-укэ (рис. 3.97—3.98). Правильным перемещением добейтесь положения за спиной у противника, одновременно набрасывая цепь ему на горло (рис. 3.99—3.101). Скрестите руки и проведите удушение, натягивая цепь на себя, а предплечья отжимая максимально вперед. Для усиления воздействия можно намотать цепь на кисти рук. Закончите прием удушением стоящего на коленях противника и ударом колена в основание его черепа.







### 3. Гэдан-укэ — блок серединой цепи на нижнем уровне

Из дзедан-укэ-но камаэ или хира-итимондзи-но камаэ (рис. 3.102) сделайте шаг ногой вперед или назад, разворачивая корпус под 45 градусов по отношению к линии атаки противника, и быстрым движением выбросьте обе руки вниз — в сторону, блокируя тычковый удар противника в нижний уровень (рис. 3.103).



#### Пример использования

Из хира-но камаэ отбейте удар ноги противника вниз — в сторону и нанесите свой удар ногой в пах, не давая противнику опустить атакующую ногу на землю, подхватив и поддерживая ее цепью (сукуи-укэ) — рис. 3.104.



#### 4. Отоси-укэ — опускающий (оплетающий) блок серединой цепи

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

##### *Пример использования*

Из хира-но камаэ блокируйте удар противника наружу блоком ути-йоко-укэ (рис. 3.105). Не убирая цепь от руки противника, блокируйте второй удар блоком отоси-укэ, охватывая обе руки противника S-образным захватом в петлю (рис. 3.106). Стянув руки противника вместе и воздействуя на кости лучезапястного сустава давлением звеньев цепи, повернитесь к противнику спиной, подводя свое плечо под руки противника. Подбивая бедрами нижнюю часть живота противника вверх, перебросьте его через спину, не отпуская захват цепью (рис. 3.107—3.110).



3.105—3.106

#### 5. Фури-укэ — ударно-маховые блоки на любом уровне

Ударно-маховые блоки наиболее часто используются на дальней дистанции для поражения конечностей противника (рук — для обезоруживания, ног — для выведения из равновесия и сваливания на землю). По технике исполнения ничем не отличаются от уже рассмотренных маховых ударов, с той лишь



3.107—3.110

разницей, что направлены они на конечность противника (рис. 3.111—3.114), что требует высокой точности и скорости выполнения приемов.



## 6. Ядомэ («отбивание стрел») — ударно-оплетающий блок перед собой

К ударно-маховым блокам относится и техника ядомэ — вращение цепи в вертикальной плоскости прямо перед собой. Подобная техника как бы создает защитный барьер, напоминающий вращающийся винт самолета. Рука или нога, попавшие в эту зону, травмируются или обвиваются цепью, оружие выбивается или также обвивается — рис. 3.115—3.116.

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



## III. Куми-ути (маки-вадза) — техника захватов цепью

Захват с некоторыми оговорками можно назвать основным техническим действием в бою с одним (!) противником — как безоружным, так и вооруженным. Захват производится обычно после блока или без него (опережая, что более желательно), удерживая цепь как двумя руками (рис. 3.117), так и одной рукой, осуществляя захват ударным движением типа ути-отоси (рис. 3.118).



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

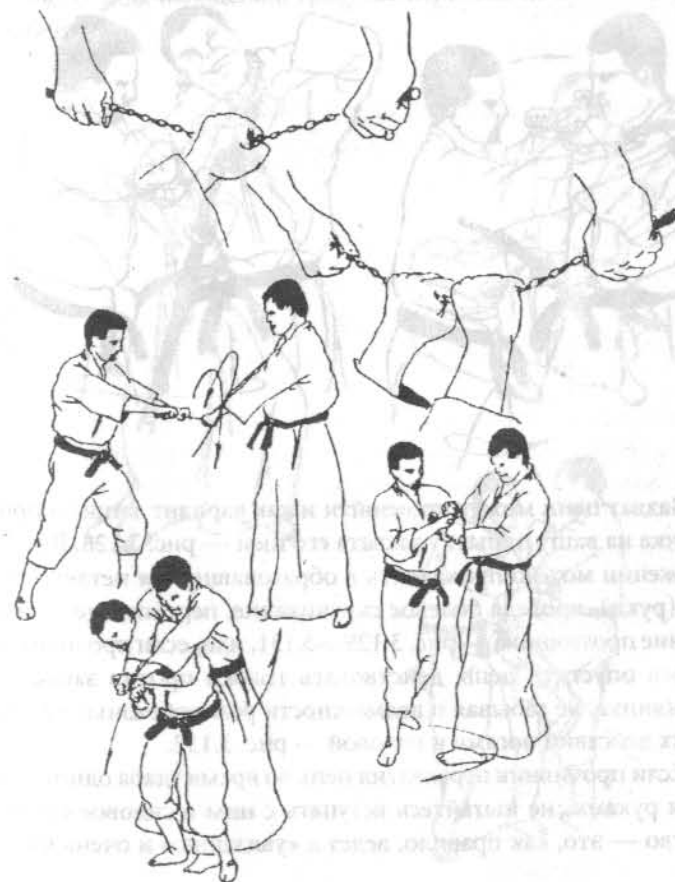
- запястья рук,
- шея,
- лодыжки,
- ноги,
- туловище.

Цепь позволяет также проводить очень эффективные «двойные» захваты, основными вариантами которых являются захваты рука/шея и рука/рука; в этом случае захват производится той частью цепи, которая по возможности ближе находится к атакующей конечности противника. Захват лодыжек можно проводить либо как защиту от ударов ногами с последующим переходом на сваливание или бросок (рис. 3.119), а также опутывая ногу убегающему противнику техникой типа нагэ-юти (рис. 3.120).

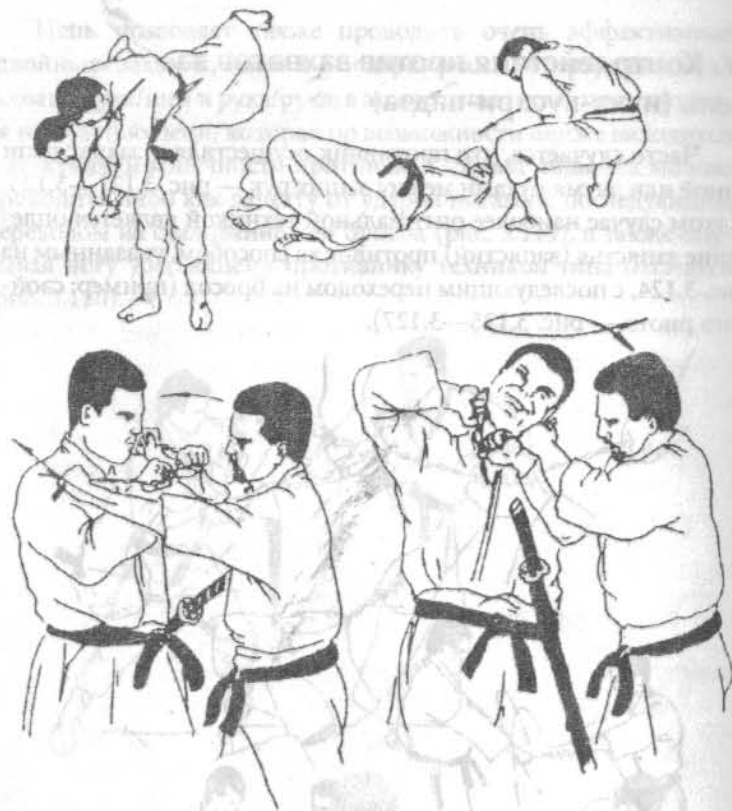


#### IV. Контрдействия против захватов за цепь (нукэ-кусари-вадза)

Часто случается, что противник осуществляет захват цепи одной или двумя руками между ваших рук — рис. 3.121—3.123. В этом случае наиболее оптимальной техникой является оплетение запястья (запястий) противника способом, указанным на рис. 3.124, с последующим переходом на бросок (пример: сэй-нагэ риотэ — рис. 3.125—3.127).







Захват цепи может произойти и как вариант защиты противника на вашу попытку захвата его шеи — рис. 3.128. В этом положении можно прихватить в образовавшуюся петлю и его руку (руки), проведя болевое скручивание, переходящее в сваливание противника — рис. 3.129—3.131, или, если противнику удалось опустить цепь, действовать только против запястий противника, не забывая о возможности разнообразных технических действий ногами и головой — рис. 3.132.

Если противник перехватил цепь во время удара одной или двумя руками, не пытайтесь вступать с ним в силовое единоборство — это, как правило, ведет к «увязанию» и очень часто

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

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



## V. Болевые контроли и броски (торитэ-вадза)

Технические действия из раздела торитэ осуществляются за счет сжимания костей (суставных сумок и сухожилий) сгиба запястья, голени, лодыжки и шеи петлей и набросом. Подкрепляется обычно каким-либо приемом из арсенала безоружного боя. Основными техниками считаются кобуси-гарами-нагэ кататэ (два варианта) — рис. 3.133—3.136 и 3.137—3.140, удэ-гамэ-нагэ кататэ — рис. 3.141—3.144, аси-дори — рис. 3.145—3.147, аси-дори-осаэ — рис. 3.148—3.150, аси-дори-о-ути-гари — рис. 3.151—3.153.

### Кобуси-гарами-нагэ кататэ (бросок выкручиванием локтевого сустава одной руки)

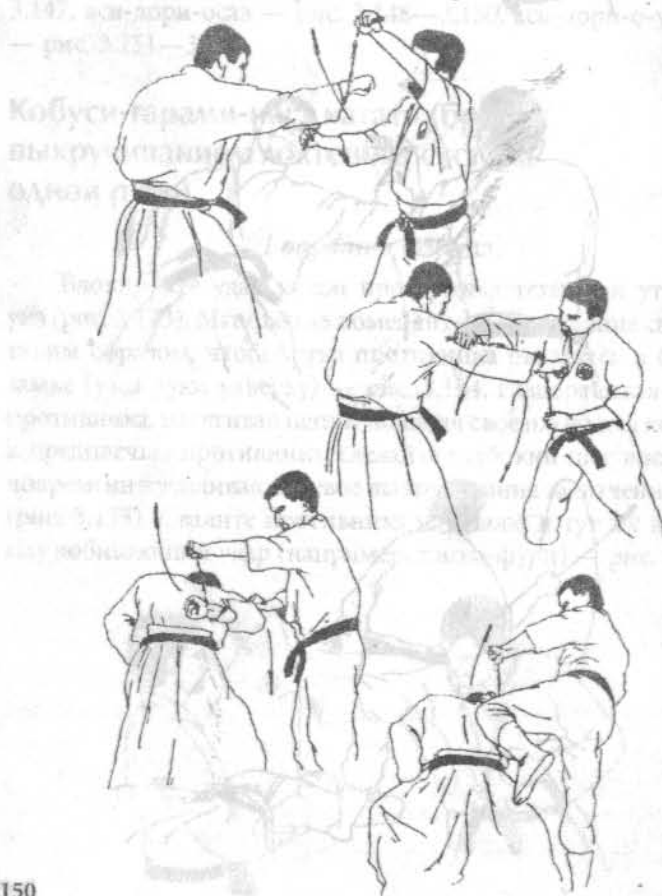
#### 1 вариант (омотэ)

Блокируйте удар рукой противника техникой ути-йокуюкэ (рис. 3.133). Мгновенно поменяйте расположение своих рук таким образом, чтобы рука противника оказалась в болевом замке (узел руки наверху) — рис. 3.134. Разворачивая тело от противника, натягивая цепь и подводя свое плечо для контроля к предплечью противника, сделайте глубокий шаг вперед, одновременно усиливая болевое выкручивание захваченной руки (рис. 3.135). Свалите противника на землю и тут же нанесите ему добивающий удар (например, тэнти-фури) — рис. 3.136.



## 2 вариант (ура)

Сбивая удар противника вверх техникой агэ-ука (рис. 3.137), тут же оплетите атакующую конечность противника на уровне своей груди таким образом, чтобы его запястье оказалось в петле — рис. 3.138. Заведите руку противника ему за спину, создавая болевое выкручивание в локтевом и плечевом суставе — рис. 3.139. Резким ударом колена в предплечье противника сломайте ему руку и его возможное сопротивление, опрокидывая его лицом вниз — рис. 3.140.



## Удэ-гатамэ-нагэ кататэ (бросок сжатием лучезапястного сустава)

В момент нанесения противником прямого удара рукой в лицо, отступите назад, меняя положение рук, и техникой ути-отоси опутайте его запястье цепью — рис. 3.141—3.142. Мгновенно перехватите свободной рукой захваченную кисть противника, исключая для него возможность освободиться. Резко потянув руку противника на себя, используйте сжатие запястья цепью и перегибание в лучезапястном суставе против естественного сгиба, бросьте противника вниз лицом и тут же сломайте или надавите для контроля своим коленом на его локтевой сустав, продолжая натягивать цепь, — рис. 3.143—3.144.



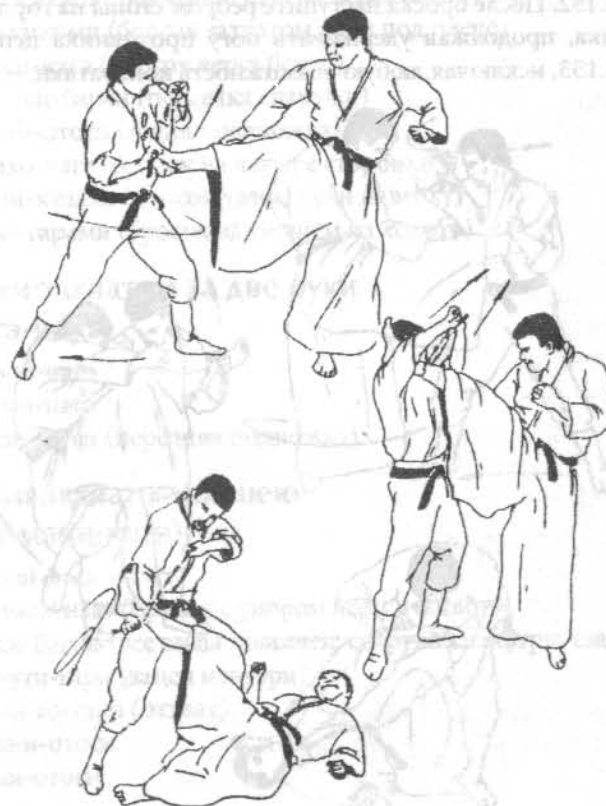
### Аси-дори (бросок сжатием голеностопного сустава)

Когда противник наносит прямой удар ногой снизу, блокируйте его голеностоп цепью техникой отоси-укэ и тут же захватите атакующую конечность в петлю — рис. 3.145. Одновременно изо всей силы сжимая петлю и дугообразным движением снаружи внутрь натягивая ногу противника на себя, выведите его из равновесия и бросьте на землю. Продолжая сжимать цепью голеностопный сустав, коленом резко надавите на область паха противника, пресекая его попытки оказать сопротивление, — рис. 3.146—3.147.



### Аси-дори-осаз (бросок выведением из равновесия захватом за ногу)

В ответ на прямой удар ногой противника проведите агэ-укэ, подхватывая атакующую конечность снизу — рис. 3.148. Сделав глубокий шаг на противника, резко выпрямите ноги и поднимите руки как можно выше вверх, выводя противника из равновесия назад — рис. 3.149. В момент падения противника заплетите его голеностопный сустав в петлю и контролируйте противника на земле болевым сжатием, находясь сбоку от противника и в случае его попыток освободиться всегда имея возможность нанести упреждающий удар ногой — рис. 3.150.





## Аси-дори-о-ути-гари (бросок зацепом изнутри с захватом ноги)

Начало приема аналогично предыдущему — рис. 3.151. Но после подхватывания ноги противника необходимо сделать шаг сзади расположенной ногой почти вплотную к противнику, одновременно заводя впереди расположенную ногу за опорную ногу противника и резким подсекающим движением выбивая ее вверх — на себя. Руки в то же время контролируют захваченную ногу, надавливая на коленный сустав изнутри, а также возможные действия руками противника (локтем и предплечьем руки, одноименной ногой, проводящей зацеп) — рис. 3.152. После броска наступите ребром стопы на горло противника, продолжая удерживать ногу противника цепью — рис. 3.153, исключая любую возможность контратаки.



Ниже перечислены некоторые броски из нагэ-вадза дзю-тай-дзюцу, которые, с некоторыми изменениями, могут быть с успехом использованы в технике цепи. Изучение этих техник относится к разделу хэнка-вадза кусари-дзюцу (вариантов техники). Ее можно подробно изучить только с помощью квалифицированного инструктора, обратившись в один из филиалов МНАН «Будзинкан долзе» (СНГ).

## Броски захватом за одну руку (кататэ-нагэ)

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

## Броски захватом за две руки (риотэ-нагэ)

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

## Броски захватом за шею (куби-маки-нагэ)

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



## Броски захватом за шею и руку (удэ-куби-маки-нагэ)

Практически все вышеперечисленные броски могут быть проведены из этого захвата.

## VI. Удушения (симэ-вадза)

Удушения цепью в основном базируются на петлеобразном захвате шеи спереди, сбоку, сзади (техника маки-отоси — рис. 3.154—3.157) или на сжиманиях шеи с двух сторон захлестом или прямым ударом участком цепи между кистями рук (расстояние при этом намного меньше, чем при захвате или захлесте, — порядка 15 см). Следует стремиться совмещать удушение со сваливающим воздействием (кудзуси) — рис. 3.158—3.163.

### Пример 1. Усиро-дзимэ — удушение сзади

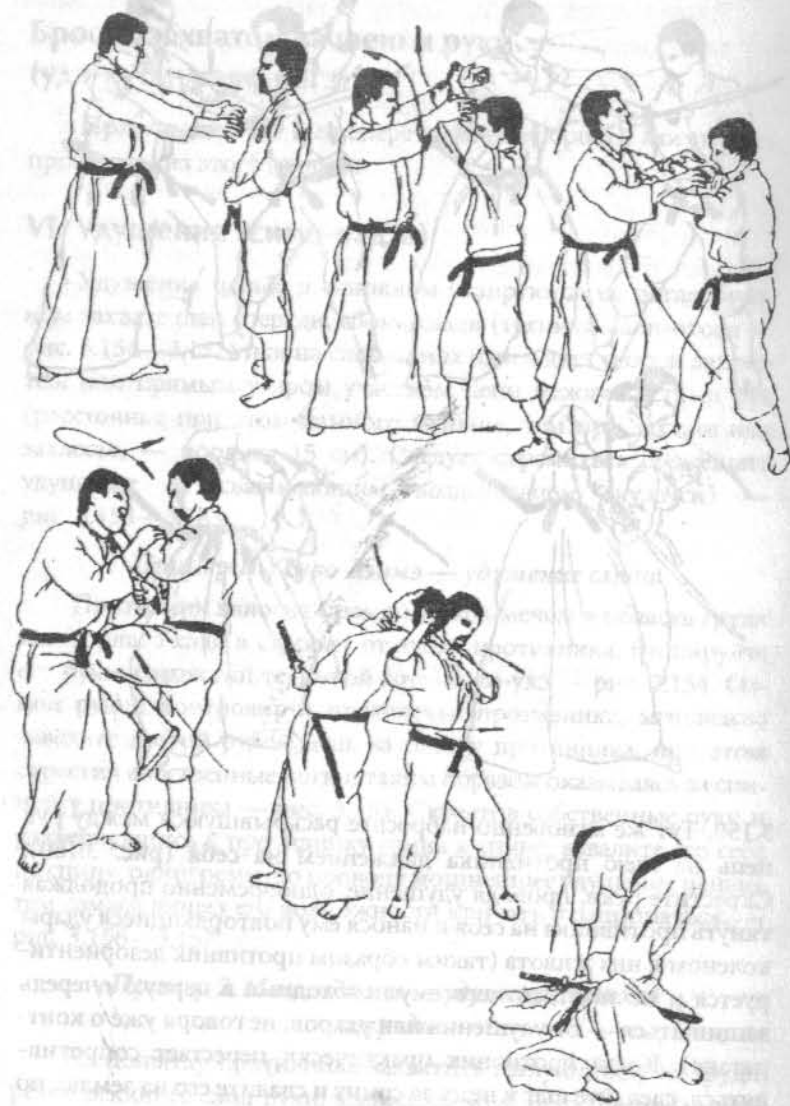
Противник наносит прямой тычок мечом в область груди или горла. Уходя в сторону от атаки противника, блокируйте его руки у запястий техникой сото-йоко-укэ — рис. 3.154. Одной рукой контролируя предплечья противника, мгновенно заведите другой рукой цепь за голову противника, при этом скрестив собственные ноги и таким образом оказываясь за спиной у противника — рис. 3.155. Скрестив собственные руки и развернувшись к противнику спина к спине, взвалите его себе на спину, одновременно проводя мощнейшее удушение цепью, тем самым лишая его возможности кричать и защищаться, — рис. 3.156—3.157.

### Пример 2. Маки-отоси — удушение петлей спереди

На попытку противника захватить вашу одежду на груди резко вскиньте свои руки, удерживающие цепь, вверх—в стороны, блокируя и разводя руки противника — рис. 3.158—

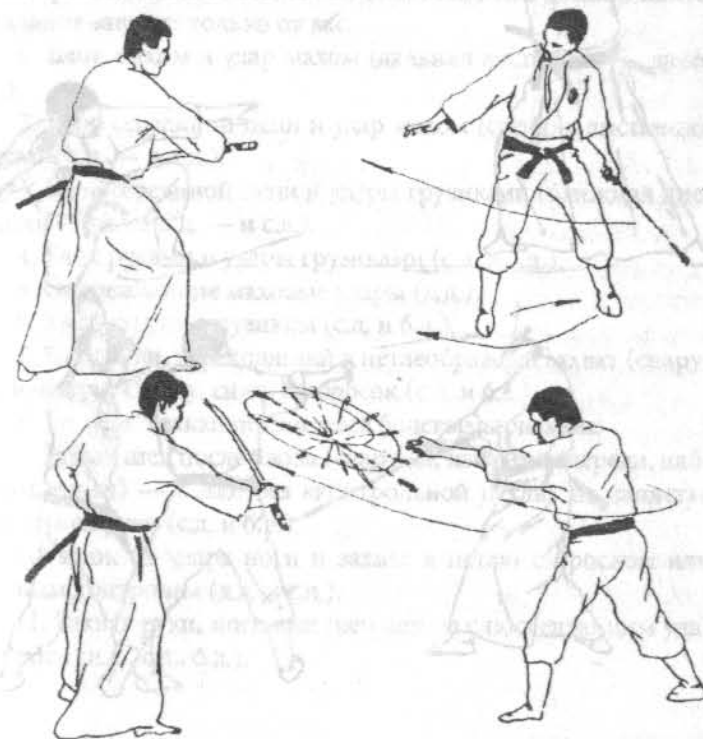


3.159. Тут же мгновенно набросьте раскрывшуюся между рук цепь на шею противника движением на себя (рис. 3.160). Скрестите руки, проводя удушение, одновременно продолжая тянуть противника на себя и нанося ему повторяющиеся удары коленом в низ живота (таким образом противник дезориентируется и не знает, от чего ему необходимо в первую очередь защищаться — от удушения или ударов, не говоря уже о контратаке). Когда противник практически перестает сопротивляться, сделайте шаг к нему за спину и свалите его на землю, по необходимости усиливая или ослабляя удушение, — рис. 3.161—3.163.



## VII. Метание цепи (кусари-нагэ-ката)

Цепь лучше всего метать горизонтальным вращением в область лица (головы), горла или по коленям и паху — рис. 3.164—3.166. В этом случае, помимо ударного шокирующего эффекта, возможно оплетание с удушающим воздействием на горло или «спутывание» ног, что иногда может дать единственный шанс на победу в бою (достать другое оружие, спрятаться, убежать и т. п.); можно метать цепь также в вертикальной плоскости или же, сложив цепь в руку, метнуть ее, как камень (рис. 3.167—3.168). В любом случае, к метанию желательно прибегать только в крайнем случае, и то лишь тогда, когда вы целиком уверены в твердом навыке броска.





## VIII. Основные комбинации к овладению свободным боем с цепью (рэндзоку-хэнкан)

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

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

## Глава 6. Основы тактического рисунка боя с цепью (кусари-хэйхо)

### 1 этап: дальняя дистанция (тоо-ма)

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

### 2 этап: средняя дистанция (тика-ма)

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

### 3 этап: ближняя дистанция (коо-ма)

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

### 4 этап: бой на земле (нэ-вадза)

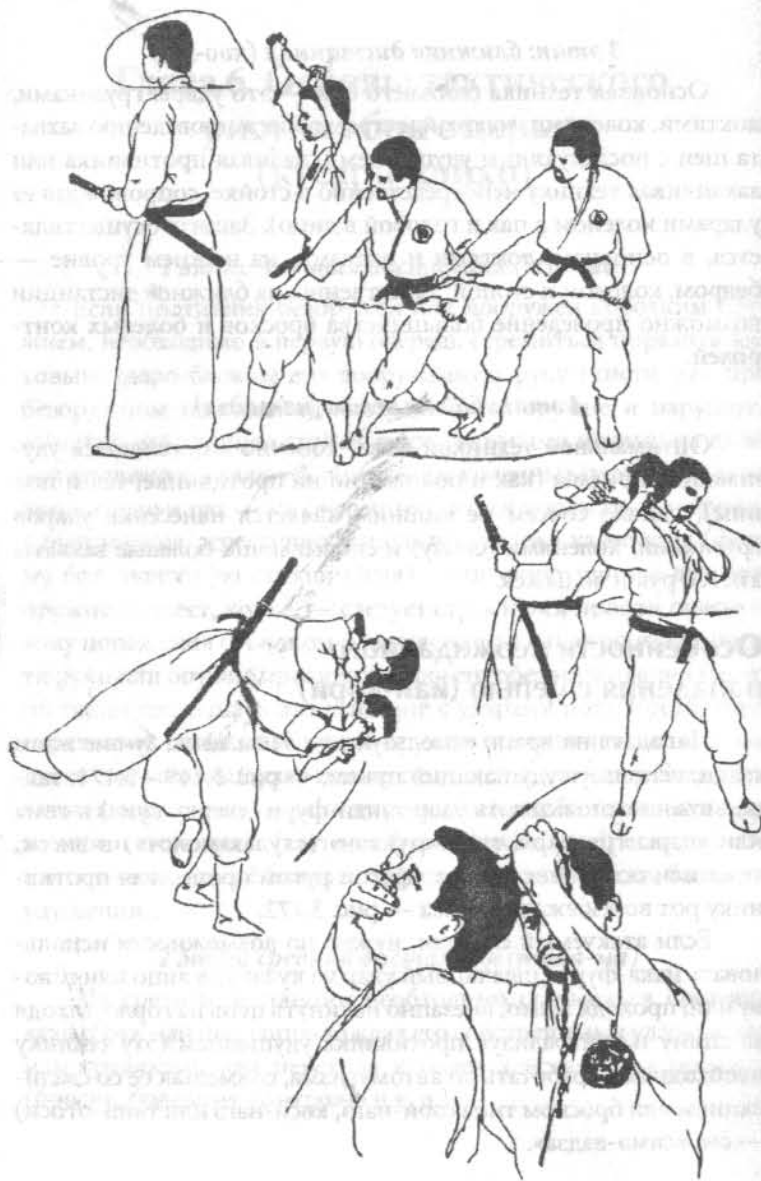
Оптимальной техникой лежа, конечно же, являются удушающие приемы (как в положении на противнике, так и под ним), однако совсем не лишним является нанесение ударов грузиками, коленями (снизу) и сковывающе-болевые захваты кистей рук и лодыжек.

## Особенности неожиданного нападения с цепью (йай-дори)

Нападать на врага, используя при этом цепь, лучше всего сзади, используя удушающий прием, — рис. 3.169—3.171; также можно использовать удар тэнги-фури (сверху вниз) в темя или удары грузиком типа «цуйкэн» («кулак-молот») в висок, темя или основание черепа, другой рукой прикрывая противнику рот во избежание шума — рис. 3.172.

Если атакуемый спереди, нужно по возможности использовать нака-фури (щелчковый удар из кулака) в лицо или голову или, проходя мимо, внезапно накинуть цепь на горло, заходя за спину и нейтрализуя противника удушением (эту технику необходимо отработать до автоматизма, совмещая ее со сваливанием или броском типа сэой-нагэ, коси-нагэ или тани-отоси) — см. «симэ-вадза».





Можно также провести захват ног цепью сзади с последующим сваливанием (рис. 3.173—3.175), но этот способ довольно рискован и мало практичен (у противника имеется возможность кричать, защищаться руками, достать оружие, вывернуться и т. д.).

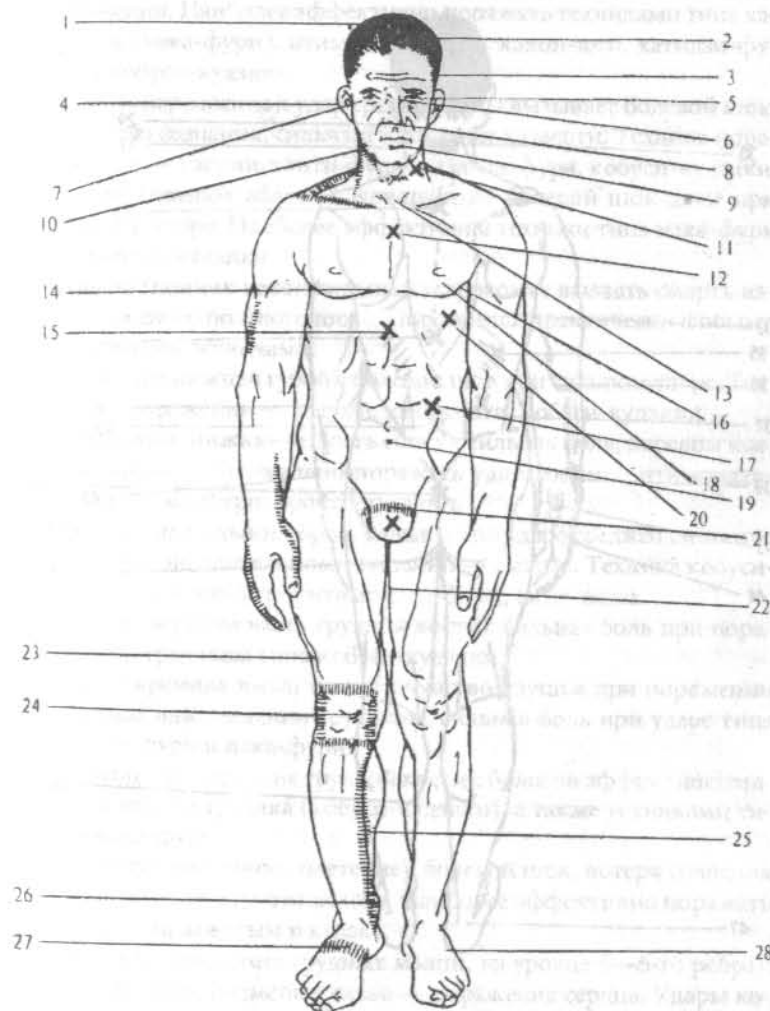


## Глава 7. Болевые точки, используемые в технике цепи (кюсе)

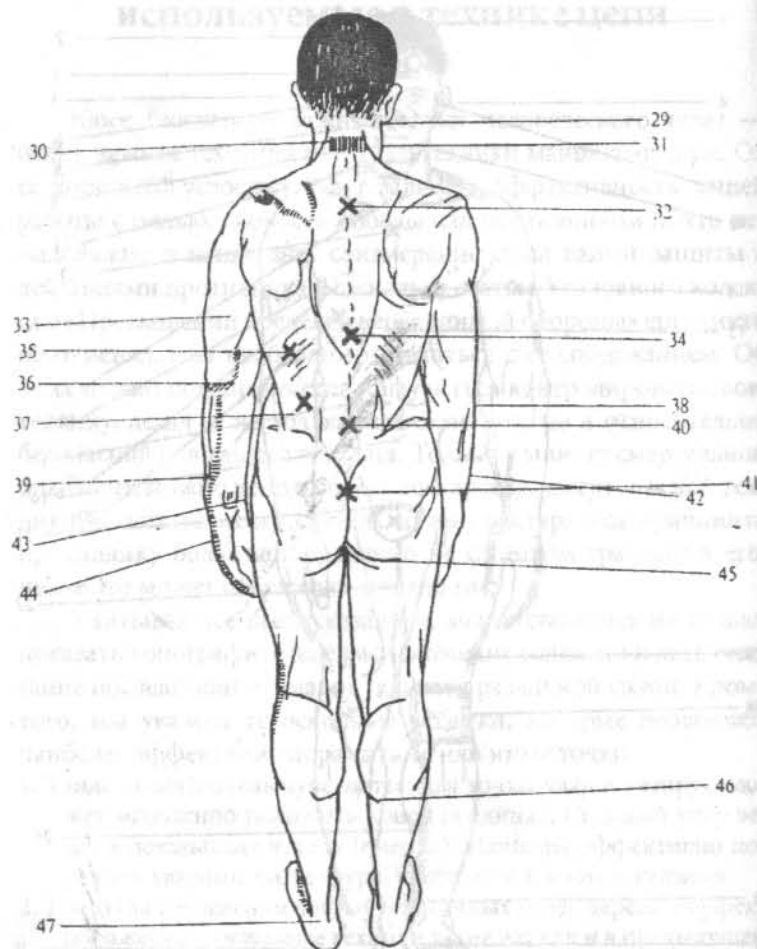
Кюсе (жизненно важные точки человеческого тела) — очень важная тема при изучении техники манрики-гусари. От ее хорошего усвоения будет зависеть эффективность вашей работы с цепью, скорость победы над противником и, что немаловажно в наши дни, соотношение силы вашей защиты с действиями противника. Поскольку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

Учитывая все вышесказанное, мы постарались не только показать топографическое расположение точек, но и дать описание последствий от ударов по ним с различной силой. Кроме того, мы указали те основные техники, которые позволяют наиболее эффективно поражать те или иные точки.

