

# От сумо не зарекайся

Перечисление здесь титулов и регалий сумоиста Игоря Куринного заняло бы слишком много места. Да и не интересен он нам как спортсмен. Мы хотели показать его вам с житейской стороны. Показываем! Сильный духом, упрямый, деловитый, честный – в общем, Человечище с большой буквы. *Вопросы Юрия Быстрова*



– Вы с детства мечтали стать спортсменом?  
– Да. Мне повезло. Мой отец – военный, человек строгий, и у меня, по сути, не было выбора – я не мог пройти мимо спорта. Перепробовал разные виды: настольный теннис, плавание, футбол, но в итоге выбрал самбо и на долгие годы связал свою жизнь с борьбой. Хотел бы пожелать всем подросткам пройти через спорт – это очень помогает по жизни.

– Как долго вы привыкали к Москве, переехав в нее в 12-летнем возрасте?

– Очень долго, здесь все другое – и стиль, и ритм жизни. В провинции (*Куринный родом из Смоленска. – «ТМ»*) все друг друга знают, постоянно общаются, стараются помогать. Москва разъединяет людей – я прожил в доме полтора десятка лет и никого из соседей практически не знал – даже как зовут. Но постепенно привык.

– Игорь Игоревич, какие качества характера помогли вам добиться успеха в спорте и жизни?

– Наверное, конкурентная среда «выточила» меня. Ведь в моем весе только на первенстве Москвы среди юношей боролось по 80 человек. Сейчас, если столько наберется во всех весах, считается, что турнир удался. Думаю, именно ослабление внутренней конкуренции во многих видах спорта и сказывается на неудачном выступлении россиян. Кстати, я был членом последней сборной СССР и «продлил» жизнь нашего государства на несколько дней. Когда в декабре 1991 года подписали соглашение о распаде Советского Союза и по телевизору показали, как опускается флаг над Кремлем, мы участвовали в чемпионате мира в Канаде. В честь наших побед в Монреале еще несколько дней после дня распада звучал гимн и взвывался флаг уже юридически несуществующей страны. Что касается личных качеств – я всегда честно отдавался своему любимому делу, не сачковал и все, что должен был, сделал.

– Какая победа стала самой памятной? Какое поражение – самым тяжелым?

– Знаете, я всегда мечтал стать мастером спорта СССР. По-хорошему завидовал старшим ребятам, которые достигали этого рубежа – смотрел на них как на полубогов. В 1988 году, когда на Всесоюзной молодежной Спартакиаде стал вторым и выполнил норматив, я был действительно счастлив. Из досадного: очень хотел стать чемпионом мира по двум видам борьбы и был близок к этому. В 2004-м в Германии на чемпионате мира по сумо в полуфинале боролся с бразильцем и сделал красивейший бросок через грудь (видеоповтор подтвердил, что он был сделан по всем правилам). Но в сумо особые законы: в финал вышел бразилец, который, к слову, не смог подняться с дохе (глиняного настила) после моего броска, принесшего ему победу (судьи посчитали, что я коснулся настила раньше).

– Как вы справляетесь с неудачами?

– Неудачи могут сломать слабого, а сильного они только закаляют и делают крепче. Поражение – это



очень хорошая вещь, главное – сделать правильные выводы. Я вообще считаю любого борца, да и просто человека, ни разу не проигравшего, несколько неполноценным – он не познал жизнь во всем ее многообразии. Не пройдя через неудачи, не познаешь истинную цену победы.

– Переход из самбо в сумо стал для вас вариантом продолжения карьеры?

– Он, в общем-то, был случайным – меня просто пригласили в команду в свободную весовую категорию. Сумо – очень техничная и скоростная борьба. Здесь нет права на ошибку. В любом виде борьбы можно проиграть балл-два и отыграть. В сумо если ошибся, то сразу проиграл. В первое время мне было тяжело: я состоявшийся спортсмен, чемпион мира по самбо, а в сумо раз за разом проигрывал. Только на третий год занятий, в 2002 году, мне наконец-то удалось одержать серьезную победу. Я благодарен судьбе, которая так долго испытывала меня.

– Тяжело было завершить карьеру, не исполнив мечту – стать чемпионом мира по двум разным видам борьбы?

