SEI SHIN

podzim 2026
číslo 4

časopis pro rozvoj harmonie, techniky a cesty aikidó



Když technika bez síly nefunguje, nevracej se k síle.

ROZHOVOR
SEISHIRO ENDO

POD MEČEM
Stefan Stenudd

KOŘENY AIKIDA
Daitó Ryu

SHINSENGUMI
samurajské elitní jednotky

OBSAH

str. 3 - 11 Rozhovor: Seishiro Endo
str. 12 - 18 Vstoupit pod meč
str. 19 - 23 Útoky - Aihanmi
str. 24- 29 Daitó ryu
str. 30 Náborový leták
str. 31 - 37 Shinsengumi
str. 38 - 39 Shomen uči kote gaeši
str. 40 Kulturní okénko
str. 41 - 43 Takuan Sohó
str. 44 - 48 Rozvoj osobnosti

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.pertlicek@post.cz

Vaše redakce















Příští třinácté číslo vyjde 24. 12. 2026



SEISHIRO ENDO

Když technika bez síly nefunguje, nevracej se k síle.

Otázka: Jak jste začal s aikidó?

Seishiro Endo: Začal jsem v dubnu 1963, krátce po nástupu na univerzitu Gakushūin. Jeden starší student mě pozval, abych se přišel podívat do univerzitního aikidó klubu. Rozhodl jsem se, že začnu hned.

První den jsem dělal hlavně shikkō, tedy chůzi po kolenou, a velké množství dřepů. Přestože jsem měl ze střední školy zkušenosti s judem a nebyl jsem úplně bez kondice, druhý den jsem skoro nedokázal vyjít schody na nádraží.

Otázka: Byl tehdy aikidó klub na univerzitě oficiální?

Seishiro Endo: Ne. Tehdy to byla spíš neformální studentská skupina.

Gakushūin byla velmi tradiční univerzita a získat oficiální status nebylo jednoduché. Klub musel dlouhou dobu dokazovat, že má skutečný smysl a že vydrží.

Já jsem se později stal čtvrtým instruktorem klubu. Částečného uznání jsme dosáhli asi po třech letech, ale úplné uznání přišlo až mnohem později. Celý proces trval téměř dvacet let.

Otázka: Kdo vás tehdy na univerzitě učil?

Seishiro Endo: Zpočátku to byl Hiroshi Tada sensei. Když jsem byl ve druhém ročníku, odjel do Itálie.

Potom nás přibližně rok vedl Mitsunari Kanai sensei a po něm asi půl roku Yasuo Kobayashi sensei.

Když jsem později dokončil univerzitu a vstoupil do Aikikai jako profesionální instruktor, vrátil jsem se do univerzitního klubu už jako učitel.

Otázka: Kdy jste se rozhodl věnovat aikidó profesionálně?

Seishiro Endo: Ve čtvrtém ročníku univerzity jsem stejně jako ostatní přemýšlel, kam půjdu pracovat.
Dokonce jsem měl předběžnou nabídku zaměstnání. Původně jsem si představoval, že budu pracovat v některé z velkých kancelářských budov v Tokiu.
Jenže čím víc jsem cvičil aikidó, tím víc mě přitahovalo.
Nakonec jsem běžnou kariéru odmítl a rozhodl se pokračovat v aikidó.
Když se na to dnes dívám zpětně, bylo to možná trochu naivní. Myslel jsem si, že když budu aikidó dělat opravdu naplno, nějak se uživím a současně se budu rozvíjet jako člověk.

Otázka: Byl jste na univerzitě pilný student?

Seishiro Endo: Ani ne.
Chodil jsem do knihovny a hodně jsem četl, ale odpoledne jsem často odcházel cvičit do Hombu dódžó a potom ještě na univerzitní trénink.
Na přednáškách jsem někdy po deseti minutách usnul.

Otázka: Jak na vás působil Morihei Ueshiba, O-sensei?

Seishiro Endo: Při prvním dojmu na mě nepůsobil jako někdo, kdo by demonstroval obrovskou fyzickou sílu.
Působil spíš jako laskavý a přátelský starý člověk.
Ale při technice měl velmi silný a pronikavý pohled.

Otázka: Máte nějakou konkrétní vzpomínku na O-senseie?

Seishiro Endo: Jednou mi řekl, abych z boku zatlačil na jeho kolena.
Překvapilo mě, jak byla měkká.
Nebyla to ale slabost.
Když jsem zatlačil víc, měl jsem pocit, jako by moje síla mizela do prázdna a já sám ztrácel stabilitu.
Jindy jsem mu dělal uke při ukázce pro novináře. Když jsem se ho snažil pevně zachytit při technice podobné kokyūhō v suwariwaze, měl jsem pocit, jako bych narazil do skály, a byl jsem odmrštěn.

Otázka: Jak vypadal život mladého profesionálního instruktora v Hombu dódžó?

Seishiro Endo: Ráno jsme cvičili přibližně od půl sedmé do devíti.
Mladí instruktoři tehdy neměli tolik výuky jako dnes, takže jsme měli poměrně dost volnosti.
Po tréninku jsme někdy například jezdili na pláž do Enoshimy.
Ale pro mě byla důležitá také péče o dódžó.
Každé ráno po tréninku jsem uklízel a pečlivě čistil toalety.
Nikdo mi to nemusel přikazovat.

Otázka: Proč jste to dělal?

Seishiro Endo: Souvisí to s výrazem intoku wo tsumu.
Dalo by se to přeložit jako hromadění skryté ctnosti.
Znamená to dělat dobrovolně i takové věci, kterým se ostatní raději vyhnou, a neočekávat za to uznání.
Pro mě to byla součást budó.

Otázka: Zajímal jste se tehdy také o zen?

Seishiro Endo: Ano.
Od mládí jsem hodně četl. Kolem dvaceti let mě silně zajímal zen.
Nejprve především Rinzai zen a později také Sōtō zen.
Ale neřekl bych, že jsem se věnoval jen jednomu směru do velké hloubky. Měl jsem široké pole zájmů.
Knihu jsem měl prakticky pořád u sebe.

Otázka: Kteří učitelé vás nejvíc ovlivnili?

Seishiro Endo: Velký dojem na mě udělal Koichi Tohei sensei.
Jeho vysvětlování aikidó bylo poměrně konkrétní a srozumitelné.
Byl také ovlivněn učením Tempu Nakamury.
Tohei sensei mě často opravoval. Něco jsem změnil a on řekl, že je to teď lepší.
Jenže já sám jsem často vůbec nevěděl, co jsem vlastně udělal jinak.
To pro mě bylo velmi frustrující.
Velmi důležitý pro mě byl také Kisaburo Osawa sensei. S ním jsem mohl dlouze mluvit nejen o aikidó, ale také o životě.

Otázka: Ve vašem aikidó je dnes velmi výrazná uvolněnost. Kdy jste začal tímto směrem hledat?

Seishiro Endo: Velký zlom nastal kolem mých třiceti let.
Vykloubil jsem si pravé rameno.
Tehdy mi Seigo Yamaguchi sensei řekl něco v tom smyslu:
„Cvičíš aikidó už deset let. Teď můžeš používat jen levou ruku. Co budeš dělat?“
Ta otázka mě velmi zasáhla.
Uvědomil jsem si, jak moc jsem byl závislý na síle paží, ramen a horní poloviny těla.
Začal jsem proto intenzivně chodit na Yamaguchiho hodiny.

Otázka: Co jste si tehdy uvědomil?

Seishiro Endo: Začal jsem si klást otázku:
Mohu tímto způsobem dělat aikidó celý život?
Pokud je moje technika závislá na fyzické síle, co budu dělat, až zestárnu?
Rozhodl jsem se hledat aikidó, které nebude závislé na síle.

Pokud je moje technika závislá na fyzické síle, co budu dělat, až zestárnu?

Otázka: Často se v aikidó říká „uvolni ramena“. Je to podle vás tak jednoduché?

Seishiro Endo: Není.
Když člověk prostě vypustí svalové napětí, často spolu s tím zmizí i účinnost techniky.
Je to podobné jako při lyžování.
Když jedete za dobrým instruktorem, všechno funguje. Jakmile ale jedete sami, staré chyby se rychle vrátí.
Stejné to bylo u mě na hodinách Yamaguchi senseie.
Když jsem cvičil s ním, dokázal jsem pracovat jinak. Jakmile jsem odešel, velmi rychle jsem se vracel k používání síly.
Asi půl roku jsem s tím intenzivně bojoval.

Otázka: Co jste tedy udělal?

Seishiro Endo: Rozhodl jsem se, že když technika bez síly nebude fungovat, nevrátím se kvůli tomu k síle.
Budu dál hledat způsob, jak ji udělat bez ní.
Yamaguchi sensei mi v podstatě říkal:
Nemusíš tomu rozumět hned. Dělej to. Dej tomu třeba deset let.
Rozhodl jsem se to přijmout.

Otázka: Znamenalo to, že vám některé techniky přestaly fungovat?

Seishiro Endo: Ano.
A bylo to někdy dost zvláštní.
Měl jsem už čtvrtý dan, ale když jsem se snažil techniku dělat bez síly, uke někdy prostě nespadl.
Tak jsem jim někdy otevřeně řekl:
„Teď tu techniku vlastně pořádně neumím.
Ale prosím, spadni mi.“
Na čtvrtý dan to byla poněkud neobvyklá situace.

Otázka: Nebylo to frustrující?

Seishiro Endo: Samozřejmě.
Ale právě to bylo důležité.
Nesměl jsem se začít rozčilovat.
Jakmile člověk začne být frustrovaný a řekne si „já tu techniku přece musím prosadit“, okamžitě se vrátí k použití síly.

Otázka: Co jste se učil při ukemi u Yamaguchi senseie?

Seishiro Endo: Snažil jsem se neustále sledovat, co se děje v mém vlastním těle.
Čím více vypustíš zbytečnou sílu, tím více můžeš soustředit ki.
Současně jsem se snažil mít vědomí v centru těla.
Po několika letech jsem začal mít pocit, že trochu chápu, co Yamaguchi sensei skutečně dělá.
A především jsem začal nacházet způsob tréninku, který fungoval i mně.

Otázka: Jak jste potom cvičil?

Seishiro Endo: Začal jsem experimentovat velmi systematicky.
Vybral jsem si jednu techniku a dlouhou dobu jsem studoval právě ji.
Například jsem mohl půl roku téměř všude cvičit hlavně shōmenuchi ikkyo.
Nešlo mi přitom jen o ikkyo.
Pomocí jedné techniky jsem mohl zkoumat základní principy.

Otázka: Jaké principy?

Seishiro Endo: Jak vzniká kontakt.
Co se děje s rovnováhou partnera.
Jak situaci ovlivňuje vzdálenost.
Jak vzniká kuzushi.
Jaký je vztah mezi mým tělem a tělem uke.
Jedna technika se tak stane prostředkem ke studiu něčeho mnohem hlubšího.
Technika sama není konečným cílem.





Otázka: Co by měl student během techniky sledovat?

Seishiro Endo: Především vlastní stav.
A současně partnera.
Nejde jen o fyzickou pozici.
Musíte sledovat stav mysli, tělesnou rovnováhu a vztah mezi nimi.
Existuje výraz shin-gi-tai ichi.
Mysl, technika a tělo jako jeden celek.
Pokud je mysl rozhozená, tělo nemůže pracovat správně.
A pokud ztratíte tělesnou rovnováhu, může to zase narušit mysl.

Otázka: Jak podle vás vzniká technika?

Seishiro Endo: Pro mě je důležitá posloupnost:
deai → taisabaki → kuzushi → technika.
Nejdřív je setkání.
Potom práce s pozicí těla.
Potom narušení partnerovy rovnováhy.
A teprve potom vzniká technika.

Otázka: Takže si techniku nemáme předem určit?

Seishiro Endo: Přesně tak.
Neměli bychom si tvrdohlavě říct:
„Teď udělám ikkyo."
A potom nutit situaci, aby tomuto rozhodnutí odpovídala.
Měli bychom vnímat, co přirozeně vzniká ze vztahu mezi námi a uke.

Otázka: Jak důležitá je schopnost změny?

Seishiro Endo: Velmi.
Představte si řeku.
Když narazí na malý kámen, přeteče přes něj.
Když narazí na velký kámen, obtéká ho.
Když ji přehradíte, energie vody nezmizí. Dál se hromadí a hledá cestu.
Podobně by podle mě mělo fungovat aikidó.
Když určitý způsob přestane fungovat, nemá smysl se zaseknout a silou dokončovat jednu techniku.
Musíte být schopni změny.

Otázka: Znamená to prostě vždy ustoupit?

Seishiro Endo: Ne.
To by bylo nedorozumění.
Nejde jen o uhýbání nebo ustupování.
Člověk musí umět energii také shromažďovat, vést a rozvíjet.

Otázka: Jak chápete vítězství v aikidó?

Seishiro Endo: Aikidó bych nerad chápal jako výhru a prohru.
Pokud bychom už slovo vítězství používali, potom nejlepší situace je taková, kdy mezi oběma lidmi vznikne harmonie.
Nejlepší technika je podle mě ta, při které ani jeden z lidí nemá pocit:
„Já jsem vyhrál."
nebo
„Já jsem prohrál."
Spíš oba cítí, že došlo k dobrému setkání.

Otázka: Je možné takového stavu dosahovat pravidelně?

Seishiro Endo: Možná se takový okamžik objeví jednou z milionu pokusů.
Smyslem tréninku ale je tuto pravděpodobnost postupně zvyšovat.
Z jednoho případu na milion na jeden z půl milionu.
Potom jeden ze sta tisíc.
A tak dál.

Otázka: Je pro vás důležité ki no nagare?

Seishiro Endo: Záleží na tom, co tím myslíte.
Pokud tím myslíte, že začnu techniku ještě dřív, než mě partner skutečně uchopí, nebo že někoho hodím bez skutečného kontaktu, pak to není moje aikidó.

Otázka: Takže skutečný kontakt je důležitý?
Seishiro Endo: Ano.
Když vás někdo pevně chytí, právě tehdy máte velmi dobrou možnost studovat.
Čím silnější je úchop, tím více do něj můžete vstoupit.
Techniku nedělejte jen prsty, zápěstím nebo paží.
Jděte ze svého centra do centra partnera.
Právě v kontaktu můžete cítit směr jeho síly a jeho energii.

Otázka: Někteří lidé říkají, že všichni učitelé mluví o nepoužívání síly, ale při jejich technice je síla stejně cítit.

