КОД ЧЕМПИОНА: ЭНЕРГИЯ ПУТИ



Станислав Ким

Станислав Ким

Код чемпиона: Энергия пути

https://litres.ru/74726784
SelfPub; 2026

Аннотация

Продолжение личной истории Станислава Кима, автора книги «Из планктона в чемпиона», ставшего двукратным чемпионом мира по иайдо в 2025 году. Эта книга — не столько про новую победу, сколько о том, что происходит после неё: какие решения приходится принимать, как справляться с сомнениями и ошибками, как находить новые цели и продолжать движение, когда главная вершина уже покорена. О пути, который не заканчивается победой, о профессионализме, целеполагании, кайдзене и способности снова сказать себе «Hajime! Начинай!».

Содержание

Hajime!	6
Между двух чемпионатов	16
Победа номер два	32
Конец ознакомительного фрагмента.	70

Станислав Ким
Код чемпиона: Энергия пути

Надеюсь, что читатели простят меня, если мой сказ покажется им тщеславным



Hajime!

(«Вперёд!», «начинай!»)



Именно так переводится это японское слово, которым заканчивается моя первая книга «Из планктона в чемпиона». Для кого-то из вас это уже «своя» книга, а с кем-то мы зна-

комимся только сейчас, когда вы держите в руках уже вторую мою книгу. В любом случае я очень рад, что наши пути пересеклись.

Когда я дописывал первую книгу, «Из планктона в чемпиона», мне казалось, что словом hajime я ставлю точку в своей истории как человека из России, ставшего в 2023 году чемпионом мира по японскому боевому искусству иайдо. Истории, которую я очень хотел рассказать людям. И это было правдой, но только наполовину: довольно быстро выяснилось, что hajime — совсем не финал, а сигнал к следующему раунду.

Книга «Из планктона в чемпиона» сильно перевернула мою жизнь и превзошла все ожидания. Примерно через полгода после того, как я стал чемпионом мира, внутри появилось четкое ощущение: молчать нельзя. Хотелось показать, что любой из нас может пойти намного дальше привычной планки — даже и на мировой уровень. Формат был очевиден: должна быть именно книга. Для офисного руководителя среднего звена задача выглядела дерзко, но энергия внутри была такой мощной, что отступать было некуда. В книге я, словно в дружеской беседе в кругу друзей за уютным кухонным столом, рассказывал о своём детстве, родителях, юношеских годах, когда делал первые шаги во взрослой жизни, о том, как по мере взросления приходил опыт и понимание необходимости трансформации — физической, эмоциональной, интеллектуальной. О том, как я начинал свой путь

в профессии, в спорте и, разумеется, много говорил о иайдо и его роли во всей моей жизни…

Работа над книгой шла до упора. Правки в макет вносились до самого последнего момента, когда тираж уже буквально уезжал в типографию. Печатные экземпляры прибыли ровно к автограф-сессии, куда я пригласил всех, кто участвовал в проекте, а также коллег, друзей, родных, единомышленников. Свою книгу впервые я увидел именно там. Ощущение было сильнее, чем перед выходом на татами: перед тобой плод нескольких месяцев труда, и вот он на глазах окончательно становится реальностью. Команда сделала огромную работу: редакторы, корректоры, дизайнеры, фотографы, верстальщики — каждый внёс свою часть, и всё сложилось очень органично.



Сейчас я отношусь к этой книге как к дорогой визитке: собственное издание стало для меня крутым инструментом развития личного бренда и способом начинать разговор с людьми совсем на другом уровне. О том, как это работает, мы ещё поговорим на страницах этой книги.

При этом вокруг выхода книги не было никакой волшебной сказки. Незадолго до автограф-сессии меня обманули мошенники — два с половиной миллиона рублей улетело безвозвратно. Осознание случившегося накрыло как раз в день презентации: злость, стыд, куча вопросов к себе. Внутри всё кипело: «Как ты вообще мог так попасться?»

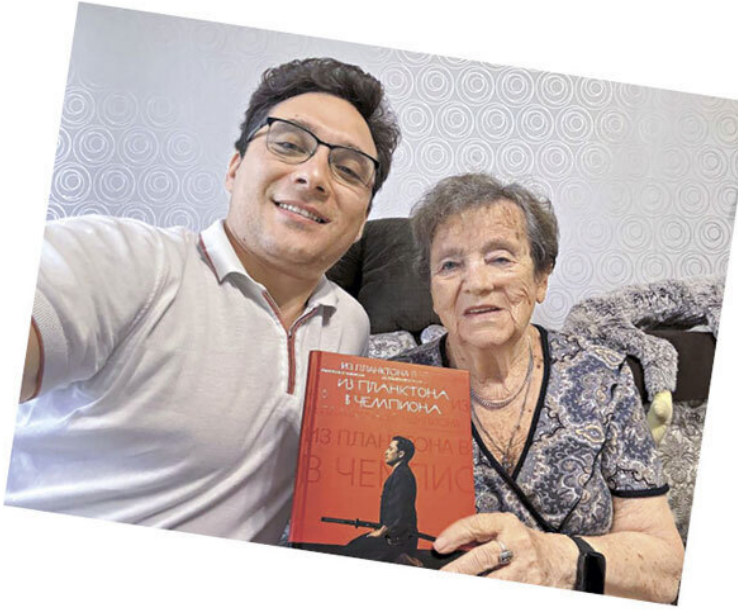
В тот момент рядом оказался мой друг Андрей Викторович Антонов. Мы вышли поговорить, и он сказал фразу, которая собрала меня за пару минут: «Жизнь продолжается. По сути, это мелочи, но ведь и ценный опыт. Такой вот тебе налог на успех». И меня вдруг отпустило. Я позволил себе просто быть в моменте. Впервые взял в руки свой авторский экземпляр — плотная обложка, приятная бумага, запах свежей типографской краски… Я точно запомнил, как провёл ладонью по первой странице и подумал: «Свершилось».

Автограф-сессия прошла прекрасно. Люди радовались за меня, подходили с вопросами, просили подписать книгу. Коллеги удивлялись: «Мы знали тебя как обычного руководителя, который после работы пропадает на тренировках, а тут — чемпион мира по редкому японскому искусству, автор книги, и при этом на работе ты не сбавляешь темп. Это

вообще как?» Честно говоря, для меня самого это тоже было поводом пересмотреть привычную картину «я и моя жизнь».



Автограф-сессия первой книги



Первый и главный читатель книги — моя бабушка Роза Васильевна

После выхода книги пошли первые отзывы. Почти все — очень тёплые. От самых первых сообщений хотелось просто сесть и немного помолчать, настолько они были приятны сердцу. Писали родители, которые думают, в какую секцию отдать детей; молодые ребята, делающие первые шаги в бизнесе; офисные сотрудники, уставшие от ощущения, что их

жизнь застряла. Один из читателей написал: «Я думал, что у меня всё плохо, но, прочитав твою книгу, понял: нет повода опускать руки, пора перестать жаловаться и начать действовать». Многие отмечали, что книга читается легко, за пару вечеров.