1. Тэндо (темя): очень чувствительная точка, удар в которую может мгновенно положить конец поединку. Сильный удар ведет к летальному исходу (смерти). Наиболее эффективно поражать ударами тэнти-фури, какои-юти и кобуси-кудзики.
2. Тэнто (на сочленении лобной и височных долей черепа): эффект поражения и основные техники такие же, как и в предыдущем случае.
3. Комэками (висок): смертельная точка даже при ударе незначительной силы. Наиболее эффективны итимоцдзи-фури, йокофури, какои-юти, кобуси-кудзики.



# Глава 7. БОЛЕВЫЕ ТОЧКИ, ИСПОЛЗУЕМЫЕ ТЕХНИКАМИ



4. Мими (уши): сильный удар вызывает острую боль, шок. Техника как в предыдущем случае.
5. Сэйдон (с внешней стороны глаза): резкая боль при точном поражении. Наиболее эффективно поражать техниками типа касуми (нака-фури), итимондзи-фури, какои-юти, хатидзи-фури, кобуси-кудзики.
6. Микэн (переносица): удар средней силы вызывает болевой шок, потерю сознания, сильный удар ведет к смерти. Техника поражения — касуми, тэнти-фури, хатидзи-фури, кобуси-кудзики.
7. Гансэй (глазное яблоко): сильнейший болевой шок даже при слабом ударе. Наиболее эффективны техники типа нака-фури и кобуси-кудзики.
8. Дзингю (кончик носа): сильный удар может вызвать смерть из-за тяжелого болевого шока. Поражается практически любыми ударными техниками.
9. Гэкон (под нижней губой): болевой шок при сильном ударе. Техника поражения — касуми, какои-юти, кобуси-кудзики.
10. Микацуки (нижняя челюсть сбоку): сильная боль, перелом челюсти, нокаут. Оптимально поражать ударами типа итимондзи-фури, йоко-фури, кобуси-кудзики.
11. Хитю (дыхательное горло, кадык): при ударе средней силы или достаточно длительном удушении — смерть. Техника кобуси-кудзики, йоко-фури, итимондзи-фури, симэ-вадза.
12. Дантю (верхняя часть грудной кости): сильная боль при поражении грузиком типа кобуси-кудзики.
13. Сону (яремная ямка, трахея): чувство удушья при поражении ударом или давлением грузиком, сильная боль при ударе типа тэнти-фури и нака-фури.
14. Киотоцу (на середине грудной кости): болевой эффект достигается ударом грузика (кобуси-кудзики), а также техниками типа нака-фури.
15. Суйгэцу (солнечное сплетение): болевой шок, потеря сознания вплоть до летального исхода. Наиболее эффективно поражать грузиком, зажатым в кулаке.
16. Киозэй (у основания грудных мышц, на уровне 5—6-го ребра): резкая боль, онемение, слева — поражение сердца. Удары кобуси-кудзики, сехацу, йоко-фури и итимондзи-фури.

17. Инадзума (последние «плавающие» ребра): резкая боль, травма внутренних органов за счет перелома кости. Поражение печени при ударе справа. Эффективно поражать техникой сехацу, кобуси-кудзики, нака-фури.
18. Гантю (сосок): резкая боль при сильном ударе. Атаки типа кобуси-кудзики и сехацу.
19. Миою (под пупком): резкая боль, поражение внутренних органов, при очень сильном ударе возможна смерть. Наиболее эффективны кобуси-кудзики, йоко-фури, нака-фури.
20. Дэко (сердечная область): резкая боль, чувство удушья, потеря сознания, возможен летальный исход. Основная техника — как в предыдущем случае.
21. Кинтэки (пах и половые органы): резкая боль даже при ударе средней силы, болевой шок, потеря сознания. Наиболее эффективно поражать ударами тэнти-фури (снизу-вверх), суйгэцу-юти («восьмерка», начинающаяся снизу), кобуси-кудзики, итимондзи-фури или йоко-фури при положении сбоку от противника.
22. Яко (внутренняя сторона бедра): сильная боль и онемение, разрыв мышцы при очень сильном ударе. Эффективно поражается ударами типа йоко-фури. На близкой дистанции — кобуси-кудзики.
23. Фукуто (с внешней стороны бедра над коленом): резкая боль, обездвиживание, травма коленного сустава. Поражать наиболее эффективно ударами итимондзи-фури и йоко-фури, а также кобуси-кудзики при захвате ноги противника.
24. Хидзакансэцу (коленный сустав спереди): все вышесказанное по поводу предыдущей точки остается справедливым по отношению к хидзакансэцу.
25. Кокоцу (выступающая часть голени): резкая боль, обездвиживание, при очень сильном ударе — перелом кости. Основная техника — сунэ-ори, йоко-фури, иногда — нака-фури.
26. Утикоробуси (выступающая изнутри головка кости голени): резкая боль, при сильном ударе — раздробливание кости. Эффективны техники типа сунэ-ори, аси-дори, йоко-фури.
27. Кори (на подъеме стопы): резкая боль, обездвиживание, травма костей стопы. Удары сунэ-ори, тэнти-фури.

28. Кусагакурэ (с внешней стороны подъема стопы ближе к голеностопному суставу): эффект от удара и технические действия, как в N26 и 27.
29. Докко (под ухом): жесткая резкая боль, потеря сознания, шок. Поражать наиболее эффективно техникой кобуси-кудзики, сехацу, йоко-фури и итимондзи-фури.
30. Кэитю (основание черепа): удар средней силы вызывает потерю сознания, сильный удар ведет к перелому шейных позвонков и, как следствие, к смерти. Удары типа йоко-фури, нака-фури и кобуси-кудзики.
31. Сефу (боковая часть шеи): резкая боль, помутнение или потеря сознания; смерть от поражения сонной артерии ударом или пережиманием («кровяное» удушение). Удары типа кобуси-кудзики, итимондзи-фури, сехацу. Маки-отоси и кубимаки как основа для удушающих техник.
32. Сола (область шестого позвонка, «атлант»): очень опасная точка, мощное поражение которой может привести к смерти или параличу. Поражать эффективно ударами кобуси-кудзики, тэнти-фури, сехацу, итимондзи-фури.
33. Вансюн (трехглавая мышца плеча): резкая боль, онемение и временный паралич руки. Наиболее эффективны кобуси-кудзики, йоко-фури, итимондзи-фури.
34. Кацусацу (область позвоночника чуть выше линии пояса): поражение и техника аналогична N32.
35. Дзиндзо (почки): резкая боль, потеря сознания, вызываемая резким выбросом адреналина (чувство удушья), при сильном ударе возможна смерть. Удары типа итимондзи-фури, йоко-фури, кобуси-кудзики.
36. Хидзидзумэ (чувствительная область над локтевым суставом): резкая боль, обездвиживание, травма локтевого сустава. Воздействия всеми видами ударов и болевыми сжиманиями, выкручиваниями и надавливаниями.
37. Кандзо (печень сзади-сбоку): болевой шок, потеря сознания, травма печени. Поражать эффективно ударами типа итимондзи-фури, нака-фури, сехацу и кобуси-кудзики.
38. Удэкансэцу (внешняя часть локтевого сустава): техника и последствия ее применения аналогична N36.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## Часть четвертая СИНОБИ КЕН-ДЗЮЦУ — ИСКУССТВО ВЛАДЕНИЯ МЕЧОМ НИНДЗЯ







## Глава 1. Синоби кэн-дзюцу — искусство владения мечом ниндзя

Синоби кэн-дзюцу — искусство фехтования мечом ниндзя — одна из обязательных дисциплин, входящих в обучение по программе современной школы нин-дзюцу Будзинкан, возглавляемой тридцать четвертым патриархом школы Тогакурэ-рю Масааки Хацуми.

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

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

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

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

Меч ниндзя гораздо более прост в отделке и, возможно, качество его стали ниже, однако он гораздо надежнее в смысле

его многофункциональности и полезности для того образа жизни и действий, которые присущи ниндзя — людям, идеалами которых являются неписанные законы Нин-по, один из которых гласит: «Ин-син тонкэй» — «Минимальными усилиями максимальных результатов»...

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

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

В этой книге нами изложены основные базовые техники использования меча ниндзя в той степени, в которой это вообще возможно при помощи книги. Как начинающие, так и достаточно опытные ученики смогут найти в ней достаточно много полезного, интересного и нового касательно методов применения меча в нин-дзюцу. Автор надеется, что книга поможет людям, вынужденным заниматься индивидуально, без опытного инструктора. Тем же, кто захочет овладеть традиционными методами синоби кэн-дзюцу в полном объеме, можно порекомендовать только одно — обратиться непосредственно в один из филиалов Международной Независимой Ассоциации Ниндзюцу «Будзинкан додзэ» (СНГ).



## Глава 2. Внешний вид и устройство меча ниндзя

Как уже отмечалось, ниндзя-то (меч ниндзя) достаточно сильно отличается от самурайского меча (катана) и его аналогов, отличающихся, в основном, длиной лезвия (танто, вакидзаси и др.).

Первое, что сразу же бросается в глаза даже не слишком искусственному знатоку оружия, — это прямое лезвие ниндзя-то в отличие от небольшого изящного изгиба катаны (сорито). Прямой клинок (текуто) изготовить гораздо проще, и во многом он удобнее изогнутого меча, кроме, пожалуй, рубящих движений. Но ниндзя никогда и не строили свой рисунок боя на рубящих ударах — это всегда было прерогативой самураев. Также отличается и длина клинка — если лезвие катана чаще всего имеет длину около 70 см, то клинок меча ниндзя никогда не превышает 55—60 см. Как и самурайский меч, меч ниндзя имеет одностороннюю заточку при толщине лезвия от 3 до 5 мм.

Еще одним отличием клинков самураев и ниндзя является то, что мечи самураев всегда были полированными, а мечи ниндзя, наоборот, — за редким исключением — всегда были либо матовыми, либо чернеными (или воронеными). Блестящий меч хорош в бою при ярко светящем солнце, когда солнечный зайчик может запросто ослепить противника. Но для ночных действий подобный вариант не годится, так как вместо пользы может принести своему владельцу непоправимый вред, случайно блеснув в сполохах огня или лунном свете, тем самым выдавая его присутствие врагу и лишая ниндзя фактора внезапности.

Ножны ниндзя-то (сайа) обычно сантиметров на десять длиннее самого лезвия, чего не скажешь о ножнах самурайского меча. Это объясняется тем, что в ножнах ниндзя часто хранил документы, дополнительное оружие (кастет, метательные лез-

вия и стрелки, инструменты и т. п.). Кроме того, синоби-сайа часто оканчивается дополнительной заглушкой-пеналом с конусообразным кончиком, в котором имеется прорезь для универсального метательного ножа (хранящегося в нем же), который можно не только метать, но и, вставляя в прорезь и фиксируя его там, превратить ножны в короткое копьё.

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

Гарда (цуба) меча ниндзя имеет простую квадратную форму с длиной стороны около 8 см и толщиной 5 мм. Такая форма гораздо практичнее и удобнее для целей ниндзя (например, для использования ее как ступеньки или зацепляющего крюка при взлезании), чем вычурные, чеканные цуба самурайских мечей. В современных модификациях ниндзя-то под гардой очень часто имеется фиксатор для закрепления двух тонких сякэнов (метательных звезд):

Сагэо (шнур) на мече ниндзя обычно намного длиннее, чем у самураев. Это объясняется тем, что он использовался не только и не столько для закрепления ножен, сколько для различных других целей — начиная от устройства ловушек и заканчивая кодовыми узлами, с помощью которых ниндзя мог передать сообщение своим, оставив его в тайнике.

Рукоять меча (цука) практически не отличается от самурайских аналогов, разве что у ниндзя-то шнур, используемый для обмотки, чаще всего черный (или белый, если весь меч имеет зимнюю — белую — маскировочную окраску).

Но внутреннее устройство рукояти со стороны гасира (металлической шляпки на ее конце) у самурайских мечей и мечей ниндзя абсолютно разное. Если у самураев гасира — это еще одно украшение меча, служащее также для закрепления шнура



на цука декоративным узлом, то за гасира в рукояти меча ниндзя чаще всего скрывался еще один тайник, в котором воин-тень мог носить ослепляющую смесь или порох, яды, лекарства и т. п. Гасира в ниндзя-то не служит для укрепления шнура, а является крышкой для полости в цука, удерживающейся в рукояти за счет двух распирающих изнутри упругих пластинок.

Более подробно практическое использование каждой из составных частей ниндзя-то мы рассмотрим по мере их описания в данной книге.

### Глава 3. Правильный хват меча. Выхватывание и вкладывание меча в ножны

Прежде чем перейти к рассмотрению собственно боевой техники с мечом ниндзя, необходимо овладеть рядом базовых навыков и действий, без которых невозможна сколь-нибудь реальная практика работы с ниндзя-то.

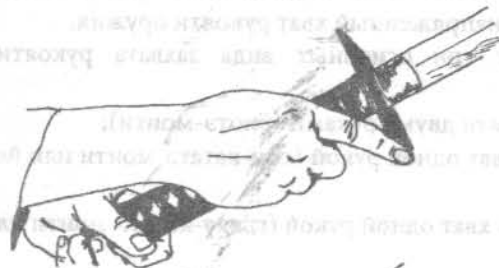
Первое, чем необходимо овладеть при работе с мечом, — это легкий, ненапряженный хват рукояти оружия.

Выделяют три основных вида захвата рукояти меча ниндзя:

- хват рукояти двумя руками (риотэ-монти);
- прямой хват одной рукой (хон-кататэ-монти или йо-но кэн);
- обратный хват одной рукой (гьяку-кататэ-монти или ин-но кэн).

#### Риотэ-монти — хват рукояти двумя руками

Возьмите рукоять меча правой рукой так, чтобы она легла в ладонь по диагонали (рис. 4.1). Как и в остальных видах оружия ниндзя, основной хват выполняют мизинец, безымянный и средний пальцы, а указательный и большой лишь слегка удерживают и как бы «ведут» клинок к цели. Расстояние между указательным пальцем и гардой меча должно составлять около 2 см — рис. 4.2. Грубой ошибкой является захват меча непосредственно под гардой жестким «топорным» хватом. Подобный хват не позволяет проводить большинство техник с той эффективностью, которая им присуща, — он попросту стопорит их из-за нестигаемости руки в запястье. Кроме того, напряжение при захвате приводит к быстрому утомлению и невоз-



возможности пластичной работы с мечом. Левая рука охватывает гасира (головку рукояти), как показано на рис. 4.3. Существует специальная тайная техника, называемая «Нигири тамаго-но тэ-но ити» («Держать рукоять меча так, будто держишь в руке яйцо»), — таким образом мизинец может даже не находиться на рукояти. Именно левая рука является ведущей (вкладывающей силу) в ударные техники меча при хвате оружия двумя руками (риотэ-монти).



## Хон-кататэ-монти (йо-но кэн)

### — прямой хват одной рукой

В целом, прямой хват одной рукой (хон-кататэ-монти) ничем не отличается от положения правой руки при захвате рукояти двумя руками (рис. 4.3). Но существует тайное учение, которое основано на идее «Кататэ-ути ва го-сун но току ари» (то есть «атака одной рукой имеет преимущество в пять сун (двоймов)»). Следует также добавить, что при работе одной рукой другая (левая) рука может выполнять давление на обух клинка ладонью (соэтэ — давящая рука) — рис. 4.4 или выполнять поддерживающую функцию при подрезающих блокировках (торитэ — поддерживающая рука) — рис. 4.5. Конечно, удержание меча одной рукой в бою достаточно сложно, однако при настойчивости, проявленной во время тренировок субури (см. ниже), можно добиться впечатляющих результатов уже через год после начала регулярной практики. Если ниндзя не может с





легкостью перемещать свой меч в пространстве в любом направлении, то его техника будет медленной. Меч должен иметь такой вес, чтобы им можно было управлять легко и свободно, как собственным пальцем. По выражению Рисукэ Отакэ, меч должен мелькать так быстро, как хвост трясогозки, ударяя по телу противника. Если этого не будет, то противник может увернуться и избежать удара. Медленные движения меча не могут считаться техникой боевого искусства — как самураев, так и ниндзя.

### Гьяку-кататэ-монти (ин-но кэн)

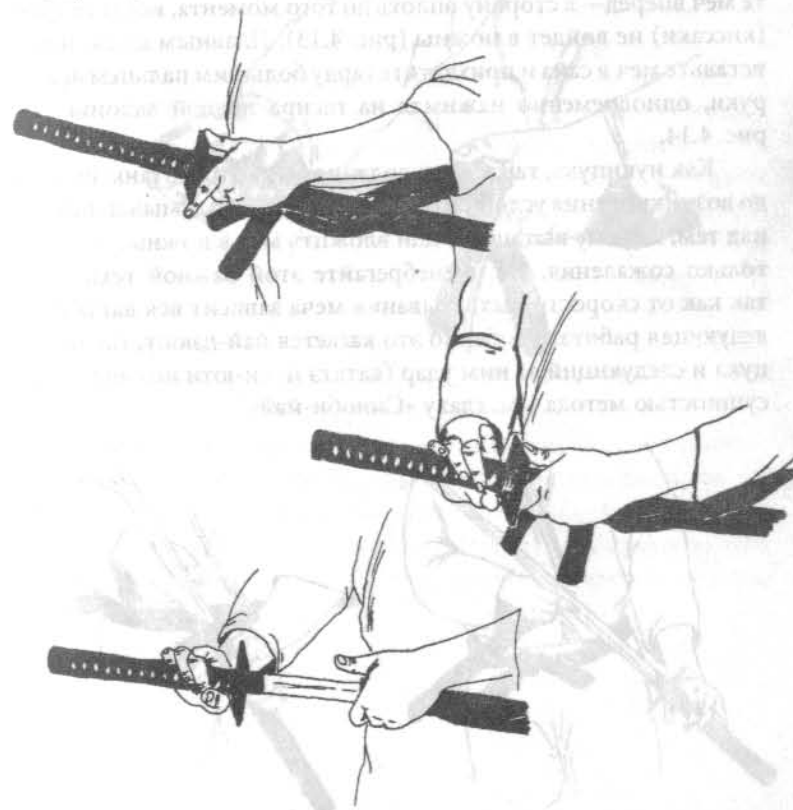
#### — обратный хват одной рукой

Обратный хват меча одной рукой (рис. 4.6) — очень эффективная и неожиданная техника против работающего в традиционной самурайской манере противника. Гьяку-кататэ-монти позволяет мгновенно совершить разрезающее живот, горло или подрезающее руки движение, после чего перейти к прямому хвату и продолжить работу мощным протыкающим или рубящим ударом. Также позволяет скрывать меч за спиной (телом) с противоположной к противнику стороны и использовать его только в самый последний момент. Созэтэ для гьяку-кататэ-монти показано на рис. 4.7.



### Нукицукэ — вынимание меча из ножен

Для того чтобы правильно выхватить меч из ножен (нукицукэ), необходимо левой рукой охватить устье ножен (коигути) таким образом, чтобы большой и указательный пальцы касались гарды (цуба) — рис. 4.8. Правая рука берется за меч одним из хватов для одной руки (рис. 4.9). Чтобы вытолкнуть меч из ножен, помогите себе левой рукой, толкая большим пальцем гарду вперед по направлению движения — рис. 4.10.



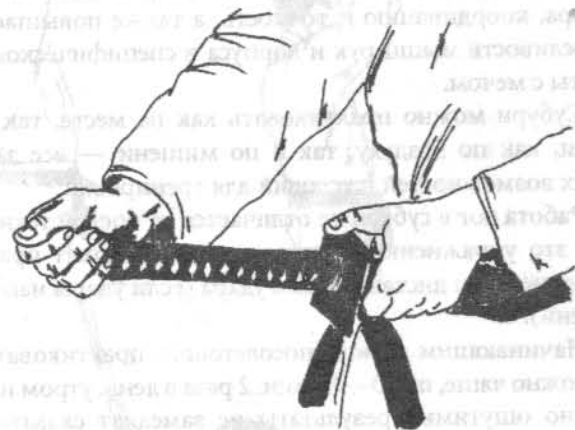
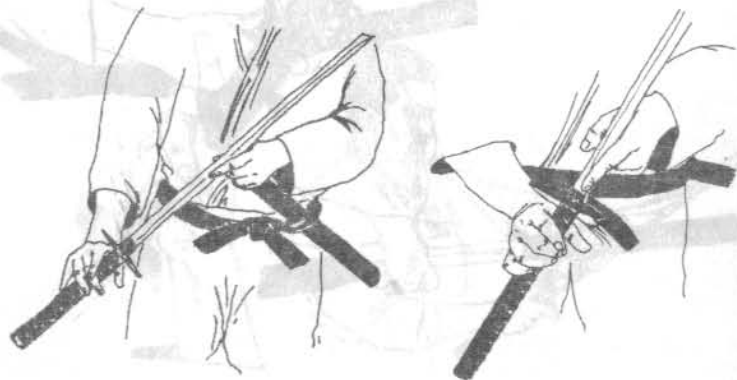




## Ното — вкладывание меча в ножны

После завершения тренировки или поединка меч необходимо вложить обратно в ножны (ноту), предварительно отряхнув или протерев его от имеющейся (или воображаемой) крови (тибури), чтобы оружие не портилось. Разверните меч острием вверх по диагонали (рис. 4.11) и, захватив указательным и большим пальцем левой руки конгути, уложите меч обушком в промежуток, образованный пальцами (рис. 4.12). Неплотно прижимая пальцы левой руки к лезвию, правой рукой протяните меч вперед — в сторону вплоть до того момента, когда острие (киссаки) не войдет в ножны (рис. 4.13). Плавным движением вставьте меч в сайа и прихватите гарду большим пальцем левой руки, одновременно нажимая на гасира правой ладонью — рис. 4.14.

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





## Глава 4. Субури — базовое упражнение с мечом

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

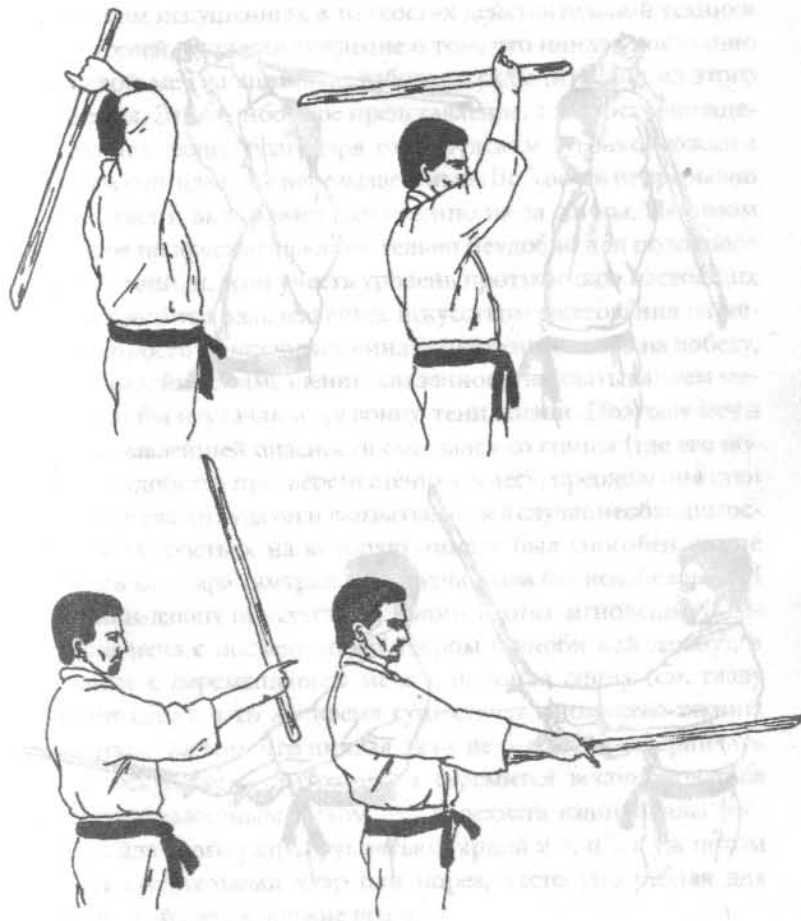
Субури можно практиковать как на месте, так и в движении, как по воздуху, так и по мишени — все зависит от ваших возможностей и условий для тренировки.

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

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

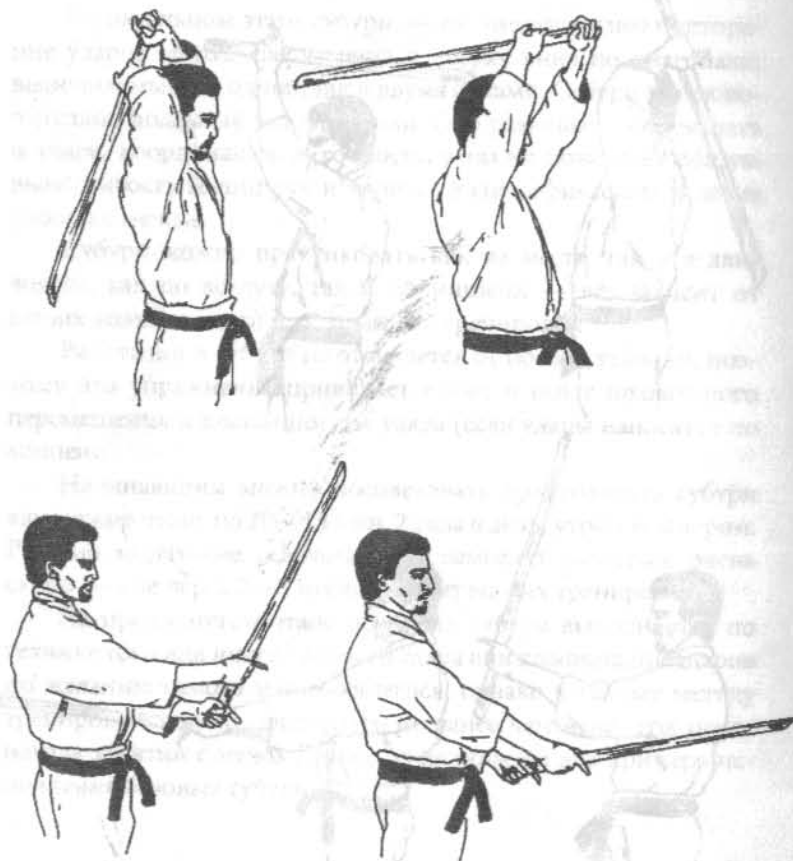
На продвинутом этапе практики субури выполняется по технике того или иного базового удара или комбинации ударов по желанию самого занимающегося, однако к такому методу тренировки можно приступать не ранее чем через год после начала занятий с мечом. Ниже представлены два примера исполнения базовых субури.

Вариант 1. Рис. 15—18. Субури одной рукой.





### Вариант 2. Рис. 19—22. Субури двумя руками.



### Ношение меча ниндзя

Расхожим заблуждением в среде почитателей нин-дзюцу, не слишком искушенных в тонкостях действительной техники воинов-теней, является суждение о том, что ниндзя постоянно носил свой меч за спиной и работал исключительно из этого положения. Это ошибочное представление, распространившееся у наших людей благодаря голливудским и гонконговским боевикам о ниндзя, где небезызвестный Шо Косуги непрерывно выхватывает и вкладывает меч именно из-за спины. На самом деле такое положение исключительно неудобно для подобного рода действий, и, если учесть уровень противников настоящих ниндзя, с детства овладевавших искусством фехтования на мечах, оно просто не оставляет ниндзя никаких шансов на победу, так как малейшее замедление, связанное с выхватыванием меча, стоило бы неудачливому воину-тени жизни. Поэтому меч в условиях малейшей опасности смещался со спины (где его носили для удобства при перемещениях в лесу, преодоления стен и т. д.) на пояс, откуда он и выхватывался в случае необходимости с той скоростью, на которую ниндзя был способен, иначе — гибель от удара самурайского меча была бы неизбежной. И хотя в нин-дзюцу присутствует много техник мгновенного обнажения меча с последующим ударом (синоби-йай-дзюцу), в том числе с перемещением меча с пояса за спину (см. главу «Синоби-йай»), в то же время существует множество техник, основанных на том, что ниндзя даже не пытается соперничать в этом искусстве с самураями, а стремится воспользоваться своим необнаженным мечом для перехвата инициативы (используя для этого удары рукоятью, гардой и т. п.), а уж потом наносит смертельный удар или порез, часто употребляя для этого не свой меч, а оружие врага.

## Глава 5. Кэн-камаэ-но ката — боевые позиции с мечом

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

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

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

### 1. Сидзэн-но камаэ — естественная позиция

Естественное положение тела характерно для проявления элемента Земля в классификации Го-дай-сэцу. Стойте прямо и спокойно, спина ровная, ноги на ширине плеч (рис. 4.23—4.24). Меч расположен за поясом с левой стороны, левая рука может придерживать ножны за коигути.





