

右之者今般者今之



by Ethan M. Weisgard
5 Dan Iwama Aikido

3 но сен

Эти три термина относятся к различным видам расчета времени, используемого во взаимодействии с атакующим в тренировке будо. В одном из летних лагерей айкидо в Дании Ульф Эвенас и я однажды спросили Сайто Сенсея об этих терминах.

го-но-сен / сен-но-сен / сенсен-но-сен

Эти три термина относятся к различным видам расчета времени, используемого во взаимодействии с атакующим в тренировке будо. В одном из летних лагерей айкидо в Дании Ульф Эвенас и я однажды спросили Сайто Сенсея об этих терминах. Он сказал, что они раньше использовались в иайдо и кендзюцу тренировках. Я никогда не слышал, чтобы Сайто Сенсей сам использовал эти термины, когда упоминал о расчете времени при реакции на атаку в айкидо. Я думаю, его отношение к использованию этих терминов перешло от О-сенсея.

В статье из «**Aikido Journal**» есть интервью с О-сенсеем от 1957 г. Ниже представлена выписка, которая касается этого предмета:

О-сенсей: В айкидо абсолютно не существует атак. Атаковать означает, что дух уже утерян. Мы придерживаемся принципа абсолютного несопротивления, иными словами, мы не противостоям нападающему. Таким образом, в айкидо нет противника. Победа в айкидо это масакацу и агацу; т.к. вы побеждаете все в соответствии с божественной миссией, вы обладаете абсолютной силой.

В: Означает ли это оу но сен? (также называемый го но сен; этот термин означает защитную реакцию на атаку.)

О-сенсей: Абсолютно нет. Это не вопрос о том, что это сенсен но сен или сен но сен. Если бы я пытался сформулировать это, я бы сказал, что вы контролируете своего оппонента без попытки контролировать его. Это и есть состояние непрерывной победой. Не существует никакого вопроса о победе или поражении оппоненту. В этом смысле в айкидо нет противника. Даже если у вас и есть противник, он становится частью вас, партнером, которого вы только контролируете.

В первом высказывании О-Сенсей он говорит, что не существует атаки. Я думаю, что он имеет в виду такую ситуацию в схватке, как я опишу полностью позже в этой статье: атакующий уже выбрал свою роль. Его намерение атаковать очевидно. Что еще должно быть принято в расчет, так это тот факт, что О-Сенсей имел такой высокий уровень восприятия, что был выше такого рода концепций временных измерений вообще. О-Сенсей также ссылается на два важных термина: **масакацу** (верная победа) и **агацу** (победа над собой). Это ссылка на одно из его любимых высказываний: «*Масакацу, агацу, кацу хаяби*» (верная победа, победа над собой, день быстрой победы). Его смысл часто интерпретируется как: верная победа это победа над собой и своим эго. Когда достигается такое состояние самоотречения, тогда это и есть путь к быстрой победе (не только в контексте боевых искусств, но и в жизни).

О-Сенсей продолжает, что это не вопрос сенсен-но-сен или сен-но-сен. Как указано выше, О-Сенсей был на гораздо более высоком уровне восприятия, чем те концепции, которые эти термины обозначают. Но для тех из нас, кто идет дорогой айки, не обладая гениальностью в боевых искусствах, как основатель айкидо, мои примеры этих терминов, я надеюсь, могут быть полезны в понимании трудностей в расчете времени и готовности, присущей увлекательному миру айкидо.

В японском языке характер слова «**сен**» может быть истолкован как «**саки**». Это означает «**перед**» и даже иногда «**после**» в определенном контексте! Но в терминах го-но-сен, сен-но-сен и сенсен-но-сен это сокращение видов слова «**сенте**», означающего инициативный или лидирующий. «**те**» в «**сенте**» означает рука, поэтому «**сенте**» дословно переводится как «**перед рукой**». В будо «**сенте**» означает атаку или инициативу нападать. В карате существует выражение «*карате нива, сенте ва наши.*» Что означает: «*В карате не существует атак.*» Существует чудесный пример философии защиты в традиционном карате. Эта философия защиты присуща традиционным боевым искусствам вообще.