Запомнился такой отзыв: «После прочтения книги не могу дальше сидеть на диване; вместо сериала и соцсетей решила наконец пойти на пробежку в парк». В такие моменты очень ясно понимаешь, ради чего всё затевалось.



На открытии зала в Сыктывкаре



Особое место в моём сердце заняла реакция детских тренеров. Я отправил десятки экземпляров на соревнования по карате в Москву, Анапу, Сыктывкар и другие населённые пункты. Позже тренеры звонили и писали: «Это стоит дать почитать детям и подросткам». Мы договорились, что на турнирах победителям и участникам вместе с медалями будут вручать и книгу как знак поддержки и приглашение идти дальше по пути боевых искусств. Представьте, что где-то ребенок переворачивает последнюю страницу, и у него загораются глаза. Я остро чувствовал, как вложенные в книгу время и деньги превращаются в живую обратную связь, в благодарность. От этого по коже бегут мурашки.

Помню первую просьбу от читателя: «Жду продолжения!» Сначала я относился к этому просто как к комплименту. Не понимал, какое событие может стать основанием для

второй книги. В 2025 году всё стало очевидно: я поехал на чемпионат в Японию и стал двукратным чемпионом мира по иайдо. В этот момент было понятно, что моя история вовсе не закончилась. Она вышла на новый уровень.



Последний экземпляр

Так родилась идея книги, которую вы держите сейчас в руках. Здесь будет меньше дистанции и больше «закулисья»: решения, сомнения, ошибки, достижения, встречи с людьми и идеями, которые меняли траекторию моей жизни после второго чемпионства. Но больше всего мне хочется, чтобы вы не просто прочитали ещё одну мотивационную историю, каких сегодня сотни на полках книжных магазинов, а забрали отсюда конкретный опыт, который, возможно, сэкономит вам силы и время.

И ещё. Если после этой книги хотя бы один из вас, дорогие читатели, решит сделать шаг, который давно откладывал, поменяв взгляд на собственные возможности, значит, команда «hajime!» для меня сработала правильно.

Между двух чемпионатов



Жизнь до и после первого моего чемпионства отчётливо разделилась на две части. Оно придало мне колоссальную уверенность в себе. Всё как будто сразу стало возможным. Я ушёл с хорошего места в крупной корпорации с приличной зарплатой и бонусами на менее оплачиваемую должность, но, как подсказывала душа, в более *правильное* место

— АО «Электропривод НПЦ-21». Логика и социум кричали: «Так нельзя, что ты делаешь?!», а сердце говорило: «Это твоё, дерзай!»

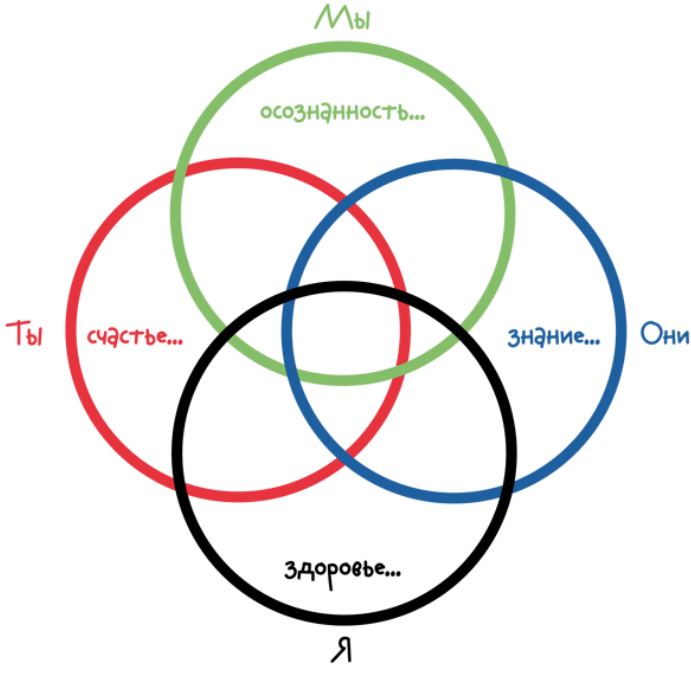
Я начал с должности советника генерального директора. Всё вышло, можно сказать, волшебно. Поясню: быть советником генерального директора было давней моей мечтой по ряду причин. В определённый период жизни я прошёл деловой практикум «Икигай» от члена правления Ассоциации русскоязычных коучей и Совета независимых директоров ЕСА И Сун Чера, которого я упоминал в первой книге.

Построение икигай

Мастерская баланса
Сун Чера

#ЯТОМ

Я + Ты + Они + Мы = ЯТОМ



Кто я?

Мои ориентиры?

Напомню, икигай — концепция смысла жизни, укрепляющая традиционные японские духовно-нравственные ценности. Эта практика помогает увидеть внутри себя гармонию между тем, что любишь, что можешь предложить миру и за что получишь по итогу максимальное удовлетворение. После обучения я понял: для меня идеальная должность — советник генерального директора. И я её, представьте, получил! Первые месяцы я буквально не верил своему счастью. Со временем я начал лучше узнавать коллектив, продукцию, которую производит предприятие. Завод действительно делает выдающийся продукт — фактически «бентли» в мире электрощитового оборудования с высочайшим качеством. Мне всегда были максимально близки такие принципы работы.



> «Этот принцип зашит глубоко в мою ДНК: если есть результат — есть деньги, нет результата — нет и основания для оплаты. Я считаю это абсолютно верным».

Важен для меня стал и тот факт, что на «Электроприводе» я стал получать деньги за достигаемый результат: реализовали проект — получил премию. Этот принцип зашит глубоко в мою ДНК: если есть результат — есть деньги, нет результата — нет и основания для оплаты. Я считаю это абсолютно верным. В корпорациях, где я работал прежде, результат никак не влиял на зарплату: есть контракт, нет — платят одну и ту же сумму, максимум дадут годовую или квартальную премию. В такой системе естественным образом падает мотивация, а работа превращается в формальность.

Главной моей задачей стал поиск новых клиентов. За полгода я привёл несколько новых партнёров и параллельно искренне влюбился в сам завод и в ДНК группы компаний. Генеральный директор Валерий Александрович Притулин (к большому моему сожалению, его не стало в начале 2026 года, и это оказалось для всех нас без преувеличения уходом целой эпохи) в конце 2023 года предложил мне:

— Станислав, а может, возглавишь и построишь нам систему продаж? Сейчас мы работаем в основном с московским метрополитеном как якорным заказчиком, но нельзя вечно зависеть только от него. Одна опорная нога у нас есть, но ведь нужна и вторая — другие клиенты.

Ещё со времён предыдущей работы я точно знал: АО «Электропривод НПЦ-21» — лучшее предприятие отрасли с безупречной репутацией. Это было похоже на тот случай, когда между людьми возникает химия, только в отношении профессиональной деятельности. В итоге я стал директором по развитию и начал строить систему продаж: внедрил CRM, набрал отдел продаж, тендерный отдел, отдел маркетинга, и мы оперативно запустили работу. Команду приходилось менять три раза, но все усилия оказались во благо. Мы вышли на хороший устойчивый результат: за первый год подписано контрактов «с нуля» на 300 миллионов.

