

SEI SHIN



*Bušido,
cesta samuraje -
Čest*

*Otázky pro
Vaška Mikoláše*

Záhadná síla Ki

Cesta do Japonska

*Příběh
47. róninů*

*Když
Rudyard Kipling*

Magazín

Ročník 2 číslo 4

<https://www.aikido-budejovice.cz/>

OBSAH

str. 3 - 5	Otázky pro Vaška Mikoláše.
str. 6 - 7	Li-Po básně
str. 8 - 11	Bushido
str. 12 - 13	Japonské mýty
str. 14 - 15	Příběh 47. róninů
str. 16 - 18	Cesta do Japonska
str. 13 - 23	Trénink Aikido - Z. Reguli
str. 24 - 26	Dějiny Japonska
str. 28 - 31	Techniky aikidó.
str. 32	Kulturní okénko.
str. 33 - 35	Když - Rudyard Kipling
str. 36 - 38	Tchajwanský čaj
str. 39 - 43	Tajemná síla KI

Časopis je vydáván 4 x ročně a zatím pouze v elektronické podobě. Časopis SEI SHIN se zaměřuje nejen na články o Japonském bojovém umění AIKIDO, ale přináší další informace o činnosti oddílu, japonské kultuře, filosofii a umění. Cílem je informovat a vzdělávat členy v duchu BUDÓ a zdokonalování vlastního charakteru nejen na tatami, ale i v civilním životě.

Veškeré dotazy a příspěvky
posílejte na adresu:
jan.pertliczek@post.cz

Vaše redakce



Příští deváté číslo vyjde 23. 12. 2025



Otázky pro Vaška Mikoláše

1) Od kdy cvičíš aikido a co tomu předcházelo?

Cvičím od roku 2013 a aikido jsem si vybral jako kompenzační cvičení, protože jsem běhal dlouhé tratě, tuhle mi svaly na nohou a potřeboval jsem je protáhnout. Tip jsem dostal od spolužáka z gymnázia, který se znal a zná s Alešem Kubelkou a doporučil mi dojo v Rožnově.

2) Co pro tebe znamená aikido?

Jednoznačně pohyb, v druhé řadě i psychickou relaxaci a určitě i socializaci.

3) Jak se změnilo tvé aikido v průběhu let?

Myslím, že lépe chápu smysl jednotlivých pohybů – hlavně kroků, což mi umožňuje více se soustředit na celkové provedení technik.

4) V čem ti aikido pomáhá?

V udržování se hlavně, ale nejenom, ve fyzické kondici.

5) Jak je důležitá filosofie v aikido a myslíš si, že jen skrze cvičení dojdeme k poznání, nebo je nutné studium z knih?

Jsem velmi přízemní člověk, takže – omlouvám se – chápu aikido hlavně jako fyzický pohyb, bez kterého – hlavně ve vyšším věku – nelze dle mého soudu pořádně fungovat.

6) Napadne tě něco v čem má aikido slabiny, nebo co bys cvičil jinak?

Nenapadá mě nic.

7) Co je v aikido nejdůležitější?

Koordinace pohybů

8) Co ti přináší aikido do tvého soukromého a profesního života (aikido jako přesah)?

Viz výše - fyzickou i psychickou kondici

9) Nejoblíbenější technika a útok a proč?

Irimi nage – z jakéhokoliv útoku – jednoduché jenom na první pohled, více variant.

10) Čeho bys chtěl v aikido ještě dosáhnout?

Nemám žádné ambice ohledně vyšších stupňů – jenom bych chtěl vydržet cvičit co nejdéle

11) Co bys lidem doporučil cvičit, aby se zlepšila technika aikida (myslím mimo dojo)?

Nevím, jestli jsem to správně pochopil, ale obecně – cokoliv, co rozvíjí pohyblivost a koordinaci pohybů.

12) Kdo je tvojí inspirací z učitelů?

Všichni – každý svým způsobem

13) Jaký máš názor na zbraně v aikido, mělo by se cvičit více se zbraněmi?

Cvičení se zbraněmi mi nevadí, frekvenci ponechám na učitelích.

14) Jaké jsou tvé ostatní zájmy a záliby, jakou mají souvislost s aikidem?

Obecně sport – tenis, běh, běh na lyžích – souvisí s pohybem, jinak knihy.

15) Jaká kniha Tě inspiruje a co jsi naposledy četl?

Jako autor se mi líbí nejvíce Frederick Forsyth a inspiruje mne téměř každá jeho kniha. Naposledy jsem četl povídky od Roalda Dahla.





16) Jakou hudbu posloucháš?

Kromě jazzu a punku cokoliv.

17) Čím bys chtěl být, kdybys nebyl tím čím jsi?

Byl jsem vždy tím, čím jsem chtěl být.

18) Co pro tebe znamená slovo vděčnost?

Nic moc – cituji z Forsytha – nejvíce Tě budou nenávidět ti, kteří by Ti měli být nejvíce vděční.

19) Jaké lidské vlastnosti si vážíš a jaká je pro tebe nejhorší?

Váším si upřímnosti (téměř za každou cenu), nesnáším faleš – v jakémkoliv smyslu.

20) Jaké je tvé životní krédo?

Žít slušně a nechat žít slušně.

21) Co považuješ jako největší nebezpečí pro společnost?

Hloupost, včetně arogance hlupáků, spočívající v tom, že si myslí, že jsou chytří.

22) Co bys popřál oddílu do budoucna?

Mladou krev.

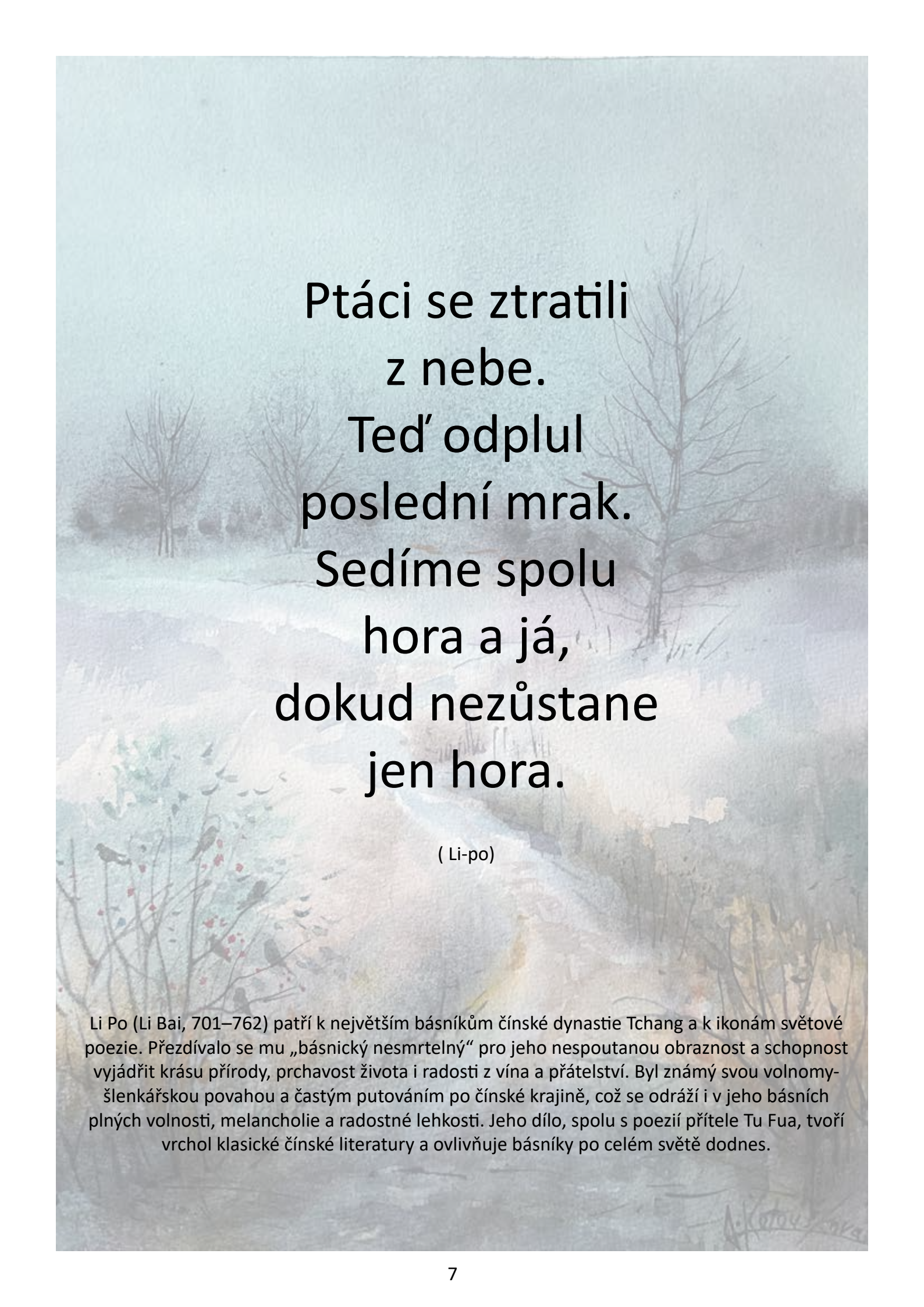
Děkuji Ti Vašku za odpovědi.



Kláster Feng Ting

Trávím noc v klášteře
na vrcholku hory Feng.
Když ruku vztáhnu,
dotýkám se hvězd.
Téměř se bojím promluvit,
abych snad
nesmrtelných bohů
nenarušil klid.

(Li-po)



Ptáci se ztratili
z nebe.
Teď odplul
poslední mrak.
Sedíme spolu
hora a já,
dokud nezůstane
jen hora.

(Li-po)

Li Po (Li Bai, 701–762) patří k největším básníkům čínské dynastie Tchang a k ikonám světové poezie. Přezdívalo se mu „básnický nesmrtelný“ pro jeho nespoutanou obraznost a schopnost vyjádřit krásu přírody, prchavost života i radosti z vína a přátelství. Byl známý svou volnomyšlenkářskou povahou a častým putováním po čínské krajině, což se odráží i v jeho básních plných volnosti, melancholie a radostné lehkosti. Jeho dílo, spolu s poezií přítele Tu Fua, tvoří vrchol klasické čínské literatury a ovlivňuje básníky po celém světě dodnes.

BUŠIDO

INAZO NITOBÉ

2. část

Čest

Idea čestnosti a latinská i německá etymologie splynula takto se ctí, takže jest na čase, pozdržeti se při pozorování tohoto odstavce v učení rytířství.

Smysl pro čest, která vzbuzuje živé sebevědomí vlastní hodnoty a důstojnosti, přirozené charakterisoval Samuraje, který byl k tomu zrozen a vychován, aby si vážil povinností a předností svého stavu. Ačkoliv slovo, jehož užíváme dnešního dne ku překladu slova čest, nebylo volně používáno, přece byla vlastní myšlenka vyslovena výrazy na (jméno), memboku (tvářnost) a gai-bun (doslech); vzpomeňme si jen na biblické užívání, Jména, na vývoj pojmu osobnost z řecké nauky a na slávu. Dobré jméno bylo něčím samozřejmým a každá poskvna jeho byla hanbou. A pocit hanby Ren-či-šin byl jedním z prvních, které mládeži byly vyznačovány. Budeš směšný, „Bude to ostudou pro tebe,“ „Nestydíš se?“ tak mluveno k mladému hříšníku, aby byl k dobrému chování přidržen. Taková nárážka na jeho čest dotkla se nejjemnějšího místa dětského srdce, tak jakoby již ze života matky čest bylo sálo. Vskutku pocit hanby pokládám za prvé znamení mravního sebevědomí. Prvý a nejhorší trest, který člověčenstvo zastihl, když ochutnali naši první rodiče ovoce se stromu zapovězeného, nebyl dle mého zdání v bolestech rození, ani v trní a hloží, nýbrž ve vzbuzení studu. Málo obrazů v dějinách rovná se pathosem scény onomu, na němž zobrazena jest prvá matka, která s dmoucími se ňadry a třesoucí se rukou sešívá fíkové listy, jichž zarmoucený

manžel natrhal. Prvý plod neposlušnosti drží se nás mocí nevýslovnou. Žádnému umění krejčovskému nezdařilo se dosud ušítí zástěru, která by zakryla úplně náš stud. Nedivím se proto onomu Samuraji, který zdráhal se z mládí čest svoji maličkosti pošpinit. „Neboť,“ pravil, hanba jest jako rána na kůře stromu, s dobou roste místo aby zanikala.“

Mencius učil již před staletími oněm slovům, které vyslovil Carlyle před nedávnem: „Stud jest původem vší ctnosti, dobrých mravů a dobré morálky.“

Mencius byl nejzajímavějším čínským učencem. Poněvadž psal v epigramech a se zvláštním humorem, zdá se nám velice často podoben moderním spisovatelům západním. Byl prvním demokratem starého východu. Tak výrazným demokratem, že knihy jeho byly jeden čas zapovězeny v knihovnách absolutistického Japonska.

