

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	4
ГЛАВА 1. О ШИБАРИ	7
ОПРЕДЕЛЕНИЕ	7
Термины	10
Садомазохизм (SM)	12
Стыд	14
ИСТОРИЯ ШИБАРИ	16
ЭВОЛЮЦИЯ ШИБАРИ	20
БЛИЗОСТЬ	22
ИМЕНА	23
Сэйю Ито (Seiyu Itoh)	23
Осада Эикити (Osada Eikichi)	24
Чимуо Нуреки (Chinuo Nureki)	24
Озума Ёко (Ozuma Yoko)	24
Сугиура Норико (Sugiura Norio)	25
Акира Нака (Akira Naka)	25
Осада Стив (Osada Steve)	25
Мияби Киодо (Miyabi Kyodo)	25
Араки Нобуёси (Araki Nobueshi)	26
Брюс Эсинем (Bruce Esinem)	26
Киноко Хадзимэ (Kinoko Hajime)	26
Риккардо Вилдтаес (Riccardo Wildties)	27
СОВРЕМЕННАЯ СЦЕНА	27
В РОССИИ	28
ГЛАВА 2. БЕЗОПАСНОСТЬ	31
БРД (SSC)	31
ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИИ ШИБАРИ	34
Оборудование	34
Человек	35
НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ МОДЕЛИ	41
ГЛАВА 3. БАЗОВАЯ ПРАКТИКА	45
ВЕРЕВКА	45
УЗЛЫ	50
Прямой узел, Reef Knot	50
Штык (два полуштыка), Hitch (Two Half Hitches)	51
Коровья удавка	53
Простой пересекающий узел («кросс»)	54
УДЛИНЕНИЕ ВЕРЕВКИ	55
БАЗОВЫЕ ПРОСТЫЕ ОБВЯЗКИ	57
Single Column Tie первого типа	58
Double Column Tie первого типа	63

Single Column Tie второго типа	66
Double Column Tie второго типа	68
ГЛАВА 4. БАЗОВЫЕ СЛОЖНЫЕ ОБВЯЗКИ (СХЕМЫ)	73
FUTOMOMO	74
HIP HARNESS	75
GOTE SHIBARI	78
SHAKUHACHI	84
STRAPADO	86
TEPPO	89
WAKIZARASHI	91
HISHI KARADA	93
ГЛАВА 5. КОМБИНАЦИИ ОБВЯЗОК	97
AGURA SHIBARI	98
EBI SHIBARI	100
GYAKU-EBI SHIBARI	103
GOTE И FUTOMOMO	105
ГЛАВА 6. РАЗВИТИЕ ТЕХНИКИ И ЭКСПЕРИМЕНТЫ	109
ICHINAWA (IRONAWA)	110
БАМБУКОВЫЕ ПАЛКИ	112
ПОДВЕСЫ, ПОЛУПОДВЕСЫ	114
ПРИВЯЗЫВАНИЕ К СТОЛБУ	117
YUKATA SHIBARI	119
ГЛАВА 7. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ	123
ПОВЯЗКА НА ГЛАЗА	124
КЛЯП	125
ВОСК И ЛЕД	126
УДАРНЫЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ	127
СДАВЛИВАНИЕ	128
КОЛЕСО ВАРТЕНБЕРГА	129
ВИБРАЦИЯ	130
ПОСЛЕСЛОВИЕ	131
ОБ АВТОРЕ	133
БЛАГОДАРНОСТЬ	134