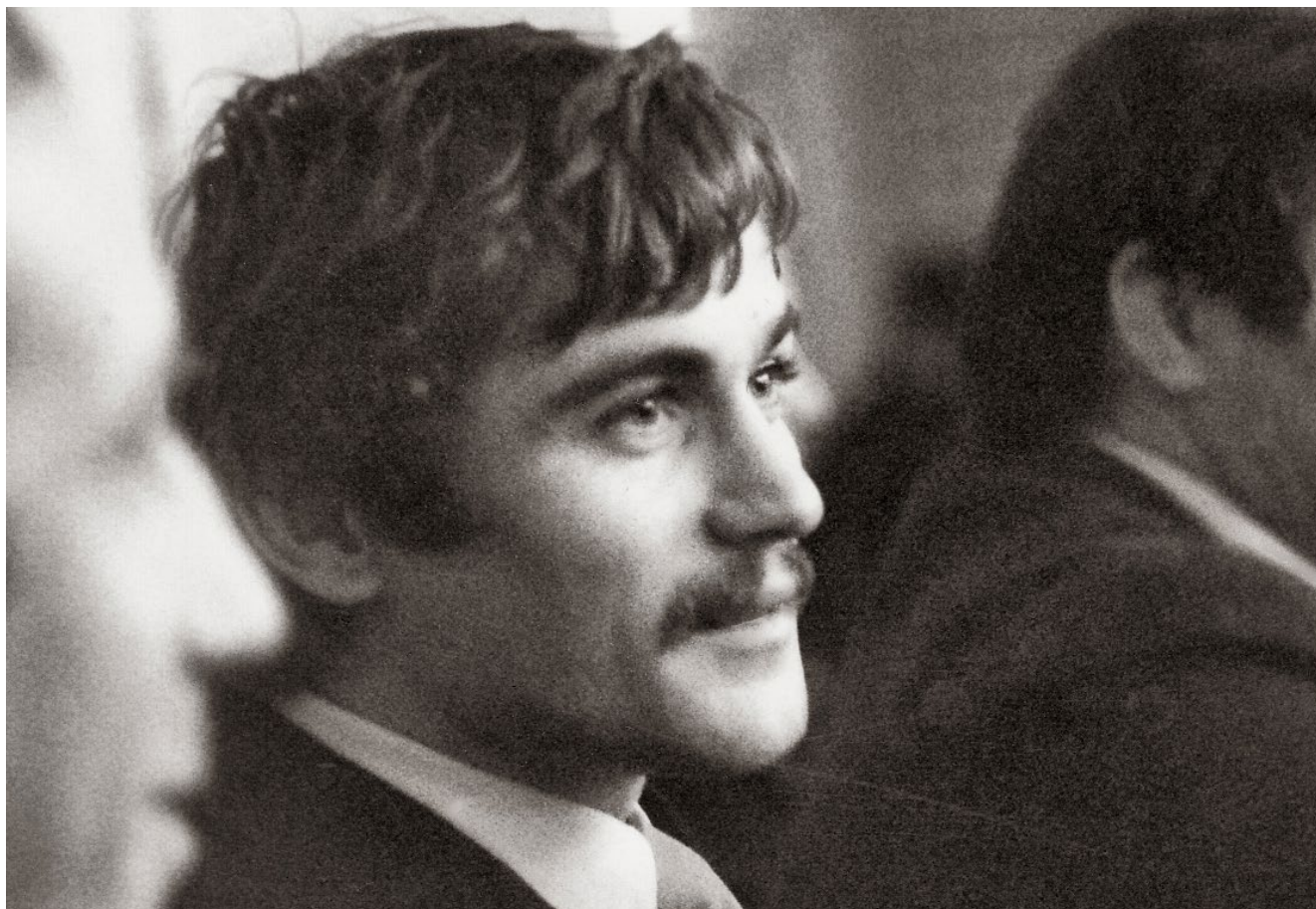


Николай СОЛОДУХИН



ПУТЬ ЧЕМПИОНА

Легенда отечественного дзюдо, спортсмен, чьи достижения до сих пор не смог повторить ни один другой дзюдоист России, Николай Солодухин стал героем рубрики «История в историях». Удивительный спортивный путь Николая Ивановича — полное подтверждение тому, что настоящий успех это результат тяжёлой работы, веры в себя, умения преодолевать трудности и не пасовать перед проблемами. Несколько лет назад Николай Солодухин выпустил ограниченным тиражом автобиографию (всего 500 экземпляров) с символическим названием «Из курской глубинки — на Олимп». Встретившись с гениальным спортсменом у него дома в Курске, мы вспомнили об этом непростом пути, который по силам пройти лишь избранным.