Seishiro Endo: Jeden evropský student mi jednou řekl něco podobného.
Řekl mi, že od mnoha shihanů slyšel „nepoužívejte sílu", ale při jejich technice ji stejně cítil.
U mě měl poprvé pocit, že technika skutečně proběhla bez zjevného použití fyzické síly.
To mě potěšilo.
Bylo to pro mě určité potvrzení, že cesta, kterou jsem si zvolil, má smysl.

Otázka: Jaký význam má ve vašem aikidó meč?

Seishiro Endo: Dříve jsem si myslel, že alespoň suburi je nutné.
Ale stále mám tolik nezodpovězených otázek v taijutsu, že jsem cítil potřebu věnovat se především jemu.
Možná až budu starší, chtěl bych pracovat s jō a ken podobně jako O-sensei v pozdějším věku.
Téměř jako určitý radostný tanec.

Otázka: Stává se vám, že vás lidé chtějí testovat?

Seishiro Endo: Ano.
Není to jen v Evropě. Stávalo se to i v Japonsku.
Protože nemám mohutné paže a moje technika nevypadá silově, někteří lidé si myslí, že mě při pevném úchopu zastaví.
Říkám jim tedy:
Dobře. Chyťte mě opravdu pevně.
A potom můžeme pracovat.
Často jsou překvapení.

Otázka: Potřebujeme v aikidó tolik různých technik?

Seishiro Endo: Možná ne.
Studujeme mnoho technik, ale někdy si myslím, že několik základních technik obsahuje prakticky všechno zásadní.
Například:
shōmenuchi ikkyo,
shōmenuchi iriminage,
katatedori shihonage,
suwariwaza kokyūhō.
Jsou to techniky, které se učí poměrně brzy, zhruba kolem úrovně 5. kyū.
Ale můžete na nich celý život studovat deai, maai, sabaki, kuzushi a používání těla a mysli.

Otázka: Jak se podle vás technika skutečně stane součástí člověka?

Seishiro Endo: To, co vás někdo naučil, je stále jen něco, co vás někdo naučil.
Opravdu vaše se to stane až tehdy, když si to vlastním úsilím osvojíte.

Otázka: Jak důležitá je uvolněnost?

Seishiro Endo: Velmi.
Mám někdy pocit, že japonští aikidisté bývají příliš strnulí.
Lidé v zahraničí mohou někdy působit přirozeněji a uvolněněji.
Ale uvolněnost neznamená, že aikidó přestává být budó.

Pokud člověk cvičí se skutečným záměrem, může být zároveň velmi uvolněný.

Otázka: Máte nějaký příklad takového stavu mysli?

Seishiro Endo: Existuje starý příběh o šógunovi Iemitsuovi, tygrovi, šermíři a zenovém mnichovi Takuanovi.
Zkušený šermíř vstoupil k tygrovi s bokkenem a byl neustále připraven bojovat o život.
Vyšel z klece úplně vyčerpaný.
Takuan vstoupil bez strachu a bez agresivního záměru.
Podle příběhu si tygr nakonec lehl k jeho nohám.
Pro mě to souvisí s pojmem heijōshin.
Běžná, klidná mysl.

Otázka: Co máme dělat, když technika nefunguje?

Seishiro Endo: Nejdříve je třeba skutečně poznat, že nefunguje.
Potom si položit otázky.
Je problém v deai?
Je problém v kuzushi?
Je špatné maai?
Je špatné načasování?
Používám správně kokyūryoku?
Je problém v celém mém způsobu tréninku?

Otázka: Co považujete za největší chybu?

Seishiro Endo: Pokračovat silou dál jen proto, že jsme se rozhodli určitou techniku dokončit.
Je velmi důležité poznat:
„Tady musím přestat tlačit tímto směrem."
Jinak člověk ustrne.

Otázka: Zmiňoval jste také Jigen-ryū. Co vás na této škole zaujalo?

Seishiro Endo: Existuje výrok:
„V Jigen-ryū neexistuje druhý meč."
Já si to vykládám jako princip, že existuje pouze pohyb vpřed.
Nemyslím tím fyzické tlačení dopředu.
Myslím tím neustrnout.
Nezamrznout.
Pokračovat v živé reakci na situaci.

Otázka: Co si přejete do budoucna?

Seishiro Endo: V Japonsku mi dlouho chyběla skutečná dódžó v původním smyslu slova.
Mnoho skupin cvičí v pronajatých tělocvičnách nebo kulturních centrech.
Tam je podle mě obtížnější vytvořit hlubší vztah mezi učitelem a studenty.
Proto jsem dlouho toužil po vlastním dódžó, kde by lidé se skutečným zájmem mohli pravidelně a vážně studovat aikidó.
Krátce před tímto rozhovorem se mi podařilo takové dódžó otevřít.
Jsem také velmi vděčný dóšuovi a Aikikai, že mi umožnili po více než třicet let hledat moje vlastní aikidó.



Mistr Seshiro Endo:
Cesta k aikidó bez síly

Seishiro Endo (6. září 1942, prefektura Nagano, Japonsko) je japonský učitel aikidó, držitel 8. danu Aikikai a jeden z posledních žijících učitelů, kteří měli možnost přímo studovat u zakladatele aikidó Moriheie Ueshiby.

S aikidó začal v roce 1963 během studia na univerzitě Gakushūin v Tokiu. Brzy poté začal pravidelně cvičit také v Aikikai Hombu Dōjō. Mezi jeho významné učitele patřili především Hiroshi Tada, Seigo Yamaguchi, Kisaburō Ōsawa, Koichi Tohei, Mitsunari Kanai a Yasuo Kobayashi. Měl rovněž možnost cvičit přímo pod vedením Moriheie Ueshiby.

Po dokončení univerzity se rozhodl nevydat běžnou profesní cestou a věnoval svůj život aikidó. Přibližně v roce 1964 vstoupil do Aikikai Hombu Dōjō jako profesionální instruktor. Později se stal jedním z jeho shihanů a po desetiletí vyučoval nejen v Japonsku, ale pravidelně také v Evropě a dalších zemích. Aikikai jej ještě v programu celojaponské demonstrace v roce 2025 uvádělo jako Hombu Dōjō Shidōbu Shihan.

Zásadním okamžikem v Endově vývoji bylo zranění pravého ramene kolem třiceti let. Tehdy mu Seigo Yamaguchi položil otázku, co bude dělat, když po deseti letech tréninku nemůže používat pravou paži tak jako dříve. Endo si uvědomil, do jaké míry jeho technika závisí na síle paží a ramen. Začal proto hledat způsob aikidó založený nikoli na fyzickém přetlačování, ale na uvolnění, kontaktu, rovnováze a citlivém vnímání partnera.

Právě tento přístup se stal charakteristickým znakem jeho aikidó. Endo klade velký důraz na deai – okamžik setkání, maai – správnou vzdálenost, taisabaki – práci těla, kuzushi – narušení rovnováhy a schopnost udržet nepřerušený kontakt s uke. Technika podle něj nemá být vynucena silou. Má přirozeně vzniknout ze situace a ze vztahu mezi nage a uke.

Pro jeho výuku je typická snaha odstranit z těla zbytečné napětí. Uvolněnost však Endo nechápe jako pasivitu nebo slabost. Naopak člověk má být uvolněný, ale současně pozorný, stabilní a schopen okamžitě reagovat na změnu. Často zdůrazňuje, že student nemá slepě napodobovat učitele, ale musí na základě vlastního cvičení zjistit, co skutečně funguje právě pro něj. Jeho metoda výuky proto klade menší důraz na množství technik a větší důraz na pochopení společných principů, které se v jednotlivých technikách opakují.

Velkou roli v Endově přístupu sehrál Seigo Yamaguchi, jehož způsob pohybu a práce bez zjevného použití síly Endo po řadu let intenzivně studoval. Sám později popisoval, že mu trvalo několik let, než začal alespoň částečně chápat, co Yamaguchi ve skutečnosti dělá.

V roce 1993 založil Saku Dōjō ve městě Saku v prefektuře Nagano. Vlastní dōjō pro něj mělo zvláštní význam: chtěl vytvořit místo, kde bude možné budovat dlouhodobější vztah mezi učitelem a studenty a studovat aikidó hlouběji než při příležitostných trénincích v pronajatých sportovních halách.

Endo se během své dlouhé učitelské kariéry stal výraznou osobností mezinárodního aikidó. Jeho semináře jsou známé především studiem kontaktu, rovnováhy, změny směru, práce středu těla a schopnosti reagovat na partnera bez zbytečného napětí.

Jeho aikidó lze velmi stručně charakterizovat myšlenkou, která se opakuje v jeho rozhovorech a výuce:

Techniku nelze prosadit silou. Je třeba vytvořit podmínky, ze kterých vznikne sama.

Endův přístup proto nepředstavuje pouze určitý způsob provádění technik. Je především dlouhodobým hledáním způsobu, jak být při kontaktu s druhým člověkem uvolněný, stabilní, vnímavý a svobodný v pohybu.

Vstoupit pod meč

Pod mečem

Když byl samuraj Kikuši vysvěcen jako bódhisattva – tedy člověk, který zasvětil svůj život službě druhým –, řekl mu jeho mistr:

„Musíš se plně soustředit na každý jednotlivý den a celý se mu odevzdat, jako by ti hořely vlasy na hlavě.“

V souboji muže proti muži, v dobách před rozšířením střelných zbraní, patřil středověký japonský samuraj pravděpodobně k nejobávanějším bojovníkům, jaké svět poznal. Ocel jeho katany byla dokonale kalená a čepel tak ostrá, že dokázala přeseknout kus hedvábné látky, který na ni byl pouze volně spuštěn.

Samuraj procházel mimořádně náročným výcvikem. Jeho techniky zahrnovaly bleskurychlé útoky a kryty a o výsledku boje často rozhodl jediný úder či dva. Možná nejděsivější však byla jeho naprostá přítomnost a jasnost mysli ve chvíli, kdy stanul tváří v tvář protivníkovi.

V těch nejlepších samurajských filmech bývají scény, v nichž proti sobě stojí dva samurajové s pozvednutými meči a jednu, dvě, někdy dokonce tři minuty se ani nepohnou. Divák, který nikdy nestudoval japonské šermířství, může při takové scéně začít být netrpělivý nebo se dokonce nudit.

Ten, kdo však rozumí tomu, co se skutečně odehrává, sleduje scénu bez dechu.

Ví totiž, že oba bojovníci čekají na sebemenší narušení ki toho druhého. Výsledek souboje je svým způsobem obsažen už v těchto zdánlivě nehybných okamžicích. Pak se objeví nepatrná mezera, meče se zablesknou ve slunci – a je po všem.

K samurajově přítomnosti a jasnosti mysli v boji samozřejmě přispíval dlouhý a vyčerpávající výcvik. Existoval však ještě jeden zásadní faktor: samuraj musel být zcela oproštěn od všech vedlejších myšlenek a starostí.

Kdyby ho například napadlo: „Proč jsem si nenechal nabrousit meč?“ nebo „Měl jsem vyrovnat svůj dluh vůči panu Takedovi,“ vzniklé narušení ki mohlo být smrtelné.

Nejzásadnější ze všech takových myšlenek je samozřejmě myšlenka na vlastní smrt.

Kdyby mu vědomím problesklo: „Mohl bych zemřít,“ mohlo to znamenat jistou smrt. Proto byli samurajové od raného dětství vedeni k tomu, aby vstupovali do boje bez myšlenek na život i na smrt.

Tím, že byli připraveni zemřít, paradoxně zvyšovali svou šanci přežít.

Bušidó – cesta válečníka

V roce 1603, po mnoha letech válek a povstání, byli přední japonští feudální vládci sjednoceni pod vládou tokugawského šógunátu. Následovalo období relativního míru a izolace, které trvalo téměř 250 let.

Během období Tokugawa obrátili samurajové – muži i ženy – tutéž mimořádnou schopnost soustředění, jasnosti a intenzity, která z nich dříve vytvářela vynikající válečníky, směrem k umění. Výsledkem byla pozoruhodná kultura, jejíž vytříbenost pronikala téměř do všech oblastí života.
Ze samurajské vrstvy vzešlo divadlo nó, čajový obřad, poezie haiku, tradiční aranžování květin, tušová malba sumi-e a také značná část nejvýznamnější japonské keramické tvorby.
Společnost přitom stále rozdělovaly velmi pevné třídní hranice a samurajové požívali zvláštních výsad, které by byly z pohledu našeho současného demokratického cítění jen těžko přijatelné.

Přesto nelze popřít, že japonské propojení bojového ducha s duchem uměleckým představuje jeden z mimořádných kulturních počinů lidských dějin.

Právě v období Tokugawa také dosáhlo svého největšího rozkvětu bušidó – cesta válečníka. Jednalo se o rytířský kodex, který lze do určité míry přirovnat ke kodexu středověkých rytířů v Anglii a dalších částech Evropy.

Ve své nejlepší podobě ukládalo bušidó samurajovi ctít ctnosti, jako jsou věrnost, čestnost, důstojnost, zdvořilost, odvaha, rozvaha a laskavost.

Součástí této cesty byla služba daimjóovi, feudálnímu pánovi, ale také kami – božským silám či duchům, které samuraj uctíval.

Ostatně samotné slovo „samuraj“ znamená „sloužit“.

Vstoupit pod meč

Aikidó je, jak již bylo řečeno v úvodu, radikální proměnou samurajské tradice. Přesto z ducha samurajů stále velmi mnoho čerpá.
Saotome Sensei vypráví příběh z doby, kdy bylo Ó Senseiovi přibližně padesát let. Tehdy jej vyzval k souboji vynikající mistr meče. Oba vyšli do zahrady Ó Senseie. Mistr meče nesl dokonale vyleštěnou zbraň. Ó Sensei byl neozbrojený.
Slunce se odráželo od zářivě lesklé oceli, když mistr kendó zaujal kamae – bojový postoj. Ó Sensei před ním pokojně stál.
A stáli.
Na čele kendisty se začaly objevovat kapky potu. Stékaly mu po tvářích jako slzy. Dopadaly z jeho silných, napjatých předloktí a ve slunečním světle zářily jako tisíce drobných odlesků.
A oba stále stáli.
Ó Sensei byl klidný, nezaujatý a dokonale bdělý. Nečekal. Pouze jako zrcadlo odrážel člověka a třpytivou ocel, které se nacházely před ním.
Uplynulo pět minut. Sedm. Možná deset. Mistr kendó, vyčerpaný samotným úsilím pokusit se zaútočit proti něčemu, co jako by splývalo s celým vesmírem, nakonec kapituloval.
Nedokázal se pohnout.
Jeho mimořádná citlivost a vnímavost mu totiž nedovolily nalézt v obraně Ó Senseie jedinou mezeru.
Ó Sensei svého protivníka nezhypnotizoval pomocí nějaké tajemné orientální techniky, jak se někteří lidé domnívali.
Jeho mysl byla jednoduše čistá a oproštěná od ega. Nevyzařovala nic jiného než harmonii.

