



# Путь к пределу совершенства

**текст** | Мария Асташева  
**фото** | Наталья Брежнева,  
из личного архива Марины Самарцевой

## **Марина Георгиевна САМАРЦЕВА**

- Директор СДЮСШОР №16
- Мастер спорта России международного класса по карате-кёкусинкай
- Многократная чемпионка России
- Призёр Европы и мира
- Обладательница 4 Дана IFK («чёрный пояс» по карате-кёкусинкай)
- Сенсей

**Ш**кола боевых искусств. Вечер. Тренировка. Небольшой перерыв после тяжёлой нагрузки. Сенсей (Учитель), расположив всех поудобнее рядом с собой, рассказывает своим ученикам-детям, что же это всё-таки такое – японское боевое искусство... Ученики, затаив дыхание, слушают своего Сенсея. Ведь они пришли в эту школу не просто так. Они пришли для того, чтобы шаг за шагом, «пояс» за «поясом» стать однажды настоящими Мастерами. И их Сенсей как никто другой понимает, что будущие чемпионы – это изначально люди, которые умеют не только драться! Ведь сама борьба занимает всего 5 % от громадного механизма под названием «Боевое искусство»...

Мы встретились с Сенсеем Мариной Самарцевой на следующий день после утренней тренировки, чтобы поговорить о ней самой, о деле, которому она уже много лет посвящает всю себя, и о карате-кёкусинкай в целом.

**ЛК:** Марина, а ведь далеко не все знают и осознают, что боевые искусства – это не только спорт, в котором задействованы мышцы, а прежде всего борьба, где работает голова...

**Марина Самарцева:** Совершенно верно. Это

психология. Причём глубокая. Когда родители приводят своё чадо к нам в школу, они зачастую совершенно не понимают всю суть восточных единоборств, ошибочно полагая, что это исключительно драка и не более того. Большое заблуждение! Боевые искусства, безусловно, направлены прежде всего именно на духовное развитие ребёнка. У меня есть один ученик в группе, который, помимо спорта, ещё и многократный лауреат различных международных конкурсов по вокалу. Я попросила его спеть, он ответил мне, что стесняется... Я постоянно пытаюсь достучаться до своих подопечных с истиной: если человеку свыше даны таланты, их ни в коем случае нельзя прятать! Напротив, их нужно развивать и культивировать в себе. И не без помощи боевых искусств! Главная цель нашей школы – воспитать личность всесторонне и гармонично развитую. В этом году мы открыли крупное отделение бокса. Бокс всегда дополняет единоборства. Например, взять карате-кёкусинкай, которым я сама уже много лет занимаюсь и которое преподаю. Это силовой вид спорта. Но и в нём ничего не добьёшься без основ бокса. Когда мой тренер готовил меня к чемпионату мира, были приглашены самые знаменитые тренеры по боксу, которые «ставили» мне руки. Но конкретно в карате-



кёкусинкай должны равноценно работать как руки, так и ноги. Техника должна быть доведена буквально до совершенства.

**ЛК:** С какого возраста дети могут заниматься в Вашей школе?

**М.С.:** Чёткой градации как таковой нет. Но, согласно Уставу, мы принимаем детей с 6 лет. Принимаем всех, но со справкой – дети должны быть здоровы! Хотя со следующего года мы планируем открывать группу для детишек-инвалидов. Тем более что боевое искусство помогает избавиться от ряда болезней! Приведу пример. У нас был один родитель – врач-пульмонолог. У его дочери была тяжёлая форма астмы. Он очень долго уговаривал нас тренировать её. Девочка прозанималась у нас 6 лет, на протяжении которых её болезнь исчезла! Она полностью выздоровела! Это чудо. Её отец после этого написал диссертацию о том, как боевое искусство способствует излечению ряда заболеваний. В частности, связанных с дыхательными путями. На наших тренировках мы используем целый ряд различных методик дыхательных упражнений.

**ЛК:** Марина, а как Вы пришли в спорт?

**М.С.:** Много во мне было заложено уже с детства, отцом. Родом я из Бугуруслана. Мой папа был десантником и с раннего детства он вселял в меня какую-то внутреннюю уверенность. Он учил меня драться, защи-

щаться. То есть он заложил во мне изначально бойцовский запал. В школе я дралась с мальчишками и всегда при этом побеждала! (смеётся). В школьном возрасте серьёзно занималась лыжным видом спорта. Позже, когда уже переехала в Самару, я начала осмысленно заниматься самбо и дзюдо. И началось это в строительном институте, где у нас сложилась группа из 5 девочек. Этой пятёркой на протяжении многих лет мы тренировались, выступали на соревнованиях самого разного уровня. А в 1990 году я познакомилась со своим тренером по карате-кёкусинкай, ставшим впоследствии главным человеком всей моей жизни.