Погрузившись в новую для себя сферу продаж, я начал активно посещать тренинги, изучать подходы российских и зарубежных специалистов, чьи материалы находил в соцсетях, в книгах. Любопытно, что до НПЦ-21 продажами я никогда не занимался, а сегодня получаю от этого настоящее удовольствие: жёсткие переговоры, драйв, полное включение… Учитывая, что ранее я прошёл путь от специалиста до технического менеджера и от главного специалиста до начальника управления снабжением в строительных корпорациях. Сегодня я прекрасно понимаю, как мыслит наша целевая аудитория, их боли и потребности. Теперь это моё конкурентное преимущество.

После победы на первом чемпионате я почувствовал также и заметный скачок в плане личностного роста.

Как-то раз мы с приятелями отправились на весеннюю

охоту в Костромскую область. Поначалу всё шло как обычно, но потом случилось серьёзное испытание. Мы оказались в абсолютно диких местах с суровыми условиями, где днём небольшой плюс, а ночью — минус. Поскольку мы тогда особо не подготовились, снаряжения было мало: на троих одна зажигалка, ружья, патроны и тупой нож, случайно оказавшийся в лодке. Даже простецкого фонарика не нашлось. Поехали просто пройтись по реке и посмотреть уток, но в какой-то момент ситуация резко изменилась: мотор сломался, отлетев вместе с фанерой и утонув, а лодка оказалась полузатопленной. Мы резко причалили к берегу — благо речка была неширокая, — и стали думать, что делать дальше. Один из нас тут же пожалел, что давно мечтал купить спутниковый телефон для охоты, да всё откладывал.

И тут меня охватил животный страх. На глубинном уровне инстинкта я чётко осознал, что рискую остаться здесь навсегда. Почувствовал, что у меня нет даже самых банальных навыков выживания. Именно в то мгновение я пообещал себе: если выберусь, обязательно пройду курс по выживанию, чего уже давно хотел.



Та самая коварная (но и судьбоносная) лодка

К счастью, мы тогда благополучно выбрались. Вернувшись, я стал изучать всю доступную информацию и вскоре нашел курсы Эда Халилова, эксперта по выживанию, спасателя, покорителя семи вулканов. Эд учит, как выжить в тайге, горах, пустыне. Учёба у него открыла глаза: мы, горожане, и наши жилища катастрофически не готовы к любому внешнему форс-мажору. Почему люди чаще всего погибают, попадая в подобные «лесные аварии»? Как выяснилось, вовсе не от голода или обезвоживания. Они просто-напросто

замерзают, не имея элементарных навыков выживания.

Через три ступени отбора я попал на топовый курс Эда — «Мужской круг». Это стоило немалых денег, и оказаться там было непросто. Основной фильтр — личное собеседование с Эдом, отбор по ценностям. После этой программы попадаешь в закрытое сообщество, которое называется «СТАЯ». Сегодня я один из ста его действующих членов и двигаюсь по жизни вместе с сообществом. Каждое событие в рамках «СТАИ» укрепляет, усиливает и ускоряет; с человека слетает вся шелуха, он становится ровно тем, кем является на самом деле. Ни у кого в горах нет ни «ролексов», ни «мерседесов» последней модели. Имеют значение другие, более глубинные моменты: кто как проявляется, у кого какая сила духа. Нужно суметь и ужин на костре на всех приготовить, и несколько дней передвигаться по горам с отвесным уклоном со страховкой. Ты никогда в жизни этого не делал, а тут берёшь и делаешь.

У Эда есть ещё одна мощная программа — «Мужской стержень», вдохновлённая элементами «Спарты», где ежедневно выполняешь определённые задания. Например, делать по сто бёрпи в день. Пропустил — нагоняешь. Я снимал даже серию видеороликов о своих бёрпи, иначе было никак не проконтролировать прогресс. Помню, на финальный день задания остались 400 повторов, которые пришлось выполнять за несколько подходов. Тело, конечно, потом чуть не развалилось, но задание было выполнено. «Мужской стер-

жень» действительно меняет мужчин, прокачивает на всех уровнях. Лично на меня сильно повлияли школы «Мирный воин» и «Спарта» Антона Бритвы, а также «Мужской круг» и «Мужской стержень» Эда Халилова. На мой взгляд, такие курсы должен пройти каждый мужчина от 16 до 100 лет.



ЭД ХАЛИЛОВ:

«Более 15 лет я создаю мужские сообщества, в рамках которых обучаю людей навыкам выживания в экстремальных условиях и личной эффективности. За это время у меня сформировалось большое сообщество мужчин со всего мира. Свои знания я передаю через ютуб-канал "Наука Побеждать Эда Халилова" и свои закрытые программы.

На данный момент у меня три основных направления.

В спецкурсе "Мужской стержень" я за месяц через уроки, челленджи, домашние задания и прямые эфиры даю самую мощную выжимку знаний и навыков для мужчин, которые им помогут во всех сферах жизни.

В сообществе "Клан" я объединяю всех, кто проходил мои офлайн- и онлайн-программы. При этом ко мне в "Клан" могут вступить парни и девчонки, которые со мной познакомились через соцсети и приняли решение быть вместе с моей командой, развиваясь и помогая друг другу.

Братство "СТАЯ" — "высшая лига" всех моих программ и сообществ, потому что в неё попасть практически невозможно, поскольку туда идёт серьёзный отбор и предъявляются высокие требования. В "СТАЕ" всего сто мужчин, каждый из которых является предпринимателем, владельцем бизнеса или топ-менеджером крупной компании. Чтобы попасть в "СТАЮ", нужно пройти живую программу, которая называется "Мужской круг".

После прохождения "Мужского круга" участники пожизненно становятся членами сообщества "СТАЯ".

Когда шёл первичный отбор участников в сообщество, Станислав сразу выделился среди других участников своей энергетикой, интересом к новому и позитивом. У меня в сообществе состоят очень разные люди, и в моих интересах, чтобы аудитория у нас была максимально разношёрстная, но при этом с высокими достижениями.

Когда Станислав сказал, что он чемпион мира по айдо, что работает в крупной компании и имеет большие результаты, это вызвало мой интерес к нему как к человеку, который не сидит на месте. Я до сих пор рассказываю людям, что есть у нас такой Станислав Ким с позывным Счастливый, который каждый год летает в провинцию Лимпопо к африканцам, охотится с племенами на зебр из лука. Про боевое искусство айдо я до этого вообще слухом не слыхивал, и то, что Станислав стал двукратным чемпионом мира, — это, конечно, очень круто. Личное общение тоже играет роль. Видно, что человек живёт яркую жизнь, любит путешествия и постоянно развивается. Всё то, что я тогда в нём разглядел, сам очень ценю. Так что в Станиславе я увидел человека своего калибра и понял, что он нам в сообществе обязательно нужен. Что он сможет принести пользу другим. В то же время он, как человек развивающийся, возьмёт и для себя много нового от остальных участников нашего сообщества.