Tento strach před hanbou byl tak veliký, že ačkoliv nemáme v řeči naší tak jadrných slov, jako ona, která Shakespeare uvádí a vkládá do úst Norfolkových, přece vznášel se jako Damoklův meč nad hlavou každého Samuraje a často i chabý charakter zaujal. Ve jménu cti byly zhusta konány věci, které v kodexu Samurajů nemohou dojíti ospravedlnění. Nejmenší a často jen domyšlená urážka zranila horkokrevného chlubila a vtiskla mu do ruky meč k nesmyslnému činu, ku prolití mnohé nevinné krve. Příhoda dobromyslného občana, který jednoho Buši upozornil na blechu po zádech jeho hopkající a v odměnu za to ve dví byl rozpolcen, jest toho důkazem. A čin tento odůvodněn jednoduše: „Blechy jsou cizopasníci, kteří krví jiných zvířat se živí, a proto jest neodpustitelnou chybou porovnatí udatného vojína se zvířetem“ takovéto historky jsou příliš frivolní, než abychom jim mohli věřit. Vypravování podobného druhu učí nás těmito třem věcem:

že byla vymyšlena, aby obyčejný lid ve strach přivedla,

že čestného úřadu Samuraje bylo zneužíváno,

že velmi přísný pojem cti byl vzbuzován za pomoci oněch povídek.

Jest ale nespravedlivo zavrhovati celé předpisy pro jeden abnormální případ, pravě tak jako by bylo chybou, zavrhovati pravá učení Kristova kvůli plodům náboženského fanatismu, jakým byly inkvizice a přetvářka. Ale jako v náboženské fixní ideji jest u porovnání s deliriem tremens opilce něco dojemně ušlechtilého, tak můžeme v nejkrajnějším pojmu cti Samuraje nalézt základ pravé ctnosti.

Chorobná výstřednost, v níž jemný čestný kodex znetvořiti se hrozil, byla držena učením o trpělivosti a velkomyslnosti na uzdě. Rozčilení kvůli maličkosti bylo směšné. Jedno lidové pořekadlo praví: „Snášeti to, co pokládáme za nesnesitelné, jest opravdovým snášením.“ Veliký lejasu zanechal potomstvu několik pravidel, mezi nimiž toto: „Lidský život jest dlouhou cestou, po níž musíme kráčet těžkým břemenem obtíženi.“ „Nepospíchej. Nevytýkej nikomu ničeho, ale pozoruj svoje vlastní chyby. Zdrženlivost jest základem délky našich dnů.“ Žil věrně dle svého učení. Jeden duchaplný muž vložil charakteristický epigram do úst tří známých osobnosti z našich dějin:

Nobunaga píše Zabiji slavika, nezapěje-li včas.“ Hidéyoši: „Donutím ho, aby zpíval pro mne a lejasu: „Vyčkám, až otevře zobák.“

Mencius učil trpělivosti a dlouhým útrapám: „Ač se obnažuješ a mne urážíš, co to znamená pro mne? Nikdy neposkvrníš duše mojí urážkou svou.“ Jinde učí, že jest nečestné pro muže zlobiti se pro malou

urážku, nevole k vůli velké příčině, že jest pravou zlostí.

K jaké výši neválečné a bezbranné pokory mohla se rytířskost pozvednouti u některých svých zasvěcenců, dokazuje Ogawa pravě: „Mluví-li vůkolí tvé špatně o tobě, neodplácej zlé zlým; přemýšlej raději, proč neplnil jsi svědomitěji svých povinností.“ Kumazawa pravi: „Haní-li tě přítel tvůj, nehaň jeho: je-li zlý, nebuď ty zlý k němu,



radost přijde teprve, až náruživost a chtíče minuly“ Saigo mluví: Cesty jsou dvoje: cesty nebes a cesty země. Člověk má po nich kráčet, budiž proto tvoji životní snahou nebe ctít. Nebe miluje mne i ostatní stejnou láskou: proto miluj ostatní jako sama sebe. Ne člověk budiž tvým společníkem, nýbrž nebe, a snaž se, bys si vyvolil nebe za svého společníka. Neztracuj jiných, nýbrž hled' by tvoje cena nebyla nízká.“ Některé z těchto vět připomínají nám křesťanské učení a dokazují jak daleko se může tzv. přirozené náboženství přiblížit praktické morálce zvěstovaného náboženství. Slova tato nebyla mluvena nadarmo, byla opravdovými skutky plněna.

Jest nám doznati, že jen málokdo dosáhl této vznešené výše velkomyslnosti, trpělivosti a odpuštění. Většinou byla malá urážka

hned potrestána a krví smyta, jak později poznáme. Čest která bohužel často byla jen světským souhlasem - byla ceněna jakožto summum bonum pozemského života. Sláva, a ne bohatství nebo věda, byla cílem, po kterém mládež měla toužit. Mnohý mladík, odcházeje z domu otcovského, přísahal sobě samu nevrátiti se dříve, dokud nedobude ve světě si jména. Mnohá ctižádostivá matka zdráhala se spatřiti svého syna, dokud dle rčení by se v brokát oblečen domů nevrátil. Mladíci Samurajů, aby unikli hanbě a slávy si získali, poddávali se všem nedostatkům a snášeli nejtěžší tělesné i duševní strasti. Života nebylo ceněno vysoko, bylo-li možno vykoupiti si jím slávu. Naskytla-li se tudíž příležitost, která byla dražší než život, byl obětován mladý život s největším klidem a rychlostí.



Prímot a spravedlnost

Počnu s prímostí a spravedlností, poněvadž jest nejprísnejším předpisem kodexu Samurajů. Nic nezná protivnějšiho než Istivé jednání a křivé cesty. Pojem prímosti jest snad úzkoprsý, snad i nesprávný. Známy jeden Buši definuje prímot jako sílu rozhodnutí: „Prímot jest síla bez váhání jistou cestou v souladu s rozumem jíti, zemřítí, jest-li to spravedlivo bojovati, je-li boj spravedlivý.“ A jiný: Prímot jest kost, která tvoří postavě podporu. Podobně jakoby se ruce nemohly bez kostí pohybovati a nohy státi, tak nemůže ani schopnost ani učenost z lidského těla učiniti Samuraje. Kde jest prímot, tam nepohřešuje se vědění.“ Ano, i v pozdějších letech v době feudalismu, kdy dlouhý mír přivedl klid, a tím i zaměstnání a zábavy různého druhu v život bojovníků, platilo slovo Gishi (upřímný muž) více než jiné slovo značící umělce nebo učence. Oněch 47 věrností, které hrají v národní výchově tak důležitou úlohu, nazývá se v obecní mluvě 47 Gishi. V době, kdy lest platila za vojenskou taktiku a faleš ze válečnou lest, byla tato mužná, otevřená a poctivá ctnost skvostem, který nejjasněji zářil a nejvíce byl ceněn. Prímot jest úzce spřízněna s udatností, jinou válečnou ctností. Ale dříve než budu mluvit o udatnosti, zdržel bych se rád u něčeho, co se mi zdá odvozením prímosti, co od originálu se stále a stále uchylovalo až v obecném užívání zcela se změnilo. Mluvíme o Giri (= slovně pravém rozumu), které počalo značiti během času neurčitý pocit povinnosti, již muselo býti dle veřejného mínění zadosti učiněno. V původním a nepadělaném slova smyslu znamená jednoduše povinnost, mluvíme proto o Giri, kterou jsme rodičům, představeným, podřízeným a společnosti vůbec povinni. V tomto slova smyslu jest Giri povinností, neb co jiného jest povinností, než to, co nám zdravý rozum činiti káže? Neměla

by býti našim kategorickým imperativem?

Giri neznamenal nic jiného než povinnost samu; láska měla býti citem našim, který všechno naše jednání vůči rodičům řídil. Kde však láska chybí, tam musí na místo ní něco jiného nastoupiti, co by nařizovalo dětskou úctu a to bylo Giri. Zcela správná byla tato autorita Giri, neboť nenabádá-li láska ku šlechetným činům, pak jest na lidském rozumu, aby pomáhal pomoci a jeho rozvaha musí býti zostřena, aby byl přesvědčen o potřebě konání dobra. Totéž platí o každém mravním závazku. V okamžiku, kdy povinnost se nám stává břemenem, jest na rozumu, aby přišel a nedopustil, abychom se oddálili od povinnosti. Takto jest Giri prísným učitelem, který s metlou v ruce nutí lenochy, aby konali povinností.

V ethice jest Giri ctností druhého stupně. Stojí hluboko pod křesťanským učením o lásce, která by vlastně měla býti jediným zákonem. Považuji Giri za produkt podmínek umělé společnosti společnosti, kde rod a nezasloužená přízeň tvořily různé rozdíly třídní, kde rodina byla sociální jednotkou, kde stáří mělo přednost před schopností, a kde přirozené city začasť mu síly se libovolně stvořeným mravním kořiti. Touto umělostí přetvořilo se Giri časem na neurčitý pojem slušnosti, který byl volán na pomoc, aby se mohlo to vysvětliti nebo ono ospravedlniti. Ku příkladu: proč má matka všechny děti obětovati, aby prvorozence zachránila, a proč má dcera i nevinnost prodati, aby opatřila peníze na otcovy výstřednosti atd. Giri, které jako čistý rozum počalo, snížilo se dle mého mínění až ke kasuismu.

Mohl bych o Giri totéž říci, co Scott pravi o vlastenectví: „že jest nejkrásnější, ale začasť i nejpodězeřejší maskou jiných citů.“ Přestoupivší hranice rozumu dostalo Giri ohavné a nesprávné označení. Bralo všechnu sofistiku pod svá křídla a bylo by samo stalo se zřídlem zbabělostí, kdyby Bušido nebyl měl správný a výrazný pojem o udatnosti.

Japonské mýty

Meč Kusanagi – Legendární japonský meč a symbol moci

Meč Kusanagi je jedním z nejvíce uctívaných a mystických předmětů v japonské mytologii a kultuře. Je považován za jeden z tří posvátných předmětů (sanshu no jingi), které symbolizují moci japonské císařské rodiny. Kusanagi je meč, který byl podle legend získán hrdinou a bohem Susanoo a má nejen historický význam, ale i hluboký symbolický obsah, který spojuje japonskou mytologii, náboženství a politickou moc.

1. Původ meče Kusanagi: Příběh o Yamata-no-Orochi

Legenda o meči Kusanagi je spojena s příběhem o Yamata-no-Orochi, obrovském osmihlavém drakovi, který byl neustálou hrozbou pro místní obyvatele. Podle mytologie tento drak každý rok požadoval oběti a v jednu chvíli si vymohl život mladé princezny. Její rodiče byli zoufalí a prosili bohy o pomoc. Na jejich žádost přišel Susanoo, bůh bouře a sestra Amaterasu (bohyně slunce).

Susanoo, vědouc, že musí draka nějak přelstít, použil strategii a napustil osm sudů piva. Drak, opojený alkoholem, usnul. V tu chvíli Susanoo s mečem zaútočil a draka zabil. Když následně zabil draka a rozsekal jeho tělo, našel v jednom z jeho ocasů magický meč, který byl později pojmenován Kusanagi.

Tento meč tedy původně nebyl pouze

symbolem vítězství, ale i důkazem Susanoovy schopnosti porazit zlo a chaos. Susanoo daroval Kusanagi meč japonskému císaři, což mělo za následek, že meč byl považován za jeden z tří posvátných předmětů, které symbolizují císařskou moc a pravomoc.

2. Tři posvátné předměty (Sanshu no Jingi)

Meč Kusanagi je jedním z tří posvátných předmětů, které tvoří část legendy o původu japonské císařské dynastie. Dalšími dvěma předměty jsou:

Zrcadlo Yata-no-Kagami: Symbolizuje bohyni Amaterasu, a je považováno za symbol čistoty a pravdy.

Jemný klenot Yasakani no Magatama: Tento klenot je symbolem národní jednoty a spojený s císařskou mocí.

Tato trojice předmětů byla uchovávána v císařském paláci, ale podle legendy byla také použita v okamžicích důležitých obřadů, které potvrzovaly vládu císaře. Kusanagi meč tak není jen legendárním artefaktem, ale skutečným symbolem japonské císařské linie a její historické legitimacy.