**ЛК:** Михаил Юрьевич Гяч играет в Вашей жизни двойную роль: он Ваш учитель и он же – Ваш супруг. Расскажите историю вашего знакомства...

**М.С.:** К 1990 году я была уже совершенно подготовленной спортсменкой. Однажды кто-то из друзей подарил мне билет на VIP-трибуну на чемпионат СССР в Ледовом Дворце спорта. Так получилось, что друзьям нужно было улететь в Москву и на мероприятие я пошла одна, на все 5 VIP-мест. Когда я увидела эти интереснейшие бои, этих невероятных сильных бойцов, я была просто до глубины души поражена, во мне окрепло чувство: вот оно, МОЁ! Михаил Юрьевич Гяч, тогда уже маститый тренер по карате-кёкусинкай, естественно, не мог не заметить девушку, сидящую одну на 5 местах в VIP-трибуне. Он подошёл ко мне с вопросом: что я делаю одна на местах, предназначенных для спонсоров? Когда он убедился, что нахожусь на трибуне я вполне легально, на руках есть все билеты с местами, он, конечно, был немало удивлён. И, должно быть, что-то отложилось у него в памяти. Момент был запоминающийся. Уже после всех награждений я подошла прямо к Михаилу Юрьевичу с одной единственной фразой: «Я хочу у Вас тренироваться!». Помню, он был очень занят и даже не стал со мной разговаривать, только протянул мне свою визитку и сказал позвонить ему на следующий день. Когда я позвонила, он спросил у меня: «Форма спортивная есть?!» – «Есть!» – «Ну, приходи. Попробуешь себя». В итоге на своей первой в жизни тренировке по карате-кёкусинкай во время тестирования на отжимания, пресс и прочее я показала лучшие в группе результаты! Михаил Юрьевич незамедлительно велел мне, чтобы я непременно была на каждой тренировке! Так мы начали заниматься. А чувства между нами возникли спустя годы.



**ЛК:** Михаил Юрьевич в душе для Вас больше тренер или же уже исключительно любимый и родной человек?

**М.С.:** Конечно же, любимый человек! Но и о том, что он тренер, я тоже никогда не забываю! Мы ведь работаем с ним в паре, при необходимости дублируем друг друга на тренировках с детьми, так как оба крайне занятые люди. А Михаил Юрьевич и вообще: он у меня президент Представительства В ПФО Российского Союза боевых искусств, президент Самарской Федерации карате-кёкусинкай и, кроме всего этого, ещё и обладатель 6 Дана! Таким «чёрным поясом» могут похвастаться буквально 5-6 человек на планете! И один из них мой муж! Мамонт! Такие люди, как мой супруг, единичны. Штучный экземпляр.

**ЛК:** А каково это, когда муж и жена – оба каратисты?

**М.С.:** Это интересно! Самое главное и значимое условие для крепкой семьи – общие интересы! У нас с ним общие цели, общие задачи. Вот вам, опять же, живой пример: мы вместе задались целью сделать из нашей дочери чемпионку мира! Всё! Шаг за шагом мы идём к достижению намеченного. И сейчас уже наша Настя на протяже-

нии трёх лет носит титул чемпионки области. Талантливая девочка! В нашем деле крайне важно работать не только с полной самоотдачей, но и с артистизмом. Дочка на соревнованиях по ката перевоплощается просто невероятно!

**ЛК:** Марина, какие бы Вы могли выделить самые яркие моменты Вашей спортивной жизни?

**М.С.:** Пожалуй, самое яркое впечатление – это моё первое спортивное испытание, когда я сдавала на «синий пояс». К тому времени карате я занималась в общей сложности всего лишь от силы год-полтора. Происходило это в Сызрани. Тот экзамен оказался мне настолько тяжёлым, что после его сдачи я целый час лежала в раздевалке под ледяным душем и рыдала... Всё думала: я дошла до третьей ступени – до «синего пояса», а как же я буду дальше-то?! Это безумно тяжело! Брошу карате! Но уже через 5 дней, отдохнув, я переборола себя и свои страхи, пошла вперёд уже легко и целенаправленно. У меня даже девиз по жизни: «Только вперёд!». А с годами и приобретённым опытом появился ещё один: «Нерешаемых вопросов не бывает!» – я твёрдо в этом убеждена.

Слово «кёкусинкай»

состоит из трёх иероглифов: «кёку» – окончательный, абсолютный предел; «син» – правда, реальность, действительность, истина; «кай» – организация, общество, союз. Дословный перевод – «союз абсолютной истины». Но, учитывая специфические понятия восточной философии, переводить слово «кёкусинкай» можно по-разному. Это скорее «союз искателей абсолютной истины», «путь к пределу совершенства». Ещё один вариант перевода – «предельная искренность»... Именно таким должен быть настрой человека, стремящегося к подлинному познанию боевого искусства и достижению вершин мастерства.