



О белорусской спортсменке Василисе Марзальюк можно складывать оды как о девушке, прославляющей отечественную вольную борьбу на европейской и мировой арене на протяжении уже почти полтора десятка лет. Уроженка Минщины пока хоть и не имеет чемпионских титулов на взрослых чемпионатах Европы, мира или Олимпийских играх, но все же у нее богатый послужной список достижений планетарного уровня. Она дважды была в шаге от медали на ОИ-2012 в Лондоне и ОИ-2016 в Рио-де-Жанейро, а также неоднократно удостоивалась «серебра» и «бронзы» на топ-соревнованиях. При этом у Марзальюк все-таки есть награда победительницы, которую можно завоевать только один раз в четыре года. На первых Европейских играх-2015 в Баку наша спортсменка выиграла золотую медаль.

О том, собирается ли белорусская красавица повторить свой успех в новом олимпийском цикле на II Европейских играх в июне в Минске, а также о других планах корреспондент «НС» беседует с известной спортсменкой.

## Василиса МАРЗАЛЮК, чемпионка I Европейских игр по вольной борьбе:

# «Семья помогает преодолевать любые трудности»

— Василиса, совсем скоро Беларусь распахнет двери II Европейских игр. Любители женской спортивной борьбы, наверняка, в ожидании нового Вашего успеха?

— Давайте не будем спешить. Удача, как известно, любит тишину. Я не сторонник строить каких-либо далеко идущих планов и давать ложных надежд. Понятно, что все в моих руках. Не берусь утверждать, что будет, но могу точно сказать: и на Европейских играх в Минске в июне, и на сентябрьском ЧМ в Казахстане я сделаю все возможное и невозможное для того, чтобы показать максимум того, на что я натренировалась. И, конечно же, постараюсь завоевать путевку на Олимпиаду-2020 в Токио.

— Хочется верить, что эмоции настоящих поклонников борьбы будут только этому способствовать.

— Я тоже на это надеюсь.

— Среди истинных болельщиков этой дисциплины – большинство мужчины. Как такой маленькой и хрупкой девушке, как Вы, удается «выживать» в этом, по сути, мужском виде спорта?

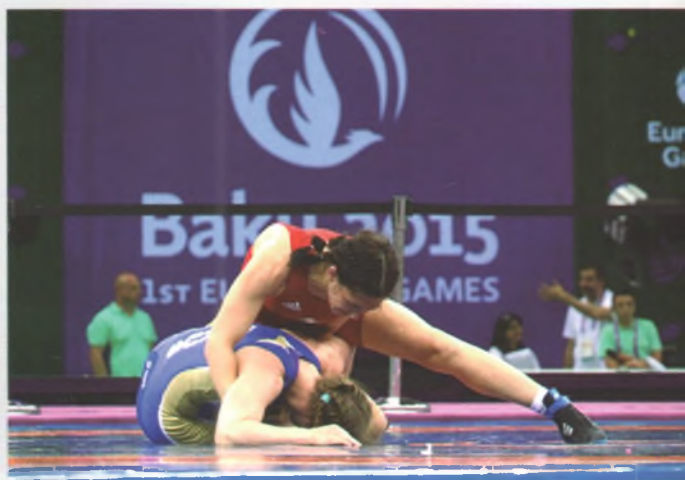
— Ну, маленькой я себя не назову, а вот хрупкой — можно. Вообще, часто слышу от людей, что разрушают их стереотипы. Я ведь на борца не очень похожа. Думаю, что в нашем обществе просто само понятие о женской борьбе несколько искаженное. У нас в национальной команде все девчонки симпатичные, может, и не такие хрупкие. Впрочем, согласна: борьба — не совсем женский вид спорта. Но, раз она есть, значит, имеет полное право на свое существование.

— Ваш приход на борцовский ковер был спонтанным или плановым?

— Наверное, то, что происходит, — всегда не случайно. В восьмом классе к нам пришел тренер и пригласил в секцию борьбы. Я пришла в спортзал, что называется, только посмотреть. Но

меня борьба увлекла, и это стало делом всей моей молодости. Для меня, как и для многих детей, спорт начался с интересной компании. По душе пришелся коллектив. Тренеры Василий Дмитриевич Крезю и Сергей Григорьевич Шкрадюк смогли найти нужные слова, чтобы удержать меня на борцовском ковре. Не считаю, что чем-то пожертвовала. Скорее, приобрела прекрасных друзей, с которыми общаемся до сих пор, собираемся на праздники, часто навещаем наших тренеров. Иногда идем вместе в баньку или в баскетбол поиграть.

— Василиса, а как родители отнеслись к вашему увлечению?