## 2. Конго-но камаэ — позиция «алмаза»

Мистическое положение, демонстрирующее непоколебимую мощь и силу ниндзя в борьбе с врагом. Относится к элементу Земля. Положение ног и корпуса не отличается от сидзэн-но камаэ, но меч располагается прямо перед собой, рукоять на уровне солнечного сплетения (рис. 4.25—4.26). Данная позиция является телесным отражением энергии Дайконго-ин — всепроникающей мудрости, разрушающей непонимание и направляющей силу ума и тела в нужном направлении.



## 3. Йай-госи-но камаэ — позиция для йай на одном колене

Из сидзэн-но камаэ присядьте, сгибая обе ноги в коленях. Левая нога упирается в пол коленом и носком стопы, правая в согнутом положении стоит на носке. Левая рука расположена на коигути, правая — на правом бедре, корпус развернут влево под сорок пять градусов по отношению к противнику (рис. 4.27—4.28). Исключительно эффективное камаэ для проведения йай-техник (техник мгновенного обнажения меча с последующим ударом). Относится к элементу Земля.



## 4. Сэйдза-но камаэ — положение сидя на пятках

Известное положение сидя на коленях в работе с мечом ниндзя используется в техниках йай-дзюцу и работе сидящего против стоящего (ханми-хантати). Меч располагается аналогично сидзэн-но камаэ (рис. 4.29—4.30). Единственным существенным отличием от подобной техники в безоружном бою (тай-дзюцу) является то, что носки ног упираются в пол, вместо того чтобы скрещиваться под ягодицами сидящего. Это камаэ, так же как предыдущее, относится к элементу Земля.







## 5. Ити-но камаэ — позиция «единицы»

Из сидзэн-но камаэ сделайте шаг назад левой ногой, занимая защитное положение (вес тела на 70% переносится на заднюю расположенную ногу). Оружие, удерживаемое в обеих руках методом риотэ-монти, расположите прямо перед животом, руки чуть присогните в локтях (рис. 4.31—4.32). Меч расположен строго горизонтально (отсюда и название: иероглиф «ити» пишется прямой горизонтальной чертой). Это — позиция настоящего ожидания, очень эффективная для неожиданных атак тычком или порезом на среднем уровне. Ити-но камаэ соотносится с элементом *Вода* по классификации Го-дай-сэнцу.



## 6. Син-но камаэ — позиция духа

Обратное по отношению к ити-но камаэ положение. Из предыдущей позиции сделайте шаг назад правой ногой (или вперед левой) и расположите меч режущей кромкой вверх на предплечье левой руки (рис. 4.33—4.34). Относится к элементу *Вода*.



## 7. Сэйган-но камаэ — позиция «третьего глаза»

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

## 8. Кататэ-сэйган-но камаэ — позиция «третьего глаза» с мечом в одной руке

Удерживайте меч в правой руке, как показано на рис. 4.35—4.36. Левая рука раскрыта и немного отведена в сторону для сохранения лучшего баланса при выполнении техники. В остальном цели и назначение не отличаются от предыдущего положения.





### 9. Кочо-но камаэ — позиция «бабочки»

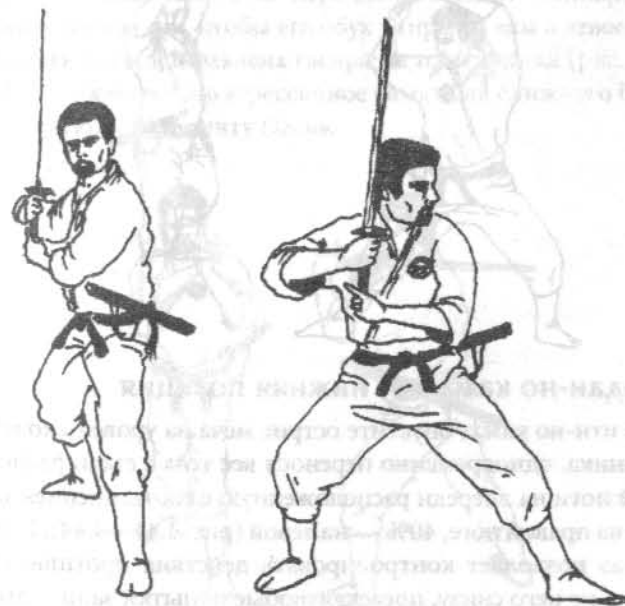
Другое название этого камаэ — касуми-но камаэ («положение с мечом у виска»). Из ити-но камаэ поднимите меч таким образом, чтобы рукоять оказалась у левого виска, а острие клинка было строго горизонтально направлено в сторону лица противника — рис. 4.37—4.38. Позволяет совершать серии



мгновенных рубящих движений снизу, напоминающих движение крыльев порхающей бабочки — отсюда и название этого камаэ элемента *Вода*.

### 10. Хассо-но камаэ — вертикальная позиция

Из конго-но камаэ сделайте шаг назад левой или правой ногой, одновременно разворачивая корпус и смещая расположенный вертикально меч соответственно в ту сторону, какая нога расположена сзади. Руки немного приподнимите вверх, так, чтобы пуба оказалась приблизительно на уровне ваших плеч (рис. 4.39—4.40). Эффективная позиция для резкого разрыва дистанции с мгновенным последующим ударом в открывшуюся брешь в обороне противника за счет его промаха. Хассо-но камаэ соответствует элементу *Вода*.





## 11. Дай-дзедан-но камаэ — большая верхняя позиция

Пожалуй, наиболее известное положение в японском фехтовании. Из сидзэн- или конго-но камаэ сделайте шаг вперед левой ногой, одновременно поднимая меч вверх и занося его для удара за голову. Правильным положением является такое, когда из-под поднятых рук вы увидите лицо противника. Локти слегка разведены, плечи опущены (рис. 4.41—4.42). Весьма агрессивное камаэ, позволяющее решительно атаковать противника, побеждая его напором и вызывая в нем страх и неуверенность своей яростью. По классификации Го-дай-сэцу дай-дзедан-но камаэ относится к элементу *Огонь*.



## 12. Гэдан-но камаэ — нижняя позиция

Из ити-но камаэ опустите острие меча на уровень коленей противника, одновременно переноса вес тела с сзади расположенной ноги на вперед расположенную с соотношением 60% веса — на правой ноге, 40% — на левой (рис. 4.43—4.44). Гэдан-но камаэ позволяет контролировать действия противника и нападать на него снизу, пресекая любые попытки защищаться. Относится к элементу *Огонь*.



## 13. Цука-но камаэ — позиция рукояти

Из ити- или сэйган-но камаэ сделайте шаг левой ногой вперед, занимая высокую переднюю стойку. Одновременно поднимите меч так, чтобы его обух упирался вам в левое плечо, а рукоять была направлена гасира на противника (рис. 4.45—4.46). Исключительно агрессивное камаэ для ближнего боя, соответствующее элементу *Огонь*.





#### 14. Сасакурэ-но камаэ — позиция с отведенным назад мечом

Из кататэ-сэйган-но камаэ отведите правую руку с мечом назад, а левую раскрытую ладонь вытяните в направлении противника (как вариант, можно удерживать в ней ножны). Левая нога находится впереди на расстоянии обычного шага от правой ноги (рис. 4.47—4.48). Сасакурэ-но камаэ позволяет проводить сковывающие захваты левой рукой, одновременно поражая противника как лезвием, так и рукоятью меча. Соответствует элементу *Огонь*.



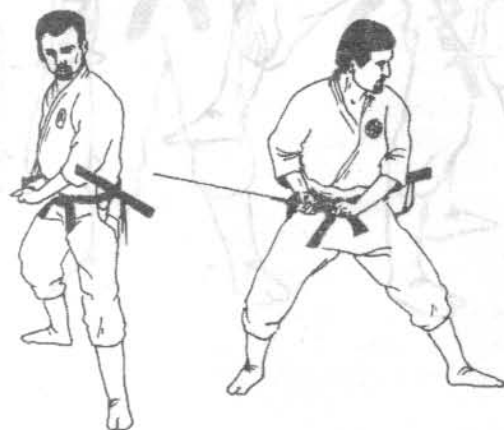
#### 15. Дзисури-гэдан-но камаэ — развернутая нижняя позиция

Из гэдан-но камаэ сделайте широкий шаг левой ногой вперед—в сторону, одновременно смещая меч к левому бедру. Вес тела распределяется почти равномерно, но несколько больше на левую ногу. Эта позиция позволяет эффективно маневрировать с целью захода за спину противника с мгновенной контратакой сверху вниз или снизу вверх (рис. 4.49—4.50). Это камаэ относится к элементу *Воздух* по классификации Го-дай-сэцу.



#### 16. Ся-но камаэ — «преследующая» позиция

Из конго-но камаэ отведите меч вправо—назад на уровне пояса, одновременно совершая небольшой шаг левой ногой вперед. Острие меча направлено в сторону (рис. 4.51—4.52). Позволяет проводить очень эффективные круговые уходы с линии атаки противника с одновременной горизонтальной рубящей или режущей контратакой. Соответствует элементу *Воздух*.





## 17. Рюсуи-но камаэ — позиция «водяного дракона»

Рюсуи-но камаэ почти не отличается от предыдущей позиции, но меч, отведенный назад, находится более низко и режущая кромка клинка направлена вверх, а не в сторону (рис. 4.53—4.54). Рюсуи-но камаэ — идеальная позиция для нанесения широких маховых ударов по диагонали — как сверху, так и снизу. Относится к элементу *Воздух*.



## 18. Кара-но камаэ — «пустая» позиция

Другое название данного положения — «какуси-но камаэ», что означает «скрытая позиция». Действительно, расположенный в правой руке меч, взятый обратным хватом и удерживаемый за рукой (рис. 4.55—4.56), до последнего мгновения перед решающим ударом оставляет противника в неведении, откуда может быть нанесен удар. По внутреннему состоянию эта позиция сходна с хира-но камаэ в тай-дзюцу — воспринимающей позицией элемента *Воздух*. Разнообразие возможных контра-так и перемещений в любую сторону — главное преимущество бойца, использующего это камаэ.





## Глава 6. Синоби кэн-дзюцу-но кихон-вадза — десять базовых ударов мечом ниндзя

В этой главе мы рассмотрим достаточно известные техники нанесения ударов мечом, в той или иной степени свойственные практически всем школам фехтования средневековой Японии. Без овладения техникой этих ударов (естественно, используя принципы нин-дзюцу) не может быть и речи о дальнейшем продвижении в специфических техниках ниндзя, так как не зная и не владея методами и приемами противника, невозможно сколь-нибудь эффективно защищаться и контратаковать.

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

Техника, представленная ниже, была передана Масааки Хатцуми от Тосигуту Такамацу и представляла собой базовую работу (кихон-вадза) школы Такаги Йосин-рю. Кроме современных школ нин-дзюцу Будзинкан и Гэнбукан (соке Сето Танэмура, ученик Т. Такамацу), эта техника изучается по сей день адептами школы Йосин-рю (школа «Сердца (духа) ивы», основанная легендарным врачом Акаяма Сиробеи), а также некоторыми другими направлениями традиционных японских будзюцу.

При тренировке базовой техники необходимо быть очень внимательным, вовремя исправлять ошибки и не допускать появления новых. Присутствуйте в том, что вы делаете. Полностью сконцентрируйтесь на выполняемых движениях. На продвинутом этапе практики вы сможете использовать нижеизложенные движения и их комбинации как упражнения субу-

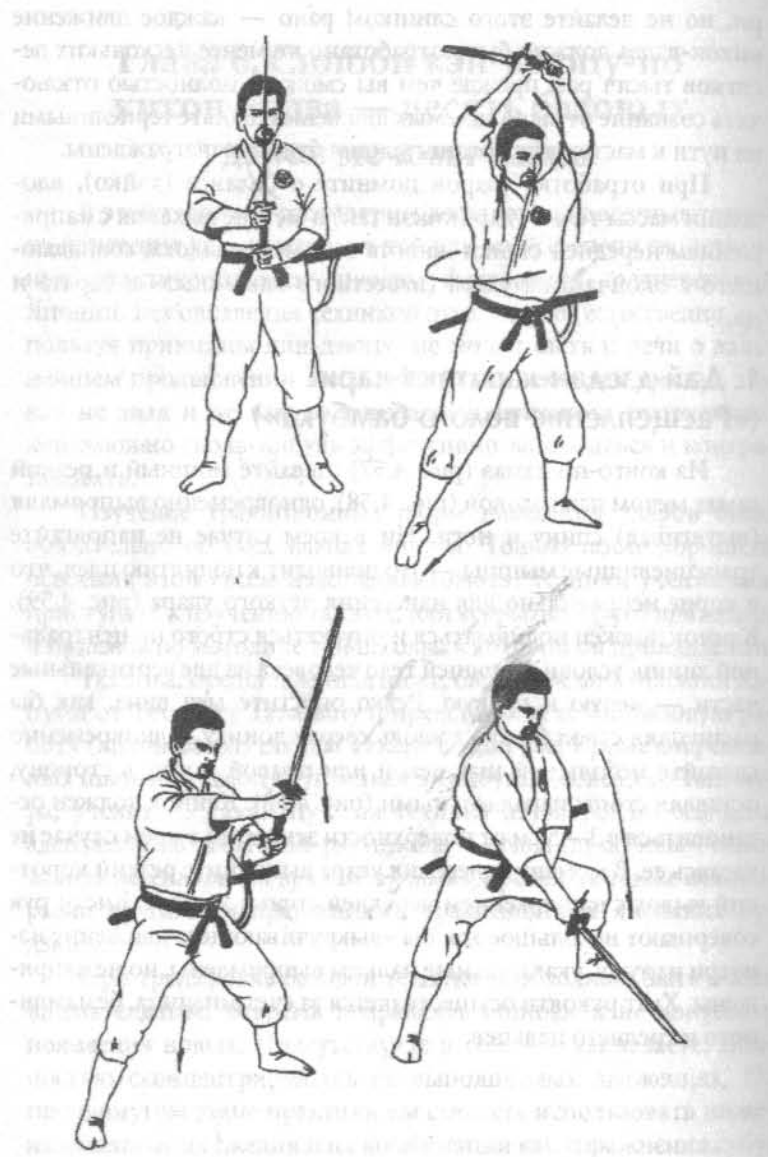
ри, но не делайте этого слишком рано — каждое движение кихон-вадза должно быть отработано не менее нескольких десятков тысяч раз, прежде чем вы сможете полностью отключать сознание от выполняемых движений. Будьте терпеливыми на пути к мастерству, и ваши усилия будут вознаграждены.

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

### 1. Дай-дзедан-каратакэ-вари («Расщепление полого бамбука»)

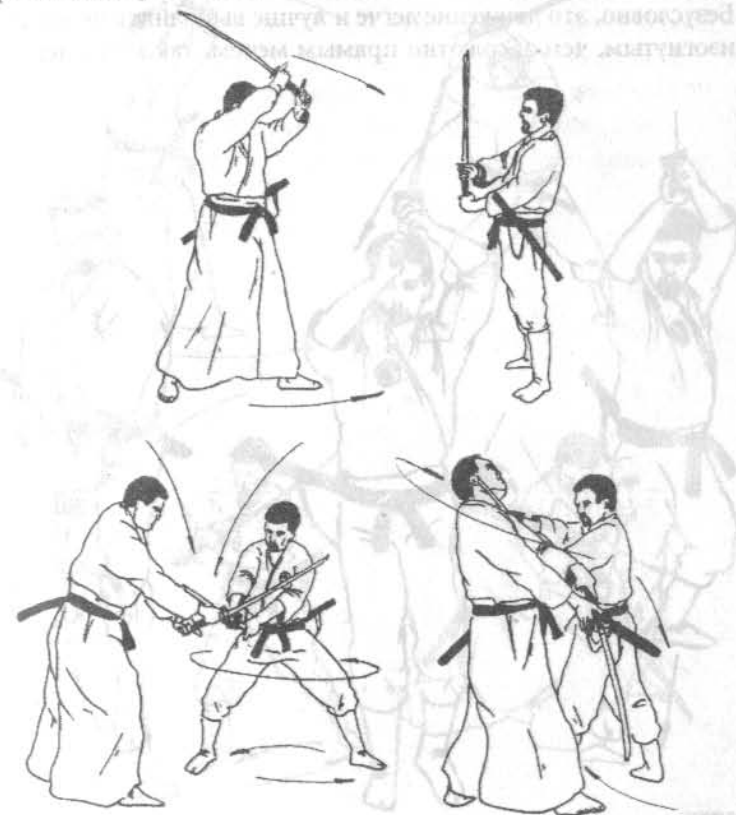
Из конго-но камаэ (рис. 4.57) сделайте мощный и резкий замах мечом над головой (рис. 4.58), одновременно выпрямляя (вытягивая) спину и ноги. Ни в коем случае не напрягайте трапециевидные мышцы — это приводит к поднятию плеч, что в корне неправильно для нанесения четкого удара (рис. 4.59). Клинок должен подниматься и опускаться строго по центральной линии, условно делящей тело человека на две вертикальные части — левую и правую. Резко опустите меч вниз, как бы расщепляя ствол бамбука вдоль сверху донизу. Одновременно сделайте небольшой шаг левой или правой ногой в сторону, оставляя стопы параллельными (рис. 4.60). Клинок должен остановиться в 3—5 см от поверхности земли, ни в коем случае не касаясь ее. В момент нанесения удара выполните резкий короткий выдох с напряжением передней стенки живота. Кисти рук совершают небольшое как бы «выкручивающее» движение изнутри наружу, указательные пальцы выпрямлены, но не напряжены. Хват рукояти осуществляется за счет мизинца, безымянного и среднего пальцев.





### Практическое применение

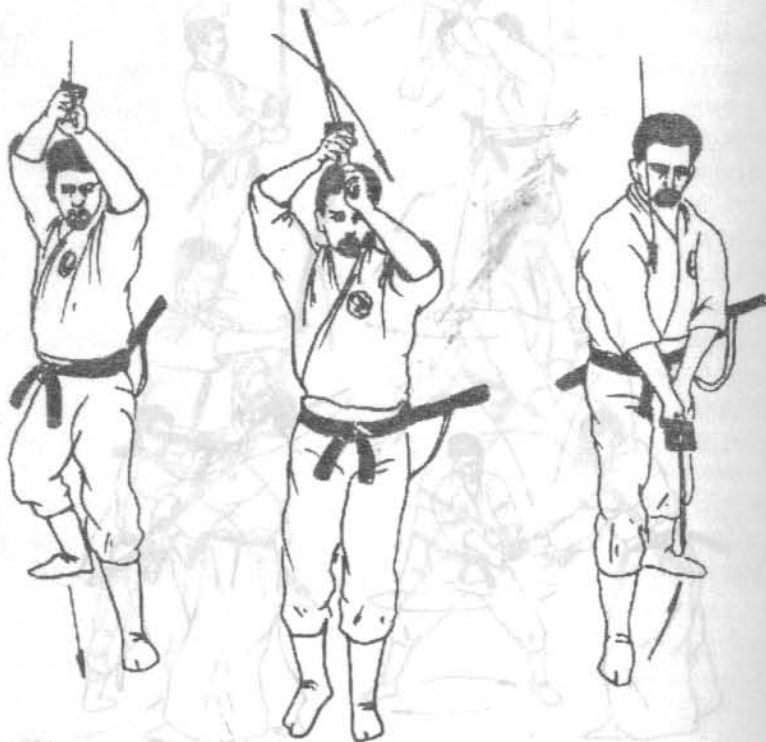
В момент, когда противник сделает замах мечом, занимая дай-дзедан-но камаэ, переведите свой меч в положение конго (рис. 4.61). Как только он начнет выполнять рубящий удар сверху вниз или по диагонали, шагните правой ногой вперед — вправо, одновременно выполняя замах для дай-дзедан-каратакэ-вари. Когда меч противника рассекает пустоту в том месте, где только что находились вы, молниеносным ударом отсеките ему одну или обе кисти рук (рис. 4.62). Завершите схватку, используя гьяку-кэса-гири или йоко-гири, рассекающий горло противника (рис. 4.63).





## 2. Дай-дзедан-макко-гири (рассекающий удар сверху вниз с шагом вперед)

Займите дай-дзедан-но камаэ, сделав шаг правой ногой назад (рис. 4.64). Шагнув правой ногой вперед, а левую тут же сменяя по дуге вправо, выполните резкий и мощный удар сверху вниз, для усиления движения подавая правое плечо вперед (рис. 4.65). Клинок должен оставаться на уровне вашего тандэн, причем острие меча должно быть несколько выше уровня рукояти (на 15—20 см), иначе при реальном ударе вы завалите противника на себя вместо того, чтобы рассечь его (рис. 4.66). Безусловно, это движение легче и лучше выполнять несколько изогнутым, чем абсолютно прямым мечом, так как в первом



случае верхняя треть клинка (от острия) рассекает цель по касательной, а не углубляется в тело по прямой, что происходит с мечом стиля теку-то. Но при должной тренировке можно достичь хороших результатов с любым оружием.

### Практическое применение

Противник и вы стоите в дай-дзедан-но камаэ (рис. 4.67). Как только противник наступает, атакуя ударом сверху, сделайте шаг вперед—вправо правой ногой и, поворачиваясь на правой ноге примерно до 45 градусов по отношению к направлению атаки противника, нанесите рассекающий удар сверху

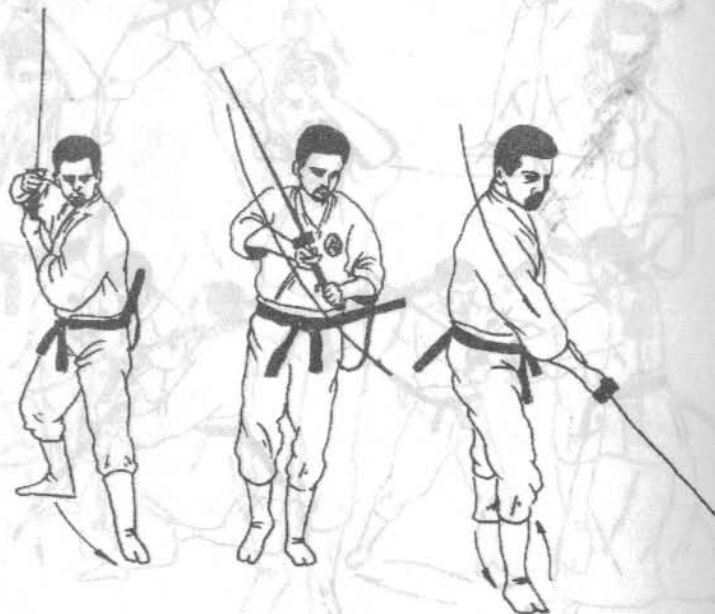




вниз по его голове или ключице (рис. 4.68). Еще больше перенося вес тела на кромку меча (слегка приподнимая правую ногу и оказывая давление правым плечом на обух клинка), углубите и удлините разрез, тем самым заканчивая поединок и отбрасывая противника от себя. В результате этого движения вы оказываетесь в син-но камаэ и готовы к отражению атаки другого противника (рис. 4.69).

### 3. Хассо-кэса-гири (диагональный удар сверху вниз из позиции хассо)

Этот удар имеет поэтическое название «плащ монаха» по аналогии с рясой буддистских монахов, носящих перевязь от левого плеча до правого бедра. Шагните правой ногой назад, занимая хассо-но камаэ (рис. 4.70). Правая и левая нога движутся аналогично технике, используемой в предыдущем ударе, но меч выполняет рассекающий удар не строго по вертикали, а по диагонали справа налево (рис. 4.71). Можно выполнять этот



удар и из левосторонней позиции (рис. 4.72). Траектория удара должна быть четко выверена, а не размашиста. Концентрируйте силу внизу живота (в тандэн), выдыхая и напрягая мышцы брюшного пресса в момент удара. Помните, что удар наносит левая рука, правая же только направляет и корректирует траекторию движения.

### Практическое применение

Как и в предыдущих техниках, противник атакует мечом сверху по голове (рис. 4.73). В то мгновение, когда его меч окажется у него перед лицом и закроет ему на долю секунды обзор, решительно исполняйте хассо-кэса-гири (рис. 4.74), тем самым рассекая тело противника от левого плеча к правому

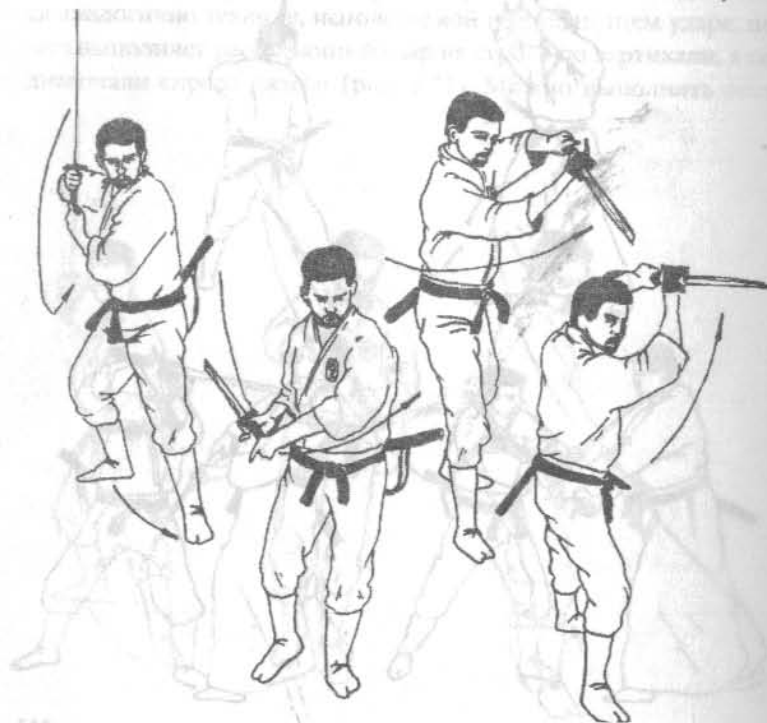




бедру (рис. 4.75), не давая ему ни малейшей возможности продолжить свою атаку. Если противник отступит и уклонится от вашего удара, преследуйте его техникой ура-цуки, делая глубокий шаг правой ногой вперед.

#### 4. Хассо-гьяку-кэса-гири (диагональный удар снизу вверх из позиции хассо)

Этот удар прямо противоположен предыдущей технике. Из позиции хассо-но камаэ (рис. 4.76) шагните левой ногой чуть вперед—влево и, не прерывая движения, тут же шагните по диагонали влево правой ногой, одновременно выполняя рассекающий удар снизу вверх справа налево (рис. 4.77—4.78). Как левая, так и правая рука должны быть несколько согнуты в



локтевых суставах, иначе может произойти застревание оружия в теле противника. Левая рука оканчивает свое движение в положении, очень схожем с дзедан-агэ-укэ в каратэ. Правое плечо движется вперед, тем самым усиливая удар (рис. 4.79).

#### Практическое применение

Когда противник атакует ударом меча сверху (рис. 4.80), сделайте малозаметный шаг левой ногой и тут же мгновенно проведите свой удар снизу вверх по диагонали, глубоко зашагивая правой ногой влево (рис. 4.81—4.82). Мгновенно шагнув



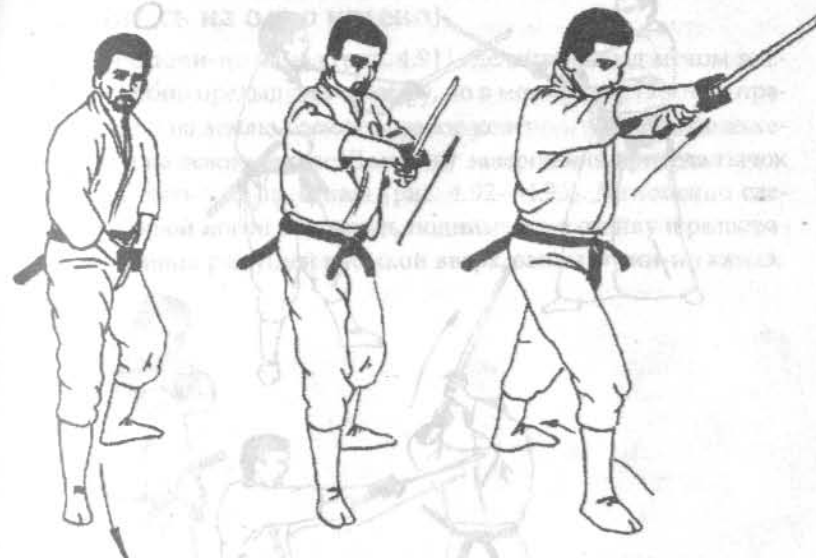




вперед, развернитесь на стопе левой ноги к противнику, одновременно вынося свой меч в позицию дай-дзедан-но камаэ (рис. 4.83). Завершите поединок ударом дай-дзедан-каратакэ-вари вдоль позвоночного столба противника (рис. 4.84).

### 5. Тати-цуки (тычок острием в стойке)

Займите сэйган-но камаэ (рис. 4.85). Правой ногой, находящейся впереди, сделайте большой шаг вперед, вслед за ней подтягивая левую ногу (техника цуги-аси). Одновременно с шагом правой ноги выбросите свой клинок острием вперед и несколько вверх (приблизительно на уровне горла или лица) — рис. 4.86. Руки должны быть выпрямлены, туловище несколько наклонено вперед (но не слишком сильно). Кисти рук сохраняют диагональный хват рукояти, как и при всех остальных ударах. После выполнения тычка верните меч в исходное

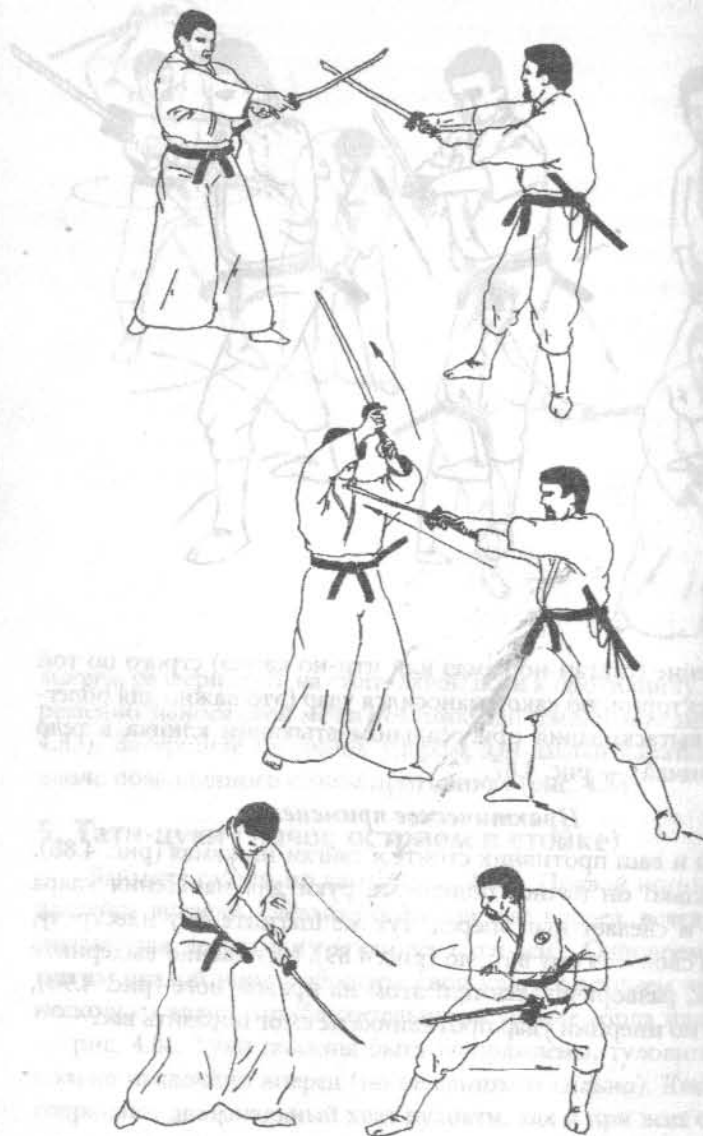


положение (сэйган-но камаэ или ити-но камаэ) строго по той же траектории, по какой наносился удар (это важно для облегчения вытаскивания при реальном втыкании клинка в тело противника) — рис. 4.87.