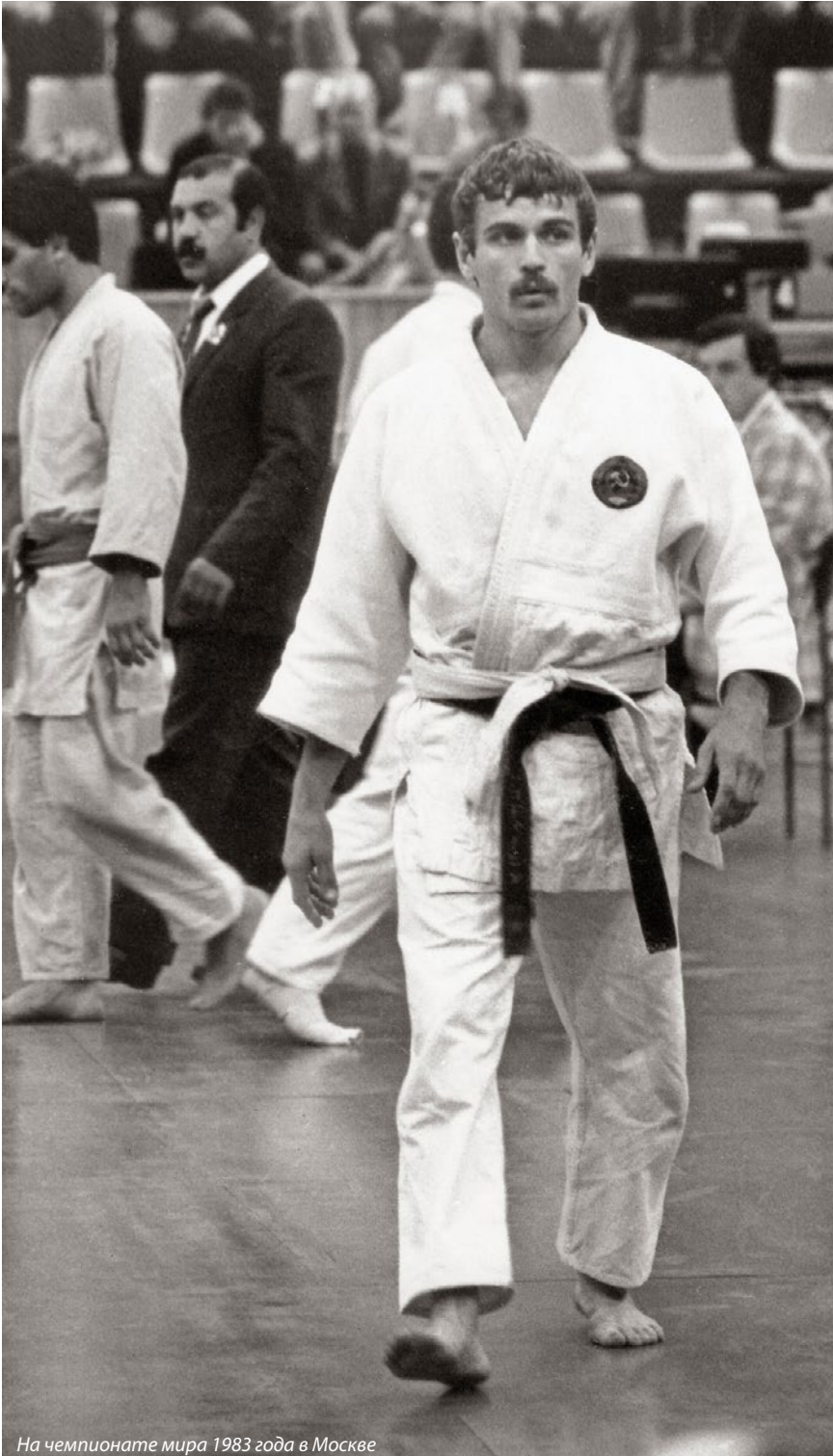
— Николай Иванович, как в Вашей жизни появился спорт?

— Всё началось в Железнодорожке. Мы вместе с другом Витькой Ивановым пришли записываться в секцию самбо. Мне было 16 лет — вроде бы поздно начинать занятия спортом, но это не так. Нет никаких «поздно». Первым тренером был

Вячеслав Аркадьевич Бородин, который обучил меня азам борцовского мастерства.

— Почему решили заниматься самбо?

— Хотелось сильнее быть. Получаться всё стало сразу, тогда и понял, что выбор сделал правильный.