Станислав здорово показал себя в процессе участия

в группе. Всегда на позитиве, с неизменным чувством юмора и улыбкой на лице, как бы тяжело, больно и страшно ему ни было. В сообщество Станислав заходил одним человеком, а через год стал совсем другим, совершив в буквальном смысле квантовый скачок в плане мышления. За это время он ещё раз стал чемпионом мира по иайдо, показав, что первое чемпионство не было каким-то шальным выстрелом, что проделана серьёзная работа после первой победы. Я вижу в нём новый азарт, новую энергию. Он часто выступает как проводник для наших ребят в новые для них темы и направления, открывая дороги для других. Он не просто зашёл, прошёл программу и потерялся. Ему всегда есть что сказать, есть чем поделиться. Это огромный вклад в развитие нашего сообщества.

Что касается первой книги Станислава, то могу сказать про себя: очень зацепило название. Именно с такого планктона всё в человеке и начинается. В моём понимании это история обычного парня, который не сдался обстоятельствам, протаптывал свою тропинку по жизни, преодолевая сложности и побеждая. Это и есть мужской характер. Кстати, у людей с исключительными результатами всегда непростая судьба и интересная личная история. Это вызывает уважение и показывает другим, что в этой жизни возможно всё, если приложить достаточное количество усилий, преодолеть свои страхи и сфокусироваться на важном. Любой из нас может стать чемпионом, если выберет этот путь

и будет ему приверженн. Горжусь, что Станислав находится в моём близком окружении и является частью нашей "СТАИ"!»

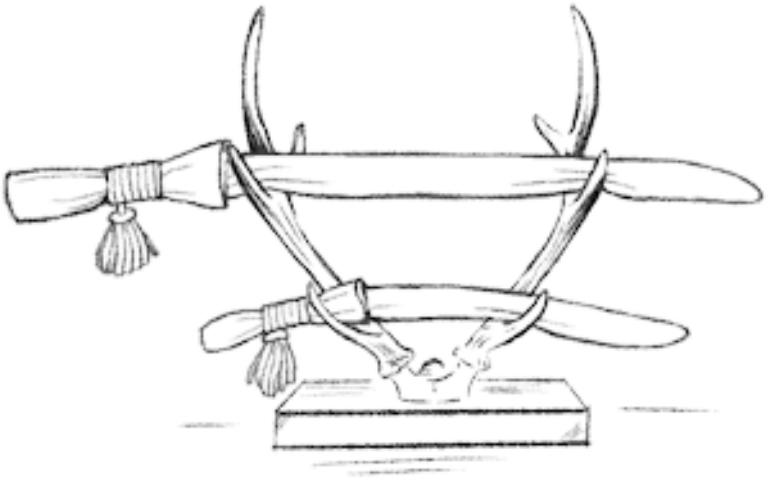
Летом 2024 года на одной из выездных сессий бизнес-кэмпа мы занимались практиками, которые позволяли заглянуть внутрь себя и понять, что действительно важно в текущий момент жизни. Результаты показали: мне сейчас больше всего необходимо быть там, где есть энергия, движение (так в дальнейшем, кстати, и вышло).

В период, когда я работал над выходом своей книги, добавляя последнюю главу, посвящённую личной эволюции, меня всё сильнее тянуло вернуться к самбо — спорту, которым занимался раньше, ещё в институте. Настал момент, когда возник закономерный вопрос: что дальше, каков следующий виток? После насыщенных тренировок и короткой паузы организм стал сам требовать движения. Я жил тогда в Москве в районе «Водного стадиона», нашёл неподалеку нужную секцию по самбо («Самбо Водный») и пришёл на пробную тренировку. Во время разминки поймал себя на том, что просто излучаю радость: все вокруг пыхтят, а меня переполняет чувство, что я снова на своём месте. Тренер Артём Сорогенков поглядывал с интересом: что происходит с этим парнем?

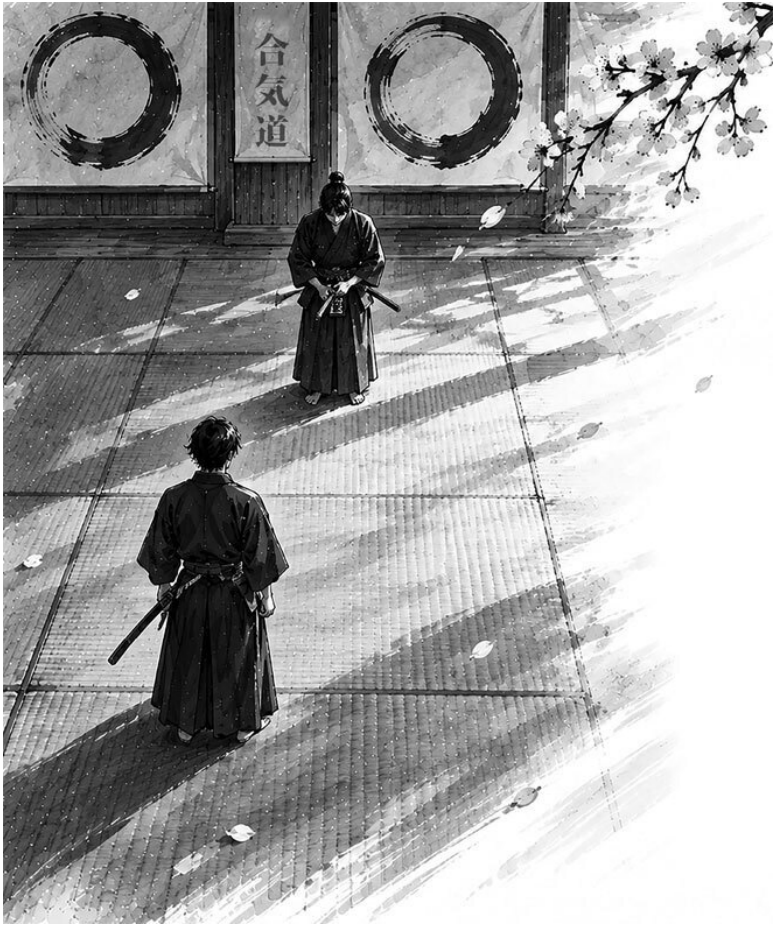
Около полугода я регулярно посещал занятия — это был новый этап внутреннего и физического развития. После чемпионства захотелось *вернуться к истокам*, и для меня этим

истоком стало самбо. В отличие от иайдо, где ощутимы философские и духовные практики и где всегда идёт очень тонкая внутренняя работа, самбо больше про довольно-таки жёсткую работу с телом, про динамику. На тот момент мне как раз требовалось больше физической активности.