Есть, тем не менее, пути контроля над ситуацией сватки и предвосхищения «*ки*» оппонента или его намерения, не дожидаясь, пока нападающий начнет атаку.

Перед лицом противника в ситуации схватки, условия уже установлены: вы лицом к лицу с человеком, готовым бороться с вами. Случай должен быть, если вы вели согласно необходимому этикету, таков, что вы не должны давать атакующему повода бороться с вами и вы предприняли все возможные способы разрешить нарастающую конфронтацию, вплоть до своего удаления из присутствия атакующего. Когда все это потерпело неудачу, тогда наступает время защитить себя. Это предполагаемая основа ситуации, в которой мы находимся, когда мы встречаем своего оппонента в практике будо. Хотя морально оправдано, если необходимо, использовать технику, которая провоцирует атаку со стороны оппонента, этим создавая возможность предотвратить атаку противника: **сенсен-но-сен**.

Чтобы начать сначала, давайте рассмотрим **го-но-сен**. «**Го**» означает «**после**». Го-но-сен такое время реагирования, которое часто используется в будо во время ответа на атаку. В айкидо примером будет уход с линии атаки, отражая атакующую руку и проводя шихонаге, когда защищаемся от екомен учи. В айки-кен это может быть проиллюстрировано через **мигу-но-авасе**, когда уже тачи отступает с линии атаки направо и отвечает ударом шомен учи. В миги авасе мы двигаемся в гармонии с нападающим, но это именно он инициирует атаку и зеркально отражаем его или её движение.

В *айки-кен*, сенсен-но-сен движением *маки отоши*, которое включается в *сан-но-тачи* (3 куми-тачи). В начальном движении уке-тачи отбивает меч учи-тачи с помощью маки отоши, а учи-тачи использует инерцию отбиваемого меча для того, чтобы продолжить через атаку екомен. Отбивающее движение маки отоши также направлено на то, чтобы открыть для уки тачи запястье учи-тачи для удара, но это движение может также рассматриваться как средство вынудить учи-тачи начать атаку екомен, таким образом, давая возможность уке-тачи отразить удар, и в конце-концов нанести контрудар во второй атаке екомен со стороны учи-тачи.

Другой очень хороший пример сенсен-но-сен в тай джитсу на этот раз даже на еще более продвинутом уровне, чем базовые шомен учи техники. Это техника под красивым названием *«йамабико но мичи»*, означающем *«тропинка горного эха»*. Название техники намекает на начальное движение руки наге, напоминающее голос, отражающийся вовне, а реакция уке похожа на эхо. Это техника ирими наге призывающая наге начинать с энергичного шомен учи, по направлению к уке и, не дожидаясь контакта с отражающей удар рукой уке, движения плавного тай-сабаки (передвижение тела) в сторону уке. Это тай-сабаки в сторону уке приводит прямо к повороту тела одновременно с движением руки наге, устремленной по направлению лица уке для броска ирими наге. Когда это делается динамично, с полным ки, наге может бросить уке без осуществления физического контакта вообще на протяжении всего выполнения техники.

Существуют и другие прекрасные примеры техник айкидо, которые подходят к этим трем концепциям выбора времени. Я рекомендую читателям попытаться найти их на тренировках. И хотя мы никогда не достигнем *единоборческого* гения основателя О-Сенсея Морихея Уэсибы, я думаю мы должны изучать его слова и убеждения, и не позволять этим трем терминам быть ограничителями наших попыток идти по его стопам. Мы должны рассматривать их как средства помочь нам постичь тонкости практики будо и стремиться к еще более высоким уровням, чем представляют эти техники.

Yours in aiki,
Ethan Monnot Weisgard, dojo-cho
Copenhagen Aiki Shuren Dojo
www.aiki-shuren-dojo.com

Клуб **Такемусу Айкидо Ивама Иваново** выражает благодарность за предоставленную информацию **Итану Вейсгарду** 5 дан Ивама Айкидо, а также **Елене Чудаковой** за перевод этой замечательной статьи на русский язык.