### Практическое применение

Вы и ваш противник стоите в сэйган-но камаэ (рис. 4.88). Как только он начнет поднимать руки для нанесения удара сверху и сделает шаг вперед, тут же шагните ему навстречу, вонзая свой меч ему в горло (рис. 4.89). Мгновенно выдерните клинок, разворачиваясь при этом на правой ноге (рис. 4.90), чтобы по инерции удар противника не смог поразить вас.





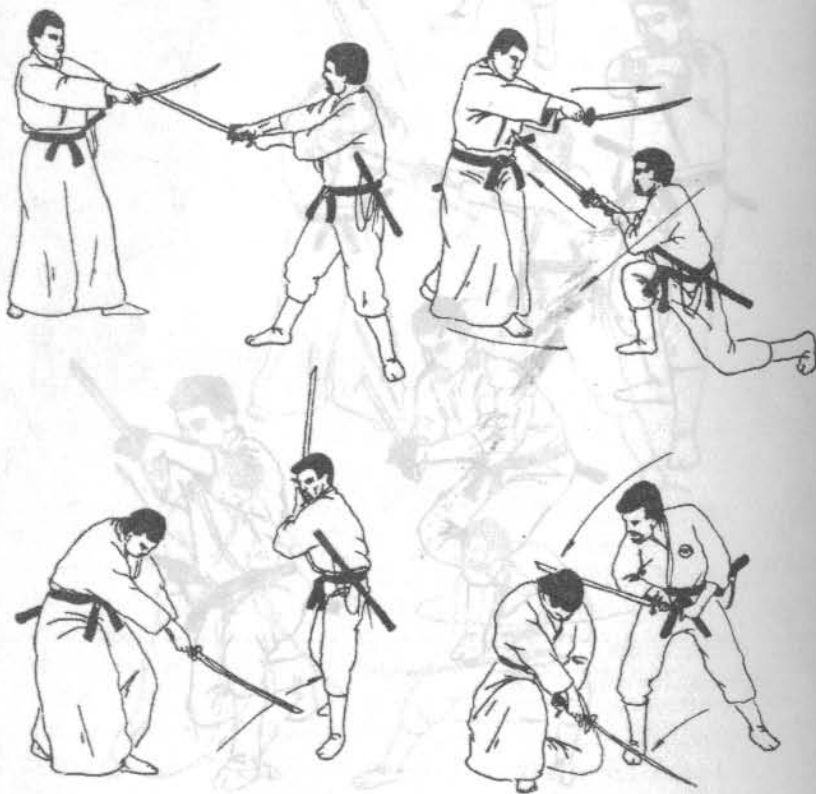
## 6. Сувари-цуки (тычок вперед, становясь на одно колено)

Из сэйган-но камаэ (рис. 4.91) сделайте выпад мечом вперед, подобно предыдущему удару, но в момент постановки правой стопы на землю согните правое колено и займите положение стоя на левом колене. В момент завершения приседа тычок должен быть уже завершен (рис. 4.92—4.93). Мгновенно сделайте правой ногой шаг назад, поднимаясь в стойку и разворачивая клинок режущей кромкой вверх, занимая син-но камаэ.



### Практическое применение

Когда противник из сэйган-но камаэ наносит вам прямой тычок в лицо или горло (рис. 4.94), шагните правой ногой вперед—вправо, опускаясь на левое колено, и проткните его солнечное сплетение у него под руками (рис. 4.95). Движением, строго противоположным удару, выдерните клинок, одновременно делая шаг правой ногой назад и занимая хассо-но камаэ (рис. 4.96). Если противник пытается дотянуться к вам своим мечом, смените позицию и с шагом правой ногой выполните хассо-кэса-гири справа налево (рис. 4.97).



### 7. Кочо-цуки (тычок из позиции кочо)

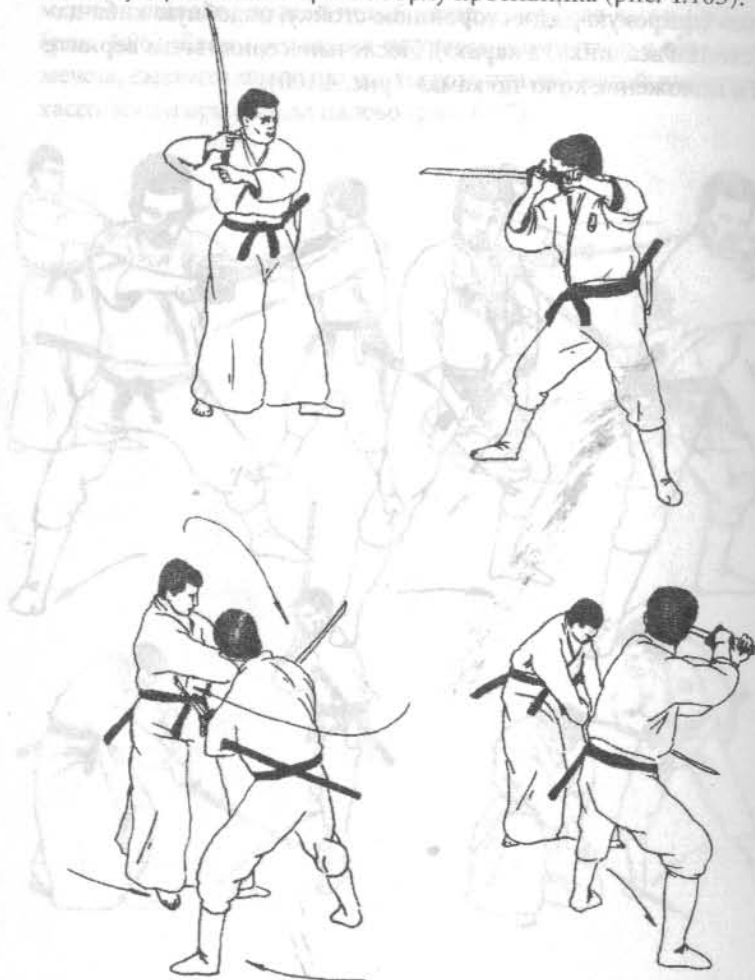
Из кочо-но камаэ шагните левой ногой влево—вперед, одновременно смещая правую ногу по кругу влево. Синхронно с движением левой ноги проведите поддевающий тычок мечом на среднем (тюдан) или верхнем (дзедан) уровне (рис. 4.98—4.99). Ноги в момент завершения удара занимают позицию «сико» (широкую равностороннюю стойку, подобную кибата-ти (стойки всадника) в каратэ). После нанесения тычка верните меч в положение кочо-но камаэ (рис. 4.100).





### Практическое применение

В ответ на атаку противника (рис. 4.101) сделайте шаг левой ногой вперед по диагонали, одновременно нанося удар мечом ему в живот или под ребра (рис. 4.102). После удара мгновенно займите правостороннее кочо-но камаэ и закончите поединок ударом кочо-гири по горлу противника (рис. 4.103).



### 8. Кочо-гири (горизонтальный удар из позиции кочо)

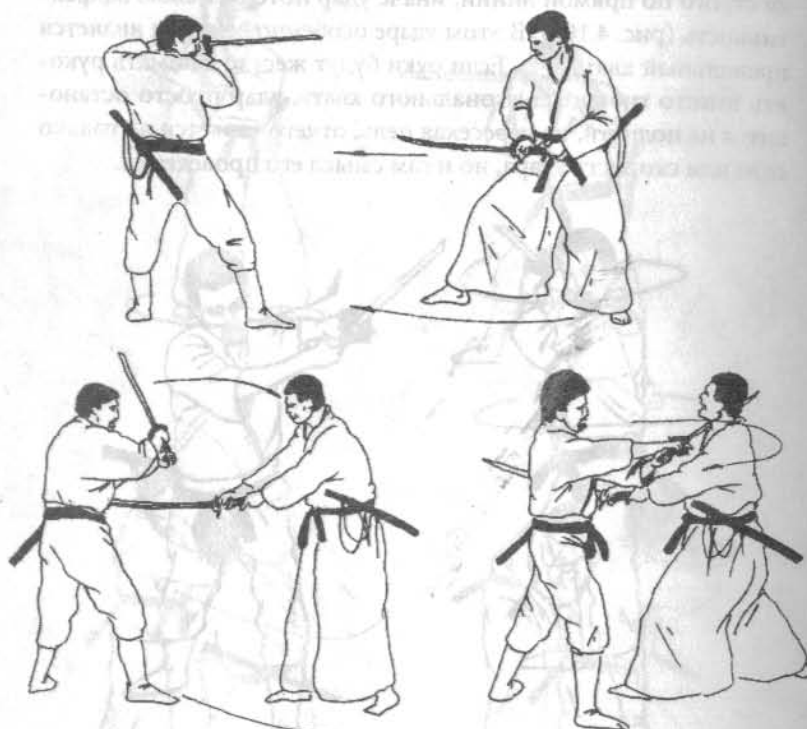
Из левостороннего кочо-но камаэ (рис. 4.104) сделайте небольшой шаг вперед по диагонали правой ногой, мгновенно подтягивая следом левую ногу (техника пуги-аси). Вместе с перемещением нанесите широкий горизонтальный удар мечом на верхнем или среднем уровне. Следите, чтобы клинок двигался строго по прямой линии, иначе удар потеряет свою эффективность (рис. 4.105). В этом ударе особенно важным является правильный хват меча. Если руки будут жестко сжимать рукоять вместо гибкого диагонального хвата, удар просто остановится на полпути, не пересекая цель, отчего теряется не только сила или скорость удара, но и сам смысл его проведения.





### Практическое применение

В момент, когда противник занимает дай-дзедан-но камаэ, займите правостороннее кочо-но камаэ (рис. 4.106). Во время нанесения удара противника мгновенно сделайте шаг левой ногой по диагонали, пересекая линию атаки противника, и встречным движением, используя сложение сил, нанесите мощный рассекающий горизонтальный удар по горлу противника (рис. 4.107—4.108).



### 9. Тайхэн-каэси-гири (диагональный контратакующий удар с уходом в сторону)

Из сэйган-но камаэ сделайте широкий шаг вперед по диагонали левой ногой, одновременно поднимая меч справа от себя, как показано на рис. 4.109. Не прерывая движения, скользните правой ногой по кругу влево, из предыдущей позиции нанося диагональный рассекающий удар сверху вниз — рис. 4.110. Прекрасная контратакующая техника от вертикальных ударов сверху вниз и прямых тычков меча противника. Работайте над слитностью исполнения техники, не допускайте ни малейшей задержки в ходе проведения тайхэн-каэси-гири.



### Практическое применение

Когда противник наносит дай-дзедан-макко-гири или хас-со-кэса-гири, шагните ему навстречу левой ногой, поднимая над головой свой меч и позволяя мечу противника скользнуть вдоль лезвия вниз — тем самым защищая вас от удара (рис. 4.111—4.112). Мгновенно скользните правой ногой по круту влево и нанесите резкий рубящий удар по диагонали — от левого плеча к правому бедру (рис. 4.113—4.114).



### 10. Ханзагэ кирисагэ (блок вверх и диагональный рассекающий удар сверху)

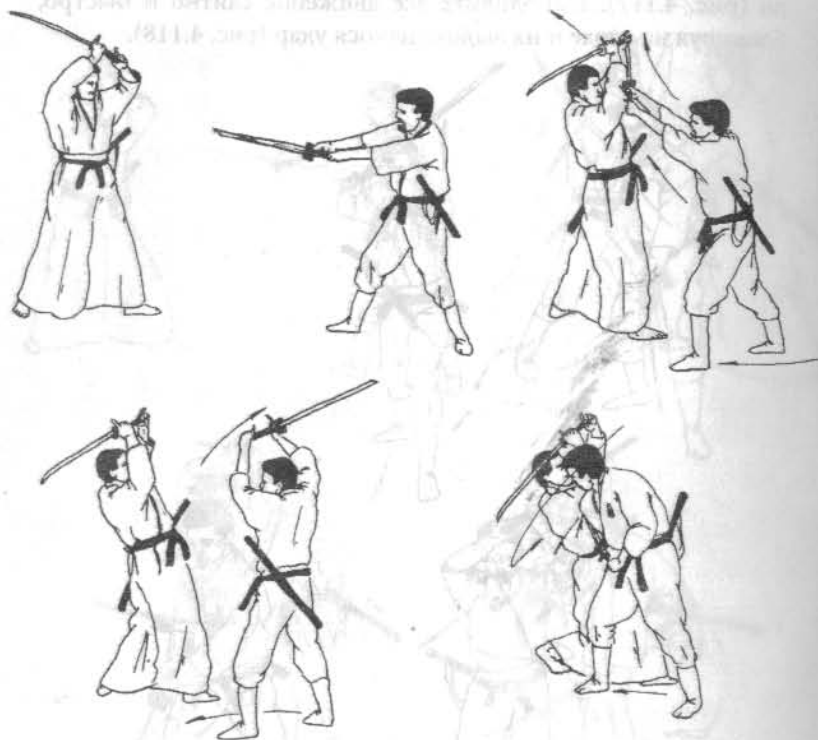
Одна из важнейших техник, выполняемых из гэдан-но камаэ. Сделайте широкий шаг в сторону правой ногой, выполняя верхний блок мечом движением снизу вверх и изнутри наружу (рис. 4.115—4.116). Не останавливаясь, шагните вперед левой ногой и нанесите диагональный рассекающий удар справа налево (рис. 4.117). Выполняйте все движение слитно и быстро, блокируя на вдохе и на выдохе нанося удар (рис. 4.118).





### Практическое применение

Когда противник наносит свой удар мечом сверху (рис. 4.119), шагните в сторону правой ногой и отбейте его оружие (а еще лучше — предплечья) вверх, открывая для своего удара его тело (рис. 4.120—4.121). Тут же нанесите диагональный удар, рассекая противника от левого плеча к правому бедру с шагом левой ноги вперед (рис. 4.122). Закончите технику в положении ити-но камаэ.



## Глава 7. Синоби-йай-дзюцу-но кихон-гата — базовые формы мгновенного обнажения меча с последующим ударом в технике ниндзя

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

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

Наиболее важным для практического применения йай-дзюцу является скорость реагирования на малейшие изменения в позиции или даже взгляде противника. Успеть выхватить свой меч и нанести удар до того, как меч противника коснется вас (или вообще успеет покинуть ножны), — задача не из простых. Поэтому настолько важной является именно психическая, а не физическая (хотя она, безусловно, также важна) готовность реагировать мгновенно, без оглядки и ненужных оценок происходящего. Когда наступает время для боя, — логика уступает свое место подсознательной реакции, действующей напрямую по принципу «вопрос—ответ», минуя этап «размышление».



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

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

### Камаэ для техники йай

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

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

### 1. Ити нинпо йай: дэнко-но ката нинпо-кэн

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



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

Из сидзэн-но камаэ (рис. 4.123) захватите левой рукой устье ножен и, сделав шаг левой ногой в сторону, выдвиньте меч (с ножнами) из-за пояса влево (рис. 4.124). Провернув рукоять меча под левой рукой (как бы загибая себе руку за спину), заведите ее вправо, не вынимая из-за пояса (рис. 4.125). Захватите рукоять правой рукой, как показано на рис. 4.126, и выведите левой рукой ножны меча максимально вверх вдоль спины (рис. 4.127). Сделайте шаг вперед правой ногой, одновременно стягивая левой рукой ножны вниз, а правой выхватывая меч вверх — вперед и нанося удар одной рукой (используя хон-ката-тэ-монти) по диагонали сверху вниз (рис. 4.128—4.129). Техника используется при приказе положить меч на землю или при нападении со спины на противника.





## 2. Ни нинпо йай: нукиюти кириагэ-но ката нинпо-кэн

Из сидзэн, или йай-госи-но камаэ левой рукой захватите коикюти, а правой — рукоять у гарды (рис. 4.130). Поверните меч вместе с ножнами режущей кромкой вниз и, мгновенно выхватывая меч, этим же движением нанесите удар снизу вверх по диагонали (рис. 4.131—4.132), делая шаг правой ногой вперед по диагонали. В случае, если техника выполняется из йай-госи-но камаэ, используйте левую ногу как пружину для усиления движения снизу вверх. Кириагэ-но ката используется для удара под руки противника, наносящего удар в тот момент, когда ваш меч еще в ножнах с последующим рассекающим ударом (чаще всего, кэса-гири).



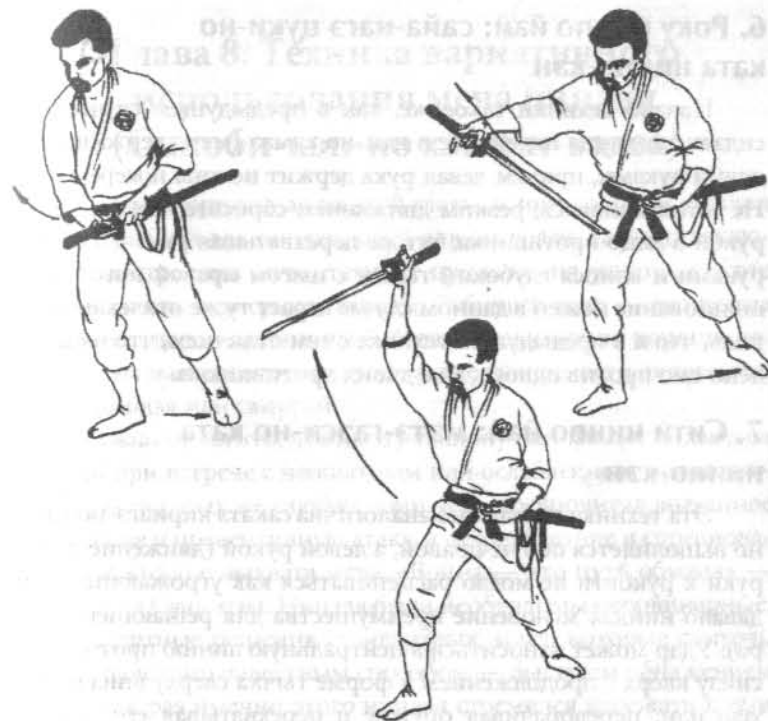
## 3. Сан нинпо йай: нукиюти кирисагэ-но ката нинпо-кэн

Из сидзэн-но камаэ захватите рукоять меча так же, как в предыдущем движении. Сделайте шаг левой ногой назад, одновременно выхватывая правой рукой меч и нанося удар сверху вниз (рис. 4.133—4.135). Вес тела на 70% перенесен на правую ногу. Данная техника используется для перекрывания рук противника при его попытке выхватить свой меч или отсечения его запястий (запястья), если он уже наносит удар. Наилучшим продолжением для кирисагэ является тычок мечом в горло противника.



#### 4. Си нинпо йай: сакатэ кириагэ-но ката нинпо-кэн

В сидзэн-но, или йай-госи-но камаэ захватите правой рукой рукоять меча, используя гьяку-кататэ-монти и, делая шаг вперед правой или назад левой ногой, выхватывайте меч из ножен, нанося удар снизу вверх (рис. 4.136—4.138). Правая рука не разгибается в локте до конца в последней фазе удара — это может повлиять на траекторию удара. Используется так же, как и нукиюти кириагэ-но ката.



#### 5. Го нинпо йай: сайа-нагэ кириагэ-но ката нинпо-кэн

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





## 6. Року нинпо йай: сайа-нагэ цуки-но ката нинпо-кэн

Начало техники такое же, как в предыдущем случае. Из сидзэн-но камаэ перейдите в ити-но камаэ (меч удерживается двумя руками, причем левая рука держит ножны посередине). Не останавливаясь, резким движением сбросьте ножны левой рукой в лицо противника, тут же перехватывая рукоять двумя руками и нанося глубокий тычок с шагом правой ногой. Использование ножен в данном случае играет ту же отвлекающую роль, что и в предыдущей технике с тем отличием, что направлено оно против одного, а не двоих противников.

## 7. Сити нинпо йай: мэтэ-гаэси-но ката нинпо-кэн

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

## Глава 8. Техника вариативного использования меча ниндзя (Синоби-кэн-но хэнкан-вадза)

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

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

Тактика использования меча ниндзя (ниндзя-то) изобилует примерами именно таких необычных и неожиданных для противника действий, позволяющих ночному воину решать





свои задачи с максимальной эффективностью, выигрывая у врага доли секунды, которые могли бы стать роковыми, если бы ниндзя не воспользовался своей хитростью и техникой. Здесь присутствует и работа рукоятью, и техника ослепляющих смесей (мэцубуси), и внезапный бросок сюрикэна...

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

## а. Использование рукояти

### Пример 1: касира-отоси

Когда противник хватается за меч, чтобы нанести рубящий удар в горизонтальной плоскости, мгновенно сделайте глубокий шаг правой ногой к нему и правой рукой перехватите рукоять меча противника, а левой рукой, удерживающей рукоять собственного меча, резко ударьте по внешней стороне правого запястья противника (рис. 4.139—4.140). Используя инерцию движения противника, выведите его из равновесия вперед, одновременно вытаскивая его меч из ножен (рис. 4.141—4.142)



(если во время предыдущего движения противник отпустит захват рукояти собственного меча, левой рукой перехватите его руку у запястья). Контролируйте противника на земле за счет давления своим коленом на область точки хидзидзүмэ (над локтем).





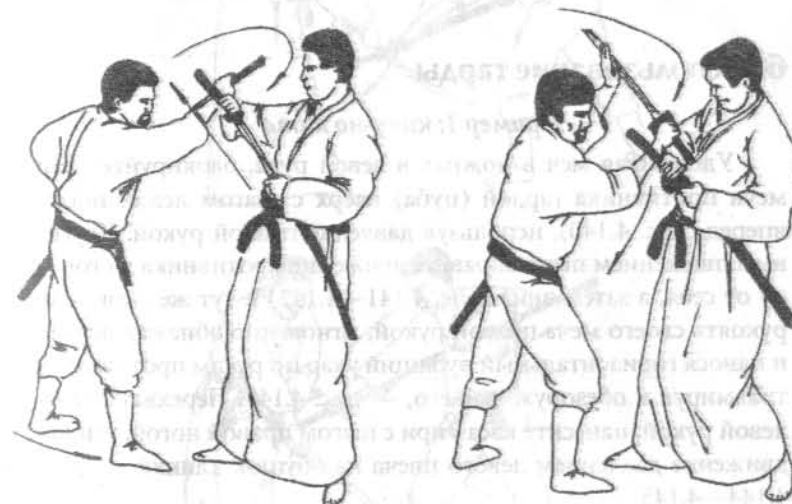
### Пример 2: кио-но ката

Начало техники аналогично предыдущей (рис. 4.139). Резким и сильным движением левой руки (используя большой палец) щелчком выбросьте рукоять своего меча в лицо противника (при должном исполнении противник не успевает уклониться и единственно возможным для него действием является перехват рукояти, летящей ему в лицо) — рис. 4.143. В тот же миг правой рукой выхватите меч противника из ножен (рис. 4.134) и поразите его с глубоким шагом вперед — рис. 4.135.



### Пример 3: соби-гири

Когда противник хватается за рукоять своего меча с намерением нанести рубящий удар, мгновенно шагните к противнику правой ногой, одновременно блокируя правой рукой, удерживающей рукоять меча, правую руку противника у запястья и нанося удар своей рукоятью в его лицо, горло или грудь, — рис. 4.136—4.137. Используя вес своего тела, максимально сильно надавите на руку противника своим правым предплечьем, заставляя его вернуть меч в ножны и этим же движением обнажая свой меч (рис. 4.138). Положив лезвие своего меча на правую сторону шеи противника, надавите на обух меча левой ладонью, одновременно меняя положение своих ног и протягивая меч по шее противника вниз, уходя при этом на правое колено слева от противника, — рис. 4.139.



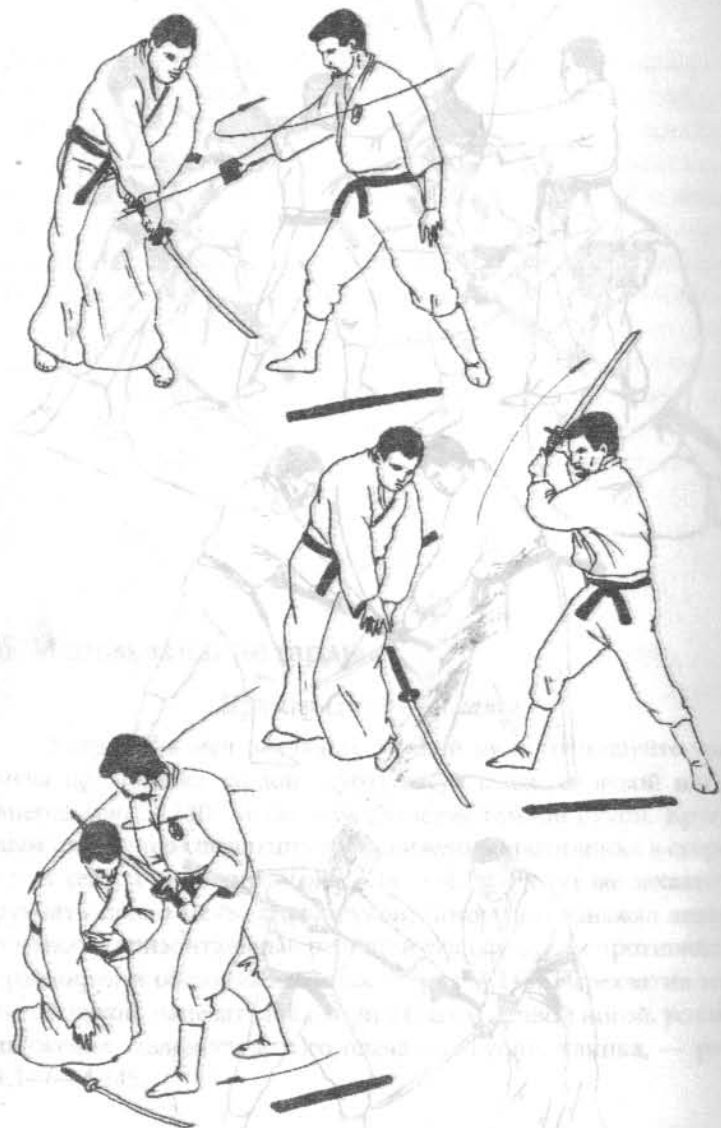


## б. Использование гарды

### Пример 1: кикю-но ката

Удерживая меч в ножнах в левой руке, блокируйте удар меча противника гардой (цуба) вверх с шагом левой ногой вперед (рис. 4.140), используя давление правой рукой. Круговым движением перенаправьте движение противника в сторону от себя, а затем вниз (рис. 4.141—4.142) и тут же захватите рукоять своего меча правой рукой, мгновенно обнажая лезвие и нанося горизонтальный рубящий удар по рукам противника, травмируя и обезоруживая его, — рис. 4.143. Перехватив меч левой рукой, нанесите кэса-гири с шагом правой ногой, усиливая движение давлением левого плеча на обушок клинка, — рис. 4.144—4.145.

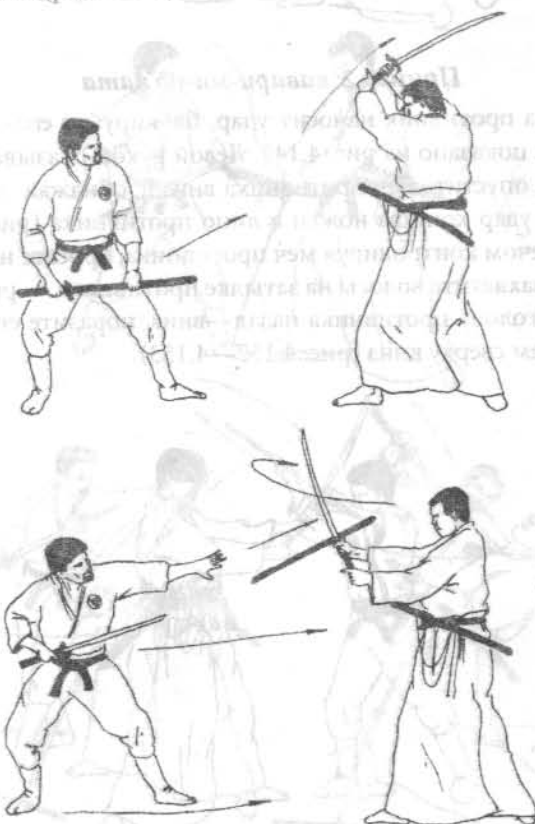




## в. Использование ножен

### Пример 1: сайа-атэ

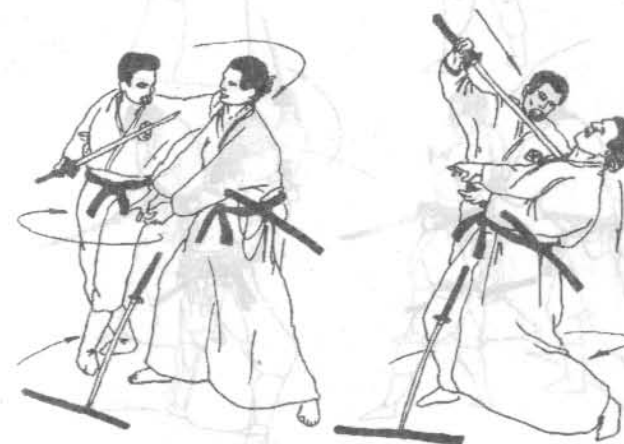
Удерживайте меч в ножнах перед собой (рис. 4.146). Когда противник хватается за меч и атакует, сделайте шаг назад правой ногой, одновременно выхватывая свой меч назад и бросая ножны меча в лицо противника (рис. 4.147). Не прерывая движения, в момент, когда противник вынужден отбивать ножны, с шагом вперед правой ногой проткните противника у него под руками и тут же уйдите вправо, уклоняясь от возможного удара противника (рис. 4.148).





### Пример 2: кавари-ми-но ката

Когда противник наносит удар, блокируйте его ножнами меча, как показано на рис. 4.149.левой рукой оказывая давление вниз, опустите меч противника вниз и, обнажая меч назад, нанесите удар концом ножен в лицо противника (рис. 4.150). Своим мечом контролируя меч противника, бросьте ножны на землю и захватите волосы на затылке противника — рис. 4.151. Оттянув голову противника назад—вниз, поразите его мечом движением сверху вниз (рис. 4.152—4.153).



