

# Hidetaka Nishiyama

Autor jedné z nejprodávanějších knih o bojových uměních "Karate - The Art of Empty Hand Fighting", Hidetaka Nishiyama, je nepochybně jedním z nejrozporuplnějších mistrů bojových umění všech dob. Kdosi o něm prohlásil: "Můžeš ho buď nenávidět, nebo milovat."

Hidetaka Nishiyama se narodil v japonském Tokiu 21. listopadu 1928. S bojovým uměním začal jako většina chlapců té doby ve věku pěti let, pěti měsíců a pěti dnů. Tento den byl tehdy nazýván "Den chlapců", dnes se mu ale říká "Den dětí".

Nejprve začal cvičit kendo a po jedenácti letech\* (\*originální článek uvádí po sedmnácti letech, ale z dalších odpovědí H. Nishiyamy vyplývá jedenáct let) studia se dopracoval k úrovni 3. danu. S karate začal ve věku 16 let a stal se jednou z nejpřednějších autorit ve světě shotokanu a jednou z vedoucích osobností pokoušejících se prosadit karate mezi olympijské sporty. V současné době je Nishiyama Sensei nositelem 9. danu a prezidentem Mezinárodní federace tradičního karate (International Traditional Karate Federation, zkráceně ITKF).

Trénovat karate začal na univerzitě Takushoku pod vedením otce současného karate Gichina Funakoshiho. Na univerzitě studoval ekonomii, ale to, čím skutečně žil, bylo karate.

Po návštěvě jednoho z instruktorských seminářů mistra Nishiyamy jsem plně pochopil, proč je pro své znalosti a dovednosti tak široce respektován. Seminář se skládal z kombinací kumite a byl rozčleněn do logických sekvencí doplněných psychologíí boje, kterou vám může odhalit pouze opravdový mistr svého oboru. Po skončení semináře jsem měl příležitost udělat s mistrem rozhovor.

## **DW: Mistře, bylo karate Vaším prvním bojovým uměním?**

*Nishiyama Sensei:* Ne, začal jsem s kendo, když mi bylo 5 let. V Japonsku bylo tradicí, že mladí chlapci začínali cvičit kendo ve věku pěti let, pěti měsíců a pěti dnů, takže mě otec tehdy přihlásil k učitelu kendo. Kendo jsem studoval až do svých 16 let. Byl jsem tehdy 3. dan.

## **DW: Jak se změnil trénink od roku 1945, kdy jste s karate začínal?**

*Nishiyama Sensei:* Když jsem na začátku začal cvičit u mistra Funakoshiho, naprosto neexistoval takový důraz na detaily jako v dnešním karate. Mistr Funakoshi nevysvětloval žádné detaily, pouze dával povely jako "shuto uke" nebo "zenkutsu dachi"; každý se musel starat o sebe a hledat si detaily sám. Dnes se karate učí s velkým důrazem na detail. Například v Bassai Dai, měla by v úvodním pohybu otevřená ruka spočívat na pěsti, nebo na paži? Když přiložíte otevřenou ruku na pěst, zcela očividně přepínáte paži a ta nepodporuje blokující zavřenou pěst tak, jako když tu otevřenou ruku přiložíte na paži.

## **DW: Ve Funakoshiho videu, které jsme právě viděli, jste zmínil, že bylo natočeno na univerzitě Keio a vy že jste trénoval na univerzitě Takushoku. Jak se lišil trénink na těchto dvou univerzitách v oněch raných dobách karate v Japonsku?**

*Nishiyama Sensei:* Rozdíl mezi těmito dvěma školami byl v tom, že tréninky na Takushoku byly energičtější a zaměřené na rozvoj těla. Někteří ze známějších absolventů Takushoku byli instruktory Japonské asociace karate (Japan Karate Association, JKA) jako například Masatoshi Nakayama, Hirokazu Kanazawa, Keinosuke Enoda a Teruyuki Okazaki. Na druhé straně univerzita Keio, která byla první univerzitou vyučující karate, měla tréninky kultivovanější a uhlazenější. Univerzita Keio vchovala instruktora JKA Isao Obatu.