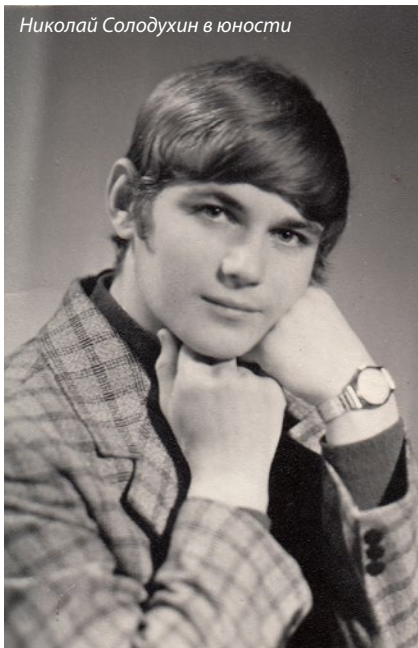
На чемпионате мира 1983 года в Москве

Из автобиографии Николая СОЛОДУХИНА:

«В школу я пошёл с шести лет. В то время брали с восьми. Характер у меня тогда уже был ершистый. И я был абсолютным непоседой, что мешало мне готовить уроки, да и учителям работать с классом... Я был ершистым, да ещё и вредным. Не любил уступать ни в чём и никому. Дрался со всем классом постоянно. Мне доставалось, я был моложе, но все отмечали, что я был вёртким и, будучи побитым, никогда не ныл и не жаловался, за что меня уважали.

Причин драк не помню. Чаще всего они возникали во время игры в футбол — никто не хотел проигрывать. Главным моим футбольным врагом был Толик Бестарка. Бестарка — это прозвище. Ещё был Быка, и это тоже прозвище. На самом деле друзей моего детства звали Анатолий Счастливец и Иван Гудков. Синяки меня не пугали, я к ним привык, хотя деда с бабкой они, синяки, очень расстраивали. Думаю, что опытный наставник, детский тренер по единоборствам уже тогда мог бы подметить в ученике начальной школы Кольке Солодухине задатки турнирного бойца, жаждущего борьбы, непреклонного и не желающего сдаваться. Особенно мне удавалось выворачиваться из захватов. Было какое-то качество, позволявшее ускользнуть из объятий сваливших меня ребят. Впоследствии, развившись, оно, это качество, стало поводом для журналистов, окрестивших меня Королём партнера».

Николай Солодухин в юности



В педагогическом институте

**Из автобиографии
Николая СОЛОДУХИНА:**

«Вначале на курском ковре царствовало самбо. А это осязательного покрова куртка, плотно облегающая туловище, трусы вместо брюк, самбовки на ногах. Норму кандидата в мастера спорта я всё-таки вначале выполнил как самбист.

И здесь хочется рассказать случай, который, как мне кажется, повлиял на моё борцовское мировоззрение. А дело было так. Мне вручили значок кандидата, который я гордо носил на лацкане пиджака. Мне казалось, все смотрят на меня и все меня узнают — знаменитого спортсмена.

И вдруг ко мне в районе рынка на остановке подходит парень и просит 20 копеек. Я, было, начал возмущаться. И тут я получаю такой удар в нос, как говорят в народе, «в пяточину», что сел на асфальт. Из носа текла кровь. Это был мне урок на всю жизнь — и как для борца, и как для мужчины. Атаковать надо первым. Так всю жизнь после этого и делал».

— Какое соревнование стало для Вас первым?

— Первенство области по юниорам в Курске, турнир «Юный динамовец». Мне было 17 лет. Перед стартом я жутко волновался, боялся подвести тренера, ребят, но вышел на ковёр — всё волнение как рукой сняло. Я выиграл тот старт. Тогда я понял, что в спорте хочу только одного — выигрывать, быть первым! Когда я приехал с соревнований директор школы сказал: «Большой человек Купчик наш будет!». Купчик — это моё прозвище, которое придумал директор. У меня завивались волосы, я приглаживал их всё время, а они кучерявились вокруг ушей. Вот и звал меня — Купчик.

— Вы придали тогда значение словам, что станете большим человеком?

— Нет, конечно (смеётся).
— Но мысли, что спорт — это серьёз и надолго, уже стали появляться?