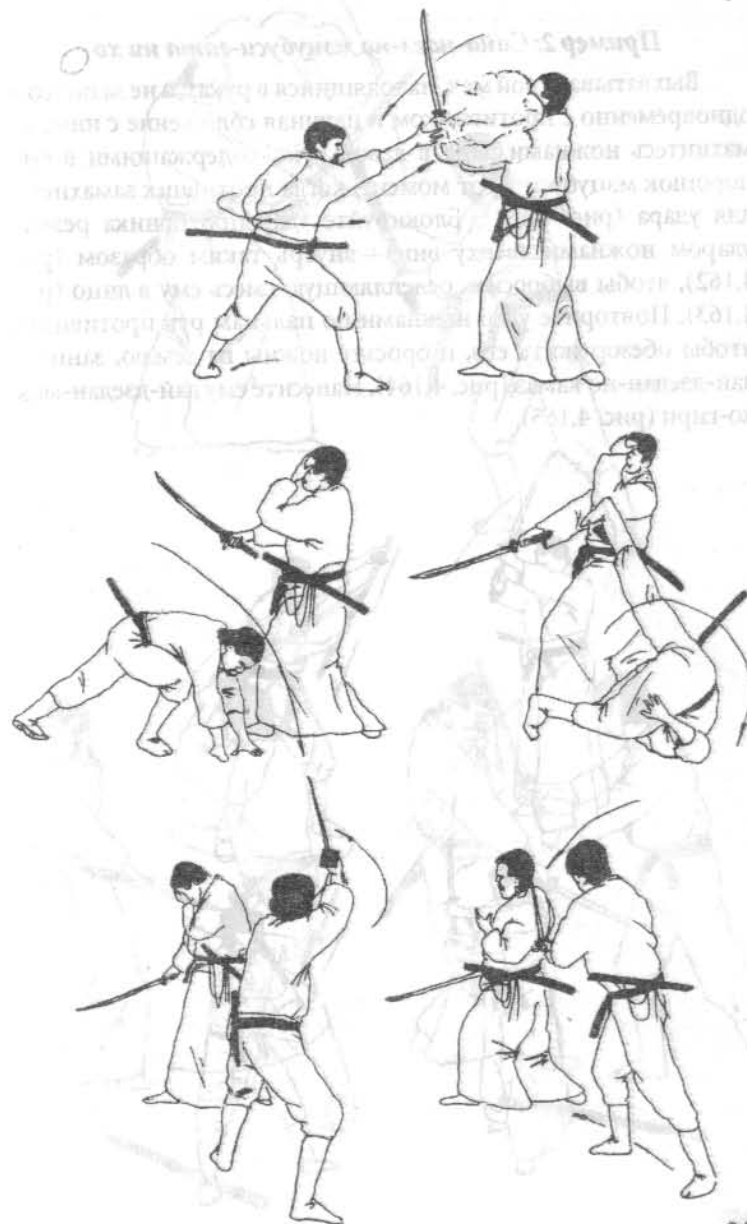




## г. Использование ослепляющего порошка

### Пример 1: Мутон-юхо-но мэцубуси-гата ити хо

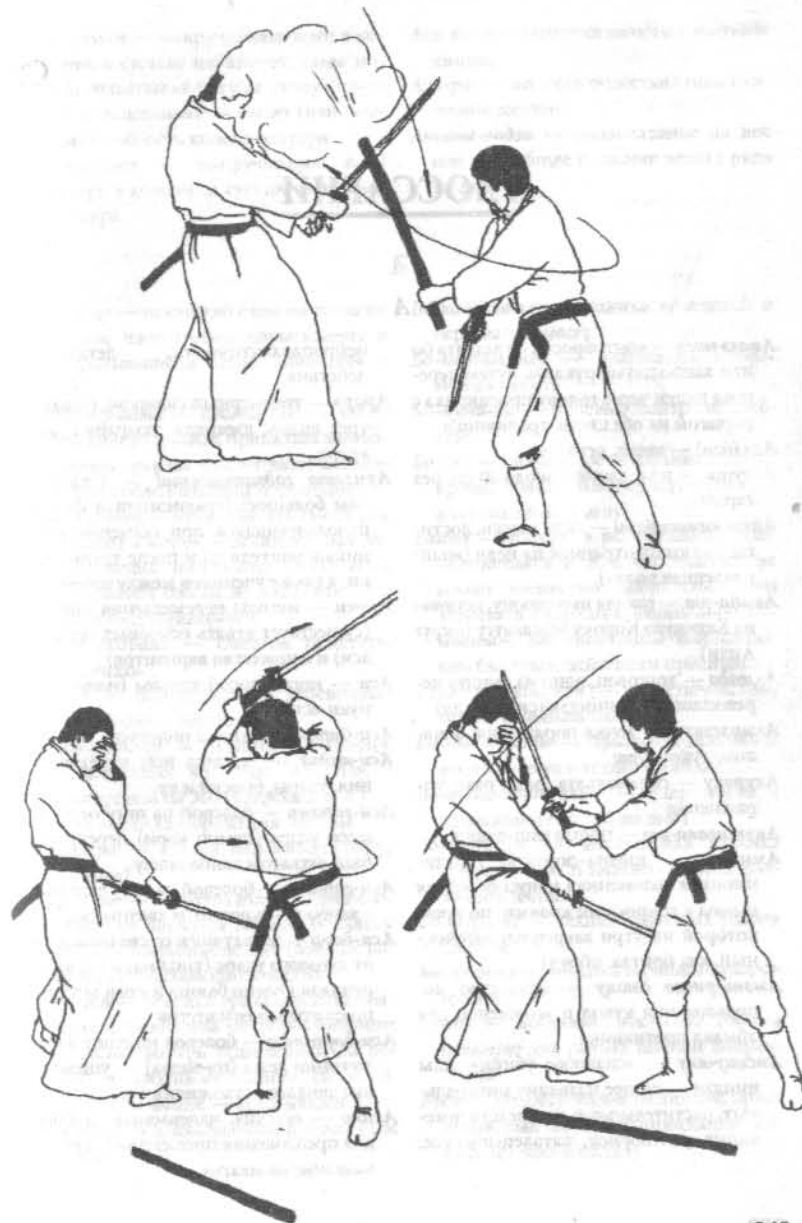
Противник занимает дай-дзедан-но камаэ в то время, когда ваш меч еще находится в ножнах (рис. 4.154), не оставляя вам никаких шансов на нанесение превентивного удара. Правой рукой достав порошок мэцубуси из-за ворота куртки (рис. 4.155), с глубоким шагом вперед бросьте ослепляющую смесь в глаза противника (рис. 4.156), тут же проводя сайу-ценпо-кайтэн (передний кувырок по диагонали наружу) (рис. 4.157—4.158), тем самым уходя от удара противника и заходя к нему за спину и обнажая свой меч (рис. 4.159). Мгновенно нанесите кэса-гири по шее противника сзади—сбоку, пока он не оправился от ослепления (рис. 4.160).





### Пример 2: Сайа-нагэ-но мэцубуси-гата ни хо

Выхватывая свой меч, находящийся в руках, а не за поясом, одновременно с противником и начиная сближение с ним, замахнитесь ножнами меча в левой руке, содержащими в себе порошок мэцубуси в тот момент, когда противник замахнется для удара (рис. 4.161). Блокируйте удар противника резким ударом ножнами сверху вниз—внутри таким образом (рис. 4.162), чтобы выбросить ослепляющую смесь ему в лицо (рис. 4.163). Повторите удар ножнами по пальцам рук противника, чтобы обезоружить его, и бросьте ножны на землю, занимая дай-дзедан-но камаэ (рис. 4.164). Нанесите ему дай-дзедан-макко-гири (рис. 4.165).



## ГЛОССАРИЙ

### А

**Аваза нагэ** — контрбросок от захвата бо или ханбо двумя руками, путем переноса палки через голову противника с рычагом на обе кисти противника

**Агэ (аго)** — вверх, верхний

**Айгунти** — нож длиной около 20 см, без гарды

**Айки-канасибари** — сила мысли, достигаемая концентрацией на цели («направленная воля»)

**Акиба-рю** — школа нин-дзюцу, основана Хахицуке Короку Масакатсу (округ Аихи)

**Акиндэ** — торговец, одно из амплуа перепропощений ниндзя (сити-хо дэ)

**Акирэсукэи** — точка поражения: ахиллово сухожилие

**Акуреку** — сила захвата, разв. разл. упражнения

**Акутагава-рю** — школа нин-дзюцу

**Амигаса** — шляпа-сюрикэн (традиционная соломенная конусообразная шляпа с широкими краями, по краю которой изнутри закреплен заточенный, как бритва, обруч)

**Амэтори-но дзюцу** — искусство использования кукол и манекенов для обмана противника

**Анацу-яку** — «снадобье убийц»: яды ниндзя — общее название минеральных, растительных и др. средств, имеющих снотворное, каталептическое,

нейропаралитическое, летальное действия

**Арарэ** — трехмерный сюрикэн, бывают трех видов: дэсарарэ, тюарарэ и ко-арарэ

**Аригато годзаимасита!** — Спасибо Вам большое! (традиционная фраза, использующаяся при общении ученика и учителя до и после тренировки, а также учеников между собой)

**Аруки** — методы перемещения ниндзя (существует девять основных (кудзи-аси) и множество вариантов)

**Аси** — нога, способ ходьбы (напр., см. нукки-аси)

**Аси-бараи** — техника подсечек

**Аси-вадза** — техника ног: перемещения, удары, броски и др.

**Аси-гарами** — болевой на ногу от прямого удара (цемпо кэри) перекрестным захватом ханбо снизу

**Аси-гатамэ** — болевой на ногу в стойке с ханбо перекрестным хватом сверху

**Аси-дори** — захват ноги со сваливанием от дугового удара (типа маваси), выкручивая колено бьющей ноги внутрь, подхватывая ее изнутри

**Аси-дори-осэ** — болевой на стопу в положении лежа (нэ-вадза) — ущемление ахиллова сухожилия в подмышке

**Асико** — «когти», надеваемые на ноги для преодоления препятствий, другое название «асикаги»

**Аси-кудаки** — выкручивание ноги в коленном суставе наружу от удара ногой, захватывая ногу за стопу снаружи и надавливая ладонью (или локтем) на область колена изнутри

**Аси-кудзика** — выкручивание ноги внутрь в коленном суставе от прямого удара

**Аси-маки** — обмотки на ноги в костюме ниндзя

**Аси-рау** — нижняя подсечка (типа «железной метлы»)

**Атами-вадза** — надавливание на нос или ухо (общее название целого ряда техник)

### Б

**Ба-дзюцу** — искусство езды на лошади: скачка, джигитовка, спрыгивание и запрыгивание в седло, «висение» и т. д.

**Бакайцу-гама** — кусари-гама, в которой вместо грузика привязана миппаторная граната (нагэ-тэппо) или пузырек с ослепляющим порошком

**Бансисукэй** — буква. «Десять тысяч рек выпадают в море» — десятилетняя энциклопедия нин-дзюцу (XVII век), написанная одним из дзэшинов Игарю Ясуси Фудзубайси

**Бараи (хараи)** — сметать, отсметать, подсекать

**Басиго** — портативные и веревочные (нава-басиго) лестницы

**Батто-дзюцу** — техника йай-дзюцу, применяемая внезапно (на ходу, с разворотом на 360 градусов и т. д.)

**Битэй** — точка поражения: кончик

**Бицэн-рю** — школа нин-дзюцу (округ Окаяма)

**Бицэн-то** — алебарда ниндзя, отличающаяся от нагината гораздо большим весом и шириной лезвия (больше напоминает китайский квандао)

**Бо-гаэси** — техника ура гьяку, исполняемая с ханбо или бо (выкручивание запястья внутрь с давлением на локоть в противоположную сторону). Другое название — котэ-маваси

**Бо-дзюцу** — искусство боя шестом (1 м 86 см)

**Бо-кайтэй-ке** — техника вращений и перехватов шеста

**Бо-катамэ-ке** — удержания с помощью шеста

**Бо-куми-ке** — болевые контроли шестом

**Боксу** — ритуальное обтирание меча от крови, обязательно присутствующее в технике йай-дзюцу

**Бонто** — «пауза» в реагировании, заключающаяся в том, что человек не может адекватно защищаться или атаковать благодаря каким-либо обманам, запугивающим или слишком быстрым действиям противника

**Боси кэи (сито кэи)** — удар (тычок, давление) большим пальцем

**Бо-така-тоби** — прыжок с использованием шеста в технике ниндзя

**Бо-така-тоби-кери** — удар ногой с прыжком и опорой на шест

**Бо-сюрикэн** — метательная стрелка круглого или плоского сечения разл. длины

**Бо-фури-ке** — техника маховых ударов шестом

**Бо-цуки-ке** — техника тычковых ударов шестом

**Бугэй** — воинское искусство (общее название для любых школ и направлений)

**Буго** — боевой псевдоним ниндзя, присваиваемый ему после инициации (воинского посвящения)

**Будзинкан (Бусинкан) додзэ** — организация нин-дзюцу, основанная в 1973 году Масааки Хацуми в целях распространения искусства ниндзя. Б.д.

**Ва** — гармония

**Вадза** — техника, прием

**Ваки гатамэ** — выкручивание и сжимание тела противника сбоку, часто приводящее к удушению за счет сжатия надпочечников и, следовательно, к мощному выбросу адреналина и рефлекторной остановке дыхания

**Вакидзаси** — короткий (50—60 см) меч

**Вакикагэ-но камаэ** — позиция с мечом (подобно ригусуй)

**Вакэми** — одна из техник амэтори-но дзюцу, заключающаяся в том, что в

переводится как «Дом божественного воина (Рясэцутэн)», «Дворец воинского духа» или «Дом божества войны»

**В** полутемном японском доме ниндзя быстро переставлял один или два макенена. Тепи, пляшущие за просвечивающимися перегородками, шорохи и т. д. создавали иллюзию, что ниндзя далеко не один. Другое название этой техники — кагэ бунсин

**Ванку** — точка поражения: за ухом

**Вансюн** — точка поражения: середина трицепса

**Варадзи** — соломенные сандалии

**Вари-аси** — «собственный шаг», один из видов перемещения ниндзя

**Г** вниз с одновременным давлением вперед от техники гансэки нагэ

**Гансэки ори** — «разламывание скалы»: гансэки отоси с давлением своим коленом на область колена противника изнутри

**Гансэки кэри** — «растоптывание скалы»: техника муса дори с ударом стопы в колено одноименной ноги сбоку

**Гантю** — точка поражения: сердечная область

**Гарами** — перегибание — один из общих методов техники болевых контрролей

**Гассо-но камаэ** — позиция для приветствия

**Гатамэ** — болевое или пассивное (силовое) удержание противника в стойке или на земле, лишая его возможности двигаться или контратаковать

**Гедзя** — средневековый японский воин-аскет

**Гекко-рю** — одна из древних школ нин-дзюцу, основанная, по преданию, китайским монахом-люгасем Чжао Гокаем (развила методы йуби-дзюцу и коппо-дзюцу)

**Гесе-нин** — странствующий торговец, одно из амплуа сити-ходэ

**Ги** — куртка ниндзя

**Гикан-рю** — школа нин-дзюцу

**Гири** — «закон чести» у самураев, синоним понятия «долг чести»

**Гисо-но (Гисо дзиин-но) дзюцу** — канонизированное искусство фальсификации собственной личности на короткое время (для выполнения задания)

**Го** — пять

**Го-гэо** — Пять Первоистихий: земля (Ти), вода (Суй), огонь (Ка), металл (Кин), дерево (Моку)

**Го-дай (Го-дай-сэню)** — Пять Первоэлементов: земля (Ти), вода (Суй), огонь (Ка), воздух (ветер) (Фу), пустота (Ку)

**Го-дай-но ката (сантин-но ката)** — форма пяти движений, соответствующая Пяти первоэлементам: одна из базовых ката Тогакурэ-рю

**Го-дзэ** — «пять слабостей»: тщеславие, горячность, трусость, лень, мягкотелость

**Го дзе-го йоку-но дзюцу** — использование «пяти слабостей и пяти желаний» в практике манипулирования противником ниндзя

**Го йоку** — «пять желаний»: голод, секс, удовольствия, жадность, гордыня

**Гокаку-кэйко** — тренировочный бой с равным противником

**Гокатакэн** — свод всех техник, философских идей и традиций школы

**Гоку-и** — «шестое чувство», экстремальный разум, качество, позволяющее реагировать на нападение до того, как оно начнется

**Гоку-но камаэ** — камаэ с шестом (хиратимондзи): шест расположен на

уровне бедер сбоку от тела в задней стойке

**Гома** — возжигание ритуального костра

**Го-но сэн** — «контратака, следующая раньше атаки» — один из принципов ведения поединка. Видя, что противник начинает атаку, следует начать и закончить свою технику раньше его

**«Го-рин-но се»** — «Книга пяти кругов», принадлежащая перу известного фехтовальщика Миямото Мусаси, очень ценившаяся в кланах ниндзя

**Госин-дзюцу** — искусство самозащиты

**Готон по (Тон по)** — методы маскировки с использованием Пяти Стихий: Дотон-дзюцу, Суйтон-дзюцу, Катон (Хитон-дзюцу), Кинтон-дзюцу и Мокутон-дзюцу

**Гохо-но камаэ** — позиция с кусари-фундо: цепь зажата в кулаке на уровне солнечного сплетения в естественной или защитной (задней) стойке

**Гумбай-утива** — боевой веер (железная пластина на рукояти). Не путать с тэсээн — классическим складным веером

**Гьокаги** — трость с длинным шнуром и крючком на конце

**Гьокуро** — один из наиболее известных ядов ниндзя, готовящийся на основе заварки зеленого японского чая

**Гьокусин-рю** — кукисин-рю

**Гьяку** — обратный, разноименный

**Гьякунагарэ** — разноименный пережат, т. е. пережат, идущий со стороны задней расположенной ноги под 45 градусов вперед

**Гьякусимэ** — обратное удушение (ладони направлены к исполнителю)

**Гьякусэои риотэ (кататэ)** — бросок за руку захватом двумя (одной) руками (может исполняться с ханбо или боявара) с наружной стороны, в отличие от обычного сэои-нагэ, где исполнитель подворачивается под противника изнутри



**Гьяку удэ гарами** — выкручивание руки за спину с помощью ханбо (или без)

**Гьяку-юти** — бросок сюрисэн от противоположного бедра или живота

**Гьяку-юти-но аруши** — бросок снаружи внутрь с перемещением

**Гьяку-усиро-юти** — бросок назад сизу вверх

**Гэбакукэн-ин** — кэцу-ин, соответствующий символу «Кай» (кудзи-ин). Дзюмон для индивидуального использования: ОН НО О МА КУ САН МАН ДА БА СА РА ДАН КАИ.

**Гэдан** — нижний уровень

**Гэдан-но камаэ** — позиция с мечом, направленный на область коленей противника

**Гэдан-укэ** — защита нижнего уровня (общее название всех возможных защит)

**Гэдан-укэ-но камаэ** — стойка с бо в положении нижней защиты

**Гэй** — искусство

**Гэиню-но дзюцу** — искусство подстрекательства и распускания слухов, а также умение вызывать панику в лагере врага

**Гэкон** — точка поражения: под нижней губой

**Гэнкай додзэ** — организация ниндзюцу, возглавляемая Танэмурой Сето, учеником Т. Такамацу и М. Хануми. Включает помимо десяти школ, используемых в Будзинкан додзэ, еще несколько школ боевых искусств, в частности Итто-рю, Муго-рю, Ига-рю и др. Переводится как «Дворец магического (сверхъестественного) воина».

**Гэн-дзюцу** — изменение зрительного восприятия (путем гипноза) противника, подобно миражу

**Гэнин** — низшее звено в иерархии ниндзя

**Гэри (кэри)** — удар ногой (общее название)

## Д

**Дайдзедан-но камаэ** — позиция с мечом, где меч поднят над головой

**Дай-дзедан-макко-гири** — удар мечом сверху вниз с шагом вперед

**Дайконго-ин** — кэцу-ин-символ, соответствующий дзюмон «Пию» (кудзи-ин). Дзюмон для индивидуального использования символа: ОН И СЯ НА ЙА ИН ТАРА ЙА СОВАКА.

**Дайрин-ся** — деревянные кибитки в практике групповых действий ниндзя при штурме замков

**Дайсярин** — отэн («колесо») — акробатический элемент тайцхэн-дзюцу

**Дакентай-дзюцу** — техника ударов в тай-дзюцу

**Дансан игата** — щипцы для отливки пуль

**Данпреку-но камаэ** — камаэ с ханбо: палка держится двумя руками сбоку от тела

**Дайтто** — точка поражения: верх грудной кости

**Дасу-но камаэ** — камаэ с ханбо: в широкой стойке палка перед собой на уровне бедер

**Дзагуриси-яку** — «подарок» от ниндзя, при вскрытии которого происходит взрыв, отравление газом и т. д.

**Дзай** — дзюмон, соответствующий кэцу-ин-символу Нитирин-ин

**Дзасэн** — 1. Парирующий удар мечом, ханбо, бо и др. в яломэ-дзюцу (искусстве отбивания летящего оружия — стрел, сюрисэнов, ножей и т. д.); 2. Контроль противника даже после его падения, полная концентрация на его действиях.

**Дзасигаси-но дзюцу** — искусство обналичения врага в темноте при помощи веревки, зажатой в зубах. Веревочка привязывается к ножнам, которые при положении меча за поясом, сдвигаются на самый край. Таким образом, как только враг, подкрадывающийся со спины, задевал ножны, ниндзя бросал веревку, выдергивал меч и протыкал врага.

**Дзе (Йо)** — палка длиной 1 м 30 см

**Дзеарарэ** — большой шишастый шар с зажигательной смесью внутри

**Дзедан** — верхний уровень

**Дзедан-вадза** — техника с мечом (общее название группы техник, в которых удары начинаются из дайзедан-или хассо-но камаэ. Основная траектория — сверху вниз (тэнти) или сверху вниз по диагонали (кэса).

**Дзедан-каратакэ-вари** — «расщепление полого бамбука» — удар мечом сверху вниз на месте

**Дзедан-укэ** — защита верхнего уровня (общее название всех видов защиты)

**Дзедан-укэ-но камаэ** — камаэ с шестом, в положении верхней защиты (над головой)

**Дзе-дзюцу** — искусство владения дзе

**Дзеки-но камаэ** — камаэ в бо-дзюцу («Волшебная духовная проекция»): шест занесен назад для удара (другое название — рюсуй-но камаэ)

**Дзенин** — высшее звено в иерархии ниндзя

**Дзези-но дзюцу** — искусство бесшумного и бестеневого перемещения, основанное на технике передвижений (аруки) и прятания (нипо)

**Дзигай** — удар ножом в горло (а также самоубийство кунюити)

**Дзигоку гьяку отоси** — обратная атака мечом сверху

**Дзигоку отоси** — уклон с переломом колена от удара ногой

**Дзидзай** — «свобода даровать жизнь»

**Дзидзамураи** — воины-земледельцы

**Дзикидахо** — прямая траектория полета сюрисэн (без поворота)

**Дзин (1)** — человек

**Дзин (2)** — дзюмон, соответствующий кэцу-ин-символу «Найбакукэн-ин» (кудзи-ин)

**Дзинзо** — точка поражения: почки

**Дзинмон-дзюцу** — военно-полевая медицина ниндзя, включающая в себя знания и навыки точечного массажа, реанимации и изготовления лекарств из имеющихся средств

**Дантто** — точка поражения: корень носа

**Дзинтто рэй** — поклон стоя на одном колене

**Дзисури-гэдан-но камаэ** — позиция с мечом

**Дзисяку** — старинный компас

**Дзиттэ (Дзюттэ)** — затупленный стилет граненого сечения, имеющий «усик» для захвата меча

**Дзэн (1)** — философская школа буддизма, проповедующая «мгновенное просветление» через практику медитации

**Дзэн (2)** — дзюмон, соответствующий кэцу-ин-символу «Опию-ин» (кудзи-ин)

**Дзю** — 1. Мягкость, мягкий; 2. Десять. **Дзю-аси** — «десять методов ходьбы», способы перемещений ниндзя

**Дзюдзи** — 1. Крест-накрест; 2. Техника меча, нагината и др.

**Дзюдзи-но хо** — «метод десятого слога» в нин-по микке

**Дзюмон** — заклинание, мантра

**Дзюмондзи-но камаэ** — позиция «десятки» в тай-дзюцу, в которой руки скрещены перед грудью, образуя крест

**Дзюн-нагарэ** — одноименный перекал (вперед)



**Дзю-нэн гороси** — методы поражения энергетических каналов в практике ниндзя (подобно дигм-мак)

**Дзюнрэй** — бродячий заклинатель, одно из амплиа перевоплощений ниндзя (сити-хо дэ)

**Дзюроппокэн** — шестнадцать основных видов естественного оружия

**Дзюророкаги** — нечто вроде отмычки

**Дзютай-дзюцу** — «мягкая» техника в тай-дзюцу: броски (нагэ), удушения (симэ), болевые выкручивания и сваливания (гьяку и торитэ)

**Дзюцу** — искусство, мастерство

**Дзюэй-но дзюцу** — искусство проникновения и внедрения на вражескую территорию перед началом войны

**Дзяхо** — букв. «Знание людей» — магия, основанная на растворении собственного «Ва» в «Ва» вселенной

**До** — Путь

**До-ай** — принцип одновременности защиты и контратаки: блок сам по себе должен являться контратакой или же удар должен следовать вместе с блоком, а не после него

**До-гаэси** — контртехника с ханбо против броска через плечо: после подворота противника на бросок палкой сжимают ему ребра или горло сзади

**Доги** — полевая сумка, треугольный ранец и жилет-портупея в снаряжении ниндзя

**Додзе** — «место, где постигают Путь», тренировочный зал

**Идзума-отоси (сару-тоби, они-тоби)** — прыжок с ветви дерева на часового с целью сломать ему шею

**Ига** — провинция средневековой Японии, один из центров развития нин-дзюцу

**Игабакама** — брюки в сгибах седлоку

**Додзе-ни рэй** — приветствие (поклон) додзе

**До-гакурэ** — разбрасывание монет в толпе при бегстве, один из методов кинтон-дзюцу

**Докко** — точка поражения: под ухом

**Докко-ни** — кэцу-ни-символ, соответствующий дзюмон «Риш» (кудзи-ни). Дзюмон для индивидуального использования: ОН БАЙ СИРА МАН-ТА ЙА СОВАКА.

**Докко-нот камаэ** — «позиция тигра» в тай-дзюцу: задняя стойка, где передняя рука вытянута вперед, а сзади расположенная — находится возле одноименного уха в положении бо-синкэн

**Докубари** — отравленные иглы, втыкаемые в корни деревьев поперек дороги преследователей

**Докуэн-гакурэ** — использование ядовитых и слезоточивых газов, один из методов катон-дзюцу

**Дори** — техника контрдействия (напр. мутто-дори — контрприемы безоружного против вооруженного)

**Дотон-дзюцу** — «использование стихии Земля» в практике Готон-по (общее название)

**Дэбана-вадза** — техника с мечом, заключающаяся в атаке в тот момент, когда противник сам собирается напасть

**Дэнко** — точка поражения: под ребрами

**Дэнко-но ката** — (ити нинпо йай) — выхват меча из-за спины

## И

**Игадама** — металлические «каштан» ниндзя, разбрасываемые на пути преследователей, в ловушки или бросаемые в противника

**Ига-рю** — региональная традиция нин-дзюцу, включающая несколько се-

мей, в том числе кланы Хаттори и Момоти

**Икада-дзүмо** — бой на плоту или в лодке (общее название)

**Имори-гакурэ** — маскировка по «способу тритона», один из методов дотон-дзюцу: заключается в умении прилипнуть к стене, камню и т. д., полностью слившись с их поверхностью

**Имори-но камаэ** — другое название дзюмондзи-но камаэ («Позиция завета»)

**Ии (и Йо)** — даосская философская доктрина о единстве и противоположности Вселенной

**Ина-тоби** — выпрыгивание из воды по способу «молодого лобана», одна из техник суйхэй-дзюцу

**Инадзума** — точка поражения: печень спереди

**Ии-но кэн** — обратный хват сюрикэн (кийтэн)

**Ииро** — «подручная аптека» ниндзя, лекарства и яды, изготавливаемые в ходе акции из имеющихся в наличии средств

**Ии-син-топкэй** — «минимальными усилиями — максимальных результатов» — один из базовых принципов искусства нин-дзюцу в целом

**Ии-по** — см. интон-дзюцу

**Интон-дзюцу** — искусство ускользания и прятания, включающее в себя технику передвижений, длительное замирание на месте, использование игры света и тени, знание возможностей человеческого зрения, особенностей освещения и т. д.), использование различных трюков с исчезновением в дыму, в лесу, в воде и т. д.

**Инубуэ-но дзюцу** — использование хищных, ядовитых или зараженных животных в диверсионной практике

**Иппи-но камаэ** — камаэ с кусари-фундо, аналогично хаймэн-но камаэ — позиции, в которой цепь удерживается за спиной по диагонали

**Иппон-сиги-нобори** — миниатюрный киокэцу сего

**Иrimi** — «вхождение», один из принципов ведения боя — заключается в движении навстречу противнику, нанося удар или проводя захват «вразрез», соблюдая принцип до-ай

**Исэи-но камаэ** — позиция с кусари-фундо, зажатым в кулак при естественной постановке ног

**Итакэн** — плоский сюрикэн («звездочка»)

**Итами-вадза** — техника воздействия на нервные центры нажатием, сдавливанием, шипком (общее название)

**Ити** — один

**Ити-мон** — «единые врата» — название клана ниндзя

**Итимондзи-но камаэ** — «позиция единича» в тай-дзюцу: «передняя» рука вытянута по направлению к противнику, а задняя рука расположена у противоположной стороны шеи ладонью к исполнителю. Ноги в «задней» стойке

**Итимондзи-фури** — удар цепью

**Итимондзи** — техника йари

**Ити-но камаэ** — камаэ с мечом, в котором меч подготовлен к толчку на уровне живота

**Итидзэн-рю** — школа нин-дзюцу, основана и действовала там же, где и Акиба-рю

**Ихэн-но камаэ** — позиция в тай-дзюцу: глубокая передняя стойка с положением рук как в итимондзи-но камаэ

**Измото** — глава клана, дзенин

# И

**Иай-дзюцу** — искусство мгновенного обнажения меча с ударом

**Иа кэн** — «ручная стрела», сюрикэн

**Иари** — копье с клиновидным лезвием

**Иари-дзюцу** — искусство боя копьем

**Йо (и Ин)** — см. «Ип-Йо»

**Йо-ван-ори** — один из болевых контролей на земле с помощью ханбо (бо и др.) — палка давит на локоть лежащего на животе противника при помощи колена, в то время как рука исполнителя приподнимает кисть атакующей конечности

**Йодзи-гакурэ** — метод «зубочистки», один из способов отвращения внимания караульного стражника, заключающийся в бросании мелкого предмета из укрытия куда-нибудь рядом с часовым, который отвлекается на шум и не готов к защите (зубочистки (йодзи) в среневеской Японии были металлическими и производили характерный шум при падении на каменный или деревянный пол — отсюда и название)

**Йодзи-но дзюцу** — имитация слабости при проникновении к врагу. Прикинувшись раненым, больным или припав облик старика, ниндзя достигал своей цели — проникновения в замок, куда его загосили сердобольные слуги или солдаты.

