

## Штефан Курилла: Учусь, чтобы отдавать



Штефан Курилла

### Штефан Курилла

Боевыми искусствами занимается с 1978 года. Учился в Японии у японских мастеров. Проводил мастер-классы в России, Японии, США, Корею, Китае, Англии, Италии, Франции, Венгрии и Чехии.

В 2005 году занял первое место по тактической стрельбе непрофессионалов среди представителей служб безопасности из 11 стран на семинаре, организованном Международной ассоциацией телохранителей и служб безопасности. 21 сентября 2007-го был награжден дипломом и медалью «Лучший боец» Международной ассоциации телохранителей и служб безопасности.

\*Официальный сайт: [www.wa.sk](http://www.wa.sk)

Имя Штефана Куриллы широко известно не только в Европе, но и далеко за ее пределами. Словацкий мастер айкидо, обладатель: 6-й дан айкидо Денто Ивама, 4-й дан айкидо Айкикай, 3-й традиционный Мокуроку по оружию, 5-й дан по дзюдо, 5-й дан Системы Спецназ, 1 Дан Дайто-рю Айкидзюдзюцу (Джиу-джитсу), тренер 1-го класса по айкидо, дзюдо, сертифицированный инструктор самозащиты и ассистент инструктора тактической стрельбы Международной ассоциации телохранителей и служб безопасности (IBSSA).

Штефан Курилла организует и проводит семинары по всему миру, не составляет исключения и Страна Восходящего Солнца, родина Айкидо... Наше знакомство стало возможным благодаря Валерию Майстровому, познакомившему нас с Мастером лично. Именно так и состоялось наше общение, в ходе которого Штефан Курилла ответил на несколько вопросов.

— Кто из тренеров Айкидо в Европе для Вас является наиболее авторитетным и кто был Вашим Учителем в Айкидо?

— Мне в жизни очень повезло с учителями. Моим первым учителем по айкидо был *Рудольф Варсеги* из Венгрии. Сейчас он обладатель 6 дана по Айкикай, он был учеником *Тамура сэнсея*. Я всегда стремился идти к корням айкидо и мне посчастливилось учиться у *Мориhiro Сайто сэнсея*, который дольше всех, 23 года, занимался у *Морихеи Уешиба* — основателя айкидо. Его продолжателем является *Сайто Хитохира Сэнсей*, у которого я продолжаю учиться традиционному Айкидо. Но я не останавливался и старался идти дальше, сейчас я занимаюсь под руководством *Кацуюки Кондо сэнсея*, который является продолжателем Дайто-рю Айкидзюдзюцу *Токимунэ Такеда*, а он был учеником своего отца *Такеда Сокаку сэнсея*, который является также учителем основателя Айкидо *Морихеи Уешиба*.

Я буду всегда благодарен своему первому учителю, я никогда не забываю его — мы часто приглашаем его к нам. Вот и в этом году он проводил у нас в Словакии семинар и был очень доволен, как айкидо продвигается в нашей стране. Он несколько раз повторил, что все, о чем он мечтал, у нас получилось исполнить.

— Как ваше государство заботится о развитии Айкидо в стране, есть ли какая-то поддержка?

— Традиционное айкидо не является спортивным видом, так как у нас нет соревнований, оно не является олимпийским видом спорта, поэтому государство, к сожалению, не поддерживает нас. Хотя, я думаю, это не правильно. Айкидо занимаются миллионы людей по всему миру. Ведь традиционное айкидо — это отличная система движений. Айкидо развивает все мышцы, улучшает сердечно-сосудистую систему. Тело развивается как единое целое посредством традиционных и современных практик. Традиционное айкидо — это, прежде всего, практические тренировки. Ваше тело становится гибким и динамичным. Вы сможете в случае необходимости защитить себя и своих близких без применения грубой силы. В процессе тренировок повышается ваша дисциплина и уверенность в себе. Вы научи-

тесь концентрироваться, легче преодолевать препятствия и переносить ежедневные нагрузки. Вы будете успешнее справляться со стрессом, быстрее находить контакт с окружающими, легче ориентироваться в кризисных ситуациях, станете стабильнее не только физически, но и эмоционально. Вы естественным образом придете к новому взгляду на мир.

— Какие возрастные группы у Вас занимают Айкидо, например, с какого возраста Вы берете детей и в чем специфика тренировок этой возрастной группы?