— Да, мысли такие были. После двух лет занятий самбо мы с Витькой Ивановым поехали в Курск, чтобы продолжить образование. Решили поступить в училище № 15 при Курском заводе передвижных агрега-

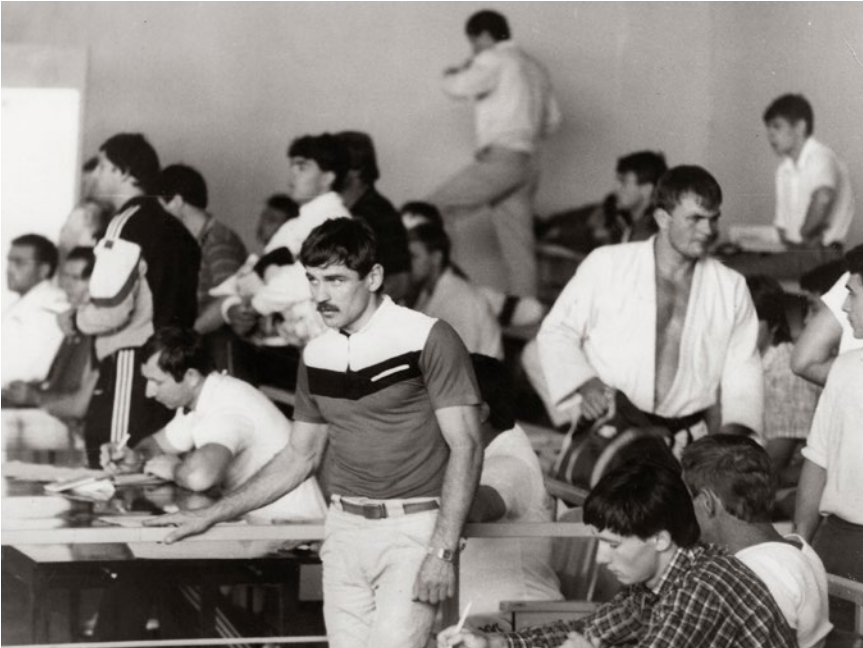
тов. После поступления следующим вопросом стал поиск места, где мы могли бы продолжить свои тренировки самбо. Пришли на стадион «Динамо», где я встретил своего будущего тренера и второго отца Михаила Григорьевича Скрыпова.

— Учёбу в училище и тренировки совмещать удавалось легко?

— Да, проблем с этим не было. Легко сдавал зачёты и экзамены, правда, красный диплом, как я хотел, не получил — помешали три «четвёрки» (улыбается). Что касается образования, то потом я всё-таки поступил в вуз, выучился на преподавателя истории и обществоведения.

— Но на первом месте в Вашей жизни всё-таки был спорт.

— Да, постепенно стали приходить результаты. В 1972 году я занял второе место на первенстве СССР по самбо и после этого окончательно перешёл в дзюдо. На третий год моих занятий дзюдо меня призвали в армию. По решению призывной комиссии мне предстояло стать подводником, служить в Мурманске. Однако мой тренер Михаил Скрыпов упрямился, чтобы меня не забирали: «Вы что



такого худого и щуплого будете брать?». Я приехал обратно домой в деревню, а родители меня уже в армию, естественно, проводили. Мать говорит: «Почему тебя не взяли в армию?». В то время отказ парню в призыве был настоящей трагедией. Ведь если не взяли, значит что-то не в порядке. И девушки потом косо смотреть будут. Но потом через 15 дней меня всё-таки забрали,

и я служил в Курске во внутренних войсках, охранял эков.

— **И продолжали тренироваться?**

— Я в армии был чуть больше месяца. После «учебки» меня откомандировали в «Динамо», и я стал служащим внутренних войск. С того момента и потом на протяжении всей своей спортивной карьеры я был динамовцем.

— **Вы сказали, что в 1972 году окончательно перешли из самбо в дзюдо. Сложно дался этот переход? В дзюдо ведь конкуренция не в пример выше, чем в самбо.**

— Конкуренция — это, наоборот, хорошо, а дзюдо как будто специально было создано для меня (улыбается). Форма давала невероятную свободу действий. Тренер мне сказал, что дзюдо более перспективно, так как самбо никогда не войдёт в олимпийскую программу. Вначале, конечно, было непросто, потому что физически я был недостаточно сильным. Но постепенно я освоился. В 1974 году я выполнил норматив мастера спорта СССР, заняв третье место на первенстве ЦС «Динамо». В том же году на юниорском первенстве Союза в Челябинске я стал вторым.