Позже я вновь соскучился по иайдо и увеличил количество тренировок в этом направлении. А затем поступила новость: японцы объявили о проведении очередного чемпионата мира. Стало понятно: время усиливать тренировки, повышать их качество и увеличивать количество. Приходилось совмещать подготовку с рабочими командировками и текущими делами: для меня это хобби, а не основная профессиональная деятельность. Тем не менее я старался регулярно тренироваться, хотя полностью избежать пропусков не получалось: в то время я уже занимал на заводе должность директора по развитию.



Победа номер два



Вплотную готовиться к чемпионату «Тайкай» я начал за три месяца до его начала, которое было назначено на 21 июня 2025 года. В голове на этот раз сформировалась чёткая картина будущего чемпионата: я уже был в Японии, знал уровень конкурентов, видел выступления мастеров высших категорий, поэтому теперь гораздо лучше понимал, как всё устроено, чего ожидать. В отличие от первого раза, когда до последнего не мог определиться с программой и выбором ката, теперь я чётко знал, что буду показывать, и оттачивал до совершенства каждое движение. За счёт накопленного опыта и уверенности подход был качественно новым. Тем не менее внутри оставалась определённая психологическая нагрузка: я заявлял себя чемпионом, и страх не оправдать высокое звание был ощутим. В то же время это была возможность выйти на совершенно новый уровень.

Надо сказать, что эмоциональный фон перед первым чемпионатом был мягче, чем во вторую мою поездку в Японию. Я всерьёз нервничал: в соцсетях везде известно, что я уже чемпион. Вот сейчас заявлю о том, что снова еду, а если проиграю?! Раньше ведь никто особенно и не верил в меня, это стало для всех каким-то чудом. Теперь-то от меня уже сразу ожидали высокого результата.

Сыграл на руку случай. Я тогда явственно ощущал давление внутри, что участие в чемпионате мне необходимо. Как раз проходил «Мужской стержень» у Эда Халилова — ров-

но как тогда, перед первым своим чемпионатом, проходил «Спарту», «Легион» у Антона Бритвы и уже находился в числе членов «СТАИ». Мой buddy с позывным Седой сказал, выслушав мои мысли по поводу участия в чемпионате:

— Слушай, ты ведь уже чемпион. Ты своё имя в историю уже вписал. Но ведь станет ещё круче, если сумеешь выиграть второй раз: это будет уже не случайность. А если получится потом и в третий раз — вообще фантастика! А пока просто получай удовольствие, не переживай. Для меня и всех нас ты чемпион и останешься им, даже если займёшь последнее место.

Любопытно всё-таки, как слова окружающих способны подчас менять наш эмоциональный фон. После этих разговоров ушла тревожность, фокус внимания сместился. Усилилась внутренняя уверенность: «Ну и ладно, как будет, так будет».

Готовиться к выступлению в Японии — значит не просто приехать, выступить и уехать. Надо пройти акклиматизацию, впитать атмосферу додзё, перенять информацию и навыки от местных сенсеев. Это не формат «прилетел — и сразу на чемпионат»: мы с Максимом Пикаловым полноценно готовились, как и в прошлый раз, взяв неделю для тренировок дважды в день. Важным элементом подготовки стали именно занятия в Токио, где нас тренировал сенсей Шимамура, обладатель седьмого дана (он же готовил нас и к прошлому чемпионату; тогда он выиграл первенство в своей

категории). Это правило, которое станет моим ориентиром и на будущих чемпионатах, например если поеду на «Тайкай» в 2027 году. За шесть месяцев увеличиваю количество тренировок, регулирую питание, добавляю разные практики. За три месяца — ежедневные тренировки. За неделю до соревнований подключаешься к тренировочному процессу, отключаешься от всего постороннего, целиком погружаешься в иайдо. Живёшь этим, анализируешь себя, пересматриваешь свои техники, записываешь видео, исправляешь ошибки, задаёшь вопросы сенсеям — целые дни проводишь в додзё. Только после чемпионата можешь выдохнуть и позволить себе отвлечься.



С сенсеем Шимамурой



СЕНСЕЙ АЛЕКСАНДР ВАСИЛЬЕВИЧ НЕСТЕРЕНКО, канчо, девятый дан кёкусин карате, пятый дан иайдо:

«Меч — это не только оружие, это путь, а иайдо — искусство движения, концентрации и внутренней тишины. За один удар ты видишь всё.

Участие в соревнованиях такого уровня, как "Тайкай" — международный турнир в Японии, который проходит раз в два года, — даёт человеку возможность оценить свои способности и понять, как развиваться в дальнейшем.

Участники, начиная с новичков и заканчивая высшими данами, соревнуются между собой. Если выпадает возможность занять первое место, участнику присваивают следующую степень (дан). Одновременно выступают два участника, выполняя ката (технические действия), а трое судей определяют, кто был лучшим.

"Смотри на ученика как на Будду, даже если он ещё не знает этого".

Максим Пикалов, третий дан иайдо, второй дан карате, инструктор, у него есть интересное хобби — он актёр театра. Стаж его занятий иайдо составляет десять лет, и победить на таком уровне — сложная задача, поскольку все участники являются профессионалами; малейшая ошибка — и победа ускользает к твоему сопернику. Максим уже имеет опыт соревнований такого уровня: на прошлом "Тайкае" среди первых данов он занял первое место.

В иайдо всё строится на полной концентрации. Один неверный жест, и ты теряешь суть. Это учит быть "здесь и сейчас", что особенно ценно в мире постоянных отвлечений. Это придавало Максиму уверенности в победе. На этот раз получилось занять третье место, но и это высокая и достойная победа на

таком турнире. Мы разбирали выступление Максима и видели, что шансов выиграть у японца у него не было. Ему есть чему учиться и радоваться своим успехам!

Станислав Ким, второй дан иайдо, бизнесмен. Умение контролировать свои эмоции и действия Станислав укрепил на прошлом "Тайкае", в котором занял первое место (ученическая степень). В этот раз он пробовал свои силы среди первых данов. Станислав оказался сильнее своих соперников. Этот "Тайкай" стал для него счастливым, подарив невероятный успех — снова быть первым. На тренировке в своём додзё сенсей Уецибара вручил Станиславу сертификат о присвоении второго дана. Это прекрасная мотивация участвовать в "Тайкае", быть первым и получить очередной дан (такие условия соревнования).

Если вы стараетесь придерживаться поведения, которое включает в себя прямые философские действия самурая, вы, скорее всего, подумаете, что будо и бусидо просто удивительны.

В "Тайкае" существует правило: каждый участник, начиная с начального уровня и до высших данов, соревнуется с противниками исключительно своей категории. Требования к качеству и технике выполнения ката участниками первого и третьего данов совершенно разные, шансов победить на другом уровне нет. Подводя итоги наших выступлений, мы пришли к единому выводу: каждый участник стопроцентно соответствовал по своим навыкам и опыту. Для Станислава этот "Тайкай" стал

счастливым: из числа своих соперников, обладателей первых данов, Станислав оказался сильнее всех, заняв первое место. Стать чемпионом мира второй раз — это невероятный успех!