3. Symbolika meče Kusanagi

Kusanagi je mnohem víc než jen obyčejný meč – je to symbol moci, ochrany a boje proti zlu. Jeho historie je spjata s bohy a hrdiny, což z něj činí neobyčejně silný symbol v japonské kultuře.

Symbol boje proti zlu a chaosu: Příběh o Yamata-no-Orochi a porážce draka ukazuje, jak Kusanagi symbolizuje schopnost porazit zlo. To je významný prvek, který se odráží v japonských náboženských i politických obřadech.

Spojení mezi nebem a zemí: Kusanagi je spojen s bohem Susano a v širším smyslu s bohy nebes a země. Tímto způsobem meč reprezentuje most mezi bohy a lidmi a také rovnováhu mezi nebeskými a pozemskými silami.

Císařská moc a legitimita: Meč je symbolem moci, která je děděná po císařské linii. Japonský císař je tradičně považován za přímého potomka bohyně Amaterasu, což mu dává právo vládnout. Kusanagi, jako součást tří posvátných předmětů, potvrzuje tuto božskou legitimitu.

4. Legenda o ztrátě meče

Meč Kusanagi měl být uchováván v chrámu Atsuta, kde byl tradičně považován za posvátný předmět. Nicméně v průběhu historie se dostal do centra několika legend o jeho ztrátě. Jedna z nejznámějších verzí říká, že meč byl ztracen nebo ukraden během jednoho z mnoha vojenských konfliktů.

V dnešní době je pravé umístění Kusanagi meče neznámé. Někteří tvrdí, že je stále chráněn v chrámu Atsuta v Nagoyě, ale není veřejně vystaven. Tento tajemný status meče přidává k jeho mystice a odráží význam, jaký má pro japonskou kulturu – je to předmět

nejen historický, ale i symbolický, a jeho ztráta nebo ukradení by znamenalo zásadní změnu v rovnováze mezi bohy a lidmi.

5. Kusanagi v moderní kultuře

Meč Kusanagi, i když není dnes fyzicky přítomen ve veřejném prostoru, má stále silný vliv na japonskou kulturu. Často se objevuje v japonských filmech, anime, manga a videohrách. Symbolizuje ne jenom starověkou mytologii, ale i moderní spojení s národními hodnotami a císařskou mocí.

V popkultuře: Meč Kusanagi se objevil v mnoha moderních japonských médiích, kde je často zobrazován jako symbol neuvěřitelné síly a moci. V některých příbězích je Kusanagi znovu získáván hrdiny, kteří čelí zlu, což připomíná původní legendu o draku Yamata-no-Orochi.

Ve filmech a anime: V populárním anime Naruto nebo v několika historických filmech je Kusanagi používán jako metafora pro hrdinskou misi, která zahrnuje nejen fyzické boje, ale i duševní a duchovní výzvy.

Závěr: Kusanagi jako živý symbol

Meč Kusanagi není jen historickým artefaktem, ale především symbolem, který odráží silné propojení mezi japonskou mytologií, náboženstvím, politickou mocí a kulturní identitou. Je to nejen nástroj pro vítězství, ale i symbol rovnováhy, moci a ochrany, který ve své mystice stále fascinoval a inspiroval japonskou kulturu po staletí. Meč Kusanagi zůstává záhadným a silným symbolem, jehož příběh přetrvává v japonském vědomí až do současnosti.

PŘÍBĚH 47

RÓNINŮ: CESTA CTI A KRVE

Na počátku 18. století, kdy Japonsko žilo pod pevnou rukou šógunátu Tokugawa, nastalo dlouhé období míru. Samurajové, kdysi hrdí válečníci, byli často zbaveni válečných úkolů a sloužili jako byrokraté. V této době vládl pán Číny provincie Akó, jménem Asano Naganori, mladý a vznětlivý daimjó, který byl šógunem pověřen, aby přijal císařské vyslance v hlavním městě Edo.

Jelikož nebyl Asano obeznámen s dvorní etikou, byl mu jako učitel a průvodce přidělen důvěrník šóguna, dvorský úředník Kira Yoshinaka. Kira byl však pyšný a hrabivý muž, který od Asana očekával drahé dary za své služby. Asano však, veden poctivostí nebo snad neznalostí etikety, takový dar nepředložil. Kira ho za to úpěnlivě urážel a zostuzoval před ostatními.

Urazit samuraje znamenalo urazit jeho čest. Když toho Asano nemohl dále snášet, v záchvatu hněvu tasil meč a napadl Kiru přímo v paláci Edo. Kira vyvázl jen s lehkým zraněním, ale Asano porušil zákaz nošení zbraní v paláci, což bylo nepřípustným zločinem. Tentýž den byl Asano odsouzen ke seppuku – rituální sebevraždě. Jeho majetek byl zkonfiskován a jeho samurajové se stali bezpánskými – róniny.

Mezi nimi vynikal jeden: Óiši Kuranosuke, hlavní komorník hradu Akó. Uprostřed chaosu, kdy byla rodina Asano zničena a někteří samurajové se rozprchli nebo se vzdali cesty bušidó, Óiši složil přísahu: pomstít pána. Věděl však, že přímý útok by vedl k jisté záhubě, nejen jemu, ale i jeho

druhům. A tak začal plánovat odplatu.

Začal jednat lživě. Aby zmátl šógunovy zvědy a Kirovy informátory, přestěhoval se do Kjóta, kde se oddal lehkému životu – navštěvoval čajovny, opíjel se a dokonce zanedbával vlastní rodinu. Jeho úpadek byl tak důvěryhodný, že dokonce i jeho vlastní žena s ním přerušila vztahy. Ale pod tímto přestrojením se skrýval mistrný plán.

Po dobu dvou let tajně komunikoval s ostatními bývalými samuraji Akó. V různých částech Japonska pracovali pod cizími jmény – jako obchodníci, řemeslníci, zemědělci či mniši. Všichni se ale tajně připravovali na den, kdy obnoví čest svého pána. Shromažďovali informace o Kiru, o jeho paláci, počtu stráží, každodenním režimu i slabinách v obraně.

Během těchto let byli mnozí róninové pokoušeni, testováni a pronásledováni. Někteří z nich byli vědomě ponižováni, aby udrželi zdání, že se vzdali své cesty. Jiní vedli dvojí život – pracovali ve dne a trénovali v noci. A každý z nich nesl v srdci tíhu přísahy a čestného závazku.

V noci ze 14. na 15. prosince 1702 udeřili. Skupina 47 róninů, vedená Óišim, zaútočila na Kirův palác v Edo. Útok byl veden s chirurgickou přesností. Jedna skupina napadla hlavní bránu, druhá pronikla zadním vchodem. Obě se synchronizovaně probjovaly skrze stráž, přičemž se snažily zabránit zbytečnému krveprolití mezi služebnictvem a nevinnými.

Po těžkých bojích a důkladném prohledání budov našli Kira, jak se skrývá ve skladu zahradního pavilonu. Byl obklopen a postaven před volbu – seppuku nebo poprava. Kira, přesvědčený, že si zachrání život, neřekl nic. Óiši mu nabídl čestnou smrt, ale když ji Kira odmítl, Óiši jej stál.

Jeho hlavu róninové vložili do dřevěné schránky, zakryli hedvábným šátkem a vydali se k chrámu Sengaku-dži. Tam ji položili na hrob svého pána Asana a modlili se za odpuštění. Byli naplněni klidem – splnili svůj slib.

Poté se dobrovolně vzdali. Byli uvězněni, ale japonská společnost byla rozpolcená. Porušili zákon, ale naplnili nejvyšší ctnosti bušidó – čest, věrnost, oběť. Po mnoha debatách rozhodl šógun, že jim bude dovoleno zemřít jako samurajové. Každý z nich vykonal seppuku. Jeden jediný, nejmladší z róninů, který byl vyslán s poselstvím, byl ušetřen a žil dále, aby šířil příběh svých druhů.

Dnes spočívají všichni v chrámu Sengaku-dži, jejich hroby každoročně navštěvují poutníci, samurajové a lidé z celého světa. Jejich odvaha a oddanost inspirovala nejen kabuki divadla a literaturu, ale stala se i základem národní identity a představ o cti.

HISTORICKÁ FAKTA

Události se odehrály mezi lety 1701–1703.

Asano Naganori, Kira Yoshinaka a Óiši Kuranosuke byli historické osobnosti.

Příběh je podložen oficiálními dokumenty a kronikami z doby Tokugawského šógunátu.

47 róninů bylo skutečných samurajů z provincie Akó.

Jejich hroby v chrámu Sengaku-dži lze navštívit dodnes.

Jejich příběh inspiroval divadelní hry, filmy a literaturu po staletí.

Příběh je považován za jednu z nejslavnějších ukázek cesty bušidó a japonské představy o spravedlnosti.



Cesta do Japonska

28.4. - 12.5.2025

Konečně jsem se odhodlal zacvičit si v „mekce“ aikida – v Hombu Dójó v japonském Tokiu. Do jisté míry to byla náhoda, jak už to u podobných věcí často bývá. Pomohlo k tomu několik okolností: jednak možnost být součástí týmu, který přijel podpořit udělení titulu šihan Zdeňku Regulimu přímo z rukou vnuka zakladatele aikida, a jednak moje vlastní touha poznat něco nového v této fascinující zemi.



Přemýšlel jsem, jak své zážitky z této cesty popsat, protože mnoho čtenářů už v Japonsku pravděpodobně bylo. Moje vzpomínky na tuto zemi jsou veskrze pozitivní – snad jediným stínem je jen dlouhý let letadlem. Ale na co si stěžovat? Vždyť lodí by cesta do Země vycházejícího slunce trvala celé měsíce.

Naše skupina z Čech byla pestrá a čítala přes dvacet lidí. Všichni jsme se sešli při slavnostním udělení titulu šihan v Hombu Dójó a poté se každý vydal za vlastními dobrodružstvími do různých koutů Japonska. My tři – já, prezident ČFAI Petr Dražan a Robert Barták z Českých Velenic – jsme zůstali v Tokiu, abychom měli možnost cvičit a zároveň objevovat taje tohoto velkoměsta.



Tokio nabízí nespočet míst, kde se prolíná historie s moderní dobou. Na jedné straně projíždí šinkansen, na druhé můžete cítit ozvěnu dávných časů – dupot koní, tasení mečů nebo hledání zenového klidu. Kdo nemá rád davy lidí, tomu město pravděpodobně nepřiřoste k srdci. Lidé tu proudí všemi směry téměř na každém kroku.

Pro představu – nejrušnější stanicí, Šibujou, projde denně přibližně tři a půl milionu cestujících. Má nespočet východů a několik pater, v nichž se kříží linky metra, autobusů i vlaků. Nejvýhodnějším způsobem, jak se po městě pohybovat, se pro nás ukázalo metro – rychlé, dobře organizované a spolehlivé.

Zažili jsme i jeho noční tvář: vozy plné Japonců s tvářemi zbarvenými večerním alkoholem, nesmírné tlačence v přeplněných soupravách, do nichž se – navzdory zdravému rozumu – vždy vešlo ještě pár lidí navíc. Vzpomínka na takovou jízdu by mohla pro klaustrofobika znamenat spousty bezesných nocí. Přesto Japonci dokázali i v těchto podmínkách zachovat klid a neomylně vtěsnat posledního cestujícího dovnitř.



Při příjezdu na tokijské letiště si hned uvědomíte, že Japonsko je úplně jiný svět. Uspořádanost, čistota a relativní ticho na vás zaútočí jako liška lovící svou kořist. Řád, dodržování pravidel a ukázněnost jsou tu na denním pořádku. Pro Evropana může být tento pořádek až trochu matoucí – někdy až k šílenství. Tento dojem se pak odráží i v cvičení a způsobu chování na tatami.

Po přiletu nás nečekal odpočinek, ale brzké ranní vstávání na cestu do Hombu Dójó. Cesta nám s jedním přestupem metra trvala přibližně 45 minut, a přesto jsme stále byli v centru města. Velikost Tokia je pro české oko téměř nepředstavitelná.

Při prvním vstupu do Hombu Dójó vás ohromí pocit, že vstupujete do místa, kde žil a působil O. Sensei. Hombu Dójó je několikapatrová budova, v níž se na každém patře nachází tatami, a atmosféra tohoto místa vyzařuje klid, disciplínu a hlubokou tradici aikida.



Musím říct, že na tamější podmínky a tokijské podnebí byly hodiny fyzicky náročné, přesto nám však dodávaly nové podněty a energii v cvičení. Každý učitel nám svým způsobem předal svou stopu a inspiraci v aikidu. Měli jsme možnost cvičit téměř každý den až pět hodin.