V jistém smyslu tak před mistrem meče nestál nikdo, na koho by mohl zaútočit – kromě jeho samotného.

Při nácviku technik odebírání meče musí pokročilí studenti aikidó určitým způsobem rovněž „vstoupit pod meč“, tak jako to učinil Ó Sensei – samozřejmě nikoli s takovou intenzitou, jakou měl právě popsaný skutečný střet.
Při těchto cvičeních obvykle používáme bokken, dřevěný meč.
Je však důležité připomenout, že bokken není nějakou neškodnou napodobeninou ocelového meče. Je to skutečná dřevěná zbraň schopná způsobit vážné zranění, nebo dokonce smrt.
Mijamoto Musaši, jeden z nejslavnějších samurajů všech dob, si bokken zvolil jako zbraň při několika svých nejslavnějších soubojích.

Dva aikidisté stojí proti sobě. Jeden drží nad hlavou zdvižený bokken, druhý je neozbrojený.
Vzdálenost mezi nimi je nastavena tak, že aikidista s mečem musí udělat krok vpřed, aby mohl mečem seknout směrem k hlavě neozbrojeného partnera.

Neozbrojený aikidista nesleduje samotný meč ani nehledí útočníkovi přímo do očí. Měkkým, neupřeným pohledem vnímá oblast jeho hara, tedy fyzického středu těla.
Teprve ve chvíli, kdy se pohne útočníkův střed, vykročí neozbrojený cvičenec kupředu a současně mírně mimo linii útoku.
Meč v tom okamžiku klesne dolů a jen těsně mine svůj cíl.
Neozbrojený aikidista se tak ocitne po straně útočníka a zároveň v jeho bezprostřední blízkosti. Odtud může uchopit jílec meče, ruce útočníka nebo obojí a některou z několika technik mu meč odebrat.

Když útočník stojí se zdviženým mečem, může se snažit přimět neozbrojeného cvičence k předčasnému pohybu. Může naznačit úder, udělat klamný pohyb nebo vykřiknout.

Podstata celého cvičení – a zároveň jeho největší kouzlo – však spočívá v tom, že zůstanete naprosto nehybní až do okamžiku, kdy se skutečně pohne útočníkův střed a jeho úder už je na cestě. Někdy útočník před skutečným útokem čeká velmi dlouho.

V tomto elektrizujícím intervalu dostáváte příležitost být skutečně a naprosto v přítomném okamžiku.

Trápí vás dluh na kreditní kartě? Přemýšlíte o problémech s bydlením?

Pod mečem mají podobné starosti zvláštní schopnost mizet.

Existuje pouze tento okamžik.

A tento okamžik může být nádherný.

Jakmile se pohne útočníkův střed a meč se začne snášet směrem k vám, dostáváte možnost nikoli zastavit čas, ale jakoby jej otevřít a spatřit možnosti, kterých jste si nikdy předtím nevšimli.

Někdy se jediná sekunda rozšíří tak, že subjektivně působí jako deset, možná dokonce dvacet sekund.

Zjistíte, že můžete čekat překvapivě dlouho, a přesto vám stále zbývá dost času, abyste zcela klidně ustoupili z dráhy meče a možná si dokonce vychutnali svištivý zvuk čepele, která několik centimetrů od vašeho ucha prolétne kolem.

Pohybovat se na této hranici vyžaduje značné množství praxe a rozhodně nejde o cvičení vhodné pro začátečníka.

Všichni totiž do určité míry víme, že samotný život znamená stát pod mečem.

Na svých seminářích, zejména při těch, jejichž součástí je Samurai Game™, však dávám možnost „vstoupit pod meč“ i lidem, kteří aikidó nikdy necvičili – samozřejmě za pečlivě kontrolovaných podmínek.

Nejprve s nimi přibližně půl hodiny nacvičuji vstup spojený s pohybem mimo linii útoku. Poté vyzvu ty, kteří si to přejí vyzkoušet, aby se postavili do řady a jeden po druhém vstoupili pod meč.

Mnohaletá zkušenost mě naučila zastavit bokken v posledním zlomku sekundy, pokud se účastníkovi nepodaří uhnout. A ano, skutečně se to někdy stává.

Stejně tak se někdy stane, že člověk sice tělem uhne, ale vzápětí vrátí hlavu zpět do dráhy meče.

S každým pracuji tak dlouho, dokud se mu nepodaří provést alespoň přiměřeně účinný pohyb.

Potom se mu ukloním – z úcty k jeho odvaze.

Toto cvičení dává i úplnému začátečníkovi krátkou příležitost skutečně být v přítomném okamžiku a možná alespoň na okamžik zakusit, jak pružné může být naše vnímání času. Domnívám se však, že neobyčejná přitažlivost tohoto cvičení má ještě hlubší příčinu.

Všichni totiž do určité míry víme, že samotný život znamená stát pod mečem.

Každý z nás čelí smrti nebo možnosti vážného zranění či ztráty. Jen nevíme, kdy přijde.

Víme to – a zapomínáme na to.

Znovu a znovu na to zapomínáme.

A možná je pro nás do určité míry nezbytné hledat bezpečí právě v tomto zapomnění.

Pokud však meč popíráme, pokud popíráme nevyhnutelnost smrti, je pro nás mnohem snazší promarnit život, který nám byl dán.

Přijmout skutečnost, že stojíme pod mečem, znamená uvědomit si, že jsme vždy právě v tomto okamžiku.

Že tento život je neuvěřitelným darem.

A že je až příliš krátký.

Kodex moderního samuraje

Můj přítel Leo Litwak sloužil během druhé světové války jako zdravotník u Pattonových jednotek v Evropě.

Nejednou mi vyprávěl, že vůně šálku horké kávy jednoho zasněženého rána v dávném Německu je pro něj dodnes skutečnější a živější než téměř kterýkoli okamžik současnosti.

I já mám válečné vzpomínky, které nikdy neztrácejí svou ostrost.

Země se mohutně naklání, když stáčím letoun k cíli. Z tmavozeleného háje stoupají směrem ke mně světelné čáry trasovacích střel. Stopy mých vlastních střel padají proti nim dolů – sladké, tiché jiskry zlatooranžového světla v průzračném ranním vzduchu.

Letadlo vedle mě je zasaženo, ale stále letí.

A v dálce se rozprostírá moře.

Úžas.

Nekonečnost.

A všechnoje to velmi naplňující.

Jaká škoda, že válka se vším svým strašlivým utrpením a ničením bývá v našich vzpomínkách často živější než mír.

Ve válce pro vás vaši druhové znamenají všechno. Život je nejistý, a právě proto nesmírně vzácný. A vy víte, že nad vámi visí zdvižený meč.

Teď je mír.

Vaši přátelé pro vás stále znamenají všechno.

Život je stále stejně vzácný.

A podívejte se – jak jste si toho mohli nevšimnout?

Ten meč je nad vámi pořád.

Aikidó, které vyrůstá ze samurajské tradice, nabízí každému z nás – nejen těm, kdo cvičí bojová umění – možnost stát se novým druhem samuraje.

Jak by tedy mohl vypadat kodex tohoto moderního samuraje?



Moderní samuraj není člověk, který odchází do války nebo zabíjí jiné lidi. Je to člověk, který zasvětil své úsilí vytváření hlubšího, živějšího a skutečnějšího míru.

Moderní samuraj ctí tradiční samurajské ctnosti: věrnost, čestnost, důstojnost, zdvořilost, odvahu, rozvahu a laskavost.

Moderní samuraj se snaží předcházet násilí v jakékoli podobě. Pokud k násilí přesto dojde, usiluje o jeho proměnu v harmonii.

Moderní samuraj přijímá plnou odpovědnost za své jednání.

Moderní samuraj usiluje o vládu nad sebou samým prostřednictvím vůle, trpělivosti a vytrvalého cvičení.

Moderní samuraj respektuje lidského jednotlivce a váží si ho stejně jako celé sítě života na této planetě. Služba druhým patří k nejvyšším hodnotám. Výzvou válečníka je umět svobodně dávat a zároveň přijímat to, čím nás život vyživuje.

Moderní samuraj hledá vnitřní svobodu, která přichází prostřednictvím studia umění, kultury a moudrosti předchozích generací.
Moderní samuraj chová úctu k duchovnímu rozměru života, který přesahuje naše touhy, potřeby a vnější zdání.

Moderní samuraj usiluje o sebeovládání a zároveň o schopnost jednat svobodně, naplno a bez vnitřních zábran.

Moderní samuraj je ochoten přijímat promyšlená rizika, aby mohl rozvinout svůj potenciál a přispět k obecnému dobru.

Moderní samuraj chápe, že být válečníkem neznamená vždy zvítězit – a dokonce ani uspět. Znamená to vložit do hry vlastní život. Znamená to riskovat, selhat a znovu riskovat, dokud člověk žije.

Moderní samuraj si váží života, a proto uspořádává své záležitosti tak, aby byl v každém okamžiku připraven na smrt.

Připraven zemřít, připraven naplno žít

Poslední z uvedených zásad je možná ze všech nejnaléhavější.
V ideálním případě se tradiční samuraj každé ráno probouzel s vědomím, že všechny jeho záležitosti jsou uspořádány a že právě tento den může zemřít.
Pro moderního samuraje to může znamenat něco zcela praktického a přímočarého.
Mít například aktuální závěť. Ujistit se, že byly vyřešeny otázky nástupnictví či dědictví a že lidé, kteří po vás pravděpodobně zůstanou, znají vaše důležitá přání a praktické požadavky.

Možná ještě důležitější otázka však zní:

Máte skutečně uzavřené a vyjasněné všechny své pracovní, osobní a intimní vztahy?

Existuje něco, co by mělo být řečeno, ale vy jste to ještě neřekli?

Existuje něco, co by mělo být vyřešeno, ale vy jste na to jednoduše dosud neměli čas?

Vztah může být uzavřený i tehdy, když jste si naprosto jisti, že člověka, který vám kdysi byl velmi blízký, už nikdy nepotřebujete ani nechcete vidět.

Ale dobře to zvažte.

Opravdu cítíte, že je tento vztah uzavřený?

Nebo stále existuje něco, co by mělo být vysloveno?

Řekli jste v poslední době své matce, otci, sestře, bratrovi nebo někomu jinému, koho máte rádi, že je milujete?

Cítili byste v okamžiku vlastní smrti, že něco zůstalo nedokončeno, protože jste nevyslovili právě tato naprosto obyčejná – a současně naprosto zásadní – slova?

Dnes máme k dispozici bezpočet možností komunikace.

Můžete napsat dopis.

Poslat fax nebo e-mail.

Zvednout telefon a vytočit číslo.

Můžete to udělat ještě před dnešní půlnocí.

Nikoli proto, abyste sloužili smrti.

Ale proto, abyste mohli žít radostnější a úplnější život.

Jako moderní samuraj víte, že meč je pozvednutý.

Až začne dopadat, budete muset být jasní, bdělí a plně přítomní, chcete-li z jeho dráhy ustoupit.

Bez lítosti.

Bez nedokončených záležitostí.

Bez myšlenek, které vás odvádějí od přítomného okamžiku.

A až nakonec přijde chvíle, kdy už z dráhy meče ustoupit nebude možné – protože taková chvíle jednou nevyhnutelně přijde –, budete moci smrti čelit jako samuraj.

Bez lítosti.

článek je z anglické knihy „Enlightenment through Aikido. ISBN 978-1-55643-487-7

od ***Kanshu Sunadomari***

Aihanmi
vztah stejné strany

Stefan Stenudd

Aihanmi je postavení, při němž mají oba cvičenci vpředu stejnou nohu a stejnou paži. Jde o tradiční a velmi typický způsob postavení dvou protivníků prakticky ve všech bojových uměních.

Většina praváků má při neozbrojeném boji přirozenou tendenci postavit se s levou nohou a levou paží vpředu. V bojových uměních založených na práci s mečem je tomu však obvykle naopak a vpředu bývá pravá strana.

Protože má aikidó mnoho společného s japonským šermem, dávají cvičenci zpravidla přednost pravostrannému postoji, podobně jako v základním postoji kendó, tedy japonského šermu.

Přesto je velmi důležité rozvíjet stejnou úroveň schopností na obě strany.

Vztah aihanmi se někdy označuje také jako „křížení“, protože postavení toriho a ukeho vytváří vzhledem k jejich gardu diagonální vztah.

Aihanmi katatedori

Aihanmi katatedori, nazývané také kosadori, je úchop, při němž uke pravou rukou uchopí pravé zápěstí toriho nebo levou rukou levé zápěstí toriho.

V základní podobě mají tori i uke vpředu stejnou ruku a stejnou nohu.

Nejlepší držení těla a správný vztah k partnerovi získáme, pokud si tuto pozici představíme jako obdobu mečového postoje chudan kamae.

Ruku vysouváme ze svého středu, tedy z tanden, nikoli stranou. Zároveň stojíme vůči torimu přímo.
Úchop bychom měli vnímat jako počáteční útok provedený s plnou pozorností a připraveností, ze kterého lze okamžitě pokračovat dalšími útoky.
Je velmi důležité nevnímat aihanmi katatedori pouze jako prosté uchopení toriho zápěstí. Jde o spojení, jehož prostřednictvím se snažíme kontrolovat celé jeho tělo.

Uchopujeme sice paži, ale naši pozornost směřujeme k celému torimu, především k jeho středu.

Od našeho středu přes místo úchopu až k toriho středu by měla vzniknout co nejpřímější linie.

Také samotný úchop zápěstí by měl být velmi podobný způsobu, jakým držíme meč.
Mezi rukou a předloktím vzniká poměrně výrazný úhel. Hřbet ruky směřuje vzhůru a prsty dolů.

Někteří lidé uchopují zápěstí ze strany, nebo dokonce zespodu. Takový úchop je podstatně slabší a poskytuje menší ochranu, protože torimu umožňuje poměrně snadno zvednout paži směrem k našemu obličeji.

Na toriho ruku bychom neměli tlačit dolů ani žádným jiným určitým směrem. Úchop má být takový, aby pro toriho bylo stejně obtížné pohnout rukou kterýmkoli směrem.
Také při práci prstů platí stejný princip jako při držení meče.