Ещё одним участником прошедшего чемпионата "Тайкай" от нашей страны стал сенсей Максим Пикалов, обладатель третьего дана иайдо. Он ведёт обучающие группы по иайдо и карате. В этот раз Максим занял третье место, и с учётом уровня мастеров Японии это просто замечательный результат».

Мы думали: потренируемся неделю, затем будет чемпионат, а потом отдохнём, поездим по Японии, устроим себе «каникулы». Но на деле вышло иначе. После турнира у нас было столько внутренней мотивации и желания получить максимум знаний, что вместо тусовок мы оставшуюся неделю продолжили тренироваться дважды в день. Поездки, океан, экскурсии — всё это откладывалось ради общения с сенсеями, ведь каждая минута там была ценна: дальше мы вернулись бы за знаниями только через два года. Словом, мы с головой ушли в тренировки. Позже мы с Максимом обсуждали, что тот объём знаний, который получили за одну поездку в Токио, равен как минимум полугоду, а то и году тренировок в Москве: с утра до вечера общаешься с сенсеями, перенимаешь от мастеров их техники. Кроме того, каждый визит в Японию даёт новые знакомства. В этот раз мне удалось познакомиться с интересным человеком из Штатов по

имени Кларк, который сейчас живёт в Японии и имеет шестой дан. Он яркий пример того, как международное сообщество иайдо постоянно расширяется.

…На чемпионат я приехал с несколькими флагами: компании АО «Электропривод НПЦ-21», флагом «СТАИ», группы компаний ANT-GROUP, которую учредил мой хороший друг Антон Викторович Батаков. А незадолго до чемпионата меня познакомили с министром спорта и физической культуры Удмуртской Республики Денисом Викторовичем Парахиным. Я подарил ему свою книгу, и мы ещё долго общались. Рассказал, что готовлюсь к очередному чемпионату мира по иайдо и собираюсь в Японию, и он вручил мне флаг родной мне Удмуртии, который я тоже взял с собой.



С министром спорта Удмуртской Республики Денисом Парахиным

…И вот ведь что интересно, дорогие мои читатели. В 2025 году нас позвали на чемпионат по иайдо в Японию, хотя ситуация в мире была весьма своеобразной. Сверху принимающей стороне пришёл жёсткий указ: российский флаг не поднимать, слово «Россия» нигде не писать. Формально нас как бы не должно было быть. Но японцы всё равно прислали приглашение: «Приезжайте, мы будем рады вашей школе».

На всех предыдущих турнирах — 2019, 2023 годов — флаг Японии и флаг России всегда находились рядом. В зале на общей фотографии видно: у всех таблички «страна — имя». У меня на форме сверху была надпись Russia, ниже — фамилия Kim. Перед выходом я просто подворачивал ткань так, чтобы Russia не было видно. Формально требования японских властей были соблюдены.


第18回 居合道会国際大会
ЭП
ЭЛЕКТРОПРИВОД
НПЦ-21


第18回 居合道会国際大会
ANT GROUP


第18回 居合道会国際大会
（第22回 全国大会）



А теперь внимательно всмотритесь в фото: на них видно, что организаторы вывесили флаги именно так, чтобы российский триколор всё равно был в ряду флагов других стран. Формально хозяева чемпионата не нарушили запрет: де-юре флага России нет, де-факто он присутствует. Мне кажется, это было сделано намеренно. Японцы сохранили уважение ко всем участникам, ведь боевое искусство иайдо вне политики. По крайней мере, я в это верю.

Если говорить здесь о моих личных ощущениях, то ника-

кой обиды не было. На чемпионате нет «я из этой страны, ты из той». Люди приехали со всего мира заниматься любимым боевым искусством. Все общались нормально, на равных. Чемпионат — это, конечно, волнение, ответственность, но по большому счету это праздник. Ребята, которые два года живут иайдо, наконец встречаются, проверяют себя, показывают, к чему пришли.



«Искусство иайдо вне политики».

В первый день чемпионата ещё до начала соревнований с меня сошло уже десять потов. Внутри жило сложное чувство, замешанное на опасении: а вдруг не получится? Пока шли сборы участников, я фотографировался с флагами и два из них случайно заснял перевернутыми. Удмуртский флаг я несколько раз перепроверил, а вот ошибки с остальными просто не заметил. Понял только, когда уже посмотрел фо-

то. Пришлось переснять — мой перфекционизм не позволил забить на вопрос.

После победы на первом круге мне стало полегче: я почувствовал уверенность, начал двигаться свободнее.

На турнире был парень из Канады по имени Ли. Мы уже встречались на предыдущем чемпионате, выступая в одной группе. В этот раз он невероятно мощно показывал ката. Максим, наблюдавший со стороны, заметил: «Этот парень просто зверь!» Я встретился с Ли в четвертьфинале. Поначалу он был как машина с идеально выверенными движениями, и вдруг… начал ошибаться, делая простецкие ошибки. Такое чувство, что человек был непобедим, а при встрече со мной его будто перемкнуло.

После выступления мы с Ли разговорились, и я спросил его:

— Ты так круто выступал. Почему же допустил такие детские ошибки?

Ли ответил:

— Знаешь, когда мы вышли на поединок и я увидел, кто мой оппонент, понял: ты тот самый парень, который в прошлый раз стал чемпионом. Я занервничал и потерял контроль над ситуацией.

Вот так, оказывается, человека могут подвести эмоции и волнение. Это был крайне показательный момент для меня. В тот день я в полной мере почувствовал: независимо от титулов и опыта все мы одинаковые живые люди…

Словом, мне единогласно присудили первое место, и я прошёл в полуфинал чемпионата.

ГАЛИНА ЛЬВОВНА и ЛЕОНИД ГЕРМАНОВИЧ КИМ:

«Станислав с детства задавал вопросы, которые нас подчас искренне удивляли. Помним, как в первом или втором классе он вдруг спросил: "Для чего я живу?" Такой маленький — и такие взрослые мысли. Уже тогда было понятно: этот ребёнок думает иначе, глубже, чем его сверстники.

Станислав рос человеком, который всегда шёл к цели, не останавливаясь перед трудностями. Но это не значит, что нам, родителям, было спокойно. Волновались мы всегда! Когда он впервые поехал на сплав, казалось — рано ещё, не готов. Когда в юности отправился на год учиться в США, думали: справится ли один, в чужой стране, без языка? Сумеет ли выстроить отношения с ребятами в школе, найти общий язык с людьми? Страхи самые обычные, родительские. Но мы в него верили, и каждый раз он доказывал, что наша вера была не напрасной.

Когда узнали, что он стал чемпионом мира — причем дважды, — это вообще было что-то особенное. Гордость, конечно, огромная. Но и удивление тоже: вот оно, мировое чемпионство, в нашей семье, то, что всегда казалось какой-то недосягаемой высотой. Это происходит с нашим сыном. Такое не забывается.

Сейчас мы наблюдаем, как растут наши внучки.

Старшая, кажется, уже сейчас учится отстаивать свою точку зрения — совсем как отец. Младшая удивляет любознательностью и каким-то внутренним упрямством в хорошем смысле. Смотришь на них — и видишь что-то знакомое.