«Динамо» (Курск) в Японии

**Из автобиографии
Николая СОЛОДУХИНА:**



«Челябинская школа преподнесла мне перед первенством СССР урок. В этом городе в том году прошло юниорское первенство России. Там я испытал всю «преlestь» удушения. Согласно правилам, судья, чтобы не допустить беды, должен был подать команду «матэ», так как я уже не держался за татами. Но рефери пропустил этот момент, и я потерял сознание. Меня начали оживлять, я медленно прихожу в себя, и первое, что чувствую: кто-то встряхивает меня. Затем гул спортивного зала, потом голоса отчётливей, и я пришёл в сознание. После этого печального случая я вплотную начал заниматься удушающими приёмами, доведя это искусство впоследствии до совершенства. Вот что значит на своей шкуре почувствовать, что это оружие очень опасно. В память о периоде освоения удушающих приёмов и об их применении у меня на тыльных сторонах кистей на всю жизнь остались костные наросты. В момент их проведения в этих точках создаётся колоссальное давление на кости кистей.

Я уже рассказывал о расквашенном хулиганом носе. Удушение в Челябинске — это из этой же серии. Жизнь преподносила мне уроки, и я старался больше не допускать ошибок, готовить себя ко всему, чего я ещё не знал в совершенстве».

**Из автобиографии
Николая СОЛОДУХИНА:**

«Это был первый мой выезд за рубеж, первый полёт на “Боинге”, первое первенство мира. Всё первое. Поэтому хочу остановиться на этих соревнованиях подробнее, тем более что после первенства мира я стал другим человеком. Но обо всём по порядку.

В самолёт я сел с квадратными глазами. Неужели это я, Колька из деревни Пасерково, где у меня в доме не было даже деревянных полов и где я уроки делал при лучине, теперь мастер спорта, член сборной команды великой спортивной державы, лечу защищать её честь на южноамериканский континент в загадочную страну Бразилию, где мне предстоит выйти на татами против лучших юниоров планеты?!

Полёт был с посадкой в Сенегале. Мы приземлились в аэропорту Дакара — столицы страны. Первое впечатление от зарубежья — какая-то экзотическая еда, которую мне не удавалось разжевать своими по-деревенски крепкими зубами. До сих пор не знаю, было ли это мясо какого-то местного животного типа бегемота, или вегетарианское блюдо из коры какого-нибудь баобаба. Перед сном пошли купаться в океан. Запомнилась очень солёная вода, солоней, чем в нашем Чёрном море, аж глаза режет. Но ничего, после перелёта всё равно освежились, тем более что в отеле нас ждал бассейн с пресной водой.

Утром пересели на “Боинг” и через несколько часов приземлились в Рио-де-Жанейро. Всё было для нас в диковинку. Мы и жевательных резинок никогда не видели, не говоря уже о джинсах».



Чемпионат мира 1979 года в Париже

— Помните Ваши первые международные соревнования?

— Первенство мира в Рио-де-Жанейро. И первую же схватку я там проиграл. Был такой бразильский дзюдоист Герра. Его неистово поддерживали трибуны.

— Что почувствовали тогда? Другой уровень борьбы?

— Нет, другой уровень я не почувствовал. Понял для себя, что надо больше тренироваться. Тогда же я в первый и единственный раз в своей жизни попробовал допинг, но никакого положительного эффекта я не ощутил, эйфории или прибавки сил не чувствовал. Только какое-то отупение. Проиграл и всё. После этого сказал, что никогда в жизни больше не буду пробовать.

— Сильно расстроились после того поражения?

— Не могу сказать, что сильно, хотя поражение на старте первенства мира — это почти трагедия. Ведь я подвёл команду. Но тогда я понял, какую роль в победе играет психология. Никакая техника, никакая сила не помогут тебе, если

ты не готов психологически. Спортсмен должен выходить на схватку настроенным только на победу, идти как удав на кролика. На тот момент у меня ещё этого не было, и я понял, что мне необходимо этому научиться.

— Почему Вы не выступили на Олимпийских играх 1976 года в Монреале?

— Травма помешала. Мениск. Делал операцию в ЦИТО у знаменитой Зои Сергеевны Мироновой. За год до Игр, в 1975 году, я чувствовал, что готов там выступить. Был уверен в своих силах. На сборах в Курске я травмировал мениск правой ноги. Спешил набрать форму к Олимпиаде, но не успел.

— Следили за схватками в олимпийском Монреале?

— Конечно! Тогда я знал всех претендентов в своём весе. Практически со всеми боролся на различных соревнованиях. Победил тогда кубинец Родригес, которого я видел ещё в 1972 году на трёхсторонней встрече СССР — Куба — Курская область у нас в Курске.



Победа на чемпионате
мира в Париже

— Какие мысли посещали Вас, когда Вы смотрели поединки на Олимпиаде? Сожалели, что пропускаете Игры?