Největší pozornost věnujeme malíčku a nesnažíme se násilně zapojovat ostatní prsty. Díky tomu bude náš úchop vycházet ze středu těla.
Pokud naopak použijeme největší sílu v ukazováku, rameno se zatne a ztratíme spojení mezi vlastním středem a rukou, která drží partnerovo zápěstí.
Ideální úchop zápěstí – stejně jako ideální úchop meče – si můžeme představit tak, že malíček jakoby vtahuje toriho zápěstí hluboko do naší dlaně.
Jestliže dlaň těsně přiléhá k toriho zápěstí, téměř bez jakékoli mezery, je naše schopnost ovládat toriho prostřednictvím úchopu největší.
Tato forma útoku bývá v mnoha dódžó aikidó neprávem zanedbávána.
Ve srovnání s gyakuhanmi, kde pravá ruka uchopuje levou nebo naopak, může působit poněkud neobvykle či nepohodlně. Vztah aihanmi je však mezi dvěma protivníky v ostatních bojových uměních zdaleka nejběžnější.
Právě práce s tímto úchopem proto představuje velmi konkrétní způsob, jak se s tímto postavením dobře seznámit.
Možná vás také překvapí, jak praktický může být aihanmi katatedori jako skutečná forma útoku.
Pokud například protivník stojí v postoji podobném karate nebo boxu, lze poměrně snadno prudce zachytit jeho zápěstí. To může být velmi účinný způsob, jak začít pronikat jeho krytem.

Shomenuchi

Shomenuchi je úder otevřenou rukou vedený shora na temeno toriho hlavy.
Provádí se jako symbolický obraz útoku mečem. Skutečně udeřit někoho holou rukou do lebky by samozřejmě nedávalo příliš smysl.
Ruka je formována jako tegatana, tedy „ruční meč“, v karatedó označovaný jako shuto.
Ostří pomyslného meče představuje hrana ruky na straně malíčku.
Vztah k torimu má charakter aihanmi, protože v základní podobě mají oba vpředu stejnou nohu.
Uke má zároveň vpředu stejnou nohu, jakou rukou útočí.
Při provádění shomenuchi je vhodné držet druhou ruku mírně za útočící rukou, aby postavení připomínalo obouruční úchop katany.
Toto postavení také pomáhá udržovat během celého útoku spojení s vlastním středem.
Úder by měl být veden celou paží, s využitím principu „neohnutelné paže“, nikoli pouze předloktím.
I zde napodobujeme skutečný sek mečem.
Ruku zvedneme nad hlavu do pozice podobné jodan kamae, tedy vysokému postoji s mečem.
Neměli bychom ji však zvedat příliš brzy, ještě předtím, než začneme vstupovat směrem k torimu.
Pohybovat se vpřed v jodan kamae poskytuje menší ochranu než postup z chudan kamae, tedy ze středního gardu, kdy se ruce nacházejí před naším středem.
Ruku proto zvedáme až v závěru posledního kroku směrem k torimu, takže samotný úder následuje téměř okamžitě.
Útočící ruka nesmí být příliš uvolněná.
Je třeba ji zpevnit, především na straně malíčku, aby se svalstvo podél hrany ruky napnulo.
Jinak je ruka při takovém úderu poměrně zranitelná.
Zároveň je nutné vstoupit skutečně do úderové vzdálenosti.
Tori se nemůže naučit správné načasování a vzdálenost, pokud je útok prováděn příliš daleko, takže by ho nezasáhl ani v případě, že by zůstal stát na místě.

Všiml jsem si, že mnoho cvičenců aikidó při shomenuchi během útoku mění přední ruku. Začnou například v postoji s jednou rukou vpředu, ale úder nakonec provedou druhou. S mečem je však něco takového jednoduše nemožné. Při pokusu o takovou změnu byste sami sobě zkřížili dráhu zbraně.
Proto důrazně doporučuji, aby během celého útoku zůstala vpředu stejná ruka.
Začínáte-li s pravou rukou vpředu, pravou rukou také udeřte.
V japonském šermu se úchop meče během techniky nemění.
Levá ruka zůstává vždy vzadu, blíže k tělu, zatímco pravá ruka se nachází vpředu u tsuby, tedy záštity meče.
V aikidó však pozice rukou běžně střídáme, téměř jako bychom byli dokonale obourucí. A právě to je do určité míry cílem.
Měli bychom cvičit obě strany tak, aby jedna fungovala stejně dobře jako druhá.
Samotné shomenuchi samozřejmě nemá jako neozbrojený útok příliš velký praktický význam.
Lidská lebka je tvrdá, zvláště v oblasti čela, a při úderu holou rukou bychom pravděpodobně poškodili spíše vlastní ruku než hlavu toriho.
Shomenuchi je proto především bezpečným způsobem, jak v aikidó trénovat reakci na útok mečem nebo na jiný ozbrojený útok vedený shora na hlavu

Shomenate

Shomenate je úder hranou ruky vedený do obličeje toriho.
Provádí se jako symbolický obraz bodného útoku mečem nebo nožem, tedy tsuki.
Vztah k torimu má opět charakter aihanmi, protože v základní formě mají oba vpředu stejnou nohu.
Uke má zároveň vpředu stejnou nohu, jakou rukou útočí.
Stejně jako u shomenuchi je vhodné držet druhou ruku mírně za rukou útočící, aby celé postavení připomínalo obouruční držení meče.
Začínáme z chudan kamae, tedy ze středního gardu před středem těla, a ruku vysunujeme dopředu a mírně vzhůru směrem k toriho obličeji.
Shomenate není v aikidó skutečně základní formou útoku, přesto se v tréninku používá poměrně často.
Někdy dokonce jako náhrada za shomenuchi, což není příliš vhodné, protože oba útoky nelze vždy zpracovat stejným způsobem.
Shomenate rovněž často používá tori jako atemi, tedy rušivý či narušující úder.
V některých školách aikidó se cvičí způsobem, kdy tori zahájí pohyb shomenate směrem k ukemu a uke tento útok zablokuje obdobným pohybem.
Tori poté provede techniku na ukeho blokující paži.
Osobně tento způsob příliš neupřednostňuji, protože tím se z toriho fakticky stává útočník. To je podle mého názoru v rozporu se základní zásadou aikidó, podle níž má aikidó sloužit výhradně k obraně.
Stejně jako u shomenuchi musí být ruka správně zpevněná.
Současně je třeba vstoupit dostatečně daleko, aby úder skutečně dosáhl do cíle.
Sílu útoku podporujeme využitím principu neohnutelné paže.
Na rozdíl od shomenuchi má shomenate praktický význam i jako skutečný neozbrojený útok.
Stačí změnit úhel a cíl ruky a může se z něj stát velmi účinná technika.
Pokud ruku otočíme a vedeme ji například na hrdlo nebo nos, může jít o mimořádně účinný útok.
Právě proto je nutné cvičit jej s velkou opatrností.
Pro toriho je shomenate zajímavé také tím, že se může objevit poměrně nenápadně.

Je to dáno jeho trajektorií i skutečností, že je útok veden přední rukou z ukeho gardu.

Shomenate je možné cvičit také místo tsuki, tedy úderu pěstí, zejména u aikidistů, kteří zatím nemají dostatek zkušeností s tím, aby dokázali provádět techniky proti rychlým a důrazným úderům.

Přesto je třeba tento útok respektovat.

Rozhodně není tak nevinný, jak může na první pohled působit.

Tsuki

Tsuki je úder pěstí vedený buď na obličej – jodan tsuki –, nebo na oblast solar plexu – chudan tsuki.
Aby se z tsuki stal opravdu kvalitní útok, proti kterému se může tori učit správně používat techniky aikidó, vyžaduje značné množství tréninku.
O samotném tsuki by bylo možné říci mnohem více, než na kolik je zde prostor.
V karatedó lze neustálý trénink tsuki přirovnat k opakovanému nácviku základního seku v umění meče.
Naučit se jej skutečně dobře trvá celé roky.
Uveďme alespoň několik základních zásad.
Síla úderu souvisí především s jeho zrychlením.
Rozhodující tedy není pouze velikost a hmotnost útočníka, ale především způsob, jakým dokáže úder v průběhu pohybu zrychlit.
Je také důležité rozlišovat mezi samotnou rychlostí a zrychlením.
Pro účinnost úderu je rozhodující právě nárůst rychlosti během pohybu.
Tohoto zrychlení dosahujeme tím, že během pohybu zůstáváme uvolnění.
Pěst a paži výrazně zpevníme až v okamžiku kontaktu.
Kvůli stabilitě musí být směr úderu přímý a v jeho konečné fázi by měla být pěst v přímé linii s naším středem.
To znamená, že je třeba tělo mírně natočit, nikoli však příliš.
Strana těla odpovídající útočící paži se dostane nepatrně více dopředu než strana druhá.
Toto natočení těla zároveň přidává úderu další sílu.
Na cíl směřují především klouby ukazováku a prostředníku, které by měly zasáhnout jako první.
Při sevření pěsti se soustředíme zejména na pevné zavření malíčku.
Ostatní prsty nejsou z hlediska vytvoření správné síly zdaleka tak důležité.
V tomto směru platí obdobný princip jako přidržení meče.
Ukazovák nesvíráme přehnanou silou, protože bychom tím zbytečně zatuhli v ramenou.
Palec musí být naopak pevně přiložen k pěsti, aby byl chráněn před zraněním.
Pěst držíme v takovém úhlu, který zabraňuje zalomení zápěstí při kontaktu.
Úhel by měl být nastaven tak, aby oba hlavní úderové klouby ležely v přímé linii s předloktím.
Správné postavení pěsti lze velmi jednoduše vyzkoušet tlakem proti zdi.
Při správném úhlu okamžitě pocítíte podstatně větší stabilitu.
V tradičním karatedó se pěst během úderu otáčí o 180 stupňů – z polohy s prsty směřujícími vzhůru do polohy, kdy směřují dolů.
Tato rotace zvyšuje stabilitu a účinek úderu, poněkud podobně jako rotace střely vystřelené z hlavně.
V okamžiku prvního kontaktu je ruka otočena přibližně o 90 stupňů a zbývajících 90 stupňů rotace probíhá v závěrečné části úderu.

Při úplném vysunutí tsuki by měl být mezi paží a tělem přibližně pravý úhel.
I zde jde především o stabilitu.
Paže však nesmí být zcela propnutá.
Pokud bychom minuli cíl, mohlo by úplné propnutí vést k poranění lokte.
A pokud tori správně provede taisabaki, tedy úhybný pohyb tělem, měl by útok skutečně minout.
Proto opět využíváme princip neohnutelné paže a necháváme v lokti velmi mírné zakřivení.
Je důležité při útoku vstoupit natolik daleko, aby tsuki skutečně zasáhlo toriho v případě, že by zůstal stát na místě.
Jinak tori nemá možnost naučit se správné načasování a vzdálenost.
Při postupu vpřed neudeříme příliš brzy.
Úder přichází až ve chvíli, kdy jsme se dostali do správné vzdálenosti, tedy zpravidla na konci posledního kroku.
Na konci tsuki bychom měli usilovat o dobrou rovnováhu a vzpřímené držení těla.
Pokud tori správně provede techniku aikidó, o postoj a rovnováhu přijdeme.
Neměli bychom je však ztrácet úmyslně.

Je úkolem toriho, aby nás správným provedením techniky z rovnováhy vyvedl.
V karatedó existují dvě základní podoby tsuki podle toho, jaký je vztah přední nohy k útočící paži.
První z nich se nazývá oitsuki.
Při oitsuki je vpředu stejná noha jako útočící paže.
Právě tento způsob tsuki se v aikidó používá nejčastěji.

V některých dódžó aikidó se jiná forma tsuki dokonce vůbec necvičí.

Důvod je poměrně pochopitelný.

Vztah paže a nohy je zde stejný jako u většiny běžných technik s mečem i u nejčastějších úchopových útoků.

V aikidó se proto útok s opačnou nohou vpředu objevuje poměrně zřídka, ať už kvůli rovnováze, dosahu, nebo jednoduše ze zvyku.

V karatedó je však velmi ceněným úderem gyakutsuki.

Při gyakutsuki je vpředu noha opačná k útočící paži.

Útočíme-li pravou rukou, máme tedy vpředu levou nohu, a naopak.

Gyakutsuki je velmi praktické a oblíbené například v kumite, tedy v zápasové formě karate.

Umožňuje přiblížit se k protivníkovi mírně ze strany a tím zároveň snížit možnost jeho okamžitého protiútoku.
Domnívám se, že aikidisté by měli cvičit gyakutsuki stejně jako oitsuki.
Už jen proto, že tento typ útoku existuje a v reálném bojovém pohybu se běžně používá.

Jeho nácvik je navíc velmi užitečný, protože uke po gyakutsuki končí v poněkud jiné pozici než po oitsuki.

Rozdíl je zvlášť patrný v postavení nohou.
Některé techniky aikidó totiž téměř automaticky předpokládají, že uke má vpředu stejnou paži a stejnou nohu.
Pokud tomu tak není, mohou se tyto techniky náhle stát podstatně méně pohodlnými nebo jejich provedení vyžaduje určitou změnu.

A právě to je něco, co je potřeba zažít přímo při cvičení.

článek je z knihy Attacks in Aikido od
Stefan Stenudd
ISBN 978-91-7894-088-2

Daitō-ryū Aiki-jūjutsu: samurajské kořeny a cesta ke vzniku aikidō

Daitō-ryū Aiki-jūjutsu patří k nejvýznamnějším japonským bojovým systémům, které ovlivnily podobu moderních budō. Pro cvičence aikidō má mimořádný význam především proto, že právě Daitō-ryū tvořilo jednu z hlavních technických základen, ze kterých Morihei Ueshiba vytvořil aikidō. Řada pohybových principů, pákových technik, způsobů vychýlení rovnováhy i práce s útokem, které dnes považujeme za charakteristické pro aikidō, má své bezprostřední předchůdce právě v Daitō-ryū.
Historie této školy je však zajímavá i sama o sobě. Je spojována s rodem Takeda, jedním z nejslavnějších válečnických rodů japonských dějin, a její tradiční genealogie sahá hluboko do období středověkého Japonska. Současně je ale potřeba rozlišovat mezi historicky doložitelným vývojem Daitō-ryū od konce 19. století a mnohem starší rodovou tradicí, jejíž přesný průběh nelze z dochovaných dokumentů nezávisle ověřit.

Kořeny Daitō-ryū a rod Minamoto

Podle tradice Daitō-ryū sahají počátky školy přibližně do 11. století k válečníkovi Minamoto no Yoshimitsuovi, známému také jako Shinra Saburō Minamoto no Yoshimitsu (1045–1127). Yoshimitsu patřil k významnému válečnickému rodu Minamoto, který sehrál zásadní úlohu při formování japonské vojenské aristokracie.
Samotná tradice Daitō-ryū uvádí, že Yoshimitsu pobýval v oblasti nazývané Daitō v provincii Ómi a právě odtud měl později vzniknout název školy. Podle této tradice studoval nejen vojenskou strategii, ale rovněž různé formy zápasu a principy, které byly později označovány termínem aiki.
Je ale důležité dodat, že tento velmi raný původ známe především z ústního a písemného podání zachovaného v linii Takeda Sōkakua a jeho syna Tokimuneho. Historické prameny umožňují mnohem spolehlivěji sledovat Daitō-ryū až od konce 19. století.

Vznik rodu Takeda

Z linie Minamoto se podle rodové genealogie postupně vyvinul také rod Takeda.
Potomci Minamoto no Yoshimitsua se usadili v provincii Kai, dnešní prefektuře Jamanaši. Jeden z jejich potomků přijal jméno Takeda podle místa, kde žil, a rod se během následujících staletí stal jedním z významných vojenských rodů východního Japonska.
Právě zde vzniká spojení, které se později stalo podstatnou součástí identity Daitō-ryū. Podle tradice školy byly její bojové principy předávány uvnitř rodiny Takeda jako neveřejné rodové umění.
Rod Takeda přitom skutečně patřil mezi významné samurajské rody. Jeho nejslavnějším představitelem se stal Takeda Shingen (1521–1573), jeden z nejvýznamnějších daimjó období Sengoku – období válčících států.
Shingen vytvořil mimořádně silnou vojenskou mocnost, ovládal rozsáhlá území a jeho vojska se střetávala mimo jiné s armádami Uesugi Kenshina, Tokugawy Ieyasua a dalších nejvýznamnějších válečníků své doby. Rod Takeda byl znám propracovanou vojenskou organizací, jízdními jednotkami a schopností rychle vést tažení přes rozsáhlá území.

Proto je oprávněné říci, že Takeda představovali mimořádně respektovaný a obávaný vojenský rod, i když by bylo nepřesné automaticky předpokládat, že bojové techniky dnešního Daitō-ryū lze přímo a dokumentárně spojit s konkrétními válečníky Shingenovy armády.

Takeda Shingen a válečnická tradice Takeda

Shingenova armáda se stala symbolem vojenské disciplíny období Sengoku. S rodem Takeda je tradičně spojován válečný prapor s výrokem:
Fūrin kazan – vítr, les, oheň a hora.
Výrok vychází ze starších čínských vojenských textů a v japonské tradici bývá interpretován ve smyslu:
rychlý jako vítr, tichý jako les, ničivý jako oheň a nepohnutelný jako hora.
Tento princip dobře vystihuje způsob, jakým byla později chápána bojová strategie Takeda – rychlost a rozhodnost při útoku, ale současně schopnost zachovat stabilitu a kontrolu.
Takeda Shingen nebyl pouze vojevůdcem. Spravoval rozsáhlá území, vytvářel vlastní právní systém a významně zasahoval do hospodářské a správní organizace provincie Kai. Jeho moc se v závěru života rozšířila daleko za původní území rodu Takeda.
Po Shingenově smrti však začala moc rodu slábnout. Jeho syn Takeda Katsuyori utrpěl v roce 1575 těžkou porážku v bitvě u Nagashina proti spojeným vojskům Ody Nobunagy a Tokugawy Ieyasua. V následujících letech se mocenské postavení Takeda dále zhoršovalo a roku 1582 hlavní linie rodu jako významná vojenská mocnost zanikla. Jednotlivé větve rodiny však přežily.

Přenos tradice do Aizu

Pro historii Daitō-ryū je zásadní právě jedna z vedlejších linií rodu Takeda.

Podle tradice Daitō-ryū se příbuzný rodu Takeda Kunitsugu po Shingenově smrti přesunul do oblasti Aizu v dnešní prefektuře Fukušima. Zde měla rodina pokračovat v předávání svých bojových znalostí.
Aizu se později stalo jedním z nejvýznamnějších samurajských center období Edo. Zdejší samurajská kultura byla známá silným důrazem na disciplínu, loajalitu a vojenské vzdělání.
S prostředím Aizu je spojováno také označení oshikiuchi. Podle tradice šlo o techniky používané v prostředí paláců a rezidencí, kde nebylo vždy možné používat velké pohyby nebo tasit dlouhou zbraň.
Odtud lze také lépe pochopit některé charakteristické prvky Daitō-ryū: jemnou kontrolu kloubů, narušení struktury těla protivníka, práci z krátké vzdálenosti a schopnost kontrolovat útočníka bez nutnosti rozsáhlého prostoru.

Rychlý jako vítr,
tichý jako les,
ničivý jako oheň
a nepohnutelný jako hora.



Co znamená aiki

Jedním z nejzajímavějších pojmů Daitō-ryū je aiki.
Přesný význam tohoto termínu se mezi jednotlivými školami a učiteli liší. V Daitō-ryū však nejde pouze o filozofické „sjednocení s energií protivníka“, jak bývá někdy zjednodušeně vysvětlováno.
Prakticky jde o schopnost narušit strukturu a rovnováhu protivníka takovým způsobem, aby ztratil možnost účinně použít svou sílu. Cvičenec se nesnaží jednoduše přetlačit sílu silou. Pomocí správné struktury těla, načasování, směru pohybu, kontaktu a kontroly těžiště vytvoří situaci, ve které je protivník biomechanicky nevýhodně postaven.
Tento princip má pro aikidō zásadní význam. Právě zde můžeme vidět jeden z nejsilnějších spojovacích článků mezi Daitō-ryū a pozdějším uměním Moriheie Ueshiby.

Takeda Sōkaku – muž, který Daitō-ryū otevřel světu

Z historického hlediska je nejdůležitější osobností Daitō-ryū Takeda Sōkaku (1859–1943).
Narodil se v oblasti Aizu krátce před zhroucením šógunátu Tokugawa. Jako dítě vyrůstal v prostředí samurajské kultury, která se během několika let doslova rozpadla.
Sōkaku studoval řadu bojových disciplín. Vedle rodinných technik se věnoval zejména šermu. Významné místo v jeho výcviku měla Ono-ha Ittō-ryū, jedna z významných škol japonského kenjutsu. Studoval rovněž další zbraňové systémy a podle dochovaných zpráv měl mimořádně rozsáhlou bojovou zkušenost.
V druhé polovině života začal cestovat po Japonsku a vyučovat bojové umění, které označoval jako Daitō-ryū Aiki-jūjutsu. Právě od této doby máme k dispozici výrazně pevnější historickou dokumentaci.
Sōkaku vedl registrační knihy eimeiroku, do kterých zapisoval jména studentů, místa výuky a další informace.



Dochovaly se také záznamy o platbách za výuku. Díky tomu je jeho činnost možné rekonstruovat mnohem přesněji než starší dějiny školy.
Podle těchto záznamů prošly jeho výukou tisíce lidí – policisté, vojáci, soudci, politici i významní představitelé jiných bojových škol.
A mezi nimi se objevil muž, který měl později vytvořit aikidō.
Morihei Ueshiba.

Setkání Takedy Sōkakua a Moriheie Ueshiby

Morihei Ueshiba se s Takedou Sōkakuem setkal roku 1915 na Hokkaidó.
Ueshiba tehdy nebyl začátečníkem. Měl za sebou zkušenosti s různými formami jūjutsu, šermu i vojenského výcviku. Setkání se Sōkakuem však mělo na jeho další vývoj mimořádný vliv.
Začal Daitō-ryū intenzivně studovat a podle záznamů pokračoval ve výcviku pod Takedou po dlouhou dobu. Takeda dokonce nějaký čas bydlel v Ueshibově domě a vyučoval tam své umění. Jejich vztah pokračoval i po Ueshibově odchodu z Hokkaidó.
V roce 1922 pobýval Takeda několik měsíců u Ueshiby v Ayabe. Ueshiba zde již vedl vlastní dōjō a vyučoval bojová umění.
Takeda mu následně udělil oprávnění kyōju dairi, tedy oprávnění vyučovat Daitō-ryū jako jeho zástupce. To je důležitý historický fakt.
Morihei Ueshiba nebyl člověkem, který by Daitō-ryū pouze krátce navštívil nebo převzal několik technik. Byl zkušeným studentem Takedy Sōkakua a získal formální oprávnění jeho systém vyučovat.

Od Daitō-ryū k aikidō

První bojové systémy, které Ueshiba sám vyučoval, se proto od dnešního aikidō značně lišily.
V různých obdobích používal označení jako Daitō-ryū Aiki-jūjutsu, Ueshiba-ryū jūjutsu, Aiki-jūjutsu nebo Aiki-budō.
Teprve postupně se z jeho výuky vyvinulo aikidō.
Podle dokumentace Daitō-ryū praktikoval Ueshiba systém Takedy přibližně dvě desetiletí a postupně jeho techniky transformoval do vlastní podoby.
Technická příbuznost je dodnes dobře patrná. Techniky známé v aikidō jako ikkyo, nikyo, sankyo, yonkyo, kotegaeshi nebo shihōnage mají velmi blízké příbuzné v technickém systému Daitō-ryū.
Rozdíl tedy není v tom, že by Ueshiba vytvořil zcela nový soubor pohybů.
Mnohem podstatnější byla změna způsobu jejich použití a celkového cíle systému.

Daitō-ryū a aikidō: podobné techniky, jiné směřování

Daitō-ryū vznikalo v prostředí klasického bojového myšlení jūjutsu. Technika měla protivníka kontrolovat, znemožnit mu další útok a podle okolností jej vážně zranit.
Proto bývají některé aplikace Daitō-ryū velmi krátké, ostré a mechanicky tvrdé.
Kontrola zápěstí například nemusí být chápána pouze jako páka umožňující protivníka odvést. Může být prostředkem k poškození kloubu. Hod nemusí být cílem sám o sobě. Může vytvořit příležitost k dalšímu útoku nebo znehybnění protivníka.
Ueshiba mnoho těchto principů zachoval, ale postupně změnil jejich důraz.
Významnou úlohu zde sehrála jeho duchovní cesta, zejména kontakt s náboženským hnutím Ōmoto a jeho vůdcem Onisaburō Deguchim.
Ueshiba postupně začal chápat budō nejen jako způsob vítězství nad protivníkem, ale jako prostředek kultivace člověka.
A právě zde se aikidō začalo od svého technického předchůdce stále výrazněji oddělovat.

Kontinuita mezi Daitō-ryū a aikidō

Přesto není správné vytvářet mezi oběma systémy příliš ostrou hranici.
Staré fotografie Moriheie Ueshiby ukazují techniky, které jsou velmi blízké Daitō-ryū.
Zejména jeho předválečné aikibudō bývá technicky mnohem tvrdší než pozdější aikidō.
Postupem času se však jeho pohyb měnil.
Techniky získávaly větší kruhovost, důležitější roli začala hrát práce s celým tělem, načasování a vedení partnera. Některé tvrdé kontrolní prvky Daitō-ryū byly omezeny nebo změněny.
Současně však základní princip zůstal velmi podobný:
nepřetlačovat sílu protivníka, ale změnit vztah mezi jeho strukturou, rovnováhou a směrem síly.
Právě proto může studium Daitō-ryū pomoci zkušenému aikidistovi lépe pochopit některé techniky, jejichž původní funkce se během vývoje aikidō částečně skryla.

Význam zbraní

Dalším důležitým prvkem je vztah technik beze zbraně k japonskému meči.
Takeda Sōkaku byl zkušeným šermířem a studoval mimo jiné Ono-ha Ittō-ryū.
Také Morihei Ueshiba věnoval zbraním mimořádnou pozornost.
To pomáhá vysvětlit některé charakteristické prvky aikidō – způsob vstupu do útoku, práci boků, držení osy těla nebo pohyb rukou.
Řada pohybů, které při cvičení aikidō vypadají jako čistě „ruční techniky“, dává mnohem větší smysl, pokud je chápeme jako pohyby vycházející z principů práce s mečem.
Platí to například pro shihōnage, ale také pro řadu forem ikkyo nebo iriminage.
Proto nelze historické spojení mezi Daitō-ryū a aikidō chápat pouze jako seznam převzatých pák.
Jde především o způsob organizace těla a pohybu.

Takeda Tokimune a pokračování Daitō-ryū

Po smrti Sōkakua v roce 1943 pokračoval v rodové linii jeho syn Takeda Tokimune (1916–1993). Tokimune začal pod vedením svého otce cvičit již jako dítě a později jej doprovázel při výuce. Významně se zasloužil o systematizaci a veřejné šíření Daitō-ryū.
Zatímco Sōkaku často vyučoval jednotlivé studenty nebo malé skupiny, Tokimune vytvořil organizovanější strukturu školy.
Jedním z jeho nejvýznamnějších žáků byl Kondō Katsuyuki, kterému Tokimune roku 1988 udělil menkyo kaiden, tedy licenci úplného předání systému.
Dnes existuje několik větví Daitō-ryū, jejichž technická interpretace se může lišit. To je ostatně pro tradiční japonská bojová umění běžné.

Daitō-ryū jako klíč k pochopení aikidō

Pro aikidistu má studium historie Daitō-ryū zvláštní význam.
Ukazuje totiž, že techniky aikidō nevznikly izolovaně.
Za ikkyo, nikyo, sankyo nebo shihōnage stojí dlouhá tradice japonského jūjutsu, práce se zbraněmi, samurajské tělesné kultury a především mimořádný vliv Takedy Sōkakua na Moriheie Ueshibu.
Současně však aikidō není pouze přejmenované Daitō-ryū.
Morihei Ueshiba převzatý technický základ během několika desetiletí přetvořil. Změnil způsob pohybu, pedagogiku i filozofický smysl svého umění.
Proto lze vztah obou systémů nejlépe chápat jako vztah kořenů a stromu.
Daitō-ryū představuje jeden z nejvýznamnějších kořenů.
Aikidō je však výsledkem dalšího vývoje.

Dědictví rodu Takeda

Příběh Daitō-ryū je zároveň příběhem zásadní proměny japonské společnosti.
Na jeho počátku stojí tradice válečnických rodů Minamoto a Takeda. V období Sengoku patřili Takeda mezi nejvýznamnější vojenské rody Japonska a za vlády Takedy Shingena se stali jednou z dominantních vojenských mocností své doby.
O několik století později vyrůstal Takeda Sōkaku v době, kdy samurajská společenská třída mizela.
Namísto aby rodové bojové umění zaniklo spolu se starým Japonskem, začal je vyučovat mimo vlastní rodinu.
Jedním z jeho studentů se stal Morihei Ueshiba.
A prostřednictvím Ueshiby se principy, které Sōkaku předával na konci 19. a počátku 20. století, rozšířily v nové podobě po celém světě.
V tomto smyslu vede velmi zajímavá historická linie:

Minamoto → rod Takeda → Aizu → Takeda Sōkaku → Morihei Ueshiba → aikidō.

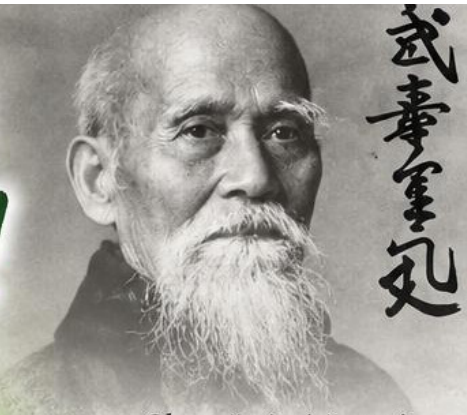
U první části této linie musíme být historicky opatrní, protože vychází z tradice školy.
Od Takedy Sōkakua a jeho vztahu k Morihei Ueshibovi už však existuje rozsáhlá dokumentace.
A právě proto nelze historii aikidō úplně pochopit bez Daitō-ryū.
Aikidō změnilo způsob, jakým byly původní bojové principy interpretovány. Z prostředku kontroly a porážky protivníka se postupně stal systém, v němž Ueshiba hledal možnost konflikt zvládnout bez jeho dalšího stupňování.
Pod povrchem však zůstala mechanika staršího bojového umění.
Daitō-ryū je proto nejen historickým předchůdcem aikidō, ale také jedním z nejlepších klíčů k pochopení toho, odkud techniky aikidō skutečně pocházejí.



AIKIDO

PŘIDEJ SE K NÁM!

HARMONIE · RESPEKT · ROZVOJ



武事皇丸

„Skutečné vítězství je zvítězit sám nad sebou.“
Morihei Ueshiba

合氣道



合氣

SEBEOBRANA BEZ AGRESE
Efektivní techniky, bez zbytečné síly.

KLID V KAŽDODENNÍM ŽIVOTĚ
Lepší rovnováha těla i mysli.

PŘÁTELSKÁ KOMUNITA
Trénink pro každého – ženy, muže, začátečníky i pokročilé.

AIKIDO JE PRO KAŽDÉHO!

PŘIJĎ SI VYZKOUŠET TRÉNINK ZDARMA!

NASKENUJ A DOZVÍŠ SE VÍC!

AIKIDO • BUDOJOVICE 合心 České Budějovice

AIKIDO BUDĚJOVICE
www.AIKIDO-BUDEJOVICE.cz
České Budějovice

— LEPŠÍ LIDÉ · SILNĚJŠÍ SPOLEČNOST —

TĚŠÍME SE NA TEBE!

Shinsengumi
šermíři na konci samurajské éry

Jméno Shinsengumi dnes patří k nejznámějším symbolům závěru samurajského období. Při jeho vyslovení si většina zájemců o japonskou historii nebo bojová umění vybaví modrobílé kabátce haori, prapor se znakem – makoto, katany tasené v úzkých uličkách Kjóta a jména jako Kondō Isami, Hijikata Toshizō nebo Okita Sōji. Za tímto romantickým obrazem se však skrývá podstatně složitější historie. Shinsengumi nebyli starobylým samurajským rodem ani vojenskou jednotkou s tradicí sahající hluboko do feudálního Japonska. Existovali pouhých několik let, přibližně mezi lety 1863 a 1869. Přesto se stali jedním z nejvýraznějších symbolů okamžiku, kdy končila éra samurajů a rodilo se moderní Japonsko.

Pro člověka zabývajícího se tradičními japonskými bojovými uměními jsou Shinsengumi mimořádně zajímaví ještě z jiného důvodu. Jejich členové patřili k posledním generacím japonských šermířů, pro které kenjutsu nebylo pouze prostředkem osobního rozvoje, cestou zachování tradice nebo sportovní disciplínou. Techniky nacvičované v dōjō mohly být skutečně použity při střetu s ozbrojeným protivníkem. Mnozí členové Shinsengumi prošli klasickými školami meče a jejich schopnosti byly opakovaně prověřovány v prostředí, kde chyba neznamenala ztracený bod nebo neúspěšně provedenou katu, ale často smrt.

Abychom vznik Shinsengumi pochopili, musíme se vrátit do poloviny 19. století. Japonsko bylo již více než dvě stě let řízeno šógunátem rodu Tokugawa. Císařský dvůr sídlil v Kjótu, avšak skutečná politická a vojenská moc se nacházela v rukou šóguna, jehož vláda sídlila v Edu, dnešním Tokiu. Dlouhé období relativního míru vytvořilo stabilní společnost, ale zároveň postupně proměnilo samotnou samurajskou vrstvu. Velká část samurajů již nebyla válečníky v původním významu tohoto slova. Působili jako úředníci a správci jednotlivých domén a bojová umění se stále více přesouvala z bojišť do dōjō.

Tato relativní stabilita byla zásadně narušena roku 1853, kdy do Japonska připlula flotila amerického komodora Matthewa Perryho. Japonsko bylo pod tlakem západních mocností donuceno otevřít některé své přístavy zahraničnímu obchodu a postupně uzavírat mezinárodní smlouvy, které značná část japonské společnosti považovala za nevýhodné a ponižující. Autorita šógunátu byla výrazně oslabena a v zemi začalo narůstat politické napětí.

Jedním z nejznámějších hesel tohoto období se stalo sonnō jōi –obvykle překládané jako „Ctěte císaře, vyžeňte barbary“. Pod tímto heslem se sdružovala část odpůrců šógunátu, zejména radikální samurajové z některých jihozápadních domén. Nešlo přitom o jednotné politické hnutí. Jednotlivé skupiny měly rozdílné cíle a postoje, společná jim však byla kritika tehdejší vlády a rostoucí důraz na autoritu císařského dvora.

Kjóto se v této době stalo centrem politického napětí. Ve městě sídlil císař, pohybovali se zde představitelé jednotlivých domén, šógunátní úředníci, rōninové i radikální aktivisté. Docházelo k atentátům, únosům, politicky motivovaným vraždám a ozbrojeným střetům. Právě v tomto prostředí měla vzniknout jednotka, která vstoupila do dějin jako Shinsengumi.



Bezprostředním předchůdcem Shinsengumi byl sbor nazývaný Rōshigumi. Roku 1863 se šógun Tokugawa Iemochi připravoval na cestu do Kjóta a bylo rozhodnuto vytvořit ozbrojený sbor složený převážně z rōninů, který měl pomáhat při zajištění bezpečnosti. Do Rōshigumi vstoupilo několik stovek mužů. Mezi nimi byla také skupina šermířů spojených s dōjō Shieikan v Edu, kde se vyučovala škola Tennen Rishin-ryū.

Právě zde se setkáváme s muži, kteří se později stanou nejslavnějšími představiteli Shinsengumi. Patřili mezi ně Kondō Isami, Hijikata Toshizō, Okita Sōji, Inoue Genzaburō a další. Po příchodu Rōshigumi do Kjóta však došlo k rozkolu. Kiyokawa Hachirō, jeden z hlavních organizátorů celého projektu, ve skutečnosti sledoval vlastní politické cíle a chtěl členy jednotky získat pro podporu císařského hnutí. Většina Rōshigumi se následně vrátila do Eda. Několik mužů však odmítlo Kjóto opustit.

Tato malá skupina se usadila v oblasti Mibu a začala být označována jako Mibu Rōshigumi. Dostala se pod ochranu Matsudairy Katamoriho, pána domény Aizu a tehdejšího vojenského komisaře Kjóta. Úkolem jednotky bylo pomáhat při zajišťování pořádku ve městě a zasahovat proti radikálním odpůrcům šógunátu. Roku 1863 skupina přijala nebo obdržela jméno Shinsengumi – které lze přeložit jako „Nově vybraný oddíl".

Jednou z nejvýraznějších osobností nové jednotky se stal Kondō Isami. Jeho životní příběh je zajímavým příkladem sociální proměny závěru období Edo. Kondō se nenarodil do vysoké samurajské rodiny. Pocházel z rolnického prostředí, ale díky svým schopnostem v bojových uměních byl adoptován do rodiny Kondō a postupně se stal nástupcem v tradici Tennen Rishin-ryū. Později převzal vedení dōjō Shieikan. Tennen Rishin-ryū byla bojová tradice zahrnující především kenjutsu, ale také další formy boje. Její praktická orientace se dobře hodila do prostředí, v němž Shinsengumi později působili. Kondō se stal velitelem jednotky a představoval její hlavní autoritu. Nebyl však jediným mužem, který určoval její charakter.

Neméně významnou osobností byl Hijikata Toshizō. Ten zastával funkci zástupce velitele a měl zásadní vliv na organizaci a disciplínu Shinsengumi. V pozdější tradici získal označení Oni no Fukuchō – „démonický zástupce velitele". Toto označení je do značné míry součástí pozdějšího obrazu Hijikaty, nicméně přísná disciplína jednotky je historicky dobře doložena.

Zástupce velitele Shinsengumi Hidžikata Tošizó



Shinsengumi museli fungovat v prostředí, kde sebemenší vnitřní rozklad mohl znamenat jejich rychlý konec. Dezertování, svévolné jednání nebo zneužívání postavení mohlo být trestáno mimořádně tvrdě. Některým členům bylo nařízeno spáchat seppuku. Je však třeba upozornit, že přesné znění slavného „kodexu Shinsengumi", který bývá dnes často citován, není historicky tak jednoznačné, jak jej představuje populární literatura. Část informací pochází z pozdějších vzpomínek bývalých členů. Samotná existence velmi přísných pravidel a tvrdého systému disciplíny však sporná není.
Z hlediska bojových umění patří mezi nejzajímavější členy Shinsengumi Okita Sōji. Již jako velmi mladý byl považován za mimořádně schopného šermíře a později velel první jednotce Shinsengumi. Stejně jako Kondō byl spojen s Tennen Rishin-ryū. Vzpomínky některých současníků jej popisují jako velmi rychlého a technicky mimořádně nadaného bojovníka.

S Okitou je spojována technika označovaná jako sandanzuki, tedy přibližně „trojité bodnutí". Pozdější literatura z této techniky vytvořila téměř legendární útok, při kterém měl Okita provést tři zásahy s mimořádnou rychlostí. Historické prameny nám neumožňují přesně rekonstruovat, jak tato technika skutečně vypadala. Je však zajímavé, že právě bodné techniky se v souvislosti se Shinsengumi objevují velmi často.

To pravděpodobně nebyla náhoda. Boj v úzkých ulicích, domech a hostincích vytvářel jiné podmínky než formální duel na otevřeném prostoru. Široké seky mohly být omezené stěnami, stropem nebo přítomností dalších osob. Přímý bod mohl být v takové situaci rychlejší a praktičtější. Člověk zvyklý na moderní kendō zde může nalézt zajímavou paralelu. Tsuki je dnes jednou z regulovaných bodovaných technik, ale v reálném boji s mečem představovalo bodnutí zcela jiný typ ohrožení.
Shinsengumi přitom nebyli jednotkou tvořenou pouze příslušníky jediné školy. Přestože jádro kolem Kondōa pocházelo z Tennen Rishin-ryū, další významní členové studovali jiné systémy. Nagakura Shinpachi byl například spojen se Shindō Munen-ryū. Také kolem šermířského vzdělání Saitō Hajimeho existuje řada teorií a jeho přesná školní příslušnost není tak jednoznačná, jak bývá prezentována v populárních dílech.

Právě Saitō Hajime se stal jedním z mála významných členů Shinsengumi, kteří přežili pád šógunátu a následné boje. Později dokonce sloužil nové vládě Meiji jako policista. Jeho život dobře ukazuje složitost této doby. Muž, který bojoval za šógunát proti silám podporujícím císařskou restauraci, se později stal součástí institucí nového státu.

Shinsengumi postupně vyrostli z malé skupiny v organizovaný ozbrojený sbor čítající v období největšího rozmachu několik stovek mužů. Jejich organizační struktura připomínala vojenskou jednotku. Pod hlavním velitelem a jeho zástupcem působili velitelé jednotlivých skupin. Mezi známá jména patřili Okita Sōji, Nagakura Shinpachi, Saitō Hajime, Tōdō Heisuke, Harada Sanosuke nebo Inoue Genzaburō.

Jedním z nejslavnějších symbolů Shinsengumi se stal znak – makoto. Přeložit jej jedním českým slovem není úplně jednoduché. Může označovat upřímnost, opravdovost, věrnost, poctivost nebo pravdivost postoje. Znak se objevoval na praporech jednotky a později se stal téměř ztělesněním jejího obrazu.

Stejně ikonické jsou světle modré kabátce haori s charakteristickým bílým zubatým vzorem na rukávech a spodním okraji. Populární kultura z nich učinila téměř uniformu Shinsengumi. Historicky je však pravděpodobné, že byly používány především v určitém období a rozhodně není jisté, že v nich členové jednotky pravidelně vykonávali službu po celou dobu její existence.

Událostí, která Shinsengumi definitivně proslavila, se stal incident v hostinci Ikedaya roku 1864. Jednotka získala informace o setkání radikálních odpůrců šógunátu v Kjótu a zahájila pátrání po místě jejich schůzky. Kondōova skupina následně vstoupila do hostince Ikedaya, kde skutečně nalezla několik významných protivládních aktivistů.

Následoval prudký střet uvnitř budovy. Právě incident v Ikedaya patří k situacím, které jsou pro studium skutečného způsobu boje Shinsengumi mimořádně zajímavé. Nešlo o klasický souboj dvou šermířů na volném prostranství. Boj probíhal v interiéru, na schodech, v místnostech a úzkých prostorách. Několik odpůrců šógunátu bylo zabito a řada dalších zatčena.

Zásah zásadně zvýšil prestiž Shinsengumi. Pozdější tradice tvrdila, že protivládní radikálové plánovali zapálit část Kjóta, unést císaře a zavraždit některé představitele šógunátu. Historici jsou dnes k přesnému rozsahu těchto plánů opatrnější. Jisté však je, že se v Ikedaya konala důležitá schůzka protivníků šógunátu a že zásah Shinsengumi významně poškodil jejich organizační síť v Kjótu.