Přesto jsme neodolali a chtěli objevovat také památky a významná místa Tokia – císařský palác a jeho zahrady, svatyně i moderní části města. Po celodenních aktivitách jsme rádi využívali místní veřejné koupele, známé jako sentó.

Stravování v Tokiu není složité ani drahé. Ochutnávali jsme místní kulinářské speciality, jejichž chutě byly často nepoznatelné, ale přesto vynikající. Zvláště pokrmy z čerstvých ryb nás přenášely do zcela nové dimenze chutí a požitků. Jediná věc, kterou jsem zde postrádal, byl čerstvý chléb – pro člověka vyrostlého v české kotlině téměř nenahraditelný.



Chování Japonců ve veřejném sektoru, vůči sobě navzájem i k cizincům, je uctivé a zdvořilé – mnohdy až nepředstavitelné pro Evropana. Poděkování poklonou je v denním kontaktu naprostou samozřejmostí. Tato atmosféra nás po celou dobu pobytu ovlivňovala natolik, že jsme si rychle osvojili tamější způsoby chování.

Moje první cesta do Japonska se odehrála pouze v Tokiu. V budoucnu bych rád zemi vycházejícího slunce navštívil znovu a poznal její hlubší zákoutí – venkov, hory a nekonečné pláže. Cesta byla inspirativní, veselá, náročná a plná dojmů, obohacující o nespočet zkušeností. Přesto byl návrat domů po všech zážitcích potěšující a uspokojující.

Ján Pertlíček



Trénink aikidó

Rozvoj člověka a společnosti

Člověk potřebuje pro svůj zdravý růst pohybu, skutečně stimulující pohybovou soustavu a rozvoj kondičních a koordinačních dovedností. Ale i udržování těla v dobré kondici vyžaduje pohyb, stejně tak i zdravé stárnutí vyžaduje pohyb vaší aktivity. Pohybové aktivity by měly být každého člověka doprovázeny od narození až po hrob. Středověká evropská kultura považovala tělo za nástroj ďábla a pozůstatky nespravedlivých názorů završujících všechny tělesné, tedy i pohyb, žel zůstává jejím dodnes zakořeněný v mnoha lidech. Na pohyb se u nás ještě stále často hledí jako na hru pro děti, dospělí se zajímají jen o důležité věci. Aikidó je vždycky nesmírně důležité. V aikidó jde o život. Tak, jak se staří samurajové snažili o život v boji nepřijít, aikidóka se snaží přijít k životu mimo boj. Život vyvážený z hlediska zdravého pohybu i zdravého vnitřního života, ve kterém je dost míst pro neustálé hledání. Pohled na tatami, kde se potkávají společně cvičící mladí a staří lidé napovídá, že jednou z cest pro užitečný a pěkný pohyb je i aikidó.

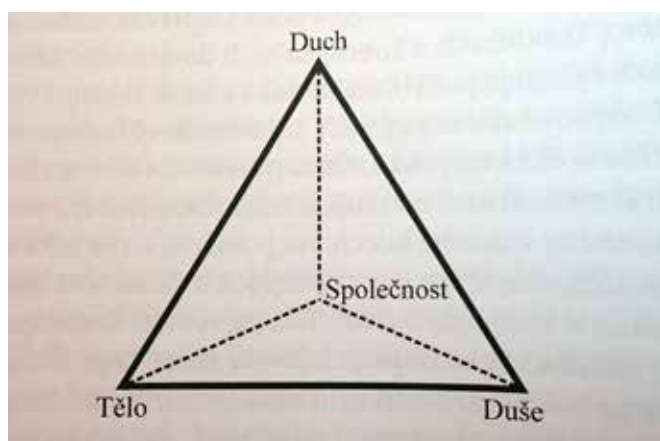
Aikidó je dnes součástí celosvětové kultury. Jeho prameny čerpají z minulosti japonských samurajů, ačkoliv dnes je jeho význam podstatně širší. Bojové umění, ze kterých se aikidó vyvinulo, byla přísně střežená samuraji, kteří za éry Tokugawů tvořili pouze 7 % obyvatel. Celá staletí byla Japoncům vštěpováno, že jediný příslušník bojové šlechty může být ztělesněním morálních kvalit; že jediný buši může dospět k vrcholu člověčenství.

Ani zakladatel aikidó v prvních dvou desetiletích nevyučoval svému bojovému umění nikoho kromě žáků za které se zaručili

dva vážení občané. Měl strach, že by bojové umění mohlo být zneužito. Dnes nezůstává bez obav. Někdy se můžeme z denního tisku či televize dozvědět o zneužití bojových umění a sportů, slyšet názory, že by se měli pečlivě vybírat zájemci o bojové umění, aby k podobnému násilí nedocházelo. Zakladatel Morihei Uešiba ve svých myšlenkách podporoval rozšíření aikidó mezi všemi lidmi na celém světě. Říkal, že aikidó může mezi lidmi vystavit stříbrný most porozumění a přátelství. Aikidó proto dává každému možnosti naučit se, jak se má stát osobností silnou tělesně i duševně, jak má vycházet se sebou samým i s druhými lidmi bez konfliktů, bez použití síly.

V aikidó rozvíjíme prostřednictvím techniky své tělo. Duševní kvality se rozvíjejí zároveň s ním a student aikidó může vidět výsledek své práce na rozvoji společnosti. Seberozvoj by měl být co nejkompletnější a vyústit v duchovní vyrovnanou bytost.

Všestranné způsoby aikidó můžeme vidět na obrázku trojúhelníkového jehlanu. Růst a zdokonalování lidských schopností je pozoruhodně ve velikosti a pravidelnosti jehlanu ve všech rozměrech. Aby byl jehlan velký a silný, musí být rozvíjeny všechny složky rozvoje, všechny body. Člověk se v procesu správného a vyrovnaného studia aikidó stává vyspělejším tělesně, rozvíjí své duševní kvality, zdokonaluje společenské vztahy a vzrůstá k duchovní výšce.



Aikidó - umění komunikace

Řeč těla

Běžné dorozumívání se lidí zahrnuje i nonverbální komunikaci, komunikaci bez slov. Řeč těla se mimořádně projevuje i v aikidó, které je zaměřeno na kultivaci zákonů univerza tělesným pohybem.

Tělo je pevně propojeno s psychikou, je chrámem duše, jak říkali staří mudrcové, a to nejen v náboženském smyslu. Psychosomatika, moderní odvětví medicíny, se zabývá tělesnými nemocemi, které vznikají hlavně na psychickém základě. Když není duše v řádku, tělo onemocní. Tělo dokonalé ukazuje, co je v mysli. Řeč těla dobře znají nejen psychologové, ale také úspěšní obchodníci.

I tělo může ovlivňovat duši. Učíme se správně pracovat s tělem, což se pak zrcadlí v mysli.

Aikidóka se drží zpříma. Není shrben pod tíhou nevyřešených problémů. Vyrovaný postoj, hrdý, ale ne povýšenecký a pyšný. Tvář není napjatá, zachmuřená. Není v ní hněvu či nechuti. Na uvolněné tváři je vidět vážnost a důstojnost vztahů k lidem a snad i úsměv a radost z prožívaných okamžiků. Když má člověk na někoho zlost, sevře ruce v pěst, jako by chtěl svého protivníka rozdrtit. V aikidó se užívá se spíš otevřených rukou, které nikdy nejsou natočeny k partnerovi dlaněmi v gestu Stop, nechod' ke mně. Otevřené ruce a otevřené srdce zvou partnerem k vzájemnému obohacení se a spolupráci.

V aikidó není střehu, který by měl zastrašovat protivníka. Zastrašovat někoho znamená mít před ním strach. Cvičení aikidó je kontaktní a z doteku s partnerem se o něm i o sebe lze dovědět věci, které by jinak zůstaly neznámé. Z napětí a uvolnění svalů čteme napětí a uvolnění mysli. Rychlost, plynulost, soulad všech částí těla jsou kategorie ukazující

partnera ve skutečné podobě.

Je třeba si uvědomit, že cvičení aikidó není sondou do hloubky lidských podstat. Poznávání musí být vzájemné a dobrovolné. Studenti aikidó s důvěrou investují sami do cvičení, aby zajistili svůj rozvoj.

Jak se učíme rozlišovat jemné rozdíly v chování partnera, lépe můžeme porozumět i principům komunikace v aikidó a vlastní komunikaci obecně. O dódžó se říká, že je mikrokosmem, kde je možné zažít téměř všechny druhy společenských vztahů. Je to také správné místo, kde je možné správně komunikovat.

Principy komunikace

Principy komunikace v aikidó jsou základními kameny, ze kterých je technika postavena. Společně prováděné pohyby jsou vlastně způsobem vzájemného předávání informací. Tak, jak bývá slovo, písmo, obraz nebo zvuk nositelem informací v každodenním dorozumívání se, v aikidó je tímto nositelem pohyb. Tori k ukemu přistupuje stejně jako cizinec k neznámému člověku. Aby mu mohl porozumět, musí dodržovat jistá pravidla. Nazýváme je principy vztahů k partnerům a jsou to.

- vedení,
- kontrola,
- akceptace
- aktivita

Vyskytovat se musí vždy spolu, jinak technika, i když může být v boji účinná, není aiki. I jiná bojová umění či úpolové sporty jsou efektivním bojovým nástrojem, ale na rozdíl od aikidó v nich nejsou ve stejné míře zastoupeny principy komunikace. Dá se tedy říci, že aikidó se od jiných stylů budó odlišuje právě principy komunikace.

Vedení

Aikidó není násilné. Partner není násilím nucen podvolit se technice. Používá se útočnickova síla, vedená bezpečným směrem. Tori se nesnaží vládnout pohybům partnera, neosobuje si právo o všem rozhodovat. Uke má mít pocit, že jeho pohyb nebyl zastaven, že mu nebylo znemožněno vykonat původní záměr. Měl by mít dobrý pocit, že jeho útok byl zdařile dokončen. Útok je prodloužen nejdříve v původním směru a pak veden takovým způsobem, aby byl uke vychýlen. Partnerovi je ukázána cesta, po které může jít. Ve chvíli, když tori ucítí odpor partnera jít po této cestě, mění směr tak, aby ho uke mohl sledovat. Hození nebo znehybnění partnera je logickým důsledkem vedení. Uke směřuje k zemi díky gravitační síle, padá sám“, tori nemá snahu dostat ho na zem (nebo dokonce pod ní!).

Uke také nesmí mít strach. Strach způsobuje napětí svalů a pak už není k úrazu příliš daleko. Partneři si musí důvěřovat. Ve vedení se neužívá taktických fint a falešných pohybů. Aikidóka nesmí nic skrývat. Partnera vděde zcela zřetelně bezpečným směrem. Při cvičení tači nage můžeme vidět symboliku tohoto principu. Tori drží v ruce meč, uke se mu ho snaží odebrat. Tori pomocí pohybů meče, který je veden ostřím napřed, vede ukeho tak, aby ho mohl dobře kontrolovat, ale nezranil ho. Bojový nástroj se užívá způsobem, který ukazuje novou cestu, cestu porozumění a míru. Symbolicky je zde tori

o krok vpřed ve svém poznání, ukazuje partnerovi cestu a vede ho k způsobu existence bez ubližování a násilí. Použití meče pro vedení partnera je v technikách beze zbraní (taidžcu) viditelné v principu tegatana (ruka jako meč).

Uke je veden do směru, ve kterém torimu umožní vést. Samotný fakt, že uke svým útokem poskytl své tělo pro techniku je znakem, že dobrovolně vstoupil do aktu spolupráce. Spolurozhoduje o směru vedení. Účastní se na tom faktory biomechanické (těžiště, úhel stabilita atd.), technické, taktické, psychologické i jiné.

Kontrola

Staré japonské přísloví říká. Když samuraj vyjde z domu, zahlídne sedm nepřátel středověký šlechtic viděl za každým rohem protivníky usilující o jeho život, či ještě hůře, o život jeho pána. Bojovník se i dnes musí mít neustále na pozoru. Nic nenechává na náhodu a vše několikanásobně zajišťuje. Aikidóka však není a ani nechce být samurajem (i když se snaží to málo, co na samurajích bylo dobrého, přenést do současného života) a dnes spíše říká - Když aikidóka vyjde z domu, zahlídne sedm přátel. Zůstává ale sám sebou, důvěřuje, ale ne slepě. Chrání sám sebe i své přátele, své partnery. To vyžaduje neustálou kontrolu. Nejdříve sebe samého a pak i ukeho.