— Нет, сожаления не было, так как я понимал, что у меня ещё всё впереди. Мне было всего 22 года, меня ждал мой первый взрослый чемпионат мира. Карьера только-только начиналась. После Олимпийских игр я перешёл из весовой категории до 63 кг в категорию до 65 кг. Стало легче сгонять вес. При сгонке веса у нас была особая диета — ели икру и апельсины (*смеётся*).

— Чёрную?

— Конечно чёрную! Это уникальный продукт, практически чистый белок. Ели её ложками. При такой диете вес уходит, а силы остаются.

— Свой первый чемпионат мира Вы выиграли за год до Олимпиады в Москве...

— Это был 1979 год, Париж. Моим первым соперником на турнире был как раз Родригес, олимпийский чемпион Монреаля. Но уверенность в собственных силах у меня

была абсолютная, проблем на та- тами никаких не было. До этого я стал победителем на чемпионате Европы в Брюсселе, выиграл Кубок Европы, чемпионат СССР.

— По нынешним меркам — уникальное достижение.

— Я смотрю на свой путь в спорте как на бытовое, рядовое событие, не горжусь ничем. Когда-нибудь, возможно, меня уже не будет на этом свете, но мой результат кто-нибудь побьёт.

— Тогда, за год до Олимпийских игр в Москве, Вы были уверены, что выступите на Олимпиаде?

— Был уверен абсолютно. Я знал технику дзюдо. Знал, что я сильный борец в партере. Я очень серьёзно готовился к этому старту, самому важному старту в жизни. Несмотря на бойкот, состав участников был очень сильный — выступали и французы, и итальянцы, и другие фавориты. Никаких мыслей, что будет легко, конечно, не было.



Сборная СССР в Феодосии



Чемпионат мира в Москве

— **Авель Николаевич Казаченков** рассказывал (см. № 2 «Бюллетеня». — *Прим. автора*), что спортсменов удалось оградить от излишнего давления в преддверии московской Олимпиады. Не было «накачки» со стороны чиновников из Госкомспорта.

— Это правда — никакого давления на нас не было. Более того,

я не был ни на открытии, ни на закрытии Игр. В олимпийской деревне провёл только одну ночь. Всё остальное время находился на базе в Подольске. Я не хотел жить в деревне, на базе было спокойнее. Не знаю, из-за этого или нет, но особого олимпийского духа я не почувствовал. Всё то же самое, что и на других круп-

ных международных соревнованиях. Меня не волновало, что это Игры — соперники были те же.

— **Вы вообще не волновались? От современных спортсменов часто слышишь о предстартовом мандраже, волнении, выгорании.**

— Залог всего успеха — это труд. Как говорится, что посеешь — то и пожнёшь. Большой труд окупается



Чемпионат мира 1983 года в Москве. Звучит гимн СССР

всегда. За двое суток до старта мы тренировались в таком режиме: полтора часа — тренировка, два — отдых и так далее. День, ночь — не знаешь, что за окном. От таких нагрузок ничего не хотелось есть. Только воду пили.

— **Финальную схватку помните?**

— Отлично помню! Было сложно бороться с Дамдином. Пытаюсь сделать боковой переворот, а подлетаю сам. Не знаю, как мне удалось избежать падения на спину. В итоге выиграл поединки с минимальным счётом. Эта схватка преподнесла мне ещё один урок — никогда нельзя недооценивать соперника, никого нельзя сбрасывать со счетов. На Олимпийских играх слабых соперников не бывает. Много лет спустя Дамдин приезжал ко мне в Курск в гости. Сидели, вспоминали нашу молодость. За беседами он один съел целого гуся. Обалдеть! Вначале кусочек положили, а он постепенно-постепенно всего съел (смеётся). Теперь можно — вес сгонять уже не надо.

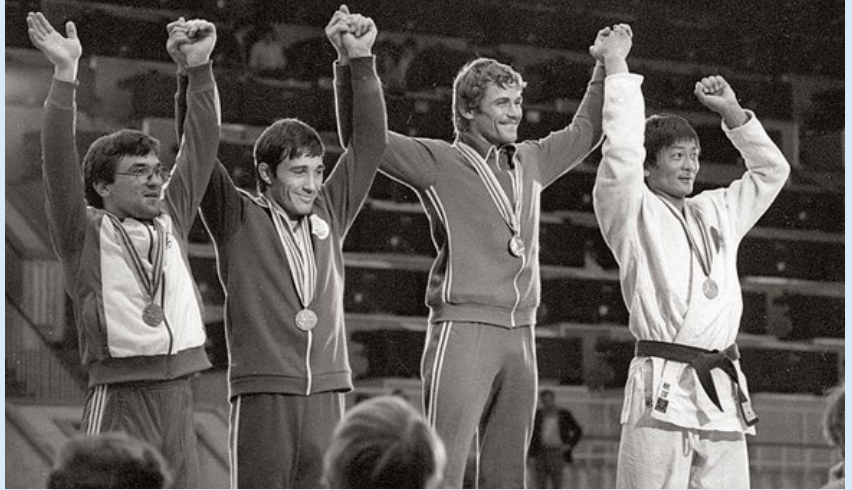
— **Что Вы чувствовали, когда стояли на пьедестале с золотой медалью, играл гимн?**

