

КОММУНИЗМ — ЭТО МОЛОДОСТЬ МИРА

Спортсменка, комсомолка, красавица

Героиня этого материала — комсомолка Марьяна Наумова, гордость российского спорта, 15-летняя «принцесса штанги». В марте этого года она установили мировой рекорд на турнире «Арнольд Классик» в США, выжав штангу весом 150 кг. Журналистка «Правды Москвы» попросила девочку рассказать о себе и своих взглядах.

— Марьяна, давайте знакомиться! Расскажите нашим читателям о себе, о своей семье.

— Моя семья — это папа, мама, моя младшая сестренка Саша, кот Пикачу и крыса Лима. Жили у нас еще два кролика, но, к сожалению, у мамы началась аллергия, и их пришлось отдать. Семья самая обычная. Папа работает на автобазе, а мама — домохозяйка. В спорте я с четырех лет. Вначале мама отдала меня в спортивную аэробику, так как я была очень активным ребенком, и она хотела, чтобы моя энергия находила правильное применение. Я выступала на чемпионатах области и России.

2009 года, когда проходил Национальный чемпионат федерации «Богатырское братство». Я посмотрела на его выступление, на выступления других спортсменов и подумала: почему бы и мне не попробовать выжать штангу? По моей просьбе папа провел меня в разминочный зал, где я смогла выжать 20 килограмм — столько весит пустой гриф от штанги — четыре раза. Меня это настолько впечатлило, что на следующий день я упростила отца вновь взять меня с собой. Вот с того дня мы и начали тренироваться вместе. Первый рекорд я установила на чемпионате Московской области в

не только подъем штанги, бег или игра в шахматы. Это — правильный образ жизни, круг надежных друзей, возможность сделать карьеру. Спорт помогает мне интересно жить, путешествовать, общаться с людьми — а значит, он может помочь любому человеку. Именно это я стараюсь донести до людей всех возрастов, и, конечно, до детей. В каждом городе, где у меня проходят соревнования, я стараюсь посещать школы и детские дома. Провожу встречи с детьми, семинары, уроки физкультуры. Я считаю это очень важным. Ведь если, например, к детям придут такие знаменитости, как Аршавин или Валуйев, — конечно, им будет интересно с ними фотографироваться, но общаться интереснее все же со сверстником, который чего-то добился. В дальнейшем я хочу заниматься общественной работой, может быть — политической.

— Вас часто можно увидеть на мероприятиях КПРФ. Что для Вас значит коммунистическая партия, ее идеология?

— О КПРФ я впервые услышала во время президентских выборов в 2012 году. Я увидела предвыборные ролики Геннадия Андреевича Зюганова по телевизору, а мои родители придерживаются левых взглядов и поддерживают КПРФ на выборах. Они часто рассказывали мне о положительных сторонах жизни в СССР, о пионерской организации. Я заинтересовалась, прочитала литературу о пионерии и поняла, что пионерская, детская организация очень важна в жизни ребенка. В 2012 году я вступила в Пионерскую организацию, Геннадий Андреевич Зюганов принял меня в пионеры на Красной площади. А в прошлом году я вступила в комсомол. Свою общественную работу я рассматриваю как комсомольскую, просто числится в организации мне не интересно. Я хочу, чтобы как можно больше детей и молодежи узнало о нашей великой истории, о прошлом нашей Советской Родины, о ее положительных сторонах. Я выступаю за спортивный клуб КПРФ, который возглавляет Иван Иванович Мельников, имею почетную грамоту от Центрального Комитета КПРФ. И очень горжусь этим! При поддержке такой мощной и авторитетной партии, как КПРФ, конечно, у меня получится сделать больше добрых дел, поэтому я обязательно вступлю в КПРФ. Только для этого мне надо много прочитать и многое узнать — все впереди!

— Вы неоднократно приезжали в опаленную войной Новороссию. Расскажите, почему Вы решили поехать туда?

— Прошлым летом я видела по телевизору ужасающие кадры войны на Донбассе и задумалась: как же там живут дети? И когда я узнала, что у них начинается учебный год — пусть даже с поддержкой, то сразу решила, что я должна поехать туда и поддерживать детей, моих сверстников. Папа согласился со мной, маму



— Расскажите подробнее о виде спорта, которым Вы занимаетесь сейчас.

— Пауэрлифтинг, иначе силовое троеборье — это вид спорта, который включает в себя приседания со штангой, становую тягу штанги (нужно оторвать ее от пола и поднять до колен, разогнув туловище) и жим штанги, лежа на горизонтальной скамье. В отличие от тяжелой атлетики, он практически не имеет возрастных границ и не так травмоопасен, как кажется на первый взгляд. Пауэрлифтинг зародился в Америке, где им вначале стали заниматься тяжелоатлеты, а потом и простые посетители спортивных залов, быстро набрав популярность, в том числе в СССР, а после в странах СНГ, и наши атлеты вскоре вошли на первые ступени пьедесталов. Славянские позиции в этом виде спорта очень сильны. Жим штанги лежа — самое популярное упражнение пауэрлифтинга, поэтому его выделили в отдельную дисциплину и по нему проводят отдельные соревнования, чемпионаты разных уровней — России, Европы, мира. Жим лежа отлично подходит для подростков и для девушек, поэтому я выступаю именно в нем.