Tori vstupuje do partnerova útoku v úhlu, který se nazývá šikaku, mrtvý úhel. Je to takové vzájemné postavení obou partnerů, ve kterém uke není schopen bez přemístění udeřit či jinak ohrožovat toriho. Naproti tomu tori je schopen zasáhnout ukeho přes suki, otevřené, nechráněné místo v jeho postavení. Suki je štěrbina, příležitost, jak věci přijít, obrazně i doslova řečeno, na klub. Celkové výhodné postavení umožňuje kontrolovat partnera tak, aby nebylo ublíženo kontrolujícímu torimu a ani kontrolovanému ukemu.

Mohlo by se zdát, že vstupení do šikaku je založen na výhodě snadného ohrožování soupeře. Není to zcela tak, protože v aikidó není soupeře a tím ani není koho ohrožovat. Tori bere na sebe odpovědnost za ukeho. Bezpečná kontrola je zároveň i ochrana partnera. Tori kontroluje, aby nebyl zraněný on, ani jeho partner a aby mohl bezpečně dovést až do konce techniky.

Uke by neměl cítit bolest. Měl by přijmout charakter techniky a tori zvláště při pákách (kansecu waza), aplikuje sílu jen pozvolně. Bolest je znakem, že něco není v pořádku. Bolestí tělo upozorňuje, že stav, který nastal, není normální. Pokud uke respektuje techniku a tori se navzdory tomu snaží působit mu bolest, je to tori, kdo není v pořádku.

Kontrola není hodnocením, i když se tyto dva pojmy v některých aspektech k sobě přibližují. Aikidóka kontroluje, ale nehodnotí, nevyslovuje soudy o pohybu, pokud či chování partnera. Sám se snaží chovat podle principů aikidó a chování partnera respektuje.

Akceptace

Vzájemným pozdravem oba partneři dávají souhlas ke vzájemné spolupráci. Budó

učí rozhodovat se zcela jasně. Souhlas je také závazkem. Studenti aikidó přijímají a respektují partnera, který před nimi stojí. Neměli by si o partnerovi vytvořit falešné představy. Dnes je jiný, než byl včera. Věci se mění a nejsou zhmotněnými představami. Jsou, jaké jsou.

Tori přijímá partnerovi pohyby tak, jak přijdou. Přizpůsobuje se měnící se situaci a svou techniku upravuje podle aktuální situace. Neznačená to však, že by nečinně a odevzdaně čekal na ukeho pohyb. To je v úpolových systémech velmi nebezpečné. Na vzájemnou spolupráci nelze hledět jednoduchou matematikou, kde výsledek je součtem ukeho a toriho příspěvku. Výsledný pohybový a komunikační vztah je hodnotnější.

Ukeho neustálý pohyb není sebevražedný. Nemá si nesmyslně nabíhat na úder nebo se odkrývat. Uke respektuje toriho kontrolu a snaží se zpod kontroly uniknout tak, aby mohl pokračovat v útoku, jehož technická stránka se, samozřejmě, podle stávající situace mění. Citlivě reaguje na technické prvky toriho pohybů a hledá volné místo, do kterého se může a má pohnout.

Zpočátku je při učení se technik přirozené, a z didaktického hlediska i nutné, snažit se o procvičování učitelem předvedené techniky přesně tak, jak byla ukázána. Cílem je však zacvičit techniku jakoby samu od sebe. Je to ukázka vysokého mistrovství. Partneři se pohybují proti sobě, uke provede útok... a tori se po vynikající akci ptá sám sebe i ostatních, jak to byla technika. Nepamatuje se na konkrétní pohyb, jen ví, že se TO stalo. Vědomá akceptace postupně přechází v akceptaci nevědomou, automatickou a tedy rychlejší a operativnější.

Tori i uke jsou svobodní, mohou konat jak chtějí, musí ale za své chování zodpovídat. Svoboda se ve východních kulturách chápe jako možnost volby v širší určitých všeobecně přijatých pravidel a zákonitostí

Aktivita

Cvičení a komunikační vztahy partnerů začínají vzájemným pozdravem mírným úklonem. Studenti, kteří se chtějí společně učit aikidó, musí pro to něco dělat. Studium aikidó je jako plavba proti proudu. Pokud se přestane pádlovat, loď je unášena zpět.

Oběma partnerům cvičícím techniky aikidó by mělo jít o stejný cíl – vzájemné obohacování a zdokonalování se. Oba musí vyvinout maximální snahu, aby cíle snadněji dosáhli. Oba partneři se pohybují vpřed, směrem k sobě. Na tréninku je to symbolizováno jediným krokem, který oba musí překonat při zahájení techniky. Jak pravý stará čínská moudrost, tisíc mil se začíná prvním krokem. Důležité je, aby se partneři hnuli současně, ve stejném okamžiku, a aby v pohybu bez zastavení pokračovali. Nahodilému divákovi, neznalému technik a principů aikidó, se při pohledu na partnery nesmí jevit jeden z partnerů (uke nebo tori) jako agresor (aktivní) a druhý jako oběť (pasivní).

Ukeho role nekončí po zdánlivě nezdařilém útoku. Útok v aikidó není jen první ukeho pohyb, ale celé jeho konání. Pokračující útok, kašaky uči neustává uke, se neodevzdává do ruky osudu. Do poslední chvíle je naděje na dokončení záměru. Pohybuje se po celou dobu provádění techniky a ihned po pádu vstává a pokračuje směrem k partnerovi. I když je torim na chvíli znehybněn, vnitřní pohyb neustává, mysl zůstává aktivní. Sebeobranný charakter techniky aikidó je zaměřen na to, aby oba partneři po technice

mohli bez újmy jít svou, nebo ještě lépe, společnou cestou. Ke zranění ale nedojde jedině tehdy, když oba partneři respektují zde popsané principy komunikace.

Tori nesmí čekat na ukeho útok. Čekat na útok by znamenalo potřebu okamžitě a také správně reagovat na partnerův útok, který může být jakkoliv. Disjunktivní reakčně rychlostní schopnost, jak se tato schopnost nazývá, je hodně závislá na genetických vlastnostech. Nejpomaleji organismus reaguje na zrakové podněty, nejrychleji na dotykové. Proto tori svým pohybem vstříc k ukemu zkracuje čas reakce, nabídne se k útoku a snaží se získat kontakt, aby mohl cítit partnerův pohyb celým svým tělem. Nedělá krok zpět, a i když prodlužuje vzdálenost mezi sebou a partnerem, v mysli se stále pohybuje vpřed. Po skončení techniky umožní ukemu vstát a opět se pohybuje směrem k němu.

z knihy: Aikido průvodce pro žáky a učitele,
autor:

Zdenko Reguli



Dějiny Japonska

Japonsko, země vycházejícího slunce, má dějiny sahající tisíce let do minulosti. Ostrovní poloha jej izolovala od okolního světa, a přesto umožnila přejímat a přetvářet kulturní vlivy z Číny a Koreje. Historie Japonska je bohatá na období klidu i chaosu, na střídání centralizované moci císaře a vojenských vládců – šógunů – a na hluboké proměny, které přetvářely zemi od společnosti samurajů až po moderní technologickou velmoc. Pravěk a formování prvních kultur
Kultura Džómon (cca 10 000 – 300 př. n. l.)

Nejstarší obyvatelé Japonska byli lovci a sběrači, kteří žili v malých vesnicích. Vynalezli jednu z nejstarších forem keramiky na světě – nádoby s charakteristickým šňůrovým vzorem, podle kterého dostala kultura své jméno („džómon“ znamená „otisk provazu“). Tito lidé začali využívat přírodní zdroje ostrovů a postupně vytvářeli složitější společenské struktury.
Kultura Jajoi (cca 300 př. n. l. – 300 n. l.)

Z pevninské Asie přišlo nové zemědělství – pěstování rýže na zaplavovaných polích. To vedlo k růstu populace a vzniku hierarchické společnosti. Začalo se používat železo a bronz. V této době vznikaly první mocenské útvary, které se později spojily do větších celků.

Období Kofun (300–538)

Charakteristické jsou mohutné pohřební mohyly (kofun), často ve tvaru klíčové dírky. Ty patřily elitám, které vládly v centrálním

Japonsku. V této době se začíná utvářet stát Yamato – základ budoucího císařství. Z Koreje a Číny přichází technologie, písmo a první kontakty s buddhismem.

Převzetí čínských vlivů a počátky císařského státu

Období Asuka (538–710)

V roce 538 je oficiálně přijata buddhistická víra. Stává se významnou součástí japonské identity vedle původního šintoismu. Císařský dvůr se inspiroval Čínou – přijal čínské písmo, konfuciánské principy a uspořádání státní správy. Reforma Taika z roku 646 měla posílit centrální moc císaře podle čínského vzoru.

Období Nara (710–794)

V Narě vzniklo první stálé hlavní město. Byly sepsány první kroniky – Kodžiki a Nihonšoki, které obsahují mýty o původu císařské dynastie. Obrovské chrámy, například Tódaidži s Velkým Buddhou, dokládají význam buddhismu.

Období Heian (794–1185)

Císař přesunul dvůr do Heian-kjó (dnešní Kjóto). Vznikla vyspělá dvorská kultura – poezie, kaligrafie, malířství a literární díla jako Příběh prince Gendžiho od Murasaki Šikibu, který bývá považován za první román světa. Politickou moc však postupně přebíraly mocné aristokratické rody (zejména Fujiwara).

Vzestup samurajů a vláda šógunů

Kamakura (1185–1333)

Po vítězství klanu Minamoto v občanské válce vznikl první šógunát. Šógunové byli vojenskými vládci, zatímco císař měl spíše symbolickou roli. V této době se upevnila role samurajů – válečnické vrstvy, která se řídila kodexem cti. Japonsko čelilo dvěma mongolským invazím (1274 a 1281), které odrazilo, údajně díky „božskému větru“ (kamikaze).

Muromači (1336–1573)

Moc získal rod Ašikaga. Země byla politicky roztříštěná, moc drželi místní vládci – daimjó. Kulturně však období vzkvétalo: vznikl čajový obřad, rozvinulo se divadlo a malba tuší. Postupně se Japonsko propadlo do období neustálých válek mezi daimjó – Sengoku džidai, „období válčících států“. Sjednocení Japonska (16. století)

Do země přišli první Evropané – Portugalci přivezli střelné zbraně a misionáři křesťanství. Daimjó Oda Nobunaga a jeho následovník Tojotomi Hidejoši dokázali sjednotit většinu Japonska. Hidejoši také zahájil neúspěšné invaze do Koreje.

Období Edo (1603–1868)

Rod Tokugawa dokončil sjednocení země. Zavedl přísnou kontrolu společnosti, v níž měli samurajové výsadní postavení. Hlavním městem se stalo Edo (dnešní Tokio). Japonsko se uzavřelo okolnímu světu – tzv. sakoku – a po více než 200 let bylo cizincům téměř nepřístupné, s výjimkou omezeného obchodu s Čínou a Nizozemci. Navzdory izolaci vzkvétala domácí kultura:

divadlo kabuki, haiku (Macuó Bašó), dřevoryty ukiyo-e a měšťanská kultura.

Modernizace a proměna v impérium

Období Meidži (1868–1912)

Po připlutí amerického komodora Perryho (1853) bylo Japonsko donuceno otevřít své přístavy. V roce 1868 padl šógunát a moc se navrátila císaři – začala Meidži revoluce. Následovala rychlá modernizace: vybudovala se průmyslová základna, železnice, moderní armáda i školství podle západních vzorů. Císařství se stalo novou velmocí. Vítězství nad Čínou (1895) a Ruskem (1905) dokázalo jeho sílu.

Období Taišó (1912–1926)

Japonsko se zapojilo do 1. světové války na straně Dohody a získalo nová území. Probíhal rozvoj demokracie a liberálních hnutí, ale moc armády zůstávala silná.



Militarismus a druhá světová válka

Období Šówa (1926–1989)

V meziválečném období získala armáda rozhodující vliv. Roku 1931 Japonsko obsadilo Mandžusko a roku 1937 rozpoutalo válku s Čínou, provázenou krutostmi (např. masakr v Nankingu).

Roku 1941 zaútočilo na Pearl Harbor a vstoupilo do 2. světové války. Po počátečních vítězstvích následovala porážka. V srpnu 1945 svrhla Amerika atomové bomby na Hirošimu a Nagasaki a Japonsko kapitulovalo.

Poválečná přeměna a ekonomický zázrak

Po roce 1945 bylo Japonsko obsazeno Spojenými státy. Byla přijata nová ústava (1947), která zakázala vést útočné války. Císař Hirohito se vzdal božského statusu a stal se pouze symbolickou hlavou státu. V 50.–80. letech zažilo Japonsko tzv. ekonomický zázrak. Z chudé poražené země

se stala jedna z nejsilnějších ekonomik světa. Japonské firmy (Sony, Toyota, Honda) dobývaly globální trhy.