— Гордость за страну. За то, что не только мой труд, но и тренеров, всей команды не пропал даром. Что вся проделанная работа дала результат. Но эйфории какой-то не было.

— **Почему на закрытие не пошли?**

— Домой хотелось сильно (улыбается). Меня потом встречал весь Железногорск, весь Курск. После Олимпиады был праздничный концерт в Останкино, посвящённый олимпийцам. Я попросил, чтобы пригласили Пугачёву, но сказали, что её не будет. Говорю: «Тогда давайте Ротару!». Вот Ротару для меня там и спела (смеётся).

Призёры Олимпиады-1980 в категории до 65 кг, второй справа — чемпион Николай Солодухин



Из автобиографии Николая СОЛОДУХИНА:

«Сказать, что я серьёзно готовился к моему главному старту в жизни, это значит, ничего не сказать. До начала дзюдоистского турнира я знал всю жеребьёвку. Знал, что в моей весовой категории соберутся все самые сильные борцы планеты: француз Дельвинг, немец Райсман, олимпийский чемпион Монреаля кубинец Родригес... Этой информацией я владел за двадцать один день до старта. Необходимо было продумать подготовку к схватке с каждым из фаворитов. Время ещё было. Более того, я знал, кто будет первым моим соперником, кто вторым и так далее. Очень важна в психологическом плане победа в первой схватке. Родригес, мой первый по жребию соперник, всегда славился мастерским выполнением подхватов. Я искал среди наших дзюдоистов "подхватников", у которых этот приём является коронным, и уговаривал их побороться со мной. За три недели я должен был выработать противоядие для схватки с кубинским мастером.

Кубинец не был оригинальным, он пытался провести свой коронный подхват несколько раз, но упёрся

в скалу. Я ведь тоже готовился к этому. В общем, у Родригеса я выиграл за полторы-две минуты.

По такому же принципу я готовился к встрече с Райсманом, Дельвингом... Таким образом, поединки со всеми предполагаемыми главными соперниками заканчивались чистыми победами.

Самой сложной схваткой была встреча с монгольским атлетом Дамдином. Во-первых, это был единственный соперник, о котором "спортивная разведка" не располагала полными сведениями. Во-вторых, он вышел из другой группы, где не было звёзд первой величины, а значит — не очень вымотан. В-третьих, он был намного тяжелее меня и, чтобы войти в вес до 65-ти килограммов, ему пришлось сгонять 12 кг. Кто знает борьбу хорошо, тот понимает, что спортсмен, согнавший десяток килограммов ко времени взвешивания, к вечеру может вернуть до пяти килограммов веса и более. А с килограммами возвращается и сила. Короче, к встрече с мистером Икс из братской Монголии я не был готов в полной мере».

Николай Солодухин — один из лучших дзюдоистов XX века





«Дружба-84» в Польше

— После триумфальных Олимпийских игр Вы решили остаться ещё на один цикл. Дзюдо не отпускало?

— На самом деле не совсем так. После Олимпиады я год не тренировался и не выступал. Сказал, что бросил дзюдо. В 1981 году ко мне из Москвы приехал тренер ЦС «Динамо» Анатолий Алексеевич Хмельёв. Пригласил меня поехать на чемпионат СССР в Киев. Говорит: «Кому бороться? Давай ещё на один цикл зарядимся». И вот опять соревнования, сборы, тренировки. В 1983 году в Москве выиграл свой второй чемпионат мира. Для меня тот старт был важным с точки зрения подготовки к Олимпийским играм в Лос-Анджелесе. Мы тогда не знали, что из-за бойкота никаких Игр для нас не будет. Вместо Олимпиады мы выступали на специально организованном для стран соцлагеря турнире «Дружба». Я выиграл эти соревнования, но мотивации продолжать дальше больше не было.

— Расстроились, что из-за бойкота не сможете выступить на Играх в Лос-Анджелесе?