— В нашем клубе занимаются дети с 4-х лет, занимаются юноши, взрослые, есть люди с возрастом более 60 лет. Большой популярностью пользуются занятия для детей. Мы принимаем детей с 5 лет, но есть малыши и 4-х летки. Это зависит от концентрации ребенка, чтобы тренировки имели смысл для всех. Наряду с изучением приемов самозащиты дети занимаются гимнастикой, техникой падения и растяжкой. Цель занятий — приучить детей постоянно совершенствоваться, научить их не бояться новых ситуаций, а правильно реагировать на них. Айкидо прививает ребенку не только дисциплину, но и определенные волевые качества. Ребенок с большей легкостью преодолевает препятствия, находит свое место в коллективе сверстников. При помощи игр мы стараемся развивать у детей реакцию, умение двигаться, координацию, скорость, рефлекс и, конечно же, искусство самозащиты. Дети с удовольствием посещают наши занятия, доказательством этого служит тот факт, что на сегодняшний день у нас тренируется более 140 детей.

Дети, занимающиеся традиционным айкидо, умеют хорошо концентрироваться, быстрее находят общий язык с окружающими.

У нас в клубе есть люди и старше шестидесяти. Я думаю, что Айкидо — отличный способ совершенствоваться для всех возрастных групп.

В «Клуб традиционного айкидо Куриллы-Будокан» можно записывать детей с 5 лет. Во время тренировок дети находятся в спортивном зале без родителей. Посмотреть, как ваши дети занимаются и чему они научились, можно на сборах в выходные дни — в декабре и июне в Братиславе.

— Насколько у вас стране «дорогое удовольствие» заниматься Айкидо — то есть, доступно ли оно малообеспеченным слоям, например, студентам?

— Я думаю, что заниматься Айкидо у нас в стране доступно. В нашем «Клубе традиционного айкидо Куриллы-Будокан» можно заниматься в течение недели, с понедельника по пятницу, и это стоит за 10 месяцев 300 евро, т. е. 30 евро в месяц. Это не такая большая цена, например, в сравнении цен, обед или ужин в ресторане на двоих стоит около 30 евро.

— Насколько популярно Айкидо в самой Словакии по сравнению с другими видами единоборств или спорта вообще (футбол, хоккей, лыжи и так далее)?

— Когда я начал преподавать Айкидо в 1989 году, Айкидо почти никто не знал. В это время были популярны каратэ, бокс, дзюдо, борьба. С того времени наш клуб организовал 14 мероприятий под названием «Вечер боевых искусств». На эти мероприятия приходит более 3—4 тысяч зрителей. Много внимания было и со стороны прессы, телевидения, и благодаря этому многие узнали, заинтересовались и полюбили Айкидо. Сейчас в Словакии Айкидо также популярно, как и остальные виды единоборств. Но кроме рекламы, я думаю, очень важно и качество тренировок. А так как нашему клубу сегодня уже более 23 лет и у нас занимаются более 300 учеников, то это все говорит само за себя.

— Есть мнение, что боевые искусства, родившиеся в Японии, в самой Японии потихоньку угасают. Молодежь отдает предпочтение компьютерным играм, то есть «тренируются» в единоборствах, сидя у монитора. Что по этому поводу можете сказать Вы, ведь Вы ездите в Японию каждый год, и не просто ездите, — Вы там проводите семинары и учите японцев Айкидо?

— Да, у меня тоже было такое мнение, пока я не посетил Ниппон Будокан Тренинг Центре. Там в нескольких залах занимались одновременно 4—5 видами боевых искусств дети, взрослые и пожилые люди. Тогда я понял, что боевые искусства в жизни японцев занимают очень важное место. Что касается



Показательные выступления «Курилла-Будокан» на вечере боевых искусств в октябре 2011 г.



Совместная тренировка с чемпионом мира по боксу (WBF) Томашем Кид Ковачем

молодежи, то я думаю, что они точно такие же, как и мы. Мы должны показывать им такие примеры, чтобы у них была мотивация поступать так, как мы представляем. Так что дети и молодежь — это зеркало нас самих.