**Йоко** — боковой, вбок

**Йоко-аруки** — боковое перемещение (скрестный шаг)

**Йоко-гэри** — удар ногой в сторону

**Йоко-кайтэн** — боковой кувырок

**Йоко-кудаки** — перегибание руки от захвата ворота в горизонтальной плоскости с помощью бо-явара

**Йоко-нагарэ** — боковой пережат

**Йоко-сабаки** — уход в сторону

**Йоко-сико-нагэ** — боковой бросок с падением

**Йоко-така-ори** — боковой удар ногой в колено

**Йоко-таоси** — техника йари

**Йоко-укэми** — падение вбок

**Йоко-юти** — бросок сюрикэн вбок

**Йомогами-но дзюцу** — искусство двух параллельных жизней, одно из составных частей искусства хэнсо-дзюцу. Заключается в том, что человек живет в двух разных местах под разными именами одновременно. Естественно, в обоих местах его знают как другого человека.

**Йон (си)** — четыре

**Йо-но кэн (масугу)** — прямой хват сюрикэн

**Йосицуна-рю** — школа нин-дзюцу (окрут Фукуи), основана Йосицуна Миномото

**Йохиоуэн-рю** — школа нин-дзюцу (окрут Тойома)

**Йуби-дзюцу** — искусство поражения жизненных точек пальцами рук, составная часть коси-дзюцу

**Йуми и Йа** — лук и стрелы

# К

**Ка** — первоэлемент Огонь

**Каваси** — см. тай-сабаки

**Каварими** — обратное протыкание мечом (сверху вниз)

**Кагаси-но дзюцу** — название Интон-дзюцу

**Кагата-хасами бунэ** — складная лодка

**Каги** — крюк

**Кагинава** — крюк или «кошка» для преодоления препятствий

**Кагэ-но нито** — «меч с двойной тенью», техника применения меча и

пожа (сякена) с использованием мэ-цубуси

**Кагэро-но юти** — удар цепью сверху вниз одновременно с прямым ударом ноги

**Кадзи-рю** — школа нин-дзюцу (провинция Ига), основана Кадзи Омиоками Кагэхидэ

**Ка-дзюцу** — «огневая техника», искусство использования огня, дыма, взрывов и т. п.

**Каен-кусаригама** — кусари-кама, у которой вместо грузика прикреплен небольшой горящий факел

**Кай** — дзюмон, соответствующий кэцу-ин-символу «Гэбакуэн-ин» (кудзи-ин)

**Кайки** — рычаг для подпирания двери или окна, а также копания

**Кайтайе-кусаригама** — карманная кусари-кама

**Кайтэй-гакурэ** — «туннель под морем», одна из техник дотон-дзюцу. Заключается в прятании в заранее подготовленную яму (с крышкой) в песке на берегу моря, где вода быстро смывает все следы.

**Кайтэн** — 1. Кувырок; 2. Обратный хват сюрикэн (ин-но кэн); 3. Поворот, вращение.

**Кайтэн-дахо** — траектория полета сюрикэн с полным оборотом (360)

**Какари-кэйко** — вид тренинга, при котором один из партнеров постоянно атакует другого

**Какаси-гакурэ** — «способ пугала», один из методов маскировки дотон-дзюцу. Искусством изображать из себя в темноте очертания знакомых глазу предметов.

**Какато** — пятка

**Какато-кэри** — удар пяткой

**Каказ-дори** — обхват туловища спереди

**Каказ-одзюцу** — деревянная пшаль

ниндзя

**Какои-юти** — вращение манрики-гусари (кусари-фундо) сбоку от себя

**Каку-бо** — шест квадратного сечения

**Какусигири** — удар ножом с использованием отвлекающих действий

**Какуси-кэри** — удар ногой с финтом (уходом)

**Какутэ** — кольца с шипами, надеваемые на пальцы

**Какэганзукэ** — приспособление для открывания задвижек, которые трудно достать

**Какэ-дзин** — «висящий человек», упражнение для силы рук

**Какэ-но камаэ** — камаэ с ханбо, в котором ноги скрещены

**Какэ-кадзуси** — техника с серпом: подцепливание и подрезание запястий противника, удерживающего оружие

**Какэ-отоси** — удар серпом сверху вниз с блоком

**Какэ-юти** — техника с серпом: серия ударов

**Кама** — боевой серп

**Кама-гакурэ** — использование металлической посуды для произведения отвлекающих шумов, метод кантон-дзюцу

**Камаку** — «москитная занавеска»: шипы, разбросанные в траве для предотвращения незаметного подкрадывания или бегства пленника

**Камаэ** — позиция, состояние духа

**Ками-гакурэ** — «прикрытие божественным духом (ками)», один из методов внедрения к врагу (играя на религиозных чувствах или изображая из себя священника)

**Кама-икада** — соломенный плотик для преодоления водных преград (суйхэй-дзюцу)

**Кама-яри (кама-яридзима)** — копье с крюком (типа бага с заточенным боковым лезвием)

**Камэ-гакурэ** — «способ черепахи», метод маскировки суйтон-дзюцу: сиде-

ние под водой с дыхательной трубкой, удерживая камень коленями ног  
**Камен** — маска-капошон

**Канабо** — дубина (порядка 1 м 50 см) с расширяющейся граненой боевой частью

**Кани-басами** — «бросок ножницами»  
**«Канимэ»** — «глаз краба», принцип в обучении метанию сюрикэнов. Как только исполнитель видит черную точку зрачка в глазу противника, он тут же бросает сюрикэн.

**Канасибари (айки-канасибари)** — «мобилизация духа», позволяющая совершать сверхъестественные виды воздействия на себя или противника.

**Кандзо** — точка поражения: печень (сбоку сзади)

**Кан-кэйко** — зимние учения

**Ка-но ката** — методы боя «подобно Огню»

**Каито** — техника йари

**Кансаси** — заковка-стиллет, оружие кунюити

**Канся** — переправа по веревке под водой

**Кантикуса** — высшее звено в иерархии кунюити

**«Као-ни ариварэну»** — «ничего не давать понять по лицу» — психологический принцип в манипуляционной практике ниндзя

**Каппо** — методы оживления и реанимации

**Карима-кунюити** — «наемные» кунюити, женщины, не являющиеся членами клана

**Каруми-дзюцу** — искусство облегчения тела, где мастерства достигают длительными тренировками, включающими в себя бег и прыжки с отягощениями, ходьбу по канату, ходьбу и бег по мокрой бумаге или песку, не оставляя следов и т. д.

**Каса-гакурэ** — использование зонтика или веера, чаще используется в тактике кунюити

**Касира дори** — техника с кагиनावой

**Касира маки осаэ** — техника с кагиनावой

**Касира маки отоси** — техника с кагиनावой

**Касира нуки** — техника освобождения (нукэ-вадза) от удушения предплечьям сзади

**Касира нукэ** — техника освобождения (нукэ-вадза) от захвата руки нырком под атакующую руку

**Касира осаэ** — 1. Техника с кагиनावой; 2. Техника с мечом.

**Касугами** — металлические запоры на двери и окна, используемые для лазания

**Касуми гаэси** — техника нагината

**Касуми (риомо)** — точка поражения: висок

**Касуми-но камаэ** — 1. Камаэ в сюрикэн-дзюцу (как доко-но камаэ в тай-дзюцу); 2. Камаэ с мечом (др. название кочо-но камаэ).

**Касуми-фури** — техника мгновенного выбрасывания цепи из кулака, аналогично нака-фури

**Касуми-юти** — контртехника с ханбо против захвата руки, зажиманием запястья противника между кистями рук и палькой

**Кася** — ручной блок для поднятия тяжести на стену

**Ката** — форма

**Катагатаэ-но дзюцу** — искусство взятия цитадели (открытие ворот и т. д.)

**Катагину** — удар в горло ханбо с последующим скрестным выкручиванием рук от захвата за отвороты

**Катаиэза** — духовное очищение, аналог сэссин тэки кейо

**Катайа гори-но камаэ** — камаэ с ханбо за спиной

**Катакэси-но дзюцу** — искусство убийств (букв. «искусство гасить облики»)

**Катамэ-вадза** — техника удержаний

**Ката-тори** — захват плеча

**Катамэ** — одной рукой

**Катамэ-вадза** — техника, исполняемая одной рукой в ханбо, бо, кэн-дзюцу

**Катамэ-дзимэ (симэ)** — перегибание запястья вверх с помощью бо-явара

**Катамэ-ката-дори** — захват плеча одной рукой

**Катамэ-худзика** — перегибание локтя с помощью бо-явара, после захвата под одноименную подмышку

**Катамэ-нагэ (омотэ, ура)** — бросок захватом одной руки с выкручиванием в плечевом суставе с помощью бо-явара

**Катамэ-риомэ-тори** — захват двумя руками одной руки

**Катамэ-цуки** — тычок одной рукой мечом, ханбо и др.

**Катаха** — выкручивание плеча (загибом руки за спину)

**Катон-дзюцу** — использование огня для маскировки и бегства

**Катон-хосэка** — ниндзя «огненный шар»; одна из техник катон-дзюцу. Специальный состав, пропитывавший костюм ниндзя, позволял ему обливаться горячей жидкостью и поджигать, что производило устрашающий эффект на врага и позволяло убежать или поразить цель.

**Катсу** — см. каппо

**Катсусацу** — точка поражения: 12-й позвонок сверху

**Кацуру отоко-но дзюцу** — общее название искусства организации легального прикрытия действий ниндзя на вражеской территории

**Кацугаи** — скобы для лазания и устранения засады на потолке

**Казн-гакурэ** — извержение пламени (см. «онинби-гакурэ») изо рта, один из методов катон-дзюцу

**Казси-вадза** — контртехника в тай, ханбо, бо, кэн-дзюцу и др., начинающаяся после атаки противника и органично (естественно) захватывающая инициативу таким образом, что в результате исполнитель одерживает победу

**Ке** — учение, умение

**Кедзицу** — «Пустота и наполненность», один из эзотерических принципов в доктрине ниндзя

**Кедзицу-тэн-кан-хо** — искусство «как ложь представить правдой»: умение препарировать факты, дезинформировать противника, играть на его слабостях, недостатках и т. д.

**Кемон** — развитие чувств: зрения, слуха, обоняния, осязания и вкуса

**Кенин-но дзюцу** — искусство использования страха и суеверий

**Кетотсу** — точка поражения: низ грудной кости

**Кези** — точка поражения: ребра и подмышки

**Кэсэн** — точка поражения: солнечное сплетение

**Ки** — внутренняя энергия, энергия вселенной

**Киай** — гармонизация со вселенной, философская доктрина ниндзя, лежащая в основе всего искусства синоби

**Киай-му-киай** — «Киай без киай»: техника беззвучного крика, используемого для ночного боя

**Кивамэ** — добивающий удар, окончательная контратака

**Кикаку кэн** — удар головой

**Кикацу ган** — энергетические пилюли, состав которых обычно включал в себя овес, сосновую кору, маринованные сливы, рисовую муку и сушеную рыбу или моллюсков. Позволяли про-



водить без пицци до нескольких дней, при регулярном приеме.

**Кикидзую** (**Кикигамэ**) — рупор для подслушивания и переговоров на расстоянии.

**Ки ко** — букв. пер. на яп. слова «цигун», т. е. «работа внутренней энергии».

**Кико-ся** — «щит-черепаха» ниндзя, небольшой щит круглой формы (35 см в диаметре), надеваемый на область плеча (подобно рукаву).

**Кику-но ката** — ката в тай-дзюцу.

**Кику-сун** — техника йари.

**Кимо-тори** — ритуальное поедание печени врага.

**Ки-но нагарэ** — «течение ки», один из принципов работы с внутренней энергией в бою. Целью данного принципа является не стопорить атаку врага, а распространять ее дальше со своей помощью, проводя ее в заданном направлении.

**Кин** — стихия Металл.

**Кинрю** — «Золотой дракон», боевой псевдоним (буто) С. К. Хайеса.

**Кинтон-дзюцу** — использование стихии Металл в практике Готон-по.

**Кинтэки** — точка поражения: пах и половые органы.

**Кио** — техника с мечом: выбрасывая свой меч из ножен (большим пальцем) в лицо противнику, ниндзя другой рукой выхватывает его меч и протыкает его живот или горло.

**Киодзюцу** — контртехника против захвата руки с помощью ханбо (перегибая запястье против естественного сгиба).

**Киокотсу-кудаки** — удушение сжатием тела сзади с помощью ханбо.

**Киокэтсу сеге** — кинжал с двумя лезвиями, из которых одно прямое, а другое загнутое, с прикрепленной к нему веревкой и металлическим кольцом на конце.

**Киототсу** — точка поражения: на грудной кости.

**Киэзи** — точка поражения: под грудной мышцей со стороны руки.

**Кири** — резать, сечь, рубить.

**Кирикаэси** — 1. Техника меча («ответное сечение»); 2. Основное упражнение в синоби кэн-дзюцу.

**Кирисагэ** — техника нагината.

**Кири харан** — техника нагината.

**Кирицуки** — одна из техник в фехтовании мечом, заключающаяся в тычке, естественным образом переходящем в режущее движение.

**Кисяку** — компас, указывающий направление в воде.

**Кито-ган** (**кикацу ган**) — энергетические и подавляющие жажду средства.

**Китэи** — флак вперед.

**Китэн кэн** — удар ребром ладони внутрь.

**Кихон дзантоцу сабаки гата** — ката базовых ударов мечом (включает 11 техник).

**Кихон доса** — свод базовой техники (др. назв. «кихон гата»).

**Кихон ханпо-но ката** — форма «восьми базовых движений».

**Кихон инйо но ката** — ката с нагинатой (9 техник).

**Кицунэ-гакурэ** — «лицо в раскесе», метод маскировки суйтон-дзюцу, в котором ниндзя весь находится под водой, оставляя на поверхности лишь рот и нос, облепленный (или окрашенный под цвет) раской.

**Ко** — малый, внутренний.

**Коарарэ** — маленький тэцубиси.

**Ко-аси** — «малый шаг», один из видов тайного перемещения ниндзя, в котором ноги при ходьбе поднимаются до уровня живота (как у аиста или цапли). Используется при ходьбе по траве высотой чуть выше колена и воде на том же уровне.

**Кобиси** — деревянные заостренные пирамидки, аналог тэцубиси.

**Кобити** — принцип мгновенного перехода от пассивного состояния к активным защитным или атакующим действиям в йай-и ядомэ-дзюцу.

**Кобудра** — магия ниндзя.

**Кобура ори** — удар ногой в икроножную мышцу.

**Кобусигарами-нагэ кататэ (риотэ)** — бросок захватом запястья за одно или два запястья противника.

**Кобуси-кудзика** — удар грузиком цепи в кулак атакующей руки противника.

**Кома гаэси** — 1. Техника йай-дзюцу, в которой меч выхватывается одной рукой, а ножны держатся другой (а не за поясом или спиной); 2. Техника мутто-дори от удара ножом (обратный бросок через бедро).

**Кодати** — малый меч (др. назв. вакидзаси).

**Кодзука** — короткий кинжал (около 25 см), обычно носимый в ножнах меча.

**Кодэико** — точка поражения: крестец.

**Кога** — провинция в средневековой Японии, один из центров распространения нин-дзюцу.

**Когай** — небольшой заточенный штырь, используемый для боя и метания, носимый вместе с козука в ножнах меча.

**Кога-рю** — региональная традиция нин-дзюцу.

**Ко-гороси** — выкручивание мизинца.

**Ко-гэй** — изящные искусства, которые должны были быть изучены ниндзя (рисование, каллиграфия, стихосложение и др.).

**Кодзеку** — «коготь и крыло», техника дакэнтай-дзюцу, в которой блок предплечьем переходит в удар и захват пальцами.

**Кодэико** — точка поражения: крестец.

**Коинадзума** — точка поражения: седлистый нерв.

**Ко-йари** — «короткое копье» (около 70–80 см), дротик на веревке для метания и ближнего боя.

**Киодзами-аси** — «шаг устрицы».

**Кокоро** — сердце, дух.

**Кокоро во синобу** — духовный тренинг.

**Кокотсу** — точка поражения: голень.

**Коку** — контртехника от захвата за бою или ханбо, перекручивая запястья в одну из сторон наружу.

**Кокью-реку** — «сила дыхания», использование дыхания для усиления технических действий.

**Кокью хо** — дыхательно-энергетические методы.

**Ко кэн** — удар сгибом большого пальца.

**Кома** — удар мечом с разворотом после блока и захвата руки (рук) противника, удерживающих оружие.

**Комо-гакурэ** — «исчезновение в тумане»: метод использования пылевых бомб, катон-дзюцу.

**Комусо** — бродячий игрок на флейте, один из методов сити-ходэ.

**Комэками** — точка поражения: височная область.

**Конго** — 1. «Алмазная молния», духовный принцип нинпо микке; 2. Другое название бо-явара.

**Конгокай-мандала** — мандала «алмазного мира».

**Конго-но камаэ** — камаэ с мечом, в тай-дзюцу и др.

**Коноха гаэси** — техника мутто-дори против меча (омотэ-гьяку).

**Коноха дори** — техника мутто-дори против меча (перегибанием рук под плечо).

**Коноха маки отоси** — техника мутто-дори против ножа (комбинация из перегибания под плечо, переходящего в выкручивание кисти руки наружу (омотэ-гьяку)).

**Коноха отоси** — техника мутто-дори от меча (броском через плечо — сэи-нагэ).

**Кори** — точка поражения: над большим пальцем ноги  
**Короси** — см. кивамэ  
**Коппо-дзюцу** — техника поражения костей, суставов и сухожилий  
**Ко-сабаки-но камаэ** — камаэ с ханбо, динамическая форма: движение в катая гори-но камаэ маленькими шажками  
**Косаку** — малые отмычки  
**Коси** — бедро  
**Коси-дзюцу** — техника поражения ударами мышц и внутренних органов  
**Косикоро** — малая пила  
**Коси кудакки** — контрдействия против броска (общее название)  
**Коси нагэ** — бросок через бедро  
**Коси-ори** — бросок с помощью ханбо, давлешем на бицепс  
**Косо но камаэ** — камаэ в сюрикэн-дзюцу (как доко)  
**Косэй-но камаэ** — атакующая позиция в тай-дзюцу, в котором одна рука находится на уровне лба, а другая сжата в кулак возле солнечного сплетения  
**Котобишита-тобикоме** — прыжок с использованием миниатюрного трамплина  
**Котодама** — ритуальная молитва перед и после тренировки  
**Кото-рю** — школа нин-дзюцу, развивавшая методы коппо-дзюцу  
**Котэ** — предплечье  
**Котэ** — точка поражения: возле головки лучевой кости  
**Котэ гаэси** — контрдействия против выкручивания рук (без оружия и с оружием)  
**Котэ маки** — 1. росок, подобный си-хо-нагэ с цепью (бросок на четыре стороны); 2. захват цепью кисти руки и перелом локтя ударом колена.  
**Котю** — точка поражения: основание мозжечка  
**Кохо** — назад, сзади  
**Кохо-кэри** — задний удар ногой

**Кохо-сабаки** — уход назад  
**Кохо-укэми** — падение назад  
**Кочо** — техника нагината  
**Кочо-дори** — бросок задней подножкой с ударом ханбо по горлу  
**Кочо-но камаэ** — камаэ с мечом (др. название касуми-но камаэ)  
**Кочо гири** — горизонтальный удар из кочо  
**Кочо цуки** — тычок из кочо  
**Коз кэри** — удар голенью  
**Коюо-рю** — школа нин-дзюцу, основана Такэда Сингэн  
**Ку** — 1. Первоэлемент Пустота; 2. Девять, девятый.  
**Куби** — шея (реже — мелкие суставы)  
**Куби-маки** — захват шеи набросом и удушение — цепью или веревкой  
**Куби-симэ** — удушение пальцами  
**Куби-кансэцу-вадза** — техника выкручивания шеи (общее название)  
**Кугуцу-гакурэ** — «кукловод»; метод использования манекенов в амэтори-но дзюцу: привязанные на веревочку предметы или куклы двигались по желанию кукловода-ниндзя  
**Кудзи** — техника нагината  
**Кудзи-аси** — «девять шагов» ниндзя, аналог синопии-аруки  
**Кудзи-госин-хо** — метод «защиты девятью слогами» (см. кудзи-ин)  
**Кудзи-кири** — мистическая практика «проклятия» ниндзя, путем начертания в воздухе девятиполосной решетки  
**Кудзи-ин** — «девять слогов», метод эзотерической практики ниндзя. Сами девять слогов звучат как: РИК ПИО ТОХ СЯ КАЙ ДЗИН РЭЦУ ДЗАЙ ДЗЭН.  
**Кудзуси** — выведение из равновесия (общее название)  
**Кукай (Кобо Дайси)** — основатель секты Сингон («истинное слово»)  
**Куки-синдэн-рю** — школа нин-дзюцу

**Кумадэ** — «медвежья лапа», раздвижное приспособление для преодоления стен в практике сетэн-но дзюцу (наподобие телескопической антенны из 4—6 секций длиной около 50 см каждая, с металлической «лапой» на конце)  
**Куми-юти-вадза** — техника захватов (общее название)  
**Кумо-басиго** — лестница с блоком для подъема грузов и раненых  
**Кумогакурэ-рю** — школа нин-дзюцу  
**Кунай (тоби кунай)** — приспособление для взлзания и копания, напоминающее листообразный наконечник копья  
**Куноити** — женщина-ниндзя, букв. «смертоносный цветок»  
**Ку-но ката** — форма боя «подобно Пустоте»  
**Ку-но сэйкай** — интуиция ниндзя, основанная на гоку-и и практике медитации  
**Курама** — бросок кувыркаясь, с одновременным выполнением омотэ гьяку (выкручивания кисти наружу)  
**Куроода-рю** — школа нин-дзюцу (округ Фукуока)  
**Курокава-рю** — школа нин-дзюцу (провинция Ига)  
**Куророкаги** — методический ломик-угольник для взлома, прародитель «фомки»  
**Курубуси кэри** — удар ногой по суставам (любым)  
**Кусари-кама (-гама)** — боевой серп с закрепленной к рукояти цепочкой длиной порядка 2,5 м и грузилом на конце  
**Кусагакурэ** — точка поражения: середина подъема стопы  
**Куса-гакурэ** — маскировка в высокой траве, один из методов мокутон-дзюцу  
**Кусари-когамо** — цепь с грузиком от кусарикама

**Кусари-тигирики** — кистень  
**Кусари-фундо** — цепь с грузиками на обоих концах длиной около 60 см  
**Кусури** — 1. Ослепляющий порошок, состоящий из смеси золы, стеклянной пыли и красного перца; 2. Лекарства (кусури бин).  
**Кутэн** — сальто  
**Кутю-нидан-тоби** — прыжок в два этапа: вначале ниндзя прыгал на гарду своего меча, затем на стену  
**Кэбари-нагаси** — «вертеть волчок и сзывать насекомых»; одна из магических техник ниндзя (определенный вибрирующий звук, создаваемый полым вертящимся волчком (юлой) действительно притягивает к себе мелких насекомых и пугает собак, если тональность выбрана правильно), направленная на вызывание паники у противника: жужжащий звук, вместе с маленькими иглами кэбари в лесу могли остановить противника, создавая иллюзию большого количества вредных насекомых, и часто останавливали погоню хотя бы на то время, которое было необходимо, чтобы скрыться  
**Кэйко** — тренировка  
**Кэйкомаэ зэнсин** — точечный массаж для усиления тока внутренней энергии  
**Кэйтю** — точка поражения: связки шеи  
**Кэн** — оружие, меч  
**Кэнбэ** — тир для тренировок сюрикэн-дзюцу  
**Кэн-дзюцу** — техника меча  
**Кэн кудакки** — контрдействия против удара рукой (общее название)  
**«Кэн-тай-ити-йо»** — «оружие и тело едины»: фундаментальный принцип техники боя ниндзя, гласящий, что тело само по себе является оружием и для правильного удара необходимо участие всего тела, а не только удар-



ной конечности; что оружие — есть часть тела, такая же, как рука или нога, и не стоит чрезмерно концентрироваться только на оружии, забывая при этом про руки, ноги, голову; в то же время нельзя быть чересчур самоуверенным и полагаться только на тело, не используя никаких подсобных средств; что оружием может быть все тело и все, что окружает человека, и т. д. и т. п.

**Кэн-но** — искусство владения мечом

**Кэнси** — наставник фехтования на мечах

**Кэри** — см. гари

**Кэри-агэ** — восходящий удар ногой

**Кэри-какаэ-дори** — захват со сваливанием за ногу от удара ногой с уходом внутрь и перехватом атакующей конечности у себя за спиной

**Кэри-каэси** — контрудар ногой

**Кэри-кудаки** — контрдействия против удара ногой

**Кэринуки** — «проникание» ударом ногой: поражение жизненных центров

**Кэри-отоси** — опускающийся удар ногой

**Кэри-сэ-дори** — сваливание подхватом под ногу и толчком в туловище и горло от удара ногой

**Кэри-хараи** — сметающий удар ногой

**Кэса-гири** — «плащ монаха», техника удара мечом по диагонали

**Кэцу-ин** — энергетический символ: положение сплетенных в определенной фигуру пальцев рук (мудра)

**Кю** — лук

**Кю-дзюцу** — искусство стрельбы из лука

**Кюсин-рю** — школа нин-дзюцу (развивала йари и кэн-дзюцу)

**Кюсе** — жизненные точки, точки поражения

## М

**Ма-ай** — один из основных принципов боя ниндзя: своевременность и правильная дистанция для защиты, атаки или контратаки, где нет места преждевременным действиям

**Мавасу (маваси)** — по дуге

**Маваси-котэ-юти (омотэ, ура)** — удар по запястью палкой, пожом, мечом и т. д., обезоруживающий и травмирующий противника

**Маваси-юти** — удар по дуге бо, ханбо, цепью и т. д.

**Маен-ха** — «отравленные листья бамбука»: одна из техник по охране места расположения лагеря ниндзя. Отравленные иглы втыкались в ветви бамбука, и враг неизбежно натывался на них, продираясь через естественные (или искусственные) заросли.

**Макадаэ** — метод захвата за ворот с одновременным выведением из равновесия

весия толчком, рывком или удуплением

**Маки** — одно из названий техники бросания цепи

**Макиагэцу** — ручной ворот, традиционный снаряд для отработки силы кисти и предплечья: палка, в середине которой привязана веревка с грузом

**Макивара** — букв. «соломенный сноп», традиционный тренажер для отработки силы и скорости удара

**Макимоно** — рукопись с иллюстрациями, передаваемая от одного соке (носителя традиции) к другому, содержащая секреты той или иной школы (мишудэн)

**Маки-отоси** — удар набросом цепи на кисть руки или шею спереди

**Мамуки-гама** — кусари-кама с привязанной вместо грузика живой змеей

**Мандзи** — свастика

**Мандзи-сан** — сан с усами в форме свастики (разнонаправленными)

**Мандзи-сюрикэн** — сюрикэн в форме свастики

**Мариситэн-но камаэ** — камаэ в бо-дзюцу, внешне очень похоже на хасэ-но камаэ: бо расположен вертикально возле одной из сторон головы с захватом двумя руками

**Миру-бо** — шест круглого сечения

**Марубиси** — круглый тэцубиси

**Маруха-бунэ** — подка круглой формы

**Масугу** — прямой хват сюрикэн (Но-но-кэн)

**Мацуда-рю** — школа нин-дзюцу (провинция Ибанаки)

**Мацумото-рю** — школа нин-дзюцу (округ Тохиги)

**Миз** — вперед

**Ми-во-синобу** — тренинг физический, технический и т. д.

**Миги** — правый, справа

**Мидзудзую** — дыхательная трубка для плавания или сидения под водой

**Мидзугумо** — «водяные башмаки» ниндзя: небольшие, но широкие лыжи для ходьбы по топким местам, часто круглой формы

**Мидзу-таймацу** — факел, горящий в любую погоду

**Мизукакигэба** — подобие ласт

**Микасуки** — точка поражения: угол нижней челюсти

**Микке** — «тайные знания»: мистические практики, работа с энергией и т. д.

**Миксэн** — точка поражения: ноздри на разрыв

**Мими** — точка поражения: ушная раковина

**Миномуси-но дзюцу** — искусство нахождения лиц, полезных при «подборе ключа» (обиженных, завистливых, жадных и т. д., главное — приближенных к необходимому лицу) к проникновению в замыслы противника

**Миюо** — точка поражения: кишечник (пупок)

**Мисоги, Мисоги-харизэ** — стояние по пояс в ледяной воде

**Митиноэ-но Микото** — легендарный основатель нин-дзюцу

**Мицудэн** — тайная традиция школы

**Мицумиси-но дзюцу** — искусство использования помощников из местных жителей (сочувствующих, продажных, трусливых и др.) при выполнении акции

**Мицу-но-кокуро** — «ум как вода», широко известная в боевых искусствах метафора, отражающая состояние сознания в поединке. Когда сознание незамутнено, оно подобно глади озера, отражающей все на берегу. Но стоит воде покрыться рябью (сомнением, страхом и т. д.), как адекватное отражение реальности становится невозможным.

**Моко-но Тора** — «Монгольский тигр», боевой псевдоним учителя Масааки Хацуми — Тосигуты Такамацу

**Моку** — первостихия «Дерево»

**Мокутон-дзюцу** — использование стихии Дерева для маскировки и бегства

**Моку-дзин** — «деревянный человек», традиционный снаряд для отработки силы, скорости и точности удара: вертикальное бревно с одной или несколькими горизонтальными «конечностями», расположенными в определенном порядке. Служит отработке не просто силы и скорости простейших ударов (как, например, макивара), но и учит использовать одновременно ударо-блоки, переходы с руки на руку, позволяет в полную силу поработать технику явара, ножа, цепи и др.

**Момети Саидо** — один из наиболее известных дзенинов Ига-рю



**Момоти-рю** — школа нин-дзюцу, основанная Момоти Сандао

**Мономи-но дзюцу** — искусство обнаружения слабых мест в охране цитадели: плохой охраны, незапертого окна, подземных коммуникаций и т. д.

**Моноюти** — лезвие меча, ножа, саи и т. д.

**Мудзе кан** — «непостоянство всего сущего», один из принципов духовного совершенствования ниндзя. Постигнув его, ниндзя становился невосприимчив к мимолетным чувствам земного существования, начиная мыслить иными, более высокими духовными категориями, ставя во главу интересы клана и идеи искусства, а не собственные мелкие желания и амбиции.

**Муга-мусин** — «отрешенность» — первый этап духовной самокультивации ниндзя

**Мугэй-мумэй** — «никакого искусства, никакого имени» — один из принципов нин-дзюцу, гласящий о том, что ни один ниндзя никогда и нигде не должен хвалиться или показывать свое умение, называть свое настоящее имя и т. д.

**Мугэй-мумэй-но дзюцу** — искусство использования на практике предыдущего принципа

**Мудо** — позиция для тренировки неподвижности (сувари гата)

**Му-и** — «отсутствие разума», второй условный этап на пути к достижению му-син и, затем, саммай

**Мукосунэ-кэри** — удар ногой в голень

**Мумдзе-но камаэ** — позиция «Отсутствие света» с бо, заключающаяся в

непрерывном вращении бо перед собой

**Музи мусо-но камаэ** — позиция «старца» или «бродячего монаха» с бо и ханбо, в которой палка удерживается одной рукой, упираясь в землю возле одноименной ноги

**Мурасамэ** — точка поражения: сонная артерия

**Му-син** — «растворение духа в великой Пустоте», одна из целей духовного совершенствования ниндзя

**Мусо-дори** — перегибание и выкручивание локтя и плеча захватом подмышки

**Мусуби-нава** — веревка с грузилом на конце, используемая для преодоления препятствий, связывания и т. д.

**Мусэй-дэнсин** — «связь с помощью сердца», искусство телепатии

**Мутто дори** — техника контрприемов безоружного против вооруженного (общее название)

**Мутон-юхо-но дзюцу** — 1. Искусство действий в тумане или крошечной тьме, руководствуясь развитыми органами чувств; 2. Техника с использованием мэцубуси.