— Не то слово! Оставаясь в спорте на очередной цикл, я ду-

мал в первую очередь о ещё одной золотой олимпийской медали. А получилось, что в итоге у меня она только одна.

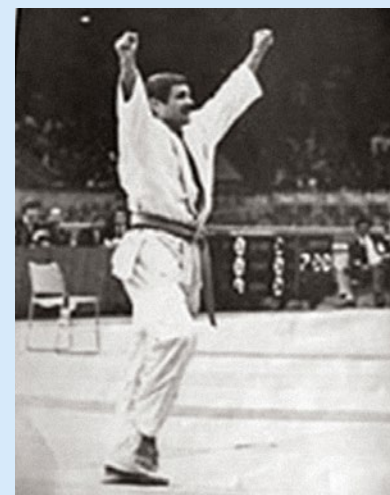
— Получается «Дружба-84» — последний Ваш старт?

— Нет, последний старт — Кубок мира в 1985 году, где я выступал за сборную Европы. После «Дружбы» я бросил тренироваться, занимался для себя, чтобы поддерживать физическую форму. Мне позвонили из Международной федерации дзюдо, предложили выступить в составе сборной Европы на Кубке мира в Париже. Для меня это приглашение было большой честью. Конечно, я согласился. Отборолся я там три схватки, все выиграл. Одна схватка была такая: поклонился, рефери говорит «хаджиме», и я только успел взять кимоно и через спину со стойки соперника бабахнул. Мне «иппон» дали. В четвёртом, решающем, поединке французы попросили, чтобы я поменялся с французом. Всё-таки турнир у них дома проходил (улыбается). Он выиграл. И наша команда завоевала золотые медали.

Из автобиографии Николая СОЛОДУХИНА:



«Победно завершив финальную схватку с немцем Полушеком, я поклонился сопернику. Ребята кричали: «Ура! Молодец!», а я снял кимоно, бросил на татами, и говорю друзьям по сборной: «Ребята, всё, я уже отборолся. Это — мой последний турнир. А вам ещё рубиться. Желаю удачи!». И, довольный собой, ушёл.



После «Дружбы-84» я понял: бороться нечем. Нет, сила ещё есть — в двадцать восемь лет ещё мужской организм развивается и крепнет, но НЕЧЕМ настроиться! Нет МОТИВА!

P.S. В Лос-Анджелесе, на Играх XXIII Олимпиады, в моём весе победил японец Мацуоки, у которого я выиграл сначала на международном турнире в Тбилиси, а затем в финале чемпионата мира-83, ровно за год до его триумфа в Америке. Но меня там, увы, не было».



На тренировке в «Динамо» (Курск)



На сборах в пионерском лагере



С товарищами по сборной СССР

— **Николай Иванович, у Вас был коронный приём?**

— Меня все звали крабом, потому что хорошо удавалось удержание поперёк. Между ног держал одной рукой, а вторая — под шеей. Никто не уходил из этого. Даже если ложился на спину, то брал между ног за пояс, мостил, выходил на соперника и делал удержание.

— **Для любого дзюдоиста Японии — особая страна. Много раз бывали на родине дзюдо?**

— Я был там пять раз. Впервые, году в 1979. Как для любого советского человека, главное впечатление — магазины техники. Из одной поездки я привозил техники на шесть тысяч рублей. По тем временам на эти деньги можно было «Жигули» купить. Но приходилось экономить на всём. Как-то хотели лапши в номере сварить, а там напряжение 110 вольт вместо наших 220. Так мы обесточили весь отель. В храме лепёшки рисовые ели, воду пили — так и питались.

Случшим другом Евгением Позгореловым (справа)



— **В сборной у Вас были друзья? Или все были соперники?**

— Самый большой друг, да и единственный, — это Женька Позгорелов. С остальными ребятами был в хороших отношениях. Конкуренция никак на отношения не влияла. Соперники — это на татами, за пределами мы были приятелями.

— **Какими качествами, на Ваш взгляд, должен обладать идеальный дзюдоист?**

— Устойчивой психикой и работоспособностью. Это — основа. Без этих качеств невозможен успех.

— **Следующий год — олимпийский. Наша сборная будет бороться за медали главного старта четырёхлетия в Рио-де-Жанейро. У ребят есть шанс повторить успех Игр в Лондоне?**

— Я очень на это надеюсь. Кстати, меня триумф наших дзюдоистов в Лондоне не удивил. В Бразилии должны выступить не хуже (улыбается).

Текст Татьяны ПАПОВОЙ

Фото из архива

Николая СОЛОДУХИНА и архива НСВД