Книги Станислава — отдельная тема. Такие издания, как это, нужны прежде всего молодым. Хотя сейчас вообще в моде реальные истории: люди устали от выдуманного, хотят чего-то настоящего, живого. Читаешь про чужой путь и думаешь: если смог он, смогу и я. А это, пожалуй, самое важное, что может дать книга. И главная её честность в том, что в жизни есть и взлёты, и падения. Потому что падения — не приговор. Это просто часть пути».





Когда выступаешь в статусе чемпиона, это автоматически обеспечивает тебе определённую репутацию. Соперники понимают, с кем имеют дело. В этот раз в моей группе было больше участников, чем на предыдущем чемпионате. Я понимал: главное — пробиться в финал, и тогда как минимум второе место в кармане. С каждым этапом отбора становится морально легче, но и соперники — сильнее.

В итоге в финале остались мы вдвоём: я и японец. Вообще, на чемпионатах по иайдо призовые места почти всегда уходят японцам — это их национальный спорт. Тут важно отметить: соревнования судят всегда честно. Если бы судьи отдали голос японскому участнику, никто не стал бы оспаривать это решение. Но в иайдо принцип честности возведён в абсолют: три судьи фокусируются на одном спортсмене, затем на другом; шансы одинаковы для всех.

Финал — это целое действо. Все претенденты на победу уже определены, зал освобождён. В центре — пятеро судей; слева и справа от стола секундантов размещаются участники всех категорий. Внимание приковано только к двум соперникам. Когда доходит очередь до тебя, это особенная эмоция. Шесть минут твоего триумфа: пять ката, включая торэй, традиционная церемония поклона мечу. В начале ощущается лёгкая тревога, но потом приходит приподнятое состояние: выполняешь то, что должен, наслаждаешься момен-

том. Очень важно зайти в состояние поединка. Ты понимаешь: либо *ты* отнимаешь жизнь, либо *у тебя*. При этом всё твоё тело и чувства излучают энергию настоящего поединка, пусть и с воображаемым противником, — хладнокровие, уверенность, настрой на победу.



В середине — сенсей Шимамура

После моего финала выступали вторые даны. Андрей Георгиевич Реус, мой друг и наставник, обладатель пятого дана, наблюдал с трибун, где собираются зрители и участники. Он подошёл ко мне, и его глаза светились от счастья. Сказал, что всё было видно: соперник не мог тягаться со мной, я был гораздо выше него по уровню. Но при этом Андрей Георгиевич добавил:

— Судя по выступлениям вторых данов, тебе, Станислав, среди них делать пока нечего. Надо расти дальше.

Это мне запомнилось: трезвая оценка!

После выступлений ко мне подошёл сенсей Камацу и сообщил, что сенсей Ниина решил присвоил второй дан досрочно. Существует такая практика: все победители «Тайкая» автоматически получают следующий дан, потому что среди своего уровня ты уже лучший. Я прикинул: если каждый раз побеждать, то за четырнадцать лет можно дойти до седьмого дана. А ведь люди подчас идут к этому всю жизнь!

…Когда стало понятно, что я вновь стал чемпионом, первый телефонный звонок был, конечно же, семье. Написал в чат родне, чтобы они все порадовались. В целом же, как бы странно это ни прозвучало сейчас, мало кто верил в моё повторное чемпионство. Мол, снаряд в одну воронку дважды не попадает, просто повезло. Даже мечники, сенсей Нестеренко и директора региональных филиалов, недоумевали — как так? Хороший вопрос. Видимо, мне просто удалось собраться именно в нужный момент: войти в состояние по-

единка, морально подготовиться, сосредоточиться и выступить максимально собранно.

Легенда Миямото Мусаси

Есть старая история о величайшем мастере меча Японии — Миямото Мусаси. Однажды его спросили:

— Когда человек становится непобедимым?

Мусаси ответил:

— Когда перестаёт бояться проиграть.

В этом и есть одна из глубочайших истин пути меча. Самый главный поединок происходит не между двумя людьми. Он происходит внутри человека — между сомнением и уверенностью, между страхом и присутствием, между суетой и покоем.

Иайдо — древнее искусство, которое родилось в эпоху самураев, когда нападение могло произойти в любую секунду. Тогда мастера меча искали не силу удара — они искали чистоту момента. Легенда рассказывает ещё об одном мастере — Хаясидзаки Дзинсукэ, основателе стиля иайдо. После долгих медитаций он понял: победа начинается не с удара. Победа начинается в момент извлечения меча, когда ум спокоен, когда нет страха, когда движение рождается из центра.

После основного движения выполняется тибури — символическое стряхивание крови с меча. Конечно, на татами нет реального противника, но этот жест сохраняет память о боевом происхождении искусства и напоминает, что каждое движение имеет

смысл. Затем следует ното — возвращение меча в ножны. Это один из самых сложных моментов. Здесь нужна абсолютная точность, спокойствие и контроль. Нельзя торопиться, нельзя потерять центр на завершении. И в самом конце остаётся дзансин — состояние полной концентрации и собранности после завершения действия, когда движение уже закончено, но сознание по-прежнему острое, ясное и живое. В этом — вся философия иайдо: ты можешь завершить действие, но не должен терять центр.

Иайдо — это искусство мгновения. Там нет права на хаос. Там нет места эмоции, которая выходит из-под контроля. Там есть Присутствие.


回 居合道会国際大会
第22回 全国大会）
賞状

Местные пригласили нас на Сайонару — традиционную прощальную вечеринку после чемпионата. Собрались ребята из разных стран, в числе которых были участники из Боливии, Аргентины, Канады, США — эдакий классный мультикультурный микс, настоящее братство любителей иайдо, одна большая семья. Атмосфера была очень дружелюбной, все были максимально расслаблены и душевны. Из иайдо-тусовки запомнился человек по имени Чино, шестой дан, владелец ресторана и парфюмерного бизнеса. Очень добрый и открытый, позже он пригласил нас в свой ресторан на традиционное японское блюдо сябу-сябу, где мелко нарезанное мясо в кипящем бульоне готовилось прямо у нас на глазах. Это стало впоследствии одним из самых ярких впечатлений поездки — взрыв вкуса, который не передать словами.



Не могу не сказать об одной важной для меня вещи.

За последние годы у меня сложилось устойчивое ощущение, что японцы по отношению к нам, к российской школе иайдо, очень дружелюбны. В 2023 году мы это прочувствовали особенно сильно. Нас охотно допускали на тренировки, делились знаниями, не создавали никакой искусственной дистанции. Это отношение сохранилось и потом.



В ресторане у сенсея Чино, шестой дан

Меня очень тронуло то, что практически все сенсеи были готовы помогать нам и делиться опытом. Один-два человека держались чуть строже, но общий настрой был очень позитивным. В этом смысле для меня особая фигура — это сенсей Уецибара.