– Мечта всегда должна быть невыполнимой, чтобы остались стимулы жить дальше. Если бы я стал чемпионом мира по сумо, то поставил бы перед собой новые цели. Я эту мечту переуступил своим ученикам.

– Удалось ли сумо занять свою нишу в многообразной спортивной жизни России, тем более учитывая отсутствие олимпийского статуса?

– Я надеюсь, что сумо не станет олимпийским видом спорта. Олимпийский статус не только благо, но и существенное ограничение свободы. Идти на поводу, к примеру, у телевидения,

**Игорь Куринной,  
38 лет**

Член исполкома Федерации сумо России, президент Федерации сумо Москвы, директор ДЮСШ 96 «Борец».

Заслуженный тренер РФ, заслуженный мастер спорта по самбо и сумо, трехкратный чемпион мира по самбо, трехкратный чемпион Европы по сумо, серебряный призер Всемирных игр по

**справка «ТМ»**

сумо, пятикратный обладатель Кубка мира. Кандидат педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой физического воспитания РГМУ имени Н. И. Пирогова.

Жизненные принципы – «Постарайся отдать людям то, что сам получил когда-то», «Каждый день шаг за шагом двигаться к поставленной цели».



диктующего все и вся, не хочется – в этом случае сумо потеряет свою самобытность. Другое дело, что мы в последнее время несколько увлеклись спортивно-технической стороной сумо – готовимся, выступаем, побеждаем, а работу по популяризации подзапустили. И я с себя как с члена исполкома национальной Федерации в данном случае вины не снимаю.

**– Сумо до сих пор остается для многих россиян загадочным видом спорта. Какие качества необходимы спортсмену для успеха?**

– Никакого секрета нет. Сами японцы уже давно выработали формулу успеха: дух – техника – тело. Прежде всего, бойцовский дух – человек должен полностью отрешиться от сегодняшнего мира и его проблем, сосредоточившись только на борьбе и пройдя через все испытания. Проверки у них действительно жуткие – на протяжении нескольких первых лет то, что у нас называется армейской дедовщиной, в Японии норма жизни. Не потому, что там все плохо, – просто так специально заведено. И тот, кто через эти жернова проходит, готов к большим достижениям.

В сумо надо уметь концентрироваться – пусть схватка длится даже несколько секунд, но за них нужно выложиться полностью. Что касается тела, безусловно, необходимы прекрасная гибкость, сильная чувствительность, хорошая скорость и выносливость. Если говорить о технике, то существует 76 канонических приемов

и каждый из них необходим

знать. Правила разрешают практически все, кроме прямых ударов в голову. И по техническому арсеналу борец сумо ничуть не уступает представителям других видов борьбы, а кое в чем даже превосходит.

**– Почему в последнее время нам удается на равных конкурировать с японцами?**

– Борьба на территории Российской империи всегда была очень популярным видом спорта. Самбо, к примеру, в нашей стране возникло не на пустом месте, а на основе самобытных видов борьбы. У грузин – это чхидаоба, у якутов – хапсагай, у жителей средней Азии – куреш и т. д.

Японцы настроены на экспорт своей культуры, и вы это видите по ресторанам, которые есть в каждом крупном городе мира. Сумо – тоже один из видов экспорта. Кстати, японцы говорят, что у них от прежней тысячелетней империи остались только император и сумо. Чем они, надо отдать им должное, очень дорожат.

**– Игорь Игоревич, вы много времени проводите в отрыве от семьи. Как близкие реагируют? Призывали уже?**



– Сын подросток, ему 11 лет. Я стараюсь брать его на сборы и соревнования, да и с пятилетней дочкой надолго не расстаюсь. Когда постранишь по миру, возвращаешься домой, и сразу «дым Отечества нам сладок и приятен». Человек только тогда понимает, что такое дом и семья, когда куда-то уезжает.

**– Как вы проводите минуты отдыха?**

– Москва – прекрасный город, лучший в мире, красивый, спортивный, но порой хочется переключиться, выбраться на природу, в какую-нибудь глушь, чтобы побыть одному, собраться с мыслями, «перезагрузиться». Я очень рад, когда это получается.