## **DW: Všimnul jsem si, že mnoho provedení kata se liší v závislosti na předvádějícím. Nemělo by být provedení kata vždy stejné?**

*Nishiyama Sensei:* Ne, opravdu ne. Kata se bude lišit v závislosti na velikosti a schopnostech toho, kdo ji cvičí. Klíč k tomuto umění je v dodržování principů pohybů těla a snaze získat maximální efekt minimálním úsilím. Nesmíme pouze kopírovat pohyby svého instruktora, musíme se snažit porozumět tomu, jak fungují a jak je maximalizovat. Musíte také pochopit, že za starých časů neexistovaly standardy kata. Každý instruktor učil na svých vlastních základech a přizpůsoboval kata své osobě. Dovolte mi zmínit jeden příklad, jak tento fakt ovlivnil naše dnešní vnímání kata. V úvodních pohybech Kanku Dai jsou dvě techniky shuto uke, dnes při nich každý zvedá ruce velmi vysoko, téměř přímo vzhůru. Tak se to původně nedělalo, jak mi vysvětlil mistr Funakoshi. Vzniklo to tak, že mistr Funakoshi, který byl velmi malý, musel zvedat ruce takto vysoko, protože každý v Japonsku byl větší než on. Ale řekl mi také, že mistr Itosu byl velmi vysoký a jeho ruce byly v mnohem nižší pozici. Takže kata musí být přizpůsobena na míru vaší stavbě těla. Problém dneška tkví v tom, že každý kopíruje svého instruktora, ale pouze málo lidí rozumí správné aplikaci pohybů v kata. Kata je pouze vnější symbol, který znázorňuje nitro; pokud ne, jste jenom loutkou provádějící pohyby bez jakéhokoliv významu.

## **DW: Které technické záležitosti Vás zajímají při cvičení v současné době?**

*Nishiyama Sensei:* Po 50 letech cvičení jsem stále zaujat konceptem maximální účinnosti s minimálním úsilím. To je to, co stále a tedy i v tuto chvíli studuji.

**DW: Můžete ještě více objasnit tento koncept?**

*Nishiyama Sensei:* Na začátku cvičení všichni užíváme svalovou sílu. Používáme velké pohyby těla k dosažení velkých silných technik. Ale s tím, jak člověk cvičí déle, je třeba to změnit tak, abyste získali velkou energii z malého pohybu. To je přirozená cesta, protože s tím, jak stárnete, ztrácíte svalovou sílu, takže musíte najít jiný způsob získávání energie dřív, než budete příliš staří.

**DW: Jaký je váš názor na současné sportovní karate?**

*Nishiyama Sensei:* Myslím, že je to v pořádku, ale nechápu, jaký je jeho smysl. V tradičním karate rozumím jeho smyslu. Je to správné načasování a zároveň provedení správných technik s konečným cílem sebeobrany. Člověk si musí uvědomit, že pouze pět procent karatistů se chce účastnit závodů. Zbýlých devadesát pět procent cvičí pro jiné věci, které karate nabízí. Jsou to fyzická kondice, sebeobrana, rozvoj osobnosti, filosofie a psychologie a mnoho jiného.

**DW: Co si myslíte o barevných gi (cvičebních úborech)?**

*Nishiyama Sensei:* V Japonsku bylo vždy používáno bílé gi, protože filosofie bojových umění zdůrazňovala čistotu, proto čistě bílá symbolizuje ryzi neposkvrněnost. Samuraj musel být vždy čistý ve své mysli, těle i duchu. V boji nebo soutěži se můj oponent stává mým učitelem a naopak já jsem jeho učitelem, proto musíme respektovat jeden druhého. Respekt začíná správným přístupem a čistotou.

**DW: Jaký je váš názor na dorostenecké černé pásy?**

*Nishiyama Sensei:* Nemám s tím žádný problém, pokud je dorostenec technicky způsobilý. Měli by být povyšováni stejně jako kdokoli jiný. Nicméně když cvičenci dosáhnou věku 18 let, měli by být zařazeni jako obyčejné dospělé černé pásy a potom teprve povýšeni do stupně, který instruktor považuje za odpovídající. Nesmíme zapomenout účel individuálního hodnocení. Účelem je podněcovat a motivovat. Dorostenci potřebují možná daleko více než dospělí motivaci a podněcování k pokračování ve cvičení, dokud nezačnou rozumět filosofii a smyslu bojových umění.