У нас есть традиция приезжать на чемпионат заранее, обычно за неделю. Это время мы используем, чтобы подтянуть технику, подстроиться под местный климат, ритм, зал. Поэтому, когда в очередной раз мы приехали в Японию, я попросил именно сенсея Уецибару потренироваться в его

додзё. Привёз ему свою книгу — для меня это был важный жест уважения. Подарил, сказал, что хотел бы позаниматься. Он отреагировал очень по-человечески: «Приходите, вот расписание тренировок». В итоге мы полноценно тренировались у него дважды в день.



Приятный момент дарения моей первой книги сенсею Уецибаре



С сенсеями Максимом Пикаловым и Уецибарой

Сенсей Уецибара имеет седьмой дан и стоит высоко в мировой иерархии иайдо, однако при этом остаётся удивитель-

но простым человеком. Он активно тренирует, хорошо знает всех и явно любит то, чем занимается. На «Тайкае» он входит в число судей. Я бы описал его как магнит для учеников со всего мира. Уецибара человек редкой открытости: всегда улыбается, приглашает в свой кабинет, показывает что-то, рассказывает. Когда мы с Максимом купили катаны для тренировок и выступлений, он попросил их показать, внимательно осмотрел, сказал, что в целом всё нормально, но вот, мол, цубу стоит поменять… Маленький пример того, как человек с огромным опытом не ленится делиться нюансами.



«Для меня японцы в иайдо — это не закрытая нация, как обычно принято считать. Это люди, которые умеют быть строгими и требовательными, но при этом искренне открыты к тем, кто приходит к ним с уважением и готовностью работать».

Важно ещё и то, что сенсей Уецибара является одним из первых сенсеев, с кем познакомили Александра Васильевича Нестеренко, главу школы иайдо в России, когда тот в 2000 году только приехал заниматься к сенсею Ниина.

Был забавный случай. Одна из вечерних тренировок у Уецибары завершилась очень по-японски и очень по-человечески. Он сказал тогда: «Всё, хватит, beer time!» Мы переоделись и пошли в ближайший бар. Кто-то взял сок, кто-то чай, кто-то пиво. Мы с сенсеем тоже взяли по бокалу. В какой-то момент я понял, что он не дал никому из нас заплатить: взял счёт за всех «международных» учеников, а нас было человек восемь. Уецибара сделал это жестом гостеприимства: вы приехали к нам в Японию, на наш «Тайкай», на наш праздник — дайте же нам вас принять! Мы там все перезнакомились, обменялись контактами. Задружились настолько, что моя книга теперь стоит в додзё в Аргентине и в Боливии. Для меня это очень ценно.



Beer time

Когда мы выиграли чемпионат, наш непосредственный тренер, сенсей Шимамура, искренне за нас радовался. Потом на общей вечеринке, уже ближе к часу ночи, я невзначай спросил его: а когда следующая тренировка? Он объявил всем, что утром будет занятие. Мы разошлись далеко за полночь, но наутро пришли все. Кто-то выглядел бодро, кто-то не очень, но никто не стал отлынивать. Особенно меня поразила одна женщина: её, казалось, нужно было просто не трогать в этот день, но она всё равно встала и пришла. В этом для меня проявляется японский подход: если сенсей сказал,

что будет тренировка, она будет, даже если накануне была ночь длинных саке. Я потом поймал себя на мысли, что сам стал инициатором этого «утреннего мазохизма», и да, некоторые смотрели на меня с немым укором в глазах: мол, можно же было дать людям выспаться? Но те, кто оказался голоден до знаний, как мы с Максом, были только рады.

Если говорить о сенсее Ниина, то это фигура совсем другого масштаба. Он глава мировой школы иайдо, лидер, на которого равняются все. В каждом додзё по всему миру висит его портрет, и каждый урок начинается и заканчивается поклоном в его сторону. В 2023 году мне повезло: я попал к нему на тренировку, мы даже смогли пообщаться. После чемпионата он пригласил всех нас в китайский ресторан и угощал. Казалось бы, человек такого уровня вполне мог держать дистанцию, но он очень просто, по-человечески разговаривал за столом, шутил. К слову, именно тогда я вслух сформулировал для себя мысль, которая давно крутилась в голове: хочу своё додзё у себя дома. Сенсей отнёсся к этому с одобрением. Сейчас, в 2026 году, я наконец реализовал эту идею: сделал небольшое додзё прямо в доме! Для меня это огромная и важнейшая личная победа. Переоделся, прошёл пару шагов — и ты уже в собственном зале. Кайф же!

Отдельное место занимает в моей системе личностей в иайдо сенсей Шимамура. Он чемпион мира среди седьмых данов 2023 года. Живёт он на севере Японии и прилетает на чемпионат самолётом. Человек невероятно жизнерадостный

и в то же время сосредоточенный. По ощущениям, именно он вложил в нас больше всего. Его английский довольно слабый, но это совершенно не мешает ему доносить главное. За счёт жестов, мимики, интонации он настолько точно показывает, где у тебя ошибка и как её исправить, что никаких дополнительных слов не требуется. У него редкий талант доносить тонкие технические нюансы даже при языковом барьере.

Сенсей Камацу — человек, без которого весь наш японский опыт был бы гораздо более хаотичным. Он занимает высокое место в школе, отвечает за организацию, переговоры и логистику. Прекрасно говорит по-английски. В первый же день отвел нас в додзё, представил, помог решить все бытовые вопросы. Нам нужно было купить мечи, он созвонился с магазином, который тогда открыли специально для нас.

Когда мне присвоили второй дан за победу на чемпионате, я попросил сенсея Камацу попробовать сделать так, чтобы диплом напечатали и вручили прямо в Японии. Обычно на это уходит время, и дипломы потом приезжают в Россию общей пачкой. У нас как раз была неделя после чемпионата. Камацу сначала засомневался, сказал, что так быстро обычно ничего не делается, но всё же попробовал. В итоге добился того, чтобы диплом успели выпустить, привез в додзё, передал сенсею Уецибаре, и тот лично вручил мне второй дан с полной церемонией. Для меня это было очень сильное, почти символическое событие: получить дан именно в япон-

ском додзё из рук сенсея, к которому я отношусь с огромным уважением.

Сенсей Кубота курирует нас уже на уровне методики и обучения. С ним мы видимся реже, в основном на «Тайкае» и семинарах. Но даже за короткие встречи стало понятно, насколько он вовлечён именно в российское направление. На «Тайкае» он достал альбом с фотографиями из поездок в Россию и с большим интересом расспрашивал: как Александр Васильевич? Как моя дочь Ника, занимается ли? Он удивительным образом помнит людей по именам, кто как сдавал экзамены. Если говорить об обучении, именно сенсей Кубота приезжает и проводит семинар.

Говоря о философии тренировочного процесса, здесь у японцев и у нас гораздо больше общего, чем различий. В любом додзё в любой стране вы увидите одни и те же обязательные элементы: разминка, базовые отработки, ката. Команды на японском, структура занятия узнаваема. В этом и есть сила системы: если я приеду в Боливию или Аргентину и зайду в додзё, я буду точно понимать, что происходит и что нужно делать.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.