**Муса (гедзя) дори** — перегибание руки сверху вниз захватом между своей шеей и локтевым сгибом («Захват воина или подвизника»)

**Мэйдзин** — мастер боевого искусства

**Мэнке** — мастер высшего класса

**Мэнке-кайдэн** — хранитель традиции (соке)

**Мэтэ-гаэси** — техника йай-дзюцу: выхват производится левой рукой (одноименной)

## Н

**Нава** — веревка

**Нава-дзюцу** — искусство использования веревки для боя

**Наванукэ-но дзюцу** — искусство освобождения от связывания путем техники выворачивания суставов и по-

переменного напряжения-расслабления мышц

**Нава-тати** — «канат, ведущий в небо»: одна из техник ускользания, заключающаяся в веревке, привязанной в укромном месте и позволяющей при бегстве мгновенно забраться вверх и убрать (втянуть) ее, в результате чего достигался эффект мгновенного исчезновения или мистической способности летать, т. к. опоздавший преследовать никак не мог понять, как ниндзя оказался на крыше, высокой стене и т. д. (если он вообще его видел)

**Нагарэ** — «Текущесть», один из основных принципов боя ниндзя, заключающийся в плавном (не рваном) переходе от одной техники к другой, очень важен на всем протяжении обучения технике поединка, т. к. позволяет обеспечивать практически стальной контакт с противником

**Нагината** — алебарда (прямое лезвие, изогнутое только на последней четверти около 60–70 см длиной и 3,5–4 см шириной, укрепленное на древке длиной около 2 м), очень популярная у женщин самурайских семей

**Нагината-дзюцу** — искусство владения алебардой

**Нагэ** — бросок, бросать

**Нагэ-вадза** — техника бросков тай-дзюцу

**Нагэ-каэси** — контртехника от броска через плечо с помощью бо-явара, заключающаяся в мгновенном нажатии на ребра острием палочки

**Нагэ-нуку** — уход от броска «колесом»

**Нагэ-отоси** — добивание ногой, естественно выходящее из какого-либо броска

**Нагэ-юти но камаэ** — камаэ в сюри-кэн-дзюцу



**Нагэ-юти итидан** — техника, напоминающая нака-фури или касуми-фури с кусари-фундо

**Нагэ-юти нидан** — сплетение ноги (у циклолотки) убегающего противника при помощи кусари-фундо

**Найбакуэн-ин** — кэцу-ин-символ, соответствующий дзюмон «Дзин». Дзюмон для индивидуального использования: ОН А ГА НА ЙА ИН МА ЙА СО ВА КА.

**Нака-фури** — бросок цепи из руки с последующим хлыстообразным возвратом

**Нанамэ** — по диагонали

**Нанамэ кохо сабаки** — уход назад под 45 градусов

**Нанамэ маз омотэ ваки юти** — уход вперед по диагонали наружу с одновременным ударом бо, ханбо, кэн и др.

**Нанамэ маз ура ваки юти** — диагональный уход назад — внутрь с одновременным ударом ханбо, бо, кэн и др.

**Нанамэ усиро омотэ ваки юти** — уход назад — наружу с одновременным стоповым ударом ноги, ханбо, бо, кэн и др.

**Ната-гама** — «малая» кама

**Натори-рю** — школа нин-дзюцу, основанная Натори Сандзиро Масатакэ

**Ни** — два, второй

**Нидан-вадза** — «двойной» прием

**Ниндэ** — естественные человеческие чувства, которые ниндзя должен всемерно использовать для достижения цели — как при воздействии или взаимодействии с противником, так и при самокультивации собственного духовного мастерства

**Нин-дзюцу** — «искусство быть невидимым»

**Ниндзюцу-ка** — постигающий (изучающий) нин-дзюцу (но не ниндзя)

**Ниндзя** — адепт искусства нин-дзюцу

- \* **Пинки** — мелкие приспособления и инструменты для взлома, проникновения, влезания, подкопа и т. д.
- Пин-то (Ниндзя-кэн)** — меч ниндзя (лезвие прямое (текуто), длиной около 60 см, шириной 2,8 см, общая длина меча 90 см — 1 м, гарда квадратная (какучуба)), ножи (сайа) имеют съемный пенал с маленьким книжлом с торца и могут быть использованы как фукуби (духовое ружье), мидзудзцу (дыхательная трубка для плавания и сидения под водой) и др. Под гардой может быть закреплен 1–2 сэиби-сюринкэн, а в рукояти с торца (касира) может быть полость для переноски пороха, ослепляющего порошка или содержащий отравленный шип или стельки.
- Пингэцу** — техника пинната
- Пинпо** — искусство ниндзя в его высшей, духовной форме
- Пинрин-ин** — кэцу-ин-символ, соответствующий дзюмон «Дзай» (кудзин). Дзюмон для индивидуального использования: ОН ТИ РИ ТИ И БА РО ТА ЙА СО ВА КА.
- \* **Пинудак-но дзюцу** — искусство использования слабостей стражника (см. Годзе-Го-Йоку)
- Пи-хо гама** — два серпа (о-гама и ната-гама), парное оружие ниндзя
- \* **Пороси-дзюцу** — искусство складывания сигнальных костров
- Пото** — техника возвращения меча в ножины в йай-дзюцу
- Пуки-аси** — «скользящий шаг», один из видов «тайного перемещения» ниндзя, напоминающий аюми-аси в айкюдо
- Пукисуэ** — способ захвата меча в йай-дзюцу, от которого зависит последующая техника удара
- Пукиоти пирисагэ гама** — йай техника, сплыв вверх
- Пукиоти пирисагэ гама** — сверху вниз
- \* **Пуки-вадза** — техника уклонения от ударов (общее название)
- \* **Пукэ-вадза** — техника освобождения от захватов (общее название)
- \* **Пуиняку** — ручной цеп для обмолота риса, часто используемый ниндзя как замена кусари-тигириси
- Пуитэ** — обоюдоострый сай
- Пэгоро-рю** — школа нин-дзюцу, основанная Сугинобо Миюсаи, который известен как создатель деревянной пушки, специализировалась на катон-дзюцу
- Пэко-аруки** — «кошачье» перемещение, один из «тайных видов перемещения» ниндзя, заключается в прощупывании подушечкой стопы поверхности пола перед собой на предмет обнаружения скрыта, посторонних предметов и т. д.
- Пэкодэ** — «кошачьи когти», надеваемые на каждый палец отдельно (напоминает наперсток с заточенным кончиком длиной порядка 1,5–2 см)
- Пэко-но мэи дзюкан о-мидзюцу** — определение времени по кошачьим глазам (изменениям сетчатки)
- Пэрики** — ментальное устремление, присутствующее в практике кудзи (одна из трех составляющих «саммицу» — «трех таинств» нин-по миксэ), состоит в полном растворении в цели или желании и переживании ее как реального (проявленного) опыта
- Пэру-каваита** — легкий шип ниндзя, обычно изготовленный из шиповок
- \* **Пюмоиса** — новичок, вновь поступивший в школу
- \* **Пюке-но дзюцу** — выбор благоприятного момента для выполнения задания: состояния в лагере противника, погоды, охраны и др.

О — большой, снаружи

**О-аси** — «большой шаг» — один из видов «тайного перемещения» ниндзя, напоминающий прыжок вперед с передней ноги, позволяющий мгновенно сокращать дистанцию в бою, делать рывок для разбега и т. д. или, махом поднимая ноги, двигаться в очень высокой траве

**Оби** — пояс (общепринятая длина — 2 м 80 см)

**О-гама** — «большая» кама (порядка 80 см длина рукояти)

**О-госи** — бросок через бедро с обхватом спины

**О-гьяку** — «высокое выкручивание» (в тай- и ханбо-дзюцу), выворачивание плеч вверх, когда противник лежит на животе

**Одзи-вадза** — общее название техники защиты мечом

**Одзцу** — пушка из дерева и бамбука

**Ои** — одноименный

**Ойа-гороси** — выкручивание большого пальца

**Окуринами** — бросок вращением за запястье противника, переходящий в перегибание локтя сверху

**Омидо** — древняя восточная наука предсказания будущего и астрологии

**Омотэ сюто** — см. китэн кэн

**Омотэ гьяку** — выкручивание кисти наружу (другое название котэ-гаэси)

**Омотэ-гьяку-маки** — вариант омотэ гьяку

**Онгю** — «раствориться в воздухе», «исчезнуть»

**Онгю-ин** — кэцу-ин-символ, соответствующий дзюмон «Дзэн». Дзюмон для индивидуального использования: ОН А РА БА СЯ НО-О СО ВА КА.

**Ониби-гакурэ** — «пламя дьявола», выдувание огня изо рта для запугивания противника, одна из практик катон-дзюцу

**Они-дзаси** — «протыкание сердца демона», техника йари

**Они-кудаки** — «разрушитель демона» — узел руки наверху (в тай- и ханбо-дзюцу)

**Оникэн** — «кулаки демона», несколько форм естественного оружия, считавшегося «тайным». К ним относятся боси кэн, иппон кэн, накадака кэн и шио кэн и др.

**О-но гама** — о-гама с защитной гардой на рукояти

**Опоко** — длинная шила для спливания веток

\* **Осин-дзюцу** — искусство становиться невидимым путем переседания или полного вживания в образ другого человека

\* **Онгэй симасу!** — Пожалуйста, научите меня! — традиционная фраза, с которой обращаются ученики к учителю и ученики к ученикам

**Оригами гандо** — складной светильник, легко тушащийся рукой

**Осаку** — большие отмычки

**Осас** — давить, давящий

**Осас-укэ** — давящий блок

**Осикора** — большая шила

**О-сото-гакэ** — зацеп снаружи

**О-сото-гари** — отхват

**О-сото-кэри** — захват руки махом ноги

**О-сото-нагэ** — бросок через бедро с захватом поверх руки

**Осу** — удар основанием ладони

**Отэн** — колесо (см. Дайсярин)

**Отонаси-но камаэ** — камаэ с ханбо и сэиби-дзэ (как катайа гори)



*Отоси* — вниз, опускающийся  
*Отоси-укэ* — опускающийся блок  
*Отоси-сабаки* — уход вниз (под ноги или от противника)

## П

*Пио (Пе)* — дзюмон, соответствующий кэцу-ин-символу «Дайконго-ин» (кудзи-ин)

## Р

*Райка-дама* — сигнальные огни  
*Рандори* — учебный бой  
*Реки-гаку* — изучение и интерпретация астрологических влияний  
*Рехан-но дзюцу (1)* — искусство «подставлять» видных деятелей противника для их уничтожения руками господина  
*Рехан-но дзюцу (2)* — искусство использования захвата заложника (заложников)  
*Риай* — абсолютное единство тела и ума

*Рикудзен-рю* — школа ниндзя  
*Рин* — дзюмон, соответствующий кэцу-ин-символу «Докко-ин» (кудзи-ин)  
*Ринкеэн* — «приспособляемость ко всему», один из базовых принципов нин-по  
*Риоаси* — двумя ногами, две ноги  
*Рио-аси-дори* — бросок захватом двух ног (сзади) в тай-, ханбо-, кусари-дзюцу и других искусствах  
*Риоомо* — точка поражения: висок  
*Рио-тоби-но камаэ* — камаэ с ханбо  
*Риото-дзукэй* — фехтование двумя мечами одновременно  
*Риотэ* — двумя руками, две руки  
*Риотэ-гарами-дори* — перегибание обоих запястий противника с помощью ханбо от захвата за отвороты  
*Риотэ-дори* — контртехника (без оружия и с оружием) от захвата двух рук

*О-цунами* — бросок захватом за пальцы  
*Оэрю* — семья ниндзя  
*Оякатасама* — глава клана (дзенин)

*Риотэ-ори* — болевой контроль двух рук на земле с помощью ханбо  
*Риусуй* — «водяной дракон», уход нырком под удар  
*Риусуй-но камаэ* — камаэ с мечом, ответным назад — вниз  
*Рицудо* — один из важнейших принципов боя — принцип ритма, заключающийся в навязывании собственного ритма ведения боя с самого начала схватки или внезапном прерывании ритма противника во время ее течения

*Рицу рэй* — поклон стоя  
*Роккаку-бо* — шестигранный шест  
*Року* — шесть  
*Ронин* — бродячий самурай, одно из аллуда перевоплощений ниндзя (ситихо дэ)  
*Рэй* — поклон, приветствие  
*Рэи* — двойной, повторяющийся (например, рэй-кэри — повторяющийся удар ногой)  
*Рэнсэн* — точка поражения: гортань  
*Рэнсю* — тренировка  
*Рэцу* — дзюмон, соответствующий кэцу-ин-символу «Тикэн-ин» (кудзи-ин)  
*Рюха (Рю)* — школа  
*Рю-о-сэн* — «лодки дракона», прообраз подводных лодок, использовавшиеся ниндзя при акциях на море  
*Рякусин (Рякухон)-но дзюцу* — искусство прикидываться другом вражес-

кого сановника для выполнения той или иной акции

## С

*Сагури-аруки* — один из методов «тайного» перемещения ниндзя, заключается в очень медленном перемещении вперед и плавном переносе веса тела с задней ноги на переднюю с тем, чтобы создавать как можно меньше шума  
*Сагури-но камаэ* — камаэ с ханбо, передняя стойка с палкой, направленной на противника  
*Сагэо* — шнур от большого меча, часто используемый для связывания, изготовления ловушек и т. д.  
*Сай* — металлический трезубец  
*Сайа* — ножны меча  
*Сайа атэ* — бросок ножен (или удар ими) в противника в йай- и кэн-дзюцу  
*Сайа фури* — вращение ножом на шнуре  
*Сайка-тандэн (сайка-но иттэн, тандэн, хара)* — «Единое средоточие» — один из энергетических центров, используемый в медитативной работе с внутренней энергией ки  
*Саймин-дзюцу* — «искусство ментальной мощи», общее название духовно-ментальных практик, направленных на развитие абстрактного восприятия, воли, паранормальных способностей (ясновидения, телепатии), а также гипнотического влияния на противника во всех его формах  
*Сайу-сабаки* — уход по диагонали вперед (под 45 градусов)  
*Сайумэн-юти* — диагональный удар сверху вниз (ханбо, бо, кэн)  
*Сака набори* — искусство скалолазания (тохэки-дзюцу)  
*Сака-отоси* — бросок с упором ноги в колено (по технике очень близок к

броску с упором в живот — томоэ-нагэ)  
*Сакате нукиюти чата* — яй с обратным выхватом  
*Саккацу* — «свобода убивать» — один из ментальных принципов в мироощущении ниндзя (тесно перекликается с принципом «дзидзай» — «свободой даровать жизнь»)  
*Саки* — острие меча, танто, саи  
*Сакки* — «дух (ветер) смерти» — мистическая практика предчувствия опасности, основанное на остроте (открытости) чувств и развитой интуиции  
*Саккотсу-ори* — перегибание ноги в колене лежа (тай-дзюцу, ханбо-дзюцу)  
*Саккотсу* — точка поражения: ключища  
*Саку* — отмычки  
*Сакэ* — рисовая водка, часто являющаяся основой для ядов ниндзя  
*Саммай* — «Просветление, пробуждение» — высшая цель духовной самонакультурации ниндзя  
*Самидарэ-но юти* — боковой удар цепью в голову одновременно с прямым ударом ноги  
*Сан* — три  
*Санга-рю* — школа нин-дзюцу  
*Сандаи-вадза* — «тройной» прием (три удара подряд)  
*Сандзу-но мэцубуси* — дымовая завеса непосредственно вокруг ниндзя, создаваемая неожиданно, во время боя  
*Сандзакю тэнугуи* — полотенце-респиратор (маска) ниндзя  
*Саннин дори йоко гурума* — контрприем от захвата троих человек, двоих за руки и одного — за шею, выведением из равновесия

**Саннин дори тацумаки** — «вихрь», разбрасывающий троих», бросок троих противников вперед от захвата, аналогичного предыдущему

**Санкаку-симэ** — «треугольное» удушье (вариант хадака-дзимэ)

**Сан-минг** — точка поражения; центр нижней челюсти

**Санмицу** — «Три тайнства» (Мысль, Слово и Дело) основа большинства тайных духовных практик нин-по

**Сан-нэн-гороси** — аналог дзю-нэн-гороси, «дым мак» шицзю

**Сапридзинба** — «тройной конь», один из методов преодоления стен

**Сапрэндзю** — многоствольный пистолет

**Санса-но дзюцу** — присоединение к вражескому шествию (праздничной толпе, войску) с тем, чтобы вместе с ним проникнуть в замок или лагерь

**Сансин гяку хангэцу** — техника удара мечом одной рукой сверху вниз по наклонившемуся противнику

**Сантин-но камаэ** — защитная позиция в тай-дзюцу

**Сантин-но ката** — см. го-дай-но ката

**Саппо** — поражение жизненно важных точек

**Саругаку (саругакуси)** — бродячий актер, одно из амплуа сити-ходо

**Сару-кайтэн** — «обезьяний» пережат — пережат вбок, лежа на спине с вытянутыми ногами

**Са рэй** — поклон сидя

**Сасумата** — рогатина

**Сатобито-но дзюцу** — манипуляционное использование лиц, враждебно настроенных к своему господину

**Сатори** — «Прозрение, озарение» — одна из высших целей духовной практики ниндзя

**Саудзин-но дзюцу** — искусство познания и предсказания циклически-временных и атмосферных явлений

(приливов и отливов, фаз луны, смены времен года, дождя и т. д.)

**Сацума-рю** — школа нин-дзюцу (округ Котасима)

**Седэн косики ката** — ката с нагинатой

**Семэн-юти** — вертикальный удар мечом, шестом, палкой

**Сесэй (седай)** — «отец-основатель»

**Сетэн-но дзюцу** — «Путь в небеса», искусство преодоления препятствий при помощи веревок, лестниц, ручных и ножных кошек и иных приспособлений, а также без них

**Сетю-кэйко** — летние учения

**Сефу** — точка поражения: боковая сторона шеи

**Сехацу** — короткий горизонтальный удар по корпусу кусари-фундо

**Сиба-гакурэ** — искусство прятаться в самых неподходящих местах: в ящиках, шкафах, бочках и т. д.

**Сибари коси ори** — один из методов контроля в стойке, используя ханбо

**Сидзэн** — «естественность», один из основополагающих принципов нин-дзюцу, заключается в отказе от противостественных движений в бою или отработки таковых до такой степени, пока они не станут целиком естественными. Кроме того, в поединке следует руководствоваться естественными реакциями сознания и тела, а не навязанными извне какой бы то ни было системой боя.

**Сидзэн кэн** — «естественное оружие», любая техника, которая спонтанно рождается в бою

**Сидзэн-но камаэ** — естественная стойка (ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль тела)

**Сика аси** — выкручивание и разрыв коленного сустава

**Сикакэ-вадза** — виды атак в кэн-дзюцу

**Сикан кэн** — удар вторыми суставами пальцев

**Сикомидзю** — пистолет, внешне выглядящий как танто

**Сико-во синобу** — ментальный и духовный тренинг

**Сикоро** — портативная пила по дереву с зубьями с обоих концов

**Си кэн** — техника укусов

**Сикэцу** — «точки смерти» (общее название)

**Сима-куноити** — «свои» агенты-женщины, женщины из клана

**Симэ-аси** — «уплотненный шаг», один из методов аруки ниндзя, используемый при ходьбе по снегу или грязи

**Симэ-вадза** — удушающие техники

**Симэ-о дори** — освобождения от удушья

**Син** — дух

**Симеки** — портативное устройство для взлома

**Синкэн-гата** — «духовный меч», один из методов передачи знаний, заключающийся в передаче ученикам лишь небольшого количества информации, очень емкой и важной, на основе которой ученики вырабатывают каждый свой путь выживания в бою

**Синкэн-себу** — поединок на мечах, кончающийся смертью одного из противников

**Синкэн-дори** — захват лезвия меча противника между ладоней для дальнейшего обезоруживания

**Синоби (синобу)** — синоним слова «нин»

**Синоби-аруки** — см. нэко-аруки

**Синоби бунэ** — лодка ниндзя

**Синоби-гатори** — «беседы ниндзя», духовное общение учителя и ученика

**Синобигаэси** — «Спрятаться на крыше или на стене и оттуда собирать информацию или выселять неприятеля» — одно из понятий идеограммы нин-дзюцу

**Синоби-дзюэ** — посох с лезвием или цепью с грузилом внутри

**Синоби-дзюцу** — искусство разведки и работа резидента (шпионаж), синоним слова «нин-дзюцу»

**Синоби ири** — синоним аруки

**Синоби-ироха** — код (шифр) ниндзя (существовало несколько методов: написание двусмысленных иероглифов, написание понятий, казалось бы абсолютно не связанных с истинным содержанием, и т. д.)

**Синоби-кай** — «шпионская раковина», портативные варианты синоби-дзюэ

**Синобикаги** — раздвоенный посох из 5 секций, раскладывающийся в подобие лестницы с крюком на конце

**Синобикому** — «окопаться», одно из понятий, содержащихся в идеограмме нин-дзюцу

**Синоби-кумаде** — см. «Кумадэ»

**Синоби-рокугу** — «нести вещей шпиона»: амнига, сэкинипу, ниро, кагипава, сандзюку тангуну, утидакэ

**Синоби седзюку** — костюм ниндзя

**Синоби фуку** — маскировочная экипировка

**Синоби-хасири** — бег ниндзя

**Синодакэ** — тонкая трубка для дыхания под водой

**Синпи** — мистические практики ниндзя

**Сипу** — «создание тайфуна», одна из магических техник ниндзя (ничего конкретного об этом методе до нас не дошло, кроме того, что ниндзя могли вызывать внезапный ветер путем создания вибрационного поля)

**Синсо-тохо-но дзюцу** — ходьба на руках при тайных акциях в темноте

**Синсэй рэй** — ритуальные молитвенные поклоны

**Синсо-рю** — школа ниндзя

**Синто** — «Путь богов», древняя автохтонная религия Японии

**Синто гарами** — перегибание позвоночника лежащему на животе противнику (тай-дзюцу, ханбо-дзюцу, кусари-дзюцу)



**Сисин кэн** — укол мизинцем  
**Сисэй отадаситэ, сэсэй-ни рэй!** —  
 Склонитесь перед учителем и привет-  
 ствуйте его!  
**Сити** — семь  
**Ситико-дэ (до)** — «Семь способов ходь-  
 бы», метод вживания (или простого  
 переодевания) в один из семи кано-  
 низированных образов людей  
**Ситсу-кансэсу** — точка поражения:  
 подколенная впадина  
**Сихан** — старший учитель (в шин-дзю-  
 цу соответствует 7 дану)  
**Сихо-нагэ** — бросок на четыре стороны  
**Сихо-ги** — техника йари  
**Со** — пика (часто просто заточенная с  
 одного конца палка)  
**Соби** — точка поражения: основание  
 икроножной мышцы  
**Сода** — точка поражения: 7-й позвонок  
 сверху  
**Содэ** — мифический царь тэнгу  
**Со-дзюцу** — искусство владения пикой  
**Содэгирами** — багор  
**Содэ-тори** — захват рукава  
**Сонин** — точка поражения: основание  
 мизинца ноги  
**Соке** — носитель традиции (в Тогакурэ-  
 рю в настоящий момент им является  
 Масааки Хануми, 34 соке в традиции  
 Тогакурэ-рю шин-дзюцу)  
**Сокки кэн** — удар коленом  
**Сокки-юти** — бросок сюрикэна в коле-  
 но снизу вверх  
**Сокко кэри** — удар подъемом ноги  
**Сокко фуши ори** — штампующий удар  
 по стопе  
**Соку гяку кэри** — различные формы  
 ударов подушечкой стопы под паль-  
 цами и пальцами ноги  
**Сокуси кэн** — удар большим пальцем  
 ноги  
**Сокуто кэн** — удар ребром ноги  
**Сокухо** — то же, что и йоко кайтэн  
**Соку яку кэн** — удары-пинки ногой с  
 полным вложением веса тела (нано-

сятся только по прямым траекториям  
 вперед, вбок, назад)  
**Сонин** — «раздваивающийся шиндзя»,  
 техника введения в заблуждение об  
 истинном количестве шиндзя путем  
 использования манекенов, создания  
 шумов, метания сюрикэнов и уст-  
 ройства ловушек  
**«Со-нин-ки нин-дзюцу»** — справочник  
 по искусству шиндзя, написанный На-  
 тории Садзиро Масатакэ  
**Сону** — точка поражения: трахея  
**Соси-но дзюцу** — искусство восинной  
 стратегии, основанной на аналогиях и  
 наблюдением за естественными накл-  
 онностями противника  
**Сосу** — захват тремя пальцами  
**Сото** — внутрь  
**Сото-укэ** — блок внутрь  
**Сотодзиси-ин** — кэн-цун-символ, соот-  
 ветствующий дзюмон «Тох» (кулзи-  
 ни). Дзюмон для индивидуального  
 использования: ОН ДЗИ РЭ ТА РА  
 СИ И ТА РА ДЗИ БА РА ТА НО О ВА  
 КА.  
**Сото сэю** — внешний (обратный) бро-  
 сок через плечо  
**Сотоякудзива** — точка поражения:  
 внешняя сторона запястья у кисти  
**Сохэй** — монах-воин  
**Субури** — синхронизация работы рук и  
 ног при тренировке боевой техники  
**Суваривадза (сэйдза-вадза, фулоза-  
 вадза)** — бой на коленях (в положи-  
 нии сэйдза)  
**Суваригата** — камаэ сила по-гурецки  
**Суварисуки** — тычок с уходом на одно  
 колено (меч, копье и др.)  
**Суй** — первоэлемент Вода  
**Суйгэцу** — 1. Точка поражения: «крест»  
 живота (иногда обозначают солнеч-  
 ное сплетение); 2. Техника нагината.  
**Суйгэцу-но дзюцу (1)** — отвлечение про-  
 тивника от места проникновения в  
 замок ложной атакой в другом месте

**Суйгэцу-но дзюцу (2)** — искусство прит-  
 ворства, мимики или суетности в  
 целях убеждения противника в ис-  
 тинности уловки или трюка  
**Суй кэн** — укол пальцами в положении  
 китэн кэн («лодочкой»)  
**Суй-но ката** — форма боя «подобно  
 Воде»  
**Суй-рэн** — «водные техники», см.  
 суйэй-но дзюцу  
**Суй рю** — бросок, подобный томоэ-нагэ  
 (см. ниже)  
**Суйтон-дзюцу** — использование воды  
 для бегства и маскировки  
**Суйэй (суйхэй)-но дзюцу** — преодоле-  
 ние водных преград и бой в воде  
**Сукацу** — микстура из порошка мяты,  
 кукурузы, маринованных слив и овса  
 — утоляла жажду и увеличивала вы-  
 носливость  
**Сукке** — буддийский священник, одно  
 из ампулы ситихо-дэ  
**Суки кэн** — удар локтем  
**Сукуи аге** — техника нагината  
**Сукуи-юти** — техника кусари-фундо,  
 напоминающая неполное хатидзи-  
 фури  
**Суна-моти** — «удержание песка», уп-  
 ражнение по развитию силы пальцев  
 с кувшинами, наполненными песком  
**Сунз-ори** — удар грузиком кусари-фун-  
 до в голень противника во время его  
 атаки ногой  
**Суриагэ-вадза** — удар, почти совме-  
 щенный с отбивом в сторону — вверх  
 в технике ханбо, бо, кэн-дзюцу и др.  
 (вариант названия — ханзаге)  
**Сури-аси** — «скольжение по круту»,  
 один из видов перемещений в бою  
**Сутэми-вадза** — броски с падением  
**Сэйган-но камаэ** — камаэ в тай-дзюцу,  
 кэн-дзюцу, бо-дзюцу («Подлинное  
 око»)  
**Сэйдза** — традиционное японское по-  
 ложение для сидения на коленях

**Сэйдзе-юти (хонюти)** — бросок в сю-  
 рикэн, траектория сверху вниз или  
 снизу вверх  
**Сэйдон** — точка поражения: угол глаз-  
 ной кости  
**Сэки-хицу** — «карандаш из камня» —  
 одно из орудий ниндзя (относится к  
 нинки)  
**Сэн** — интуиция, базирующаяся на ис-  
 кусстве  
**Сэнбан-нагэ-но камаэ** — камаэ в сюри-  
 кэн-дзюцу  
**Сэнбан-сюрикэн** — сюрикэн в форме  
 квадрата с вогнутыми гранями (тра-  
 диция тогакурэ-рю)  
**Сэн-о сэн** — синхронная контратака  
**Сэнси** — яп. пер. имени Сунь-цзы, авто-  
 ра трактата о ведении войны, в кото-  
 ром описаны методы использования  
 шпионов  
**Сэнсин се** — «Откровение», получаемое  
 в процессе мистической практики об-  
 щения с божествами, духами и т. д.  
**Сэнсэй** — учитель  
**Сэнсэй-ни рэй** — поклон учителю  
**Сэюй-нагэ рюмэ, кататэ** — бросок че-  
 рез плечо двумя или одной рукой  
**Сэтпуку** — ритуальное самоубийство  
 (др. назв. харакири)  
**Сэссин тэки кейо** — духовное очище-  
 ние, с которого начинается духовная  
 самокультурация ниндзя  
**Сюгэндо** — «Путь овладения сверхес-  
 тественными силами» — мистическое  
 учение, основанное Эн-но Одзуну на  
 основе даосских теорий и местных  
 японских языческих верований (мно-  
 гое из этого учения вошло в багаж  
 знаний ямабуси, а затем и ниндзя)  
**Сюко (1)** — точка поражения: внешняя  
 сторона запястья  
**Сюко (2)** — «когти» на руки для влезан-  
 ния и ближнего боя  
**Сюко-касуми-но камаэ** — «положение  
 скрытых ручных когтей» (естествен-

ная стойка, в которой сиюо разверну-  
ты от противника)  
**Сиюо-куми-тэ** — «соединенные ладо-  
ны» — техника применения «когтей»  
(захват меча и вырывание его из рук  
противника)  
**Сиюо-кэн** — удар обратной стороной ку-  
лака  
**Сиюмачу-доса** — фиксирующее движе-  
ние при броске, боевом приеме  
**Сюрикэн** — метательные лезвия ниндзя  
в виде звездочек, миниатюрных по-  
жей и др. (Букв. пер. «сио» — «рука»,  
«ри» — «выпускающая» и «кэн» —  
«оружие, лезвие, клинок»)  
**Сюрикэн-гохо-юти** — способ метания  
нескольких сюрикэнов одновремен-  
но или двумя руками в разные сторо-  
ны  
**Сюрикэн-дзюцу** — искусство использо-  
вания сюрикэн для метания и ближ-  
него боя