**DW: Když byste měl dát jednu radu dvacetiletému nositeli černého pásu, co by to bylo?**

*Nishiyama Sensei:* Poradil bych mu, aby se snažil učit principy pohybu těla spíše než se pokoušet kopírovat techniky svého instruktora. Také bych mu poradil, aby se vyhnul nebezpečným situacím, protože v opravdové bojové konfrontaci nesmí prohrát, neboť prohra znamená smrt. Jediná skutečná cesta jak neprohrát, je nebojovat.

**DW: V jaké fázi cvičení je žák připraven opustit učitele?**

*Nishiyama Sensei:* Pro žáky je těžké opustit svého učitele, pokud je jejich učitel velmi dobrý. Čím déle tím lépe. Řekl bych po třetím nebo čtvrtém danu, pak student může jít, ale měl by se vždy vracet k učiteli pro další výuku a kontrolu případných chyb.

**DW: Kdo vás nejvíce ovlivnil ve vašem cvičení bojových umění?**

*Nishiyama Sensei:* Řekl bych, že to byl mistr Funakoshi a mistr Nakayama, který se stal hlavním instruktorem JKA. Také můj učitel kendo mistr Morio Mochida.

**DW: Zdá se, že většina článků o vaší osobě je politického charakteru. Jaké jsou vaše nepolitické cíle do budoucnosti?**

*Nishiyama Sensei:* Rád bych napsal více knih a natočil více videokazet. Myslím, že je velké množství informací, které jsem posbíral a rozvinul během předchozích let především v oblasti vitálních bodů (kyusho), principů pohybu a dynamiky těla ve vztahu ke karate, které by mohly zlepšit kvalitu karate, pokud by byly dostupné těm, kdo studují toto umění.

**DW: Jaké jsou hlavní body pro dosažení vysoké dovednosti při cvičení kata?**

**Nishiyama Sensei: Hlavní body jsou:**

1. Celková dynamika těla a dodržování principů dynamiky těla.
2. Správné techniky; v tom smyslu, že cvičenec rozumí aplikaci každého pohybu.
3. Dostatek energie a kime.
4. Přejít a přesun, plynulost a tempo ve vztahu k aplikaci.
5. Důraz na drobné detaily, jako je malíček nebo prohnutí zápěstí.
6. Celkový dojem nabytý při pozorování ducha cvičícího během kata.

**DW: Jaké rysy má dobrého kumite?**

*Nishiyama Sensei:* Zaprvé, technika musí mít skutečnou účinnost. Jinak řečeno, když by byla dokončena, způsobí vážné poškození. Musí zde být samozřejmě také patřičné načasování a vzdálenost pro techniku.

**DW: Co vás, souhrnně řečeno, čeká v nejbližším období.**

*Nishiyama Sensei:* Dobře, můj první a nejdůležitější cíl je dostat karate mezi olympijské sporty. Teď Mezinárodní olympijský výbor zjistil, že existuje dvojí karate. Jedno tradiční, které reprezentujeme my, ITKF, a to druhé, všeobecné, které zastupuje WKF. Doufám, že karate bude na olympiádě v roce 2004 za předpokladu, že všechno půjde tak, jak je naplánováno. Doufám, že budu moci předat svou práci na tomto poli mladší generaci a já budu moci věnovat svůj čas jiným věcem.