Současnost

Po smrti císaře Hirohita (1989) nastoupil císař Akihito, jehož vláda se nazývá éra Heisei. Japonsko se muselo vyrovnat s ekonomickou stagnací 90. let, ale zůstalo vyspělou demokracií a technologickou mocností.

Dnes je Japonsko známé nejen pro svou historii a tradice (čajový obřad, sumo, samurajské dědictví), ale i pro moderní kulturu – anime, manga, robotiku a inovace.

Dějiny Japonska ukazují jedinečnou schopnost země přizpůsobovat se a přetvářet vlivy zvenčí, aniž by ztratila vlastní identitu. Od dob samurajů a šógunů přes izolaci, rychlou modernizaci a tragédii druhé světové války až po současnou prosperitu se Japonsko stalo symbolem kulturní vytrvalosti a inovace



Národní seminář

po cvičení budou zkoušky
na stupně Dan
od 17:30 - 19:00

Ján Pertlíček 5. Dan
Roman Stoklasa 5. Dan
Vanda Švihlová 4. Dan
Michal Bañas 3. Dan

sobota 18.10.2025
10:00 – 12:00 15:00 - 17:00
Kamenice 753/5, 625 00 Brno,
budova E34
poplatek: jeden trénink 500 Kč,
členi ČFAI 400Kč
celý trénink 800 Kč
členi ČFAI 600Kč
MUDr. Ján Pertlíček
E-mail: jan.pertlicek@post.cz



<https://www.czech-aikido.cz>



A
I
K
I
D
O

Budeme moc rádi, když napíšete krátký článek, úvahu,
reportáž z některého semináře či tréninku.
Vaše práce prosím zasílejte do 15.6.2025 na:
jan.pertlicek@post.cz
Děkujeme.

UŠIRO RJOTE DORI AIKI OTOŠI

Vstup je stejný, jako v předcházejících technikách.

Uke: pevně zezadu uchopí zápěstí partnera.

Tori: stojí v hanmi, snažíc se pohnout vpřed. Paže drží uvolněné.



Tori: Protože nemůže pohnout pažemi, provede krok vzad a tak dostane obě natažené ruce otočené dlaněmi nahoru před svoje centrum.



Tori: ustoupí levou stranou šikmo vzad, za partnera. Současně otočí obě ruce dlaněmi dolů a tlačí je dopředu.

Uke: je vychýlen a veden před.





Tori: vkročí pravou nohu za partnera, rukama zepředu obejmě ukeho kolena.

Uke: je vychýlen před a dolů.



Tori: vzpřímí se a otočí k partnerovi. Přitom do něj tlačí. Jak partner padá vzad, nadzvedne mu nohy a otočí je dozadu za partnera. Důležité je nohy zvednout až poté, co uke ztratil rovnováhu.

Uke: padá v kote ukemi, pravou paži má připravenou k tlumení pádu.



Tori: jakmile uke dopadne na tatami, dotočí se k němu.

UŠIRO RJOTE DORI KOKJÚ NAGE

Jak již bylo řečeno v teoretické části této publikace, ve skutečném boji útoky zezadu prakticky neexistují. Vždy začínají zepředu. V této sérii technik se však z didaktických důvodů budeme zabývat statistickým útokem zezadu.

Uke: uchopí partnera oběma rukama za obě ruce zezadu. Narovná jeho paže a drží je u sebe.



Tori: stojí v hanmi, snažíc se pohnou před. Paže drží uvolněné.

Tori: Protože nemůžete pohnout pažemi, provede krok vzad a tak dostane obě natažené ruce otočené dlaněmi nahoru před svoje centrum.



Uke: neustálé pevně svírá obě zápěstí partnera.

Tori: ustoupí levou nohou šikmo vzad, za partnera. Současně otočí obě ruce dlaněmi dolů a tlačí je dopředu.

Uke: je vychýlen vpřed a nahoru. Navzdory tomu, že je stále těžší udržet partnerovy ruce, nepouští je.





Tori: sklouzne přední nohou vpřed křížem přes partnerovu dráhu pohybu, ruce tlačí před (čímž dovede partnera před sebe) a dolů (čímž ho vyvede z rovnováhy).

Uke: udělá krok, protože je veden vpřed. Partner do něj tlačí celým tělem, proto je nucen provést mae ukemi.



Uke: provede mae ukemi, pád vpřed. Levou paží tlumí náraz těla na zem, pravou drží partnera.

Tori: po partnerově pádu udržuje stabilní polohu a zaujímá postoj nasměřovaný k partnerovi.

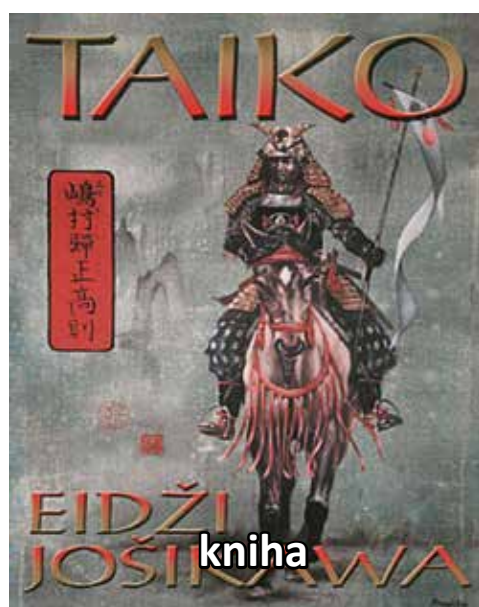
Kulturní okénko - knihy, filmy.



Knihy

Jošicugu, Asaemon Jamada třetí, je oficiální šógunův otameši. To znamená, že pro šóguna testuje kvalitu mečů – a to na tělech živých či mrtvých odsouzenců.

Ačkoliv jsou jeho životní příběhy smyšlené, vycházejí ze skutečných událostí a jsou s velkou pečlivostí zasazené do kontextu historických reálií. Není divu, když jsou pod touto knihou podepsaní dva giganti japonského samurajského komiksu, autoři proslulé série Vlk samotář a mládě, Kazuo Koike a Goseki Kodžima!



Knihy

Píše se konec šestnáctého století. Feudálním Japonskem zmítá nelítostná a zdánlivě nekonečná občanská válka, zemí se sem a tam valí armády a císař v Kjótu již nedokáže nastolit pořádek. Sjednocení Japonska pod nadvládou jednoho rodu je cíl nesmírně ambiciózní, a přece zcela zaměstnává několik mocných: mezi jinými i Nobunagu Odu a jeho nástupce Hidejošiho Tojotomiho, syna zchudlého samuraje. Román Taiko (titul, pod nímž je Hidejoši znám v Japonsku dodnes) je příběhem tohoto sjednocení, velkolepou kronikou mnoha vojenských tažení a politických intrik, působivou výpovědí o samurajské mentalitě a „haiku o tisíci stránkách“, jak o něm trefně poznamenal jeho mistrný překladatel Tomáš Hrách.



Film

ONIBABA

„Příběh dvou žen, které ztratily lidskou tvář“ – pod tímto plakátovým heslem se objevil snímek Onibaba v našich kinech již v roce 1967. Ústředními postavami brutálně syrového příběhu z feudálního japonského středověku jsou dvě venkovské ženy, tchýně a snacha, žijící v pustině zarostlé rákosím, a jejich potenciální milenec.

<https://www.csfd.cz/film/121232-onibaba/>

If

If you can keep your head when all about you
Are losing theirs and blaming it on you,
If you can trust yourself when all men doubt
you,
But make allowance for their doubting too.
If you can wait and not be tired by waiting,
Or being lied about, don't deal in lies,
Or being hated, don't give way to hating,
And yet don't look too good, nor talk too wise:

If you can dream—and not make dreams your
master;
If you can think—and not make thoughts your
aim;
If you can meet with Triumph and Disaster,
And treat those two impostors just the same;
If you can bear to hear the truth you've spoken
Twisted by knaves to make a trap for fools,
Or watch the things you gave your life to, broken,
And stoop and build 'em up with worn-out
tools:

6

když umíš snít a nepodlehnout snění,
když hloubat znáš a dovedeš přec žít,
když proti triumfu i ponížení
jak proti svůdcům spolčeným jsi kryt,
když nezoufáš, nechť pravdivá tvá slova
lstí bídáků jsou pošlapána v kal,
když hroutí se tvé stavení a znova
jak dělník v potu lopotíš se dál,

3

If you can talk with crowds and keep your virtue,
Or walk with Kings—nor lose the common
touch,
If neither foes nor loving friends can hurt you,
If all men count with you, but none too much;
If you can fill the unforgiving minute
With sixty seconds' worth of distance run,
Yours is the Earth and everything that's in it,
And—which is more—you'll be a Man, my son!

8

Když

If

Rudyard Kipling

1

když spočítat znáš hromadu svých zisků
a na jediný hod vše riskovat,
zas po prohře se vracet k východisku
a nezavzdychnout nad hořem svých ztrát,
když přinutit znáš srdce své a čivy,
by s tebou vytrvaly nejvěrněj,
ač tep a pohyb uniká ti živý
a jen tvá vůle káže „Vytrvej!“

4

když něhu sneseš přílišnou i tvrdost,
když svůj jsi, všem nechť druhem jsi se stal,
když, sbratřen s davem, uchováš si hrdost
a nezpyšníš, byť mluvil s tebou král,
když řekneš: „Svémi vteřinami všemi
mně, čase, jak bych závodník byl, služ!“,
pak pán, pak vítěz na širé jsi zemi —
a co je víc: pak, synu můj, jsi muž!

5

Když bezhlavost svým okem klidně měříš,
ač tupen, sám že nejsi bezhlavý,
když, podezříván, pevně v sebe věříš,
však neviníš svých soků z bezpráví,
když čekat znáš, ba čekat beze mdloby,
jsa obelháván, neupadat v lež,
když, nenáviděn, sám jsi beze zloby,
slov ctnosti nadarmo však nebereš,

2

If you can make a heap of all your winnings
And risk it on one turn of pitch-and-toss,
And lose, and start again at your beginnings
And never breathe a word about your loss;
If you can force your heart and nerve and sinew
To serve your turn long after they are gone,
And so hold on when there is nothing in you
Except the Will which says to them: „Hold on!“

7

V každém čísle budeme přinášet zajímavé texty, které bude možné si vystříhnout v jednoduchou brožuru a mít kdykoliv s sebou.

Rudyard Kipling (1865–1936) byl britský spisovatel, básník a novinář, známý především jako autor Knihy džunglí (*The Jungle Book*). Narodil se v Bombaji v tehdejší Britské Indii, což se výrazně promítlo do jeho tvorby – exotické prostředí, příběhy s morálním podtextem a motivy střetu kultur jsou pro něj typické. Kipling psal také poezii a povídky, mezi nimiž vyniká například báseň *If—* nebo povídka *Muž, který chtěl být králem*. Roku 1907 se stal prvním britským nositelem Nobelovy ceny za literaturu. Přestože je dnes vnímán i kontroverzně kvůli svým imperiálním a koloniálním postojům, zůstává významnou osobností světové literatury.

Báseň „*Když*“ (*If—*) je nejslavnější dílo Rudyarda Kiplinga, vydané v roce 1910. Autor ji napsal jako jakýsi životní návod – radí, jak se chovat čestně, s odvahou a sebeovládáním i v těžkých chvílích. Báseň zdůrazňuje hodnoty jako klid v krizích, schopnost odpouštět, odolnost vůči neúspěchu i úspěchu, pracovitost a vytrvalost. Závěr veršů vyjadřuje, že kdo dokáže všechny tyto zásady naplnit, stane se „dospělým mužem“ – tedy člověkem zralým, silným a morálně pevným.

Tchajwanský čaj – perla východoasijských hor

Tchaj-wan je malý ostrov, který si však vydobyl světové jméno na poli čajové kultury. Díky unikátním klimatickým podmínkám, horským polohám a bohaté tradici zde vznikají čaje, které se řadí mezi nejkvalitnější na světě – zejména různé druhy oolongů. Čaj se na Tchaj-wanu nepije pouze pro osvěžení, ale představuje také součást kulturní identity a místního životního stylu.

Historie čaje na Tchaj-wanu

První čajové keře byly na ostrov přivezeny v 18. století čínskými přistěhovalci z provincie Fujian, zejména z oblastí Anxi a Wuyi, kde už tehdy vznikaly proslulé oolongy. Tchajwanské klima se ukázalo být mimořádně příznivé – vlhké podnebí, časté mlhy a horský terén napomáhaly růstu jemných lístků s bohatým aroma.