Vedle vnějších protivníků se však Shinsengumi museli vypořádávat také s vnitřními konflikty. Jedním z původních vůdců jednotky byl Serizawa Kamo, schopný šermíř, ale zároveň muž známý problematickým a často násilným chováním. Roku 1863 byl zabit při útoku provedeném vlastními členy Shinsengumi. Přesné okolnosti a politické pozadí události zůstávají předmětem diskusí, nicméně po jeho smrti získala skupina kolem Kondōa a Hijikaty rozhodující postavení.

Dalším dramatickým případem byla smrt Yamanami Keisukeho, významného člena vedení. Roku 1865 se pokusil Shinsengumi opustit, byl však dopaden a bylo mu nařízeno spáchat seppuku. Podobné události ukazují, že za romantickým obrazem bratrství samurajů se skrývala tvrdá vojenská realita.

Politická situace se mezitím rychle měnila. Roku 1867 se poslední šógun Tokugawa Yoshinobu vzdal své politické pravomoci. Formální návrat moci císařskému dvoru však neznamenal okamžitý konec konfliktu. Na začátku roku 1868 vypukla válka Boshin mezi silami nově vznikající císařské vlády a přívrženci bývalého šógunátu.

Shinsengumi zůstali Tokugawům věrní. Jedním z prvních velkých střetů války byla bitva u Toba-Fushimi. Z hlediska historie bojových umění představuje tato bitva téměř symbolickou hranici mezi dvěma epochami. Na jedné straně stáli muži spojení s tradičním samurajským způsobem boje, na druhé straně se stále výrazněji prosazovala moderní pěchota, palné zbraně a dělostřelectvo. Ani schopnost jednotlivého šermíře již nemohla rozhodnout střetnutí stovek či tisíců mužů vybavených moderními puškami.

Shinsengumi a ostatní síly šógunátu byly poraženy a začal jejich ústup. Kondō byl v tomto období zraněn.



Velitel Shinsengumi Kendó Isami.

Po návratu do oblasti Eda se zbývající část jednotky reorganizovala pod názvem Kōyō Chinbutai a pokusila se pokračovat v odporu. Další porážka však vedla k postupnému rozpadu jednotky.

Kondō Isami byl na jaře roku 1868 zajat silami nové vlády. Byl převezen do Itabashi a 25. dubna 1868 popraven stětím. Muž, který se z rolnického syna vypracoval na velitele jedné z nejslavnějších samurajských jednotek své doby, zemřel ve věku pouhých třiatřiceti let.

Smrt Kondōa však ještě neznamenala úplný konec Shinsengumi. Hijikata Toshizō odmítl kapitulovat a pokračoval v boji na severu Japonska společně s dalšími přívrženci bývalého šógunátu. Nakonec se dostal až na Hokkaidó, kde vznikl krátkodobý politický útvar známý jako Republika Ezo.

Právě závěr Hijikatova života je mimořádně zajímavý. Muž známý jako tradiční šermíř a představitel samurajské disciplíny se dokázal velmi rychle přizpůsobit modernímu způsobu války. Na Hokkaidó již nepůsobil pouze jako šermíř. Stal se vojenským velitelem jednotek využívajících moderní taktiku a střelné zbraně.

Je to jeden z nejlepších příkladů skutečnosti, že obraz samuraje bojujícího výhradně katanou je historicky příliš jednoduchý. Japonští válečníci používali střelné zbraně již od 16. století a schopní velitelé druhé poloviny 19. století velmi dobře chápali, že moderní válku nelze vést pouze mečem. Hijikata pokračoval v odporu až do závěrečných bojů u Hakodate roku 1869. Během bojů byl zasažen střelou a zemřel. Krátce poté kapitulovaly poslední významné síly bývalého šógunátu.

Historie Shinsengumi jako bojové jednotky tím skončila.
Je lákavé označit jejich členy za „poslední samuraje“, ale z historického hlediska jde spíše o poetické než přesné označení. Samurajská společenská vrstva existovala ještě několik dalších let a mnoho bývalých samurajů našlo uplatnění v nové armádě, policii nebo státní správě období Meiji. Teprve reformy sedmdesátých let 19. století definitivně odstranily většinu jejich feudálních privilegií.

Přesto mají Shinsengumi v dějinách budō jedinečné místo. Jejich existence leží přesně na hranici dvou období. Kondō, Hijikata nebo Okita vyrůstali ve světě tradičních dōjō, jednotlivých ryūha a klasického kenjutsu. Jejich bojové schopnosti byly formovány systémem, jehož kořeny sahaly do doby, kdy se meč skutečně používal jako zbraň.

O pouhých několik let později však Hijikata bojoval ve válce, kde rozhodovaly pušky, děla, opevnění a moderní vojenská organizace.

Právě v tom spočívá jeden z nejzajímavějších odkazů Shinsengumi pro současného člověka studujícího japonská bojová umění. Jejich příběh ukazuje skutečný historický přechod mezi bujutsu, tedy praktickými bojovými systémy válečnické společnosti, a pozdějším budō, které stále více zdůrazňovalo vzdělávání, disciplínu a rozvoj osobnosti.

Kenjutsu nezmizelo s posledními boji Shinsengumi. Změnilo se prostředí, v němž existovalo. Během období Meiji a následujících desetiletí se různé šermířské tradice podílely na formování moderního kendō. Z jiných tradic práce s mečem se postupně vyvíjely systémy, které dnes označujeme jako iaidō. Techniky určené původně pro boj na život a na smrt tak dostaly nový význam.

Také samotní Shinsengumi se postupně přesunuli z historie do legendy. Romány, divadelní hry, filmy, televizní seriály, manga a anime vytvořily z jejich členů téměř archetypální postavy. Kondō Isami se stal symbolem čestného velitele, Hijikata Toshizō neústupného bojovníka a stratéga, Okita Sōji geniálního mladého šermíře, jehož život ukončila nemoc, a Saitō Hajime tajemného mistra meče.

Skuteční lidé byli samozřejmě podstatně komplikovanější.

Shinsengumi nebyli pouze šermíři. Byli současně vojenskou jednotkou, policejním sborem, politickým nástrojem šógunátu a organizací působící v prostředí občanského konfliktu. Jejich protivníci je mohli oprávněně vnímat jako represivní složku režimu, zatímco jejich podporovatelé v nich viděli ochránce pořádku a legitimní vlády. Historik proto nemůže přijmout pouze jeden z těchto pohledů.

Z hlediska bojových umění je však jejich význam nesporný. Shinsengumi patřili k posledním generacím japonských šermířů, u nichž můžeme sledovat bezprostřední spojení mezi výcvikem v tradičním dōjō a skutečným ozbrojeným střetem. Jejich příběh zároveň ukazuje, jak rychle se může změnit význam bojového umění, když se změní společnost, technologie a způsob vedení války.

Snad nejvýstižnějším symbolem jejich odkazu proto zůstává jediný znak, který nesli na svém praporu – , makoto.

Je obtížné jej přeložit jediným slovem. Znamená opravdovost, upřímnost, věrnost a jednání v souladu s vlastním přesvědčením.

Shinsengumi bojovali za svět, který před jejich očima mizel. Někteří dokázali přijmout nový režim a pokračovat v životě. Jiní, jako Kondō Isami a Hijikata Toshizō, následovali svou stranu až k jejímu definitivnímu konci.

Proto Shinsengumi dodnes fascinují nejen historiky, ale také cvičence kendō, iaidō, kenjutsu a dalších forem japonského budō. Nejsou pouze romantickou vzpomínkou na samuraje s katanou. Představují skutečné lidi stojící v jednom z nejdramatičtějších okamžiků japonských dějin – na hranici mezi tradičním světem samurajského meče a moderním Japonskem.

ŠÓMEN UČI KOTE GAEŠI
(HANMI HANTAČI WAZA)





Uke: zaútočí z bezpečné vzdálenosti úderem šómen uči.



Tori: sedí vzpřímen v kiza, pohne zadním kolenem vpřed a na stranu, za partnera, a pootočí se k ukemu. Pravou paží kontroluje zápěstí, levou loket partnera. Dokončí otočení tenkan a levou rukou shora přechytí ukeho zápěstí a vede jej vpřed.

Tori: vede ukeho kolem sebe až dolů před svoje centrum. Pravou rukou kontroluje ukeho tvář, aby se k němu nemohl natočit.



Uke: je vychýlen vpřed, veden kolem toriho a dolů. Pokrčí kolena a sníží těžiště.



Tori: vytoči ukeho ruku prsty nahoru, opře pravou dlaň o hřbet této ruky a zatlačí. Pootočí se přitom vlevo k partnerovi.

Uke: je pákou v zápěstí vychýlen, připraví se na provedení uširo ukemi.



Uke: padne v uširo ukemi a pak je torim otočen na břicho.

Tori: po ukeho pádu pravou rukou přechytí jeho loket, levou nohou vykročí vpřed a otočí se kolem ukeho hlavy. Ukeho tak otočí na břicho. Stlačí koleny jeho rameno, dosedne do kiza, přitiskne jeho paži o svůj trup a otočí se směrem k ukeho hlavě, čímž mu na rameno nasadí páku.





z knihy: Aikido průvodce pro žáky a učitele, autor: Zdenko Reguli
ISBN: 978-80-88969-91-4

Kulrurní okénko - knihy, filmy.



Mijamoto Musaši 2 - Dva meče

V pokračování příběhu ze starého Japonska se opět setkáváme s mladým šermířem, neohroženým samurajem Mijamotem Musašim, který po svém vítězství nad Sasakim Kodžiróem pociťuje smutek ze ztráty svých blízkých i pochybnosti o smyslu své cesty. Vydává se do nehostinné a téměř liduprázdné lesnaté části provincie Ečizen, aby se setkal s poustevníkem Tósaiem. Doufá, že v jeho moudrosti nalezne odpovědi na své existenciální otázky. Cestou je zapleten do útoku tajemných válečníků. Zoufale se snaží přežít, aniž by chápal brutální mocenskou hru, jíž se stal součástí. Co v sobě skrývá uzamčené pouzdro, které se Musašimu shodou náhod dostane do rukou? Setkání se starým známým, knížetem Kacunarim, pozvolna vnáší světlo do temné konspirace, v níž je ve hře osud celého Japonska.



Samuraj a vězeň

Historické drama Samuraj a vězeň režiséra Kiyoshiho Kurosawy vychází z oceňovaného románu Honobua Jonezawy a odehrává se v Japonsku roku 1578, v nejistém období válčících států. V centru příběhu stojí napjatý vztah dvou mužů. Pána hradu samuraje Murashige Arakiho a jeho zajatce, brilantního a nebezpečného stratéga Kanbeie Kurody, vyslance znepřáteleného klanu, kterého Araki místo popravy uvězní. Zatímco se kolem hradeb stahují vojska Nobunagy Ody, hrad zachvacuje řada nevysvětlitelných úmrtí a mezi obránci sílí strach, nedůvěra a podezíravost. Postupné rozplétání záhady se stává nejen detektivním pátráním, ale také soubojem vůle, loajality a rozdílných představ o cti, moci a svobodě.



Příběhy samurajů

Jaký byl skutečný svět samurajů? Jaké hodnoty formovaly muže, kteří byli ochotni bez váhání obětovat život pro svého pána, svou rodinu nebo vlastní čest? Pokud hledáte odpovědi, sáhněte po knize Příběhy samurajů od Asataróa Mijamoriho. Tato výjimečná sbírka byla poprvé vydána v roce 1920 a dodnes patří mezi nejpůsobivější díla, která západnímu světu přibližují ducha japonského bušidó.
Autor se narodil roku 1869 a zemřel roku 1952. Byl profesorem anglické literatury a jazyků, překladatelem, literárním historikem a jedním z prvních Japonců, kteří systematicky představovali japonskou kulturu západním čtenářům. Významnou část svého života zasvětil překladům japonské literatury, poezie, dramat a historických vyprávění do angličtiny. Díky jeho práci se tisíce lidí mimo Japonsko poprvé setkaly s autentickými příběhy samurajů, básníků, mnichů a hrdinů japonských dějin.

5. Bez mezery
Mezi útokem a odpovědí nemá být prostor pro myšlenku.
Jako když tleskneš a současně zazní zvuk.
Jakmile začneš přemýšlet, vzniká mezera.
V této mezeře se mysl zastaví
a přirozená reakce se ztratí.

6

2. Jeden list a celý strom
Když se zadíváš pouze na jeden list,
ostatní listy přestaneš vidět.
Když se pohled na jednom místě nezastaví,
vidíš celý strom.
Taková má být i mysl.

3

7. Mysl jako proud
Mysl, která se zastaví, se stává nemocnou.
Správná mysl je jako míč unášený rychlým proudem:
nezůstává ani okamžik na jednom místě.
Pohybuje se dál bez ulpění
a právě tím zůstává svobodná.

8



3. Nehybná mysl není nehybná
Nehybnost neznamená stát bez pohybu.
Skutečně nehybná mysl se nikde nezachytí.
Proto se může pohybovat všemi směry.
Právě protože nikde nesetrvává, není ničím spoutána.

4

4. Meč protivníka
Vidíš meč, který proti tobě přichází.
Jestliže se na něm mysl zastaví, ztratíš svobodu.
Nevytvářej plán, jak mu odporovat.
Vnímej pohyb a pokračuj bez ulpění.
Pak se protivníkova síla může obrátit proti němu.

5

1. Mysl se nesmí zastavit
Když mysl ulpí na protivníkově meči
stane se jeho mečem spoutána.
Když ulpí na vlastní technice, spoutá ji technika.
Mysl nemá spočinout na jediném místě
Teprve potom může svobodně reagovat.

2

6. Návrat začátečníka
Začátečník ještě nezná všechny postoje a techniky,
a proto na nich jeho mysl neulpívá.
Později ho znalosti mohou začít svazovat.
Po letech skutečného cvičení technika opět mizí z vědomí
a člověk se vrací k jednoduchosti začátku.

7

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

Takuan Sōhō (1573–1645) patřil k nejvýraznějším osobnostem japonského zenu raného období Edo. Byl mnichem školy Rinzai, učitelem, kaligrafem, básníkem a myslitelem, který se pohyboval nejen v prostředí zenových klášterů, ale také mezi významnými představiteli samurajské vrstvy. Jeho život nebyl omezen pouze na náboženskou praxi; zajímal se o umění, kulturu, politiku i otázku, jak se zenové principy mohou projevit v každodenním jednání člověka.