# CESTA MISTRA SHIGERU EGAMIHO

Kenji Tokitsu

Shigeru Egami se narodil roku 1912 na Kyushu v rodině obchodníka. Když se dostal do Tokia, začal náruživě cvičit karate. Před tím se od 13 let zajímal o judo. Po několika problémech při přijímacích zkouškách začal svá obchodní studia na univerzitě Waseda v Tokyu, ale bylo to karate, co zde objevil. Bylo to na této univerzitě, kde se stal prvním studentem **Gichina Funakoshiho**, kterému zůstal věrný po celý svůj život. Jeho žák Haruo Kudo, ředitel karate klubu při Univerzitě Gakushuin shrnuje život svého mistra takto:

Po celý svůj život byl mistr Egami prvním žákem mistra Funakoshiho. Mistr Egami řekl: "Karate mistra Funakoshiho v jeho mládí muselo být měkké a bez jakéhokoliv plýtvání silou. Je nezbytné aby naše karate napodobovalo tento způsob a hledalo inspiraci v tomto příkladu." To je důvod proč považují karate mistra Egamiho ve stylu karate Funakoshi-Egami, za jediné inspirující nejvyšší Shotokan.

V roce 1930 mistr Egami snil o vytváření karate společně s mistrem Yoshitakou Funakoshim založeném na učení mistra Gichina Funakoshiho. Ale Yoshitaka zemřel mlád, a to byl důvod, proč musel Egami pokračovat sám, naplněn smutkem, s výstavbou silné školy Shotokanu.

Okolo roku 1955, když bylo Egamimu přes 40 let, začal pátrat, při svých hodinách v universitním dojo, po měkkém karate, které by neplýtvalo silou. Odvážně zamítnul koncepci a techniky karate, které si osvojil do té doby. Transformoval všechny základní techniky, to postavilo všechny pokročilé studenty do nevýhodné postavení oproti nově přichozím, kteří se začali učit rovnou novým technikám. Ale myslím si, že mistr Egami byl ten, který se musel cítit nejvíce znevýhodněn.

Během těchto kurzů jsem měl mnoho příležitostí, kdy jsem mohl mluvit s mistrem Egamim, se kterým jsme zůstávali mnoho hodin denně. Mistr vnímal techniky a osoby s velkou čistotou ducha. Začal studovat energetické cykly slunce a měsíce. Ptal se dokonce i mne na telepatii a *toate* (udeřování na větší vzdálenost bez doteku) [...] Říkal, že tsuki musí být cíleno dva metry za cíl, že ví, jak cvičit poslepu a že je možné srazit člověka bez fyzického doteku.

Jak bylo zmiňováno, během poslední části svého života, Egami řídil své studie směrem ke zkoumání energie, mezilidské komunikace a vedl své karate k mysticismu. Můžeme se domnívat, že jeho zdraví významně ovlivnilo jeho orientaci na tento vývoj a studia týkající se efektivity. Ve skutečnosti přímo ze svého dětství měl vážné zažívací potíže a ve 24 letech byl po zápalu plic zasažen tuberkolózou. Avšak, před a po těchto problémech měl, Shigeru Egami, reputaci velmi pevného těla. Byl pyšný na své ocelové svaly řekl jeden z jeho spolužáků. Nicméně po překročení čtyřicítky trpěl pravidelně žaludečními, plicními a srdečními nemocemi což se zhoršovalo každým rokem. Věřím, že tyto zážitky orientovaly jeho zkoumání při utváření karate dovnitř.

V tomto zkoumání byl Egami silně ovlivněn dvěma dalšími mistry. Dvě maxima, která se přímo odrážela v jeho učení, jedno od **Moriheie Ueshiby**, zakladatele *aikido*:

"Základem aikido je láska"

a druhé od **Shoyo Inoue**, zakladatele *shinwa-taido*:

"Je nezbytné uvědomit si sjednocující energii vesmíru".

H. Kudo pokračuje:

Po roce 1956, prodělal mistr Egami dvě nové operace a jeho zdraví se zhoršilo. Už nám dále nemohl ukazovat techniky v karate-gi. Bude pro mne možné být učitelem karate bez možnosti hýbat se? Tento fakt, kterému před tím nemusel nikdo čelit, se stal jeho životní tématem po čtyřicátém roce jeho věku. Mimoto se cítil býti nesmírně dole, nečelil pouze pochybám o svých dosavadních technických znalostech, ale také byl konfrontován s finančními problémy.

Karateka uvězněný na lůžku nemůže dále trénovat. Meditoval o svém karate. V těchto situacích byl schopen se zavřