

## Пушкин Виктор



### НЕ БОЙТЕСЬ МЕЧТАТЬ!

*«Если вы работаете над поставленными целями,  
то эти цели будут работать на вас»*

*Джим Рон*

Спортом я начал заниматься в 2010 году сентябре или октябре. Сейчас точно не помню. Вид спорта называется пауэрлифтинг или жим штанги лежа среди ПОДА (повреждение опорно-двигательного аппарата).

До занятия спортом вообще не думал, что захочу профессионально им заниматься и то, что буду нацелен на самые высокие достижения и награды. Тогда меня пригласил просто попробовать мой приятель, Артур Чупров, который тоже, как и я имеет инвалидность первой группы.

Мне повезло, что я сразу попал к профессиональному тренеру, который знает суть дела. Сначала я стал просто тренироваться, чтобы преуспеть среди своих товарищей. Где-то через месяц мне сказали, что жим лежа среди инвалидов является паралимпийским видом. И вот тут меня охватила желанная и появилась мечта стать паралимпийским чемпионом.

И вот я начал уже тренироваться целеустремленно. У меня появилось желание участвовать на соревнованиях уже Российского уровня. А ближайšie такие соревнования намечались в Сочи, «Кубок России». И вот тут, как я считаю, появилась моя первая победа.

Я стал думать, как можно победить. Так как занимался еще я пару месяцев и жал уже 115 кг. При собственном весе 70 кг. Первое что я поставил себе цель. Стать чемпионом кубка России 2011 года в категории до 67,5 кг. Потом сказал тренеру, что хочу попасть на эти соревнования, но тренер мне сказал, что тебе еще рано и когда будешь жать под 130 кг., то сможешь поехать. А я все равно хотел попасть на эти соревнования и усердно для этого тренировался.

До этого я смотрел фильм «Секрет», где говорилось о том, что если поставить себе цель, прописывать ее, визуализировать и все это представлять в настоящем времени, то рано или поздно это произойдет. Именно на это я и рассчитывал. Каждый день я представлял себе и писал в своей тетрадке, что я Виктор Пушкин счастлив и благодарен, что сейчас являюсь чемпионом кубка России 2011 года.

Мы с моим товарищем оба мечтали попасть на эти соревнования. Но цели у нас были разные, как выяснилось в процессе. Я спрашивал у него, для чего он едет. Он говорил, что хочет просто съездить, посмотреть, пожать определенный вес и получить КМС (кандидат в мастера спорта). Тогда у нас были разные весовые категории. У него 75 кг, а у меня 67,5 кг.

Хорошо сейчас помню, когда до соревнований оставалось всего месяц и на сайте сборной России по пауэрлифтингу выложили номинации, это предварительный список из участников с их результатами. В этом списке я был на 9 месте. А мой товарищ в своей категории был на первом месте. Но я не переставал отчаиваться и верил, что смогу победить.

И вот мы прилетели в Сочи на соревнования. Где-то за два дня до моего выступления я обнаружил, что я уже на 6 месте в номинации. Обстоятельства стали складываться в мою пользу. Потому что кто-то из

участников не приехал, а кто-то, может, просто снялся с выступлений. И вот торжественный момент. Начались соревнования, и мы начали выступать. Идут соревнования. И выясняется, что я занимаю второе место. И становлюсь серебряным призером кубка России. Я был очень счастлив и рад за себя. И за то, что верил в победу. Да, я не занял первого места. Но на этом опыте я убедился, что не зря поставил цель, думал о ней, мечтал и стремился к ней своими действиями.

Эта победа, как я сейчас считаю, дала мне очень многое в понимании жизни: как пример того, что все сбывается. Главное верить и действовать. На примере этих обстоятельствах я применил его и для моей работы. И каждый раз, когда я хочу чего-то очень сильно добиться, то я вспоминаю эту победу на кубке России.

P.S. Мой товарищ который стоял в номинации первым и хотел в итоге поучаствовать, позвать тот вес который он планировал и получить КМС в итоге он это тоже сделал. Но занял он только 4 место тогда.