— Как у Вас возник интерес к пауэрлифтингу?

— Папа с детства активно занимался спортом, после армии увлекся пауэрлифтингом, выступал на различных турнирах, получил звание Мастера спорта международного класса. Как-то раз, когда у папы были соревнования, а меня не с кем было оставить дома, он решил взять меня с собой. Это было в декабре

феврале 2010 года, в своей возрастной группе выжав 37,5 кг веса.

Для того, чтобы стать чемпионом в нашем виде спорта, необходимо правильно питаться, соблюдать режим и самое главное — во всем доверять своему тренеру. Мой тренер Вячеслав Соловьев — один из сильнейших спортсменов России. Мне очень нравится то, чем я занимаюсь. Когда я выступала в спортивной аэробике — это никого не удивляло, но теперь, когда я говорю, что жму штангу, сразу возникает интерес. Мне очень любопытно наблюдать за реакцией окружающих. Узнав, что я выжимаю 150 килограмм, некоторые испытывают недоверие: как столь юная девушка может иметь столько силы?

— Остается ли время на какие-то увлечения кроме спорта?

— Я не только занимаюсь спортом, но и учусь в школе, поэтому времени остается не слишком много. Я увлекаюсь фотографией, делаю видеоролики, люблю путешествовать. Я считаю, что задача спортсмена — не только ставить рекорды и получать медали. Однажды я разговаривала с моим кумиром, великим английским бодибилдером, многократным Мистером Олимпия Дорианом Ятсом. Он сказал мне: «Мы, атлеты, должны не только получать регалии, но и отдавать людям свою любовь. Только тогда спортсмен становится великим!». Я долго думала над его словами и поняла, насколько он прав: если мне дано в чем-то быть лучшей, то я должна использовать этот дар, чтобы помогать людям, мотивировать их. Ведь спорт — это

мы уговорили вместе. Сложнее было найти контакты на Донбассе. Многие из тех, кто имеет отношение к Новороссии, отказывали мне в помощи, вероятно, не считая меня серьезным человеком. Помочь с приездом туда взялась журналистка Алена Кочкина из Донецка, большую помощь в организации поездки и моей безопасности там оказал руководитель Штаба ЦК КПРФ по оказанию гуманитарной помощи Юго-Востоку Украины, депутат Госдумы Казбек Куцукевич Тайсаев, за что я ему очень благодарна. И в октябре 2014 года я посетила школы Донецка, Тореза и Макеевки, провела там детские мероприятия, привезла гуманитарную помощь.

Мы поехали туда втроем — я, мой папа и его друг, на нашей личной машине. Я увидела войну, разрушения, весь этот ужас. Мы жили на военной базе, слышали обстрелы, видели разбитую военную технику. Когда приехала в школы, я увидела, с какой радостью нас встречают, как ребятам нужна помощь, да и просто человеческая поддержка. После моего возвращения домой мне в социальные сети начали приходить сотни писем с просьбой приехать еще, и я приехала в декабре, посетила Луганск, Новосветловку, Краснодон и Донецк, поздравила детей с наступающим Новым годом.

Мою третью поездку, в апреле 2015 года, уже помогли организовать министр спорта ДНР Михаил Мишин и министр обра-

зования ДНР Игорь Костенко. Я выступила в парламенте ДНР, посетила Донецк, Харцизск, Макеевку, Снежное, Дебальцево. В Дебальцево мы даже провели на главной площади спортивное мероприятие для детей, и я была поражена мужеству жителей этого города. Ведь тогда только-только закончились обстрелы, почти весь город лежал в руинах — но чувствовалось, что люди любят свою Родину, живут, восстанавливают свой город! Когда я вернулась, то узнала, что депутаты Парламента ДНР присвоили мне почетное звание Заслуженный Мастер Спорта Донецкой Народной Республики. Это огромная честь для меня! Я точно знаю, что обязательно продолжу помогать и поддерживать детей и спортсменов Донбасса, обязательно приеду к ним на начало учебного года! Мой прадед прошел всю войну, и я думаю, что мне не стыдно было бы смотреть ему в глаза, он мог бы гордиться мною.

— Марьяна, что бы Вы хотели пожелать читателям нашей газеты?

— От всего сердца — мира и добра! Занимайтесь спортом, помните свою историю, старайтесь делать мир вокруг лучше — и все будет хорошо!

Мария Климанова

На фото: праздничное шествие 9 мая 2015 года; в тренажерном зале; с участниками рабочей группы КПРФ на встрече с детьми в Донецком цирке в декабре 2014 года.