V 19. století se čaj stal významnou exportní komoditou. V té době si tchajwanské čaje získaly oblibu zejména v Evropě a Americe. Po 20. století se však důraz přesunul spíše na kvalitu než na kvantitu a tchajwanské čaje se staly synonymem pro exkluzivní a rafinované nálevy.

Čajové plantáže a podmínky pěstování

Tchaj-wan je hornatý ostrov – dvě třetiny povrchu pokrývají hory a kopce, což je ideální prostředí pro pěstování čaje.

Nejznámější plantáže se nacházejí v nadmořských výškách od 800 do 2 000 metrů, kde nižší teploty a mlha zpomalují růst čajových lístků. Díky tomu získávají jemnou, ale komplexní chuť.

Nejvýznamnější čajové oblasti:

Alishan – proslulé horské oolongy s květinovým aroma.

Dong Ding – jedna z nejstarších čajových oblastí, známá polooxidovaným oolongem s praženými tóny.

Lishan – velmi vysoko položené plantáže, čaje bývají lehké, svěží a sladké.

Sun Moon Lake – oblast spojená především s červenými čaji, zejména odrůdou Assam.



Druhy tchajwanského čaje

1. Oolongy – chlouba Tchaj-wanu

Oolong je polozelený čaj, jehož oxidace se pohybuje mezi zeleným a černým čajem. Tchaj-wan je ve světě oolongů opravdovým pojmem – pěstují se zde lehké, květinové i těžší, pečené druhy.

Dong Ding Oolong (Frozen Summit)

Pochází z oblasti Nantou.

Typicky středně oxidovaný a pražený.

Chuť: plná, s tóny karamelu, oříšků a máslovosti.

Jeden z historicky nejznámějších tchajwanských čajů.

Alishan High Mountain Oolong

Pěstovaný ve výšce kolem 1 000–1 600 m.

Jemný, květinový, často s vůní orchidejí.

Nálev bývá sladký, lehce smetanový, s dlouhým dozvukem.

Lishan High Mountain Oolong

Z vyšších poloh (1 600–2 000 m).

Chuť: svěží, čistá, ovocná, s dlouhou sladkostí.

Jeden z nejdražších tchajwanských čajů díky obtížné sklizni.

Jin Xuan (Milk Oolong)

Novější kultivar z 80. let.

Přirozeně krémová a mléčná chuť (ne díky aromatizaci, ale vlastností rostliny).

Často sladký, jemný a lehce květinový.

Oriental Beauty (Dong Fang Mei Ren)

Vysoce oxidovaný oolong (až kolem 70 %).

Specifický díky tomu, že listy okusují drobní cvrčci (*Jacobiasca formosana*). Rostlina na to reaguje a vyvíjí medově-sladké tóny.

Chuť: med, ovoce, květiny, s jemnou kořenitostí.

Velmi ceněný, často drahý.

2. Červené čaje (v Evropě známé jako černé)

Ačkoliv Tchaj-wan proslul hlavně oolongy, některé červené čaje mají také velký věhlas.

Sun Moon Lake Ruby Red (Taiwan No. 18)

Kříženec čínského a assamského čajovníku.

Chuť: výrazná, medově sladká s tóny skořice, máty či dřeva.

Velmi oblíbený i mezi zahraničními znalci.

Taiwan No. 21 (Hong Yun)

Další hybrid vyvinutý pro oblast Sun Moon Lake.

Chuť: ovocná, jemně kořeněná, elegantní.

3. Zelené čaje

Na Tchaj-wanu se zelený čaj vyrábí v menším množství, ale některé odrůdy stojí za pozornost.

Typicky lehké, svěží, travnaté.

Mají čistou chuť s jemnou nasládlostí, někdy lehce oříškovou.

Nejvíce se pěstují v nižších nadmořských výškách.

4. Bílý čaj

Relativně novější experiment v tchajwanském čajovém průmyslu.

Vyrábí se hlavně z mladých pupenů.

Chuť: jemná, sladká, květinová.

Není tak rozšířený jako oolongy, ale postupně si získává příznivce.

5. Speciální a experimentální čaje

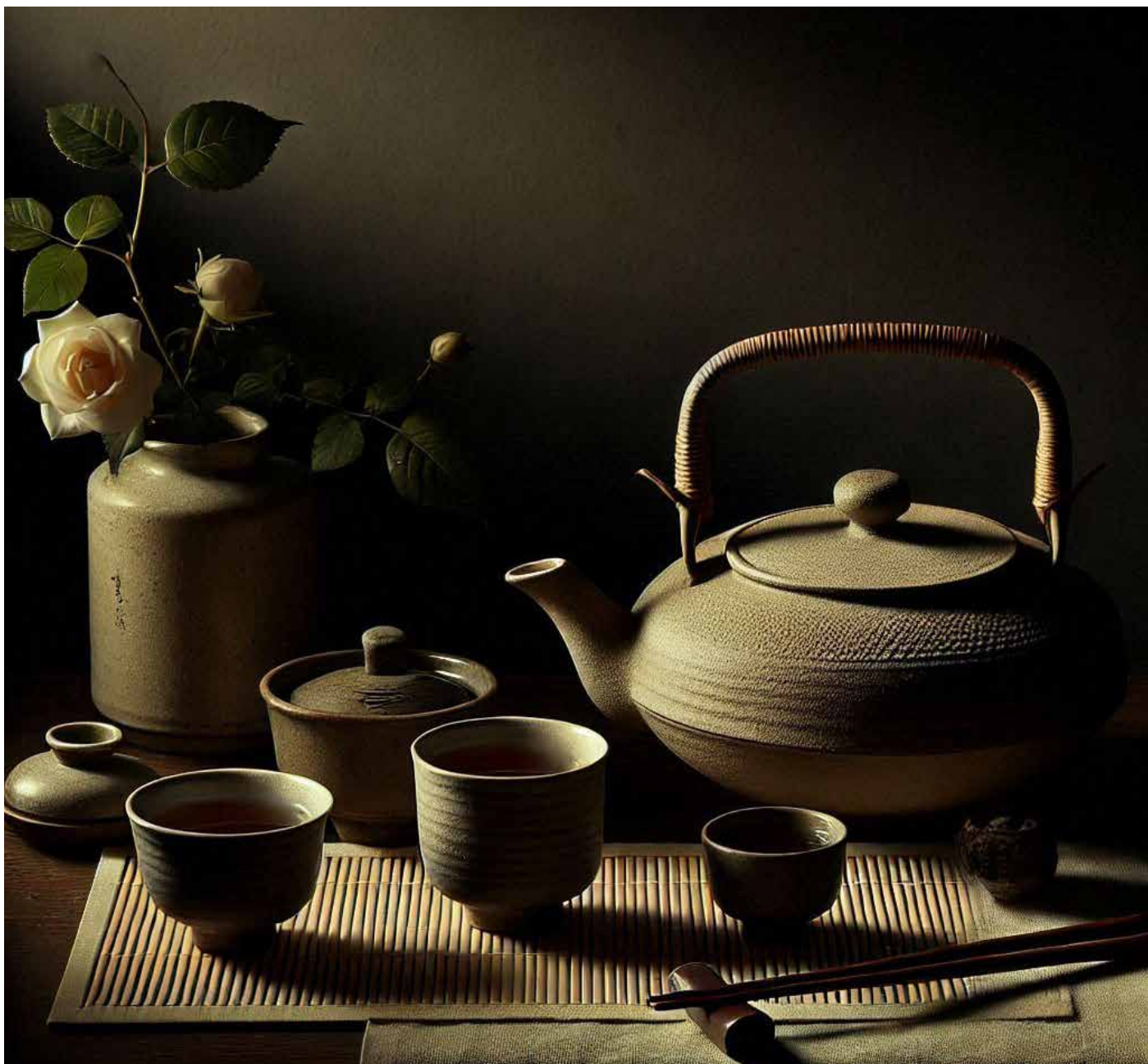
Tchajwanské výzkumné ústavy a farmáři rádi šlechtí nové kultivary a experimentují. Proto se objevují unikátní odrůdy s neobvyklým aroma – od čajů s přirozenou mléčnou chutí (Jin Xuan), až po vzácné křížence s indickým Assamem (Ruby Red).

Kulturní význam

Na Tchaj-wanu není čaj jen nápoj – je to společenský a estetický zážitek. Místní čajová kultura je ovlivněna čínskými tradicemi, především gongfu cha, tedy „uměním

přípravy čaje“. Tento obřad klade důraz na opakované zalévání čajových lístků v malých konvičkách a na harmonii mezi chutí, vůní a atmosférou setkání.

Tchajwanský čaj je považován za jeden z nejlepších na světě díky kombinaci přírodních podmínek, historických zkušeností a lásky místních pěstitelů k čajové kultuře. Od jemných horských oolongů přes medově sladké červené čaje až po raritní Oriental Beauty – každý šálek nabízí cestu do světa tradice, přírody a pohostinnosti tohoto ostrova.



Záhadná síla ki

George Burr Leonard

Jednou z nejstarších legend lidstva je, že kromě nás samotných existuje jakási životní energie spojená s bytím a záměrem, jemná síla, která prostupuje a přesahuje fyzické tělo. Tato teorie byla dostatečně silná na to, aby přežila materialistický světový názor a stále se objevovala v lidové řeči i ve vědeckofantastické literatuře. Téměř každý jazyk má pro tuto životní energii svůj výraz, přičemž mnohé z nich vycházejí ze slova „dech“. V japonštině je to ki, v čínštině čchi, v sanskrtu prána, v řečtině pneuma, na Havaji mana, u Siouxů wakan, francouzsky élan vital, anglicky bioenergie a ve Hvězdných válkách „Síla“.

Ať už ji nazveme jakkoli (pro jednoduchost použijme „ki“), tato předpokládaná energie či síla byla někdy spojována se zvláštními schopnostmi, zejména v bojových uměních – například schopností lámat prkna nebo zastavit útočníka na dálku. Zároveň je chápána jako hybná síla vitality a zdraví v živých organismech či entelechie, která promění žalud v dub. Někteří teoretici ji spojují i s evolučním procesem. Francouzský filosof Henri-Louis Bergson (1859–1941) nazval élan vital proudem vědomí, který vstoupil do hmoty, stvořil živá těla a určil směr jejich vývoje.

Aikidó – „cesta harmonie ducha“ – má slovo ki přímo ve svém názvu a jeho roli zdůrazňuje obzvlášť. Ki zde není ničím výjimečným, ale považuje se za nezbytný prvek každé techniky a ideálně i každého aspektu života aikidoky. „Chcete-li cvičit aiki,“ řekl zakladatel, „musíte se věnovat rozvoji ki. Ki je nesmírně složité a musíme se ponořit do sebe sama, abychom jej ovládli.“ Přestože je těžké vyjádřit je slovy, ki lze snadno rozpoznat. Hod je s ki viditelně,

hmatatelně i skutečně jiný než hod bez něj. Když sledujete zkušeného aikidóistu, jak s lehkostí, radostí a dokonce s láskou znovu a znovu odhazuje tři útočníky, vidíte ki v akci.

Pokud jste zkoušeli cvičení „Energetická paže“ z předchozí kapitoly, možná máte alespoň částečnou představu o tom, co se ki přisuzuje. Na rozdíl od „Rigidní paže“ má „Energetická paže“ uvolněnou a zároveň silnou kvalitu, často doprovázenou pocitem, že jí protéká nějaká energie.

Ki je ale víc než jen pomůcka pro techniku. Jak říká mistr aikidó Mitsugi Saotome: „Je to aktivita života, podstata ducha. Ki je vibrace stejně jako světlo a zvuk jsou vibrace. Sluneční svit je ki, hrom je ki, vítr je ki. Je menší než atom a úžasnější než galaxie. Je to životní esence vesmíru, tvořivá energie Boha. Ki naplňuje vesmír a vše, co obsahuje, od počátku až do věčnosti.“

Ať už ki pojmenujeme či chápeme jakkoli, vzpírá se přesné definici i měření. Přesto ji lze uplatnit zdánlivě účinnými způsoby. Starověký východní léčebný systém například pracuje s meridiány (specifické dráhy, jimiž ki v těle proudí), čakrami (hlavními centry, kde se energie soustředí) a tsubo (body na meridiánech, na které lze působit tlakem prstu či jehly, aby se vyrovnala energetická nerovnováha a podpořilo se zdraví).

Přestože nikdo přesně neví, jak to funguje v čistě vědeckých termínech, akupunktura – založená právě na tomto systému – byla uznána Americkou lékařskou asociací jako účinná při tlumení bolesti a zmírňování některých zdravotních potíží. Některé velké americké nemocnice dokonce experimentují s léčiteli, kteří přejíždějí rukama několik centimetrů nad pacientovým tělem a využívají při tom cosi, co by se dalo nazvat ki. A i přes skepsi a odpor tvrdých kritiků tito praktičtí léčitelé někde spolupracují s chirurgy přímo během velkých operací – a výsledky jsou povzbudivé.