**Сюрикэн моити ката** — формы захва-  
та сюрикэна  
**Сюрикэн игаэ ката** — формы метания  
сюрикэна  
**Сюсоку-гарами** — плавание со связан-  
ными руками и ногами  
**Сюто-реку** — сосредоточение и максим-  
альная концентрация силы в техник-  
ах боя ниндзя  
**Ся (Си)** — дзюмон, соответствующий  
кэцу-ин-символу «утидзиси-ин» (куд-  
зи-ин)  
**Сяко кэн** — удар когтями, образованны-  
ми полусогнутыми и напряженными  
пальцами  
**Сякэн** — многоострый (звездооб-  
разный) сюрикэн  
**Сян-ттои** — точка поражения: подклю-  
ечная ямка

## Т

**Таби** — обувь с раздвоенным мыском  
**Табиэйнин (хокаси)** — порученец, од-  
но из амблус сипи-ходэ  
**Табимакура-но дзюцу** — «испиратель  
во тьме», техника сигнализации при  
помощи меча и веревки. Меч втыкал-  
ся в землю неподалеку от ниндзя, к  
рукоятки привязывалась веревка, за-  
жимавшаяся зубами. Если появлялся  
враг, он наткнулся на веревку, ниндзя  
хватал меч и пронзал его.  
**Табином** — складной лук  
**Тавара таоси** — сжимание тела с ханбо  
от захвата горла снизу  
**Тадзи-марики** — скобы для мгновенно-  
го блокирования дверей перед лого-  
няющим противником  
**Тайбокутаоси** — сжимание тела от зах-  
вата туловища в тай-дзюцу и ханбо-  
дзюцу

**Тай-дзюцу** — техника боя без оружия  
**Тай кэн** — удар (толчок) плечом  
**Тай-о-доки** — освобождение от захва-  
тов туловища  
**Тай-отоси-сабаки** — уход вниз  
**Тай-сабаки** — уклоны и повороты тела  
**Тайра-сюрикэн** — сюрикэн в форме по-  
лосы из металла  
**Тайхэн-дзюцу** — техника перемещений  
в пространстве любым способом  
**Тайхэн-каси-гири** — удар мечом с от-  
ведением после оружия вверх и ухо-  
дом  
**Такатобиком** — прыжок вниз  
**Такисусе** — медитативная практика под  
водопадом  
**Такубиси** — бамбуковые шипы длиной  
2–3 см, втыкаемые на дороге  
**Такузума** — бамбуковые дощечки  
**Такаги-носин-рю** — школа шин-дзюцу

**Такэбо** — бамбуковый щест  
**Такэда-рю** — школа шин-дзюцу, осно-  
ванная Такэда Сингэн  
**Такэ-ори** — «ломка бамбука», перегиба-  
ние суставов руки в тай-дзюцу, ханбо-  
дзюцу и др.  
**Такэ-иппон** — упражнение по развитию  
силы пальцев  
**Талаизами-аси** — «короткий шаг»,  
один из видов перемещения ниндзя,  
мелкие неслышные шаги для быст-  
рых перебежек в доме неприятеля  
**Танагакоро-таймацу** — «фонарь в ку-  
лаке», одно из нинки  
**Тандэ** — синоним бо-явара  
**Таниури-но дзюцу** — перебежка груп-  
пы ниндзя к противнику (одна из так-  
тик легального проникновения)  
**Таннуки-гакурэ** — маскировка по «спо-  
собу барсука», один из методов Моку-  
тон-дзюцу, заключающийся в пря-  
тании на дереве или в его дупле  
**Тапэрэн** — заплата (набивка) тела  
**Танто** — нож (длина около 35 см, имеет  
ножны и гарду, идентичные мечу)  
**Танто-дзюцу** — искусство использо-  
вания ножа  
**Тару-икада** — два поплавка на каждую  
ногу  
**Тасицу-но дзюцу** — искусство чтения  
мыслей по глазам, позе, мимике или  
вообще не видя противника  
**Татами** — соломенные маты в японс-  
ких домах  
**Татами-ганси** — циновка-щит  
**Татами-дзютси-сюрикэн** — «складной  
крест»  
**Татами-номи** — портативное долото  
**Тати-вадза** — техника боя, проводи-  
мая стоя  
**Татикадэ** — махи мечом  
**Тати-маваси** — см. хати-маваси  
**Тати-нагарэ** — падение на спину с  
мгновенным вставанием в стойку  
резким разгибом-прыжком

**Тати-цуки** — тычок в стойке (меч, копье  
и др.)  
**Татэ** — вертикально  
**Татэ-но камаэ** — позиция с шестом и  
копьем  
**Тацудзин** — «совершенное человечес-  
кое существо», «почти мастер»  
**Тето** — точка поражения: переносица  
**Техо-дзюцу** — искусство сбора полез-  
ной информации, базируется на  
знании психологии, развитом мыш-  
лении, зрительной памяти и многом  
другом  
**Текудзэн-но дзюцу** — искусство пря-  
таться, используя «естественные фор-  
мы» окружающей среды  
**Ти (чи)** — первоэлемент и первостихия  
Земля  
**Ти-буруи** — фаза выхватывания меча в  
тай-дзюцу  
**Тиририки (кусари тиеирики)** — кисть  
(тирька, привязанная к неболь-  
шой палке кожаным ремнем или це-  
почкой, или же просто тирька на ве-  
ревке)  
**Тиури-но дзюцу** — искусство использо-  
вания палки и цепи одновременно  
**Тикаири-но дзюцу** — искусство дивер-  
сионных акций: поджогов, отрав-  
лений провианта и воды, взрывов,  
похищений видных военачальников,  
захвата заложников и т. л.  
**Тика-ма** — средняя дистанция для боя  
**Тикара-иси** — «камни силы», снаряды  
для тренировки мышц, прообраз сов-  
ременных гантелей  
**Тикара-но дасиката** — сплав физичес-  
кой и психической энергии, возника-  
ющий при правильной постановке  
боевой техники  
**Тикэн-ин** — кэцу-ин-символ, соответ-  
ствующий дзюмон «Рэцу» (кудзи-ин).  
Дзюмон для индивидуального ис-  
пользования: ОН ХИ РО ТА КИ СЯ  
НО ГА ДЗИ БА ТА И СО ВА КА.



**Тикю** — «отпускание тетивы», одна из техник внедрения к врагу, техника «двойной» игры, при которой ниндзя созвонялся, что его побег был подстроен, но он якобы и сам давно хотел сменить своего хозяина

**Тикю-но дзюцу** — искусство, основанное на способе «тикю»

**Тимон-дзюцу** — искусство географии и геодезии

**Ти-мэй** — смертоносная техника (общее название)

**Тин кэн** — удар пятью пальцами

**Ти-но ката** — форма боя, подобно «Земле»

**Тоами** — рыболовная сеть

**Тоами-дзюцу** — искусство владения рыболовной сетью для запутывания, ловли и т. д. противника

**Тоатэ-дзюцу** — искусство воздействия на противника на расстоянии (криком, взглядом и т. п.)

**Тоби** — прыжок

**Тоби-аси** — «прыжковый шаг», один из методов перемещения ниндзя, близок к о-аси

**Тобибасиго** — лестница с кошкой на конце

**Тоби-кэри** — удар ногой в прыжке

**Тодзимэ** — зажим для двери в японском доме

**Тодомэ** — «пресечение атаки», один из принципов ведения боя, заключается в опережении действий противника, подавлении его своей силой, скоростью, навязывании своего ритма, психологическом воздействии и т. д., т. е. изначально считать себя победителем, а не жертвой.

**Тогакурэ-рю** — школа нин-дзюцу, основана Дайсуку Нисина

**Тои сокуме** — «быстрота духа-разума», одна из целей духовного развития ниндзя, ведущая к мгновенной адаптации в постоянно меняющейся ситу-

ации и адекватном на нее реагировании

**Тоири** — искусство планирования тайных акций и использования боевой стратегии

**Тоири-но дзюцу** — общее название искусства шпионажа в условиях предвоенного или военного времени

**Томоз нагэ** — бросок с упором ноги в живот

**Томэйа-но камаэ** — позиция с бо для отражения стрел (шест вертикально держится перед собой в «задней» стойке)

**Тонки** — общее название малых видов металлического оружия (тэцубиси, сюрикэн и т. д.)

**Тонпо** — другое название Готон-по

**Тонфа** — рукоятка от ручного жернова, часто используемая как оружие

**Тоо-ма** — дальняя боевая дистанция

**Торацугу** — последний боевой псевдоним М. Хануми, где первый иероглиф («тора») означает «тигр», а второй («цугу») взят из имени учителя — Тоси-цугу

**Торикабутто** — яд для сюрикэнов (простейшим из которых являлась обычная ржавчина, поскольку при ее попадании в рану наступало заражение крови и, как следствие, столбняк, от которого человек умирал, поскольку вакцины от него в то время, естественно, не было. Той же цели служил навоз лошади или собаки, кровь больного человека или животного, трупный яд и многое другое).

**Торинава** — веревка с грузилом (см. мусубинава)

**Торинико** — яичная скорлупа, наполненная порохом

**Торитэ (Гьякутэ)** — общее название техник болевых выкручиваний и сваливаний в атаке и контратаке

**Тосеку-но дзюцу** — отравление (поджог, заражение) пищи и воды врага



**Тотоку хиеси** — искусство отбивания летящих сюрикэнов различными видами оружия: мечом, шестом, ханбо и др.

**Тосу-но камаэ** — камаэ с мечом

**Тотэки-ся** — катапульта ниндзя в виде обычного молодого деревца (или двух-трех), согнутого к земле, использовавшаяся при нападении на замки, а также для запуска «хита-ваш» — «человека-орла» (подобие дельтаплана)

**Тох** — дзюмон, соответствующий кэцу-ин-символу «Сотодзиси-ин» (кудзин-ин)

**Тохэки-дзюцу** — искусство скалолазания, заключающееся в распластанном влезании на стену или скалу, при котором вес тела все время находится на трех конечностях (точках опоры), в то время как четвертая ищет следующий выступ или неровность. Следовало отрешиться от всего и «вжиться» («срастись») с камнем, что существенно помогало подъему и спуску, создавая ментальную уверенность в прочности подобной связи.

**Тсие-тэри** — точка поражения: 5-й позвонок снизу

**Тче-ланг** — точка поражения: 14-й позвонок сверху

**Тэ** — рука

**Тэбукуро** — «перчатки» на руки в синоби седзюку

**Тэкази** — другое название сюко

**Тэ-кагами (омотэ гьякудори)** — обратный бросок омотэ-гьяку с захватом за большой палец

**Тэкэн (атама-кинрин)** — железный обруч для защиты головы из стали или меди шириной около 2 см и толщиной 1—15 см, часто имеющий выпуклое ребро жесткости снаружи

**Тэкко** — кастет ниндзя, имеющий различные формы — от обычной, утолщенной к одному из концов, палочки

до шипастых и заточенных пластин, надевавшихся на ладонь и зажимавшихся в кулак

**Тэккокаги** — крючья, закрепляющиеся на обратной стороне ладоней (кумадэ)

**Тэ-макура** — сваливание основанием ладони (толчком) в подбородок

**Тэн** — небо

**Тэнгу** — «человек-ворон», мистический предок ниндзя

**Тэндо** — точка поражения: макушка

**Тэнкан** — проворот в техниках бросков, выкручиваний и т. д.

**Тэнси-но дзюцу** — искусство привлечения вражеского шпиона и задействования его как «двухстороннего агента»

**Тэнсэй-но камаэ** — позиция «Небесный голос» с шестом

**Тэн-ти-дзин** — «Земля-человек-небо», одно из принципиальных триединств, используемых в нин-дзюцу для упрощенной схемы восприятия сил и явлений, движущихся в человеке и Вселенной

**Тэнмон-дзюцу** — искусство использования атмосферных явлений (дождя, сильного ветра, безлунной или жаркой ночи) в своих целях

**Тэнряку утто гассо рэй** — поклон со сложенными молитвенно перед грудью руками

**Тэнсуй-но дзюцу** — искусство использования «обратных шпионов»

**Тэнто** — точка поражения: на сочленении лобной кости

**Тэн-тэй** — «третий глаз» (мистический орган, после открытия которого человек получает целый ряд сверхъестественных способностей — таких, как телепатия, ясновидение, чтение мыслей и мн. др.)

**Тэ-о-дори** — освобождение от захватов рук



**Тэто** — огневые и взрывчатые вещества  
**Тэссэн** — железный веер  
**Тэцубиси** — миниатюрные стальные «ежи», использующиеся для ухода от погони  
**Тэцубо** — железная палица (пест)  
**Тэцукаги** — аналог саку (отмычки)  
**Тэцумари** — железный шарик с 16 пинами, аналог тэцубиси  
**Тюарарэ** — трехмерный сюрикэн

## У

**Удзумэ-би** — миши ниндзя  
**Удзура-гакурэ** — маскировка по «способу перепелки», один из методов дотон-дзюцу  
**Удэ** — предплечье  
**Удэ-гарамии** — перегибание в лучезапястном суставе в тай-дзюцу, бо-явара  
**Удэ-гатамэ-гьяку-сэои** — перегибание руки через плечо в тай-дзюцу, бо-явара, ханбо-дзюцу  
**Удэ-гатамэ-нагэ** (кататэ, риотэ) — бросок захватом за кисть и предплечье с помощью кусари-фундо  
**Удэ-гаэси** — перегибание в кистевом суставе вращением ханбо  
**Уки-гуса** — падувной цилиндр для переправы из пропитанной водостойким составом материи, кожи и т. п. с фонарем внутри (др. название «уки-дару»)  
**Укигуса-гакурэ** — маскировка на воде с использованием водорослей, один из методов суйтон-дзюцу  
**Уки-отоси** — уклон с толчком корпуса от удара рукой или ногой  
**Уко араси** — сваливание с помощью давления бо-явара на точки головы и шеи  
**Укэ** — защита, блок  
**Укэми** — техника страховки при падениях  
**Ума** — лошадь

**Тюдан** — средний уровень  
**Тюдан-но камаэ** — камаэ с мечом, шестом и др. оружием, удерживаемым на среднем уровне  
**Тюдан-укэ** — защита среднего уровня (общее название группы техник)  
**Тюниши** — среднее звено в иерархии ниндзя  
**Тюсаку** — отмычки средней длины  
**Тяси** — гири от 5 до 25 кг

**Ума-бари** — ручное острое для прищипывания коня, используемое для метания и ближнего боя  
**Умагоэ** — «прыжок через лошадь», боковой перекат через невысокое препятствие  
**Ура** — обратный, перевернутый  
**Ура-гьяку** — выкручивание кисти руки внутрь  
**Ура-сюто** — удар ребром руки изнутри наружу  
**Ура-такэ-ори** — обратный такэ-ори  
**У-син** — Му-син — (букв. «Ум без ума») «освобождение ума от стопоров» — одна из целей духовного совершенства ниндзя  
**Усири** — назад, со спины  
**Усири-дори** — захват сзади (обхватывание)  
**Усири-дэнко** — точка поражения: надпочечники (на уровне 11-го грудного позвонка)  
**Усиринадзума** — точка поражения: под ягодицей  
**Усири-ката-дори** — захват плеча сзади  
**Усири-кэри** — удар ногой назад  
**Усири-муки-наисаи-кэри** — удар ногой наискось назад  
**Усири-риотэ-тори** — захват двух рук сзади  
**Ути (1)** — наружу, изнутри наружу, внутренняя сторона

**Ути (2)** — рубящий удар  
**Утидакэ** — прообраз современной зажигалки (трубка с тлеющим трупом внутри, который всегда можно было раздуть)  
**Утидзиси-ин** — кэцу-ин-символ, соответствующий дзюмон «Ся» (кудзин-ин). Дзюмон для индивидуального использования: ОН ХА ПА БА И АХИРА МАН ТА ПА СО ВА КА.  
**Утикаги** — железный крюк для лазанья по стенам  
**Утикоробуси** — точка поражения: косточка на внутренней поверхности подъема стопы  
**Утикоми** — захват (общее название)

**Фу** — первоэлемент Воздух (Ветер)  
**Фуддибасы Нагато** — один из знаменитых дзенинов Ига-рю нин-дзюцу, автор нескольких книг по искусству ниндзя, в частности десятичной энциклопедии «ансэнсюкай»  
**Фудзин** — техника нагиата  
**Фудоза** — камаэ сидя по-турецки (одна нога под себя, другая, согнутая, — перед собой)  
**Фудо-кэн** — удар передней частью кулака  
**Фудо-рю** — бросок через плечи («мельница», др. назв. «ката-гурума»)  
**Фудо-син** — «непоколебимый дух» — одна из целей в развитии воли ниндзя (заключается в холодном безэмоциональном восприятии происходящего, что дает возможность адекватных действий, в отличие от искаженных чувств и эмоций)  
**Фууго** — устройство для разжигания огня на ветру (трубка с тлеющим материалом внутри и отверстием с другой стороны (меньшим по диаметру), че-

**Утикоми-рэню** — тренинг, при котором много противников нападают на одного  
**Ути-мата** — подхват под одну ногу  
**Ути-из** — см. ко-яри  
**Ути-отоси (1)** — блок вниз и контратака (чаще всего толчок) одним движением (техника бо, ханбо, кэн и др.)  
**Ути-отоси (2)** — обматывание предплечья противника цепью ударом сверху вниз  
**Ути-укэ** — блок изнутри наружу  
**Ути-таоси** — удар в гортань серединой (между рук) бо или ханбо  
**Утиякудзава (или мянкудакоро)** — точка поражения: внутренняя поверхность стига запястья (область измерения пульса)

## Ф

рез которое выдувается пламя при необходимости)  
**Фукибари-дзюцу** — искусство стрельбы из фуккия  
**Фукия** — духовое ружье (трубка длиной порядка 60 см), стреляющее миниатюрными (до 10—12 см длиной) стрелками  
**Фукуми-бари** — миниатюрные иглы, выплевываемые изо рта в глаза противнику  
**Фукуро** — мешочек с золой для ослепления противника  
**Фукуро-гаэси** — «вывернутый мешок» — одна из тактик легализации, заключающаяся в препарировании фактов для противника, заставляя его поверить во что-то, что на самом деле отнюдь не так  
**Фукуро-гаэси-дзэн-но дзюцу** — подбрасывание фальшивого письма и завывание фальшивой переписки с разведывательными целями  
**Фукуро-йари** — копье с укороченным острием (лезвием)



**Фукусима-рю** — школа нин-дзюцу  
**Фукуто** — точка поражения: с внешней стороны ноги немного выше колена  
**Фума-рю** — школа нин-дзюцу, основанная Фума Котаро, действовала в округе Кагагава  
**Фундо-карамэ-дори** — захват и выкручивание меча противника при помощи кусари-фундо (петлевым замком)

**Фундо-цубутэ** — ритуальные пластинки округлой формы, используемые как сюрикэнзы  
**Фу-но ката** — форма боя подобно «Ветру»  
**Фури** — махи шестом, ханбо, цепью и т. д.  
**Футаридзинба** — «двойной конь» — один из способов преодоления стен

## Х

**Хадака-дзимэ** — удушение предплечьям сзади  
**Хагуро-рю** — школа нин-дзюцу, действовала в округе Ямагата  
**Хаймэн-но камаэ** — камаэ с кусари-фундо  
**Хаккаку-бо** — восьмигранный шест  
**Хакудо** — Путь Огня и Воды — основная практика в Сюгэндо, включающая Хиватари, Гома, Мисоги харан, Такисуте  
**Хакуридзю** — прототип динамитных шансек  
**Ханбо** — палка длиной около 1 м  
**Ханбо-дзюцу** — искусство владения короткой палкой  
**Ханкю** — малый лук ниндзя (порядка 50 см)  
**Ханми-хантати-вадза** — техника сшиба против стоящего противника  
**Ханзагэ-кирисагэ** — двойной удар мечом — снизу вверх и сверху вниз  
**Ханпо кэри** — удар ногой вперед, вбок, назад (не опуская ногу на землю)  
**Ханпо-но камаэ** — камаэ «на восемь сторон», динамическая форма взаимодействия двух противников  
**Ханпо-цубутэ** — техника метания сюрикэнзов, быстро перебегая с места на место и оставаясь невидимым  
**Ханпо хите тоби** — прыжок «на восемь сторон» (с поворотом на 180, 270, 360 градусов)  
**Хара** — живот

**Харакири** — др. назв. «сэппуку» (букв. «разрезание живота»)  
**Хараи** — см. баран  
**Хараи гаси** — бросок подхватом под две ноги  
**Хари** — иглы, выплевываемые изо рта  
**Хасами** — «ножницы» (метод приложения силы в двух встречных направлениях, между которыми оказывается рука, нога (ноги) или шея противника (хасами-нагэ, хасами-дзимэ и др.)  
**Хасами-гири** — метод разрезания шеи противника, зажимая ее между лезвиями и ножами  
**Хасири-хаба-тоби** — прыжок в длину  
**Хассо-но камаэ** — камаэ с мечом или шестом (оружие держится вертикально возле головы двумя руками)  
**Хассо-кэса-гири** — диагональный удар мечом  
**Хассо-гьяку-кэса-гири** — обратный диагональный удар мечом  
**Хати-маваси** — «выкручивание шейных пластин панциря» — бросок, выкручивание шейных позвонков (др. название «тати-маваси»)  
**Хати** — восемь  
**Хатимаки** — повязка на волосы  
**Хаттори Хансо** — один из знаменитых дзешиннов Ига-рю нин-дзюцу  
**Хаттори-рю** — школа нин-дзюцу, основанная Хаттори Хансо  
**Хаягакэ-но дзюцу** — искусство ускорения ходьбы или бега путем ритми-

зации дыхания и длины шага, а также ментальной концентрации на определенном дзюмон  
**Хиватари** — хождение по углям (практика Сюгэндо)  
**Хидама** — миниатюрная граната, дающая яркую вспышку (изготавливалась на основе пороха, бертолетовой соли и магнезия)  
**Хиданэ** — огненная трубка  
**Хидари** — левый, слева  
**Хидзакансэцу** — точка поражения: под коленом спереди  
**Хидза ура кинтэцу кэри** — удар пальцами ноги в подколенную впадину  
**Хидзе** — зажигательная палка  
**Хидзидзумэ** — точка поражения: локтевой нерв  
**Хидзи ори** — сдавливание локтя лежащему на земле противнику при помощи ханбо  
**Хизо** — точка поражения: почки  
**Хикке** — синоним слова микке  
**Хики-вадза** — отскакивание и контратака в технике меча, шеста и т. д.  
**Хиккими** — движение «туда-обратно», волнообразно, используемое в бою  
**Хики-отоси** — перегибание руки сверху вниз  
**Хикитатэ-кэйко** — тренировочный поединок с более сильным противником  
**Хику-йо-эзиряку-хэйхо** — военная тактика, строительство укреплений и проникание в замки  
**Хиотэки** — мишень для сюрикэнзов  
**Хира-итимондзи-но камаэ** — камаэ в тай-дзюцу, бо-дзюцу, ханбо-дзюцу, позиция с достаточно широко разведенными ногами и руками, вытянутыми в стороны  
**Хира-но камаэ** — (букв. «плоская позиция») — камаэ в тай-дзюцу, в котором положение тела практически не отличается от шипен-но камаэ, но ладони развернуты к противнику

**Хира-сюрикэн** — плоский сюрикэн  
**Хисаку** — бросок со сдвливанием тела, при котором одна рука давит предплечьем на горло (вдоль предплечья может лежать клинок танто или айгунти), а другая захватывает одежду или пояс врага, создавая двойное давление  
**Хиси** — засохшие водяные каштаны, прообраз тэцубиси  
**Хито-васи** — «человек-орел», устройство для перелета по воздуху на небольшие расстояния (наподобие современного дельтаплана)  
**Хитю** — точка поражения: калдык  
**Хихо-дзюцу** — синоним тоби-вадза  
**Хите кайтэн (тоби коми)** — прыжковый кувырок  
**Хитэ-но камаэ** — (букв. «позиция птицы») камаэ на одной ноге (символизирует «охдзора ни май тамаси» или «духа, танцующего в небе»)  
**Хите-хаку** — техника копья (яри)  
**Хицукэ-но дзюцу** — искусство отвлекающих поджогов для проведения акции в другом месте, в то время как лица, ответственные за безопасность (или просто свидетели), будут заняты тушением пожара  
**Хия** — зажигательная стрела  
**Ходзе-дзюцу** — искусство связывания  
**Хока-но дзюцу** — искусство устраивать пожары для уничтожения укреплений из дерева, продуктовых складов и амунниции, оружия и т. д.  
**Хоко** — алебарда с клювообразным лезвием  
**Хоко-но камаэ** — «медвежье» камаэ (ноги на ширине плеч, руки ладонями вперед подняты над головой, таз немного отклонен назад)  
**Хику** — зажигательная бомба  
**Хон-гьяку** — выкручивание руки наружу обратным хватом (гьяку-котэ-гаси)  
**Хон симэ** — удушение ребром ладони

**Хонгьяку симэ** — бросок от захвата двух рук скручиванием рук противника  
**Хонтэ-монти** — один из способов захвата сай, танто, кэн и др. (прямой хват, лезвием от себя)  
**Хонюти** — см. сэйдзюти  
**Хорагай** — боевая труба-раковина  
**Хотаруби-но дзюцу** — искусство доведения ложных сведений через имеющие у врага доверие источники для введения его в заблуждение  
**Хосэн кэн** — удар запястьем и/или предплечьем

**Хэйдзэ-син** — «невозмутимость духа», см. фудо-син  
**Хэйко** — равновесие  
**Хэйко-рэисио** — тренировка равновесия  
**Хэйхо боряку** — военная стратегия и тактика  
**Хэнгэн-каси-но дзюцу** — искусство доконального «вживания в роль» при агентурной работе  
**Хэнка кэри** — стоп-удар ногой с боковым перемещением  
**Хэнсо-дзюцу** — искусство переодевания и игнорирования роли

## Ц

**Ци-ти-гумо-но дзюцу** — искусство подкопов, устройства земляных укрытий и т. д.  
**Цуба** — гарда меча  
**Цуба-дэриай** — положение «клинки» при поединке на мечах  
**Цубутэ** — прообраз сюрикэн  
**Цубогири** — сверло  
**Цугибунэ** — складная лодка из кожи и каркаса из веток  
**Цудори гьяку** — выкручивание шеи захватом затылка (волос) и нижней челюсти  
**Цука** — рукоять меча, ножа, саи  
**Цука-гасира** — металлический накопечник на конце рукояти  
**Цуки** — тычковый удар в тай-дзюцу, бодзюцу, ханбо-дзюцу, кэн-дзюцу и т. д.  
**Цуки-аси** — «ударяющий шаг», один из видов перемещения ниндзя в бою (скорее атака, чем просто перемещение, т. к. подобный «шаг» чаще всего направлен на стопу противника)  
**Цуки-кэри** — стоп-удар ногой

**Цуки-но кокоро** — «ум как луна», одна из метафор, широко распространенных в боевых искусствах Востока, отражающая состояние сознания во время боя. («Пока луна сознания не закрыта облаками сомнений и страхов, она освещает все происходящее вокруг. Но стоит маленькому облачку закрыть луну — и мир погружается в темноту».)  
**Цукури** — подготовка к проведению броска, болевого, удущения, заключающаяся в проведении облегчающих проведение приема действий: выведение из равновесия, стоп-удар и т. д.  
**Цукэдакэ** — бамбуковый контейнер  
**Цунэ-аси** — «нормальный шаг», один из видов перемещения ниндзя  
**Цунэ ири** — «ввинчивание во внутренности», техника ханбо, состоящая в перегибании локтя сверху палкой, упирающейся в пах или живот противника

## Э

**Эи-но Одзуно (Эи-но Секаку, Эи-но Гедзя)** — легендарный основатель сюгэндзю

**Эинно-но дзюцу** — «отвлечение собой» — тактика, используемая для отвлечения охраны от предполагаемого места нападения или проникновения,

состоящая в заведомой «засветке» ниндзя перед охраной в одном месте, а нападении — в другом, пока страж-

ники будут заняты поиском «неосторожного» лазутчика

## Ю

**Юки** — способность ментального контроля за речью и поступками под постоянным контролем окружающих  
**Юки-вараги** — «снежные сандалии»  
**Юки-тигаи** — «смахивание снега», мгновенный выхват цепи и удар в одном движении  
**Юмитэ** — техника нукэ-вадза от захвата плеча (задняя подножка с ударом в горло с разворота)

**Юнан тайсо (дзюнан тайсо)** — разогревающие упражнения  
**Юнан тайсо кухо** — девять основных упражнений  
**Юнан ундо** — методы, улучшающие подвижность и гибкость мышц, сухожилий и суставов  
**Юндэ-гэси** — техника йай-дзюцу (выхват обратным хватом правой рукой)

## Я

**Ябу-но ха** — «лист в чаще бамбука»: определение по шороху листьев о приближении врага  
**Ягора** — огромное колесо для заброса десанта в замок  
**Ядзири** — заостренный напильник с деревянной рукоятью, используемый для метания и ближнего боя  
**Ядомэ-дзюцу** — искусство отбивания стрел (и их ловли) голыми руками, мечом, палкой и т. д.  
**Ядомэ-фури** — техника вращения цепи перед собой, как бы создавая щит  
**Яко** — точка поражения: внутренняя поверхность бедра ближе к паху  
**Ямабико** — «горное эхо», одна из тактик внедрения (ложный переход к противнику известного агента)  
**Ямабико сютто** — «слушание эха», одна из тактик нейтрализации вражеских агентов (подброс разной ложной информации подозреваемым в преда-

тельстве агентам с тем, чтобы проверить, какой из агентов ее передаст)  
**Ямабуси (Яма-но хидзири)** — горные отшельники-мудрецы  
**Ямидако** — «почной змей» (воздушный змей большого размера, способный поднять человека в воздух для наблюдения за противником чаще всего в ночное время, т. к. днем он был бы прекрасной мишенью для стрелков — отсюда и название)  
**Ямие** — «мгновенная тьма», техника использования маэбуси с черным дымом  
**Ямэн** — точка поражения: основание шеи у черепа  
**Яридомэ-но дзюцу** — искусство захвата длинного оружия противника (копья, шеста и др.) при помощи опутывания веревкой  
**Яхазу гакэ** — выкручивание руки в запястье

Издательство "СОФИЯ" заинтересовано в творческом сотрудничестве с авторами, переводчиками, центрами: астрологическими, оккультными, эзотерическими; с частными лицами, а также с реализаторами книг.

Телефон в Киеве: (044) 265-09-40

Пункт розничной продажи: Инженерный переулок, 4Б, магазин «Обрій»  
тел. 290-04-12

Представительство в Москве:

ООО "СОФИЯ — Москва", 109125, Москва, а/я 15, ул. Саратовская 8/1,  
телефон (095) 919-87-07, 177-91-16, 912-01-72.

e-mail: SophyaInfo@sophya.kiev.ua

Оригинал-макет  
И. Петушков

Подписано к печати 5.01.97 г. Формат 84×108<sup>1</sup>/<sub>32</sub>.

Бумага офсетная № 1. Гарнитура «Миньон». Усл. печ. л. 18,00.

Усл. краск.-отт. 18,00. Уч.-изд. л. 19,50. Зак. 33.

Цена договорная. Тираж 7000.

«София», Ltd. 252055, Киев-55, ул. Полковника Потехина, 2  
при участии ООО «София — Москва»

ЛР № 064633 от 13.06.96.

Отпечатано с готовых диапозитивов  
на Книжной фабрике № 1 Госкомпечати России.  
144003, г. Электросталь Московской обл.,  
ул. Тевосяна, 25.