В этом году я проводил цикл семинаров Владивосток — Токио — Сеул. Во Владивостоке я провожу семинар уже 5-й или 6-й раз. А в этом году там семинар, помимо взрослых, посетило 109 детей, что мне очень понравилось. У детворы было много интересных вопросов, на которые мне пришлось отвечать. Потому я провел семинары в клубе двукратного чемпиона Японии по бразильскому джиу-джитсу, где была очень хорошая атмосфера. Затем проводил семинар в Корее, Сеуле и везде я видел, что люди очень жаждут информации и получили очень хорошие отзывы.

— Можете ли Вы выделить особенности учения и преподавания Айкидо в Европейских странах (например, провести какие-то сравнения по странам: Франция, Германия, Англия, Италия, Испания и так далее)?

— Я думаю, что у каждого учителя есть свои особенности преподавания, и это не зависит ни от страны, ни от стиля, но от его способностей и от его характера. Поэтому не важно, какой вы выбрали стиль или направление боевого искусства, а важно, чтобы вы выбрали хорошего УЧИТЕЛЯ. Лучший способ узнать, хороший ли это учитель или это учитель не для вас — это как умеет использовать данное боевое искусство его ученики. Так что рекомендую не искать красивый зал или хорошую парковку, а искать хорошего УЧИТЕЛЯ — это, думаю, самое важное.

— Мы знаем, что Вы практикуете не только традиционное Айкидо, но постигаете смысл разных «ветвей» Айкидо. Можете ли Вы назвать основные направления Айкидо и объяснить, в чем выражается их различие между собой?

— Да, я начал заниматься Айкидо Айкикай, а потом перешел на традиционное Айкидо, но я занимаюсь и многими другими единоборствами, и что важно, всегда и везде ищу логичность, хорошую методику, хорошую технику, для того чтобы я был лучшим тренером и учителем, и мог отдавать свои знания и повышать уровень. Так что думаю, не надо искать отличия, а надо искать то, что может помочь Вам на вашем пути.

— Вы, как человек, пытающийся постигать боевые искусства «во всей его глубине», изучаете базовый стиль, из которого Айкидо родилось. В чем особенности стиля-«прародителя» Айкидо?

— Дайто-рю Айкидзюдзюцу (Джиу-джитсу) — это очень церемониальный стиль для европейца. Мне очень понравился учитель Кондо Кацуюки сэнсей — он очень человечный, открытый. Что касается самой техники, то в сравнении с Айкидо, на мой взгляд, она очень прямая и бескомпромиссная. Сейчас я имею всего 1 дан, так что мои знания ограничены на первых тридцати техниках, но я думаю, что буду заниматься и дальше, потому что чувствую, что мне это помогает на моем пути боевых искусств.

— Традиционный для читателей с постсоветского пространства вопрос — приходилось ли Вам когда-нибудь в жизни применять боевое искусство для самозащиты (или для защиты кого-то) и, если не секрет, как это было?

— Если не считать «активную» жизнь в школе, то во время учебы в университете было несколько случаев, когда мне пришлось в городском транспорте защитить людей другой расы, но не за счет навыков в технике самообороны, а за счет уверенности в своих способностях и за счет моей «разозленности».

— Расскажите, пожалуйста, о своей семье.

— Мою супругу зовут Мирьям. Она бывшая гимнастка. Была в сборной по спортивной гимнастике Чехословакии и Словакии. Сейчас она преподает Айкидо в нашем клубе и считается самым успешным тренером детских групп. У нас двое детей — сын Андрей, ему 15 лет и дочь Мартина, ей 10 лет. Они занимаются Айкидо, учатся на «отлично», так что можно сказать, очень горжусь своей семьей.

— Какое Ваши хобби, какое Ваше любимое блюдо и что из русских (украинских) блюд Вам нравится?

— Мое хобби — это боевое искусство. Люблю хорошие книги и фильмы. Из русской или украинской кухни люблю борщ, щи, сборную солянку, пельмени, беляши, манты, жареную картошку, из кавказской — шашлык.

— Спасибо Вам за беседу!

Беседовала Оксана Чикитина



Мастер-класс Штефана Куриллы и Кондо Кацуюки сэнсея в дайто-рю айкидзюдзюцу, Хомбу Додзэе, Токио



Слева направо: Сайто Хитохиро Сэнсей, Штефан Курилла



Слева направо: Кондо Кацуюки сэнсей, Мастер дайто-рю айкидзюдзюцу, Штефан Курилла



На международном семинаре Хитохиро Сайта Сэнсея, Клуб «Курилла-Будокан», ноябрь 2011 г.