Zvláštní význam získaly jeho texty věnované vztahu mysli a bojového umění. Takuan nepsal technické návody k šermu. Zajímal ho především vnitřní stav člověka ve chvíli, kdy musí jednat okamžitě, bez váhání a bez strachu. Opakovaně zdůrazňoval, že mysl nesmí „uvíznout“ na protivníkovi, na jeho zbrani, na vlastní technice ani na myšlence vítězství a porážky. Jakmile se na něčem zastaví, ztrácí podle něj svou přirozenou svobodu.

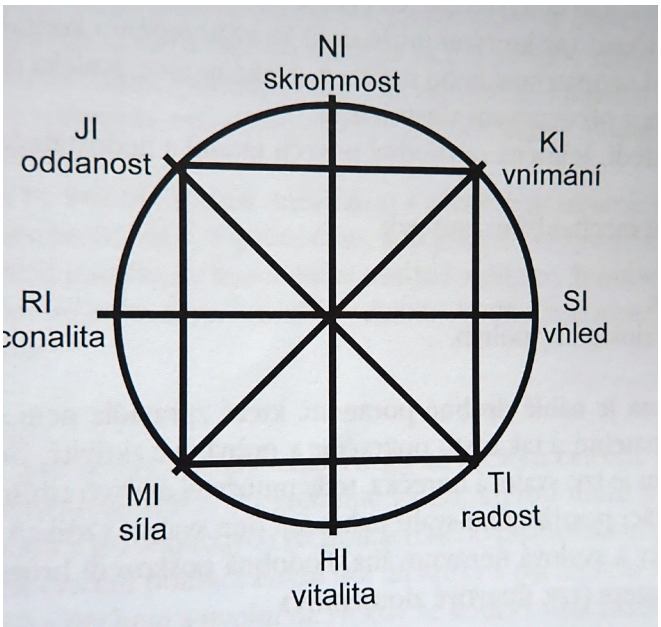
Jeho nejznámějším textem v této oblasti je Fudōchi Shinmyōroku, obvykle překládaný jako „Tajemný záznam nehybné moudrosti“. Text vznikl v souvislosti s prostředím školy meče Yagyū a je tradičně spojován s Yagyū Munenorim, významným šermířem a učitelem šógunského rodu Tokugawa. Právě zde Takuan rozvíjí myšlenku „nehybné mysli“ – ne jako mysli strnulé, ale naopak jako mysli, která se nikde nezastavuje, a proto může reagovat svobodně na každou změnu.

Takuanův vliv daleko přesáhl rámec zenu. Jeho myšlenky se staly důležitou součástí pozdějšího chápání japonského budō, zejména v souvislosti s pojmy jako zanshin, mushin nebo fudōshin. Proto jeho texty oslovují i dnešní praktikující aikidó, kendó, iaidó a dalších bojových umění: neřeší, jak zvítězit nad protivníkem, ale jak překonat vlastní napětí, strach a ulpívání a jednat s čistou, pohyblivou myslí.

Rozvoj osobnosti

Duch aiki (aiki seišin)

Strukturu osobnosti, jak ji vidí aikidó, a její rozvoj, si je možno jednoduše představit pomocí teorie aiki seišin, ducha aiki. Grafický symbol, znázorňující ducha aiki, je kruh se čtvercem uvnitř, který je rozdělen na osm trojúhelníků.
Kruh, čtverec a trojúhelník jsou symboly aikidó, v tělesném pohybu vyjadřující konstrukci techniky. Osm směrů, které tady vznikají, nazýváme happó baraki, princip úplného uvědomění si svého okolí. Osm směrů je jenom obraznou výpovědí o všech směrech, o možnosti pohybu kterýmkoliv směrem v nekonečnu.



Jednotlivé směry představují vnitřní kvality člověka, bojovníka. Těmito kvalitami jsou vitalita (hi), síla (mi), racionalita (ri), oddanost (ji), skromnost (ni), vnímání (ki), vhled (si), radost (ti). Slabiky, zvuky zastupující složky aiki seišin mají význam z hlediska duchovního a ještě se k nim vrátíme. Vnitřní kvality, nacházející se na opačných pólech kruhu vytvářejí vzájemně se doplňující dvojice. Obrazně řečeno, aiki seišin má tvořit stále dokonalejší kruh, což se uskutečňuje rovnoměrným rozvojem všech kvalit.

Vitalita - skromnost

Praktikování aikidó a naplnění životních cílů vyžaduje neustálou aktivitu, angažovanost všech sil k dosažení vytyčených met. Vitalita, životaschopnost nesmí přesáhnout rozumnou míru a stát se nástrojem egoismu a sebeprosazování na úkor jiných. Nefalšovaná skromnost musí zůstat na druhém konci vah. Jinak se lidská energie stane arogantní a destrukční. Meč má být dobře nabroušen, ale má zůstat v pochvě.

Sila - vnímání.

Technika v aikido je projevem přírodních zákonů, sily přírody. Tato sila je považována za nekonečnou a proto je nutno kontrolovat ji. Jak bylo řečeno o komunikaci v aikido, citlivé vnímání partnera, jeho akceptace, je podmínkou využití síly. Člověk tedy musí neustále přehodnocovat svou situaci a nezůstávat na místě. Jakoby se neustále pohyboval od začátku. Mysl začátečníka umožňuje nasměrovat sílu a snahu efektivněji.

Racionalita - vhled.

Tato dvojice je ukázkou neustálého dilema mezi exaktní vědou a vírou, mezi rozumem a srdcem. Mezi logikou a intuicí. Pravda, jako obvykle, leží někde mezi těmito pojmy. Na individuálním hledání je závislé jaký důraz je kladen na použití rozumu a kde je vhodnější rozum obejít. Některé věci vyžadují důsledné, podrobné, až vědecké prověření, v jiných se člověk obrací na svůj vnitřní hlas. Hlediska se navzájem nevylučují, nýbrž doplňují a podporují.

Oddanost radost.

Fanatizmus v jakékoliv podobě není dobrý. Sebehodnotnější aktivita nemá větší cenu než lidský život. Slepá oddanost, obětavost až posvátná vážnost nemá převážit nad osobním štěstím a radostí ze života. Celoživotní cesta člověka vede, jak prostorem vážné práce, tak i prostorem uvolnění a požitků. Ani jedna životní kvalita není posvátnou modlou. Student žijící jenom pro aikidó a aikidem, jež mu je domovem, prací i rodinou, nedojde k poznání celého umění stejně tak, jako student, věnující se kromě cvičení jenom vysedávání s přáteli po hospodách.
Jak řekl Rindžiró Širata sensei: Ten, kdo se chce učit aikidó, musí nejdřív studovat jeho ducha; pokud jeho srdce není skutečné, nikdy nedosáhne Cesty.

Výchova a vzdělání

Oba světy, vnitřní i vnější, jsou jednotou přírodních zákonů. Příroda se považuje za spravedlivou a dobrou a člověk za dítě přírody. Čínský učenec Mencius (Meng-c‘; asi 371-289 př.n.l.) o tom pravil: Lidská přirozenost je původně dobrá a mravní, ctnosti jsou vrozené. Každý člověk je podle něho schopný být mudrcem, stát se dobrým. Mravní ctnosti - velkorysost, spravedlivost, náležité chování, moudrost, dobrá víra - nejsou rozvinuty jenom v těch lidech, kteří svůj potenciál nevyužili.

Ten, kdo se chce učit aikidó, musí nejdřív studovat jeho ducha; pokud jeho srdce není skutečné, nikdy nedosáhne Cesty

Cu Si (1130-1200), po samotném Konfuciovi (asi 551 pr.n.1-479 peal) snad nejvýznamnější učenec konfucianismu, přebral a rozvinul Menciovy myšlenky. Prostředkem k udržení původní, dobré přirozenosti člověka je podle něj výchova a vzdělávání. Cu Si významně ovlivnil mnoho japonských samurajů-filosofů, podílejících se na kodifikaci pravidel pro bojovniky (např. Seika Fudziwara (1561-1619), Razan Hajaši (1583-1657), Ansai Jamazaki (1618-1682) a (jini). Samurajové kladli veliký důraz na výchovu a vzdělávání. Zákoník vojenské třídy (Buke šohatto) hned v prvním ze sedmnácti článků nařizoval studovat literaturu a bojová umění. Vojenská šlechta pěstovala ve smyslu bunbu rjódó umění boje a kulturu v nerozlučné jednotě.

Bunbu rjódó je společnou cestou válečnictví a kultury. Bojovník musel stejně tak dobře zacházet s mečem, jako se štětcem.
Výchovný ideál, představa o výsledku výchovného procesu se od dob samurajů přece jen v něčem změnil. Dříve byla bojová umění přísně střežena jednotlivými rody na japonských ostrovech. Techniky se předávaly tajně z otce na syna v rodinách bojové šlechty. Bojová umění a strategie byly určeny na použití v přímém boji. Dnes se stírají hranice mezi zeměmi a lidmi. Bojová umění jsou veřejně přístupná všem lidem na celém světě. Výchovné ideály trefně zobrazují perokresby z knížky autorské dvojice Westbrook - Ratti (1970).



Dřívější výchovný ideál sledoval výchovu válečníka, který všechny své schopnosti věnuje službě svému pánovi a použije jakýchkoliv prostředků k dosažení svých cílů. Překážky, i když jimi byli lidé, se odstraňovaly radikálně. Protivník byl jako lidská bytost nezajímavý a bylo potřebné ho co nejrychleji navždy odstranit.



Postupným vývojem se stalo nevhodným a nesprávným vyhledávání konfliktu. Obrana je důsledkem nevyhnutelnosti. Člověk se respektuje jako lidská bytost se svými slabostmi a s vírou v možnou nápravu charakteru a jeho vychovatelnost.
Současný výchovný ideál v aikidó sleduje výchovu zralé, vyrovnané, celistvé osobnosti, která je v míru se sebou samotným i celým světem. Zná svou minulost, žije v přítomnosti a má jasnou a pozitivní představu o budoucnosti.

Aby někdo mohl dosáhnout takovéto vnitřní vyspělosti, musí najít dostatek sil na to, aby dokázal vytrvat na své cestě. Osmi kroky k cíli jsou, jak to popisuje kniha Velké učení (3.-2. stol. př.n.l.):

1. Zkoumání věcí.

2. Šíření znalostí.

3. Ryzost vůle.

4. Náprava mysli.

5. Zdokonalování osobního života.

6. Usměrňování rodiny.

7. Národní pořádek.

8. Světový mír.

Hodnoty

Japonské slovo kanša, vděčnost, vyjadřuje jeden z přístupů aikidóky k sobě i ke svému okolí. Vnitřní i vnější svět vnímá s bezprostřední vděčností. Vděčnost se chápe v podobě čtyř různých dimenzí. Spravedlivé naplnění života je podmíněno zvnitřněním všech čtyř směrování vděčnosti stejnou měrou.
Vděčnost k univerzu, ze kterého pochází lidská duše, jakož i všechny věci živého i neživého světa.
Vděčnost k rodičům, ze kterých pochází lidské tělo, ke všem biologickým předkům a předkům duchovním.
Vděčnost k přírodě, ze které člověk získává potravu, ale i vše nezbytné k životu na této zemi.
Vděčnost ke společenskému bytí, které nevyhnutelně denně prožíváme a které nám poskytuje lásku a přátelství.

Muteikó, nenásilí a neodporování, je dalším pojmem stojícím v popředí.
Partneři při cvičení sledují společný cíl, své zdokonalování. Uke tedy neútočí s úmyslem ublížit svému partnerovi. Má sice snahu dostat se k partnerovi, jeho úmysl však nesleduje destrukční, ale konstrukční cíl. Moderní společnost nepřipouští destrukci. Zakladatel postavil aikidó na tvorbě energie, ne na jejím plýtvání. Někdy se proces rozvoje v aikidó připodobuje k výrobě chleba. Člověk tvoří sebe samého stejně, jako pekař tvoří chléb. V potu tváře hněte těsto, přetváří jej, ale neničí, dává mu novou smysluplnost.
Nenásilí úzce souvisí s nesoupeřením. Je důležité, aby tori, plnící roli obránce, zůstal obráncem, a uke, plnící roli útočníka, zůstal útočníkem. Role se v průběhu techniky nemohou měnit. Když jeden člověk na druhého zaútočí a ten se na něj obrátí s protiútokem, role se mění a původní agresor se stává obětí. Role se obrátí a vše začíná znovu a ještě intenzivněji. Zlo plodí zlo v bludném kruhu. M. K. Gándhí (1869-1948) dokázal, že nenásilí (sanskrt. ahinsd) může být efektivní prostředek řešení těžkých situací a cestou k vybudování mravně čisté a duševně vyspělé osobnosti. Vítězství se díky muteikó uskuteční ještě dříve, než začal boj. A ještě slova Rindžiró Siraty (1912-1993): Jak překrásné jsou ty zázračné pohyby Aiki! Nenásilí je opravdu Cestou skutečného vítězství!
Sebepoznání je vysoce ceněnou lidskou hodnotou v mnoha kulturách celého světa. V Japonsku se v zenovém buddhismu pro zážitek probuzení používá výraz kenšó, což doslovně znamená vhled do vlastní podstaty. Kenšó se někdy chápe jako synonymum satori.

Satori je však vyšší stav mysli v náboženství, kdežto kenšó je počátečním zážitkem osvícení, jenž (v zenovém smyslu) potřebuje ještě prohloubení. Podstatou je vnímání sebe samého a universa jako jednoty. Cesta k sebepoznání vede přes neustálou praxi. Dennodenně, krůček po krůčku odhalovat tajemství.
Je spíše štěstí to, že není možno dosáhnout konce, že člověk má neustále kam směřovat. Kenšó stírá rozdíl mezi poznávaným a poznávajícím. Zakladatel aikidó často říkával, že on je vesmírem. V člověku se spojil materiální a duchovní svět. I moderní psychologie se v posledních desetiletích více obrací k definování smyslu běhu lidského života. Vžil se pojem sebeaktualizace, chápaný jako proces vytváření podmínek k realizaci vlastního potenciálu. C. Roger dokonce tvrdí, že sebeaktualizační pud je jedinou motivační silou organizmu.
Mezi nejvyšší potřeby se kladou pravda, dobrota, krása, celistvost, nepodmíněnost, životaschopnost, jedinečnost, perfektnost, nevyhnutelnost, kompletnost, spravedlivost, pořádek, bohatství, nenucenost, hravost, soběstačnost. Jsou to vnitřní hodnoty, uznávané nejen v aikidó, ale i v celém kulturním světě.

z knihy: Aikido průvodce pro žáky a učitele, autor: Zdenko Reguli
ISBN: 978-80-88969-91-4