— Мои родители профессионально спортом не занимались, однако отец всегда был очень активным человеком и подталкивал меня в различные спортивные секции: я и фехтованием занималась, и баскетболом, и легкой атлетикой, и даже в синхронном плавании пыталась себя попробовать. Физические качества у меня всегда были отличные, в школе на уроках физкультуры была в числе лидеров. Но только тогда, когда ступила на борцовский ковер, поняла — это мое. Родители сначала не восприняли всерьез мое намерение заниматься борьбой. Они отнеслись к новому занятию с какой-то долей скепцизма. Мол, скоро это увлечение само пройдет. Но, впоследствии, видя серьезные результаты с моей стороны, конечно, родители стали меня поддерживать. Сегодня семья отдает мне столько тепла и поддержки, что является лучшим антидепрессантом, и помогает преодолевать любые трудности.

**— Одна из любимых борцовских поговорок: «Борец никогда не проигрывает! Борец или выигрывает, или его «засудили»! Было ли такое, что у Вас осталась обида на несправедливое судейство?**

— Признаюсь, что с какой-то очевидной несправедливостью по отношению к себе не сталкивалась. Конечно, у борца может быть отличное мнение от мнения судей, однако всегда успокаиваю себя мыслью, что со стороны виднее. Гораздо больше ощущать несправедливость от соперников, которые иногда не гнушаются добиваться победы не вполне борцовскими методами: выкручиванием пальцев, вырыванием волос, ударами по глазам, удушением. Бывает и такое, что ты чувствуешь: противник действует сознательно, пытаюсь вывести тебя из равновесия грязной борьбой, а потом подходит извиняться после схватки. Ну и что поделать? Прощаешь... Зная, что в большом спорте все же главенствует принцип «Fair Play» — справедливой игры.

**— В обществе принято считать, что спортсмены не являются большими поклонниками**

**художественной литературы. Можете развеять этот постулат?**

— Каждый человек выбирает себе занятие по душе. Кто-то — чтение, кому-то нравиться в свободное время заниматься географическими познаниями или путешествовать. Я люблю читать. Из моих любимых произведений — «Мастер и Маргарита» Михаила Булгакова, «Жутко громко и запредельно близко» Джонатана Сафрана Фоера (США) и «Над пропастью во ржи» Джерома Сэлинджера (США). Книги для меня сегодня — это отдых от стрессов, от тренировочных нагрузок. В идеале я люблю классику, но романы «Униженные и оскорбленные», а также «Отверженные» Виктора Гюго (я их недавно прочитала), скорее, заставляют задуматься о сложных психологических вопросах и не позволяют расслабиться. Наверное, поэтому я чаще выбираю книги, содержащие глубокую иронию, помогающие развлечься. Иногда наваливается сильный стресс, тогда читаю психологическую литературу, помогающую настроить себя на позитивное восприятие проблем и продолжать бороться и с трудностями в жизни, и на ковре.

**— Были такие моменты, когда хотелось бросить борьбу?**

— Моя спортивная карьера не была безоблачной. После победы на чемпионате мира среди юниоров в 2013 году мне пришлось пережить период двухлетней дисквалификации: допинг проба дала положительный анализ на запрещенный препарат. Тогда был период длительной депрессии. Затем я стала постепенно выходить в свет, посещать с друзьями развлекательные заведения.

И была сильно удивлена тем миром,



в котором почти не вращалась. Мы с девчонками видим, в основном, кроссовки, борцовки и ковер, а оказалось, что вокруг столько всего интересного. Признаюсь, что большую роль в возвращении меня на ковер сыграли мои тренеры, которые стали привлекать меня к участию в тренировочном процессе молодых девчат. После этого ко мне постепенно вернулся интерес к борьбе, опять появилось желание побеждать, доказать и себе, и соперницам, и тренерам, и поклонникам, что смогу добиться самых высоких спортивных результатов.

**— Василиса, с чем у Вас ассоциируются праздники? Как предпочитаете их проводить: в веселой компании или в кругу семьи?**

— Мне кажется, что праздник — это внутреннее ощущение, которое нужно переносить в жизнь. Зачастую, у меня не хватает времени даже, чтобы организовать свой день рождения — за меня все делают друзья и близкие. Безумно люблю собираться со своими друзьями. Иногда так хочется с ними встретиться и сходить, к примеру, в караоке или посидеть и послушать живую музыку. Плюс, с возрастом, начинаешь понимать: время летит быстро и, при любой возможности, стараешься всех собрать вместе. В такой компании всегда есть о чем поговорить и, даже, помечтать. И всегда веришь, что твои мечты обязательно сбудутся.

**Анжелика РОМАНЮК**