Třída energie

Od doby, kdy jsme s dvěma kolegy založili Aikido of Tamalpais, každý z nás vedl dva tréninky týdně. Kromě svých hodin aikida jsem já vedl také tzv. energetickou třídu, která se scházela dvakrát týdně. Během několika týdnů se vytvořila skupina asi dvaceti studentů – někteří byli aikidisté, jiní ne – kteří do této třídy pravidelně chodili. Lidé přicházeli a odcházeli, ale mnoho z původní skupiny zůstalo po několik let.

Cvičení se postupně zlepšovalo s praxí. Některé naše zkušenosti byly očividně záhadné a úžasné, a přesto – v kontextu naší třídy – působily zcela běžně, v zenovém smyslu „nic zvláštního“.

Například jedno cvičení, které nazývám „Proces synchronizace“, má za cíl, aby účastníci dokázali najít svého partnera na dálku v rozlehlém vnitřním prostoru plném lidí, kteří byli zcela náhodně promícháni – a to se zavřenýma očima. Začínám tím, že účastníky vedu sérií kroků, při nichž si každý najde svého partnera. Poté je provedu instrukcemi, jejichž cílem je synchronizace dýchání a pohybových vzorců s partnerem. Několikrát během tohoto procesu jim navrhuji, aby si představili, že jejich oddělená energetická pole splývají v jedno společné pole, jedinečné ve vesmíru a větší než součet jeho částí. Nabízím jim možnost, že skrze záměr mohou být se svým partnerem propojeni po celou dobu cvičení právě prostřednictvím tohoto spojeného pole – bez ohledu na to, jak daleko od sebe budou.

Účastníci pak své partnery opustí a pohybují se po místnosti náhodně, s očima jen lehce pootevřenýma. Nakonec, když je skupina zcela promíchána a každý účastník navíc dezorientovaný otáčením na místě se zavřenýma očima, všichni zvednou ruce před sebe, dlaně vpřed, a otáčejí se, dokud

nezaznamenají fyzickou polohu svého partnera. Poté otevřou oči, aby zjistili, zda jejich dlaně skutečně míří přímo na partnera. Tento postup – náhodné promíchání, dezorientace a nalezení spojení – se opakuje třikrát.

Noví účastníci bývají obvykle ohromeni počtem „zásahů“. V jedné skupině třicetidvou lidí selhal při všech třech pokusech jen jediný. Čtrnáct účastníků našlo svého partnera na všechny tři pokusy, čtrnáct uspělo dvakrát ze tří a čtyři jednou ze tří pokusů.

Proces synchronizace není nastaven jako vědecký experiment. Přesto se výsledky – stejně jako u několika dalších cvičení, která přesahují běžné vysvětlení – staly natolik předvídatelnými a rutinními, že se staly téměř samozřejmými.



Lidské energetické pole

Jak tedy vysvětlit ki? Než se uchýlíme k esoterickým teoriím, možná si uvědomíme, že naše tělo neustále generuje a šíří elektromagnetickou energii. Ta je všudypřítomná a podle své frekvence se projevuje například jako rádiové vlny, teplo, světlo, rentgenové záření a další formy spektra. Každý atom v těle je mikroskopické elektromagnetické zařízení. Každá chemická reakce zahrnuje elektromagnetickou výměnu. Každá myšlenka, pocit, vjem či záměr je doprovázen elektromagnetickou aktivitou v mozku. Každý úder srdce je spuštěn elektromagnetickými impulzy, které se šíří po všech tepnách a žilách dokonale synchronizovaně. Každý svalový pohyb – i ten nejmenší nezávislý záškub – vyžaduje elektromagnetické signály a reakce. Všechny tyto projevy lze měřit na povrchu těla. Existují přístroje citlivé natolik, že dokážou zaznamenat kardiovaskulární aktivitu člověka i na několik metrů vzdálenosti. K tělu navíc přiléhá mrak ionizovaného potu, který lze detekovat elektrostatickými senzory. Každý z nás navíc vyzařuje auru tepla, kterou lze spatřit v noci i na stovky metrů pomocí infračervených brýlí. Počet elektromagnetických polí spojených s lidským tělem přesahuje naše možnosti přesného výpočtu. Přesto je rozumné předpokládat, že existuje jednotné pole pro každého člověka, neustále se měnící a přitom jedinečné – naše osobní elektromagnetické „podpisy“, stejně nezaměnitelné jako obličeje, otisky prstů, hlas či DNA. Ano, lidské energetické pole existuje – jeho výstupní energie je zanedbatelná, ale jeho informační obsah je extrémně specifický. Teorie informace nám říká: čím přesnější a soudržnější informace, tím méně energie je potřeba k jejímu přenosu. Například sonda Voyager mohla vysílat signály ze vzdálenosti Uranu a dál s minimálním výkonem díky přesné frekvenční rezonanci s přijímači na

Zemi.

Nedávné rigorózní experimenty ukazují, že účinky elektromagnetického záření na živé systémy závisí nejen na jeho intenzitě, ale i na informaci – tedy frekvenci a načasování. Mohlo by se tedy stát, že ki je komplexní a jemný druh informace přenášený elektromagnetickým zářením mezi lidmi? Takové vysvětlení by mohlo částečně objasnit některé účinky ki – například léčivou sílu ruky pohybující se pár centimetrů nad tělem pacienta – ale jen obtížně vysvětluje efekty na větší vzdálenost.

Energie nulového bodu

Existují i další možnosti. Několik let dostávám od fyzika Harolda Puthoffa z Institutu pokročilých studií v Austinu dopisy, vědecké práce a populární články o něčem, čemu se říká energie nulového bodu. Puthoff napsal lákavou otázku: „Není to základ ki?“ Tento koncept vychází z jednoho z podivných předpovědí moderní kvantové teorie. Podle ní každý krychlový centimetr prostoru – včetně vakua ve vesmíru – obsahuje nevyužitou energii obrovské síly. Fyzikové ji nazývají energií nulového bodu, protože slouží jako výchozí bod pro měření všech ostatních energií. Necítíme ji, protože je v dokonalé rovnováze, působí všemi směry stejně. Pokud bychom však dokázali, třeba jen minimálně, ovlivnit tuto energii prostřednictvím našeho záměru, výsledky by byly významné. Primitivní šamani i východní mudrci už od pradávna věřili, že žijeme v oceánu životní energie, který podporuje a obnovuje hmotný svět. Teorie nulového bodu v jistém smyslu echo této starobylé duchovní představy. Puthoff navrhuje, že energie ztracená atomy zářením je neustále doplňována právě z energie nulového bodu, která prostupuje celý vesmír.

Hyperprostor a ki

Přesto vědecká teorie, která by plně vysvětlila ki, ještě nevznikla. Teoretici na hranicích fyziky mají různé nápady. Fyzik Saul-Paul Sirag mi řekl: „Studium ki je nyní čistě empirické. Jakákoli teorie ki vzejde ze superstrunové fyziky.“

Superstrunová teorie navrhuje, že všechny subatomární částice – a tedy i veškerá hmota – je tvořena vibrujícími „strunami“ biliony bilionůkrát menšími než atom. Samotná hmota je tedy jen harmonií těchto vibrací. Podobně jako houslové struny, i tyto superstruny mohou vibrovat nekonečně mnoha frekvencemi, což vysvětluje bohatství a rozmanitost hmotného světa.

Problém je, že tyto superstruny existují pouze v hyperprostoru, nikoli ve čtyřech dimenzích (čas + tři prostory). Hyperprostor strun má deset (čas + devět prostor) nebo i více dimenzí. Pochopení této mnohorozměrné reality vyžaduje matematiku, která zatím neexistuje. Jak říká vedoucí teoretik Edward Witten z Institutu pokročilých studií v Princetonu: „Teorie strun je kus fyziky 21. století, který omylem spadl do 20. století.“

Nedávno se k teorii strun přidala tzv. M-teorie, kde M znamená membrány (někdy „brane“), supersměšně malé povrchy od bodu po devět dimenzí, které koexistují se superstrunami. Tyto teorie předpovídají existenci dosud neznámých forem energie. A kdo ví – možná je právě jedna z nich tím, čemu říkáme ki.

Výsledky daleko za hranicí náhody

Všechny fyzikální vysvětlení ki musí zatím zůstat spekulativní, ale důkazy o jeho existenci – jak anekdotické, tak empirické – existují. Existují dobře navržené a rigorózně

provedené experimenty, které demonstrují zatím nevysvětlitelné interakce mezi živými systémy na dálku.

Mezi lety 1983 a 1996 provedli psycholog William Braud a antropoložka Marilyn Schlitz třicet experimentů, v nichž tzv. „influenceři“ pokoušeli buď vzbudit, nebo zklidnit elektrickou aktivitu na kůži subjektů, kteří byli připojeni do oddělené místnosti. Testy zahrnovaly 105 influencerů a 317 subjektů. Výsledky byly pozitivní a statisticky výrazně přesahovaly náhodu ($p = 0,0000007$). Braud a Schlitz detailně popsali a úspěšně vyvrátili veškeré námitky, které by mohly být vzneseny proti přesnosti a integritě těchto pozoruhodných výsledků.

I když jsou fyzikální měření jemných energií dobře navržena a rigorózně prováděna, vždy něco vynechávají, protože jsou omezená současnými přístroji a hranicemi našich smyslů. Historie vědy ukazuje, že významné objevy většinou neposkytují konečné odpovědi, ale otevírají nové možnosti, nové světy k prozkoumání. Prozatím tedy předpokládejme, že ki je jemné a všudypřítomné a nějakým způsobem ovlivňuje i je ovlivňováno lidskou záměrností. I když je tento vliv malý, může být dlouhodobě významný.



Motýlí efekt

Teorie chaosu ukazuje silný vliv extrémně jemných událostí na složité systémy – například motýlí efekt, kdy mávnutí křídly motýla v Tokiu dnes může příští měsíc změnit bouřkový systém v New Yorku.

Lidská schopnost prostřednictvím ki je sice mnohem slabší než běžné verbální či fyzické způsoby, jimiž lidstvo dramaticky mění svět, ale ki je všudypřítomné a časem může vyvolat významné efekty v komplexních systémech – v lidském těle, společnosti a možná i v dalším vývoji našeho druhu.

Skepticismus a víra

Někteří bojovníci tvrdí, že používají ki k mnohem mocnějším a dokonce devastujícím účelům. Možná jste slyšeli příběhy o mistrovi kung-fu, jehož otevřená ruka je tak silná, že zanechá otisk na vzdálené zdi, nebo o praktikovi čchi-kungu, který dokáže porazit útočníka jen gestem z druhého konce místnosti.

Přestože osobní zkušenosti často zahrnují zdánlivě zázračné události, naučil jsem se být při takových vyprávěních skeptický. Ale mohu tvrdit s absolutní jistotou, že se nikdy nestaly? Ne. Život je příliš rozmanitý a plný překvapení na to, abychom to mohli vyloučit.

Po všech našich spekulacích zůstává hluboký respekt k tajemnosti a nepředvídatelnosti našeho bytí v tomto úžasném vesmíru. Léta nás naučila, že vědecké teorie se mění s časem. Bez ohledu na počet studií či pokročilost matematiky a fyziky nám konečné odpovědi stále unikají.

Hledání poznání s otevřenou myslí je cestou, kde se cíl vzdaluje o dva kilometry za každý kilometr, který ujdeme. A chtěli bychom to jinak? Jak nudné a deprimující by bylo,

kdybychom všechno znali a nebyly žádné záhady. Nové objevy otevírají nové možnosti prozkoumávání. Svět je svou podstatou nevyzpytatelný.

V bojovém umění, které ve svém názvu nese „ducha vesmíru“, je proto přirozené nejen neustále usilovat o poznání, ale také stát v úžasu nad věčným neznámem.

Z angličtiny The wai of Aikido from Leonard Gerge, ISBN 978-0-452-27972-8

George Burr Leonard (1923–2010) byl americký spisovatel, pedagog a průkopník hnutí lidského potenciálu. Od 70. let se věnoval aikidu, v němž dosáhl stupně 5. dan a spoluzaložil dojo Aikido of Tamalpais v Kalifornii. Na základě své praxe vytvořil program Leonard Energy Training (LET), který propojuje principy aikida s osobním rozvojem a každodenním životem. Napsal řadu vlivných knih, například The Way of Aikido a Mastery, v nichž ukazuje, že mistrovství a vnitřní růst se rodí z dlouhodobé disciplíny, otevřenosti a schopnosti „přijímat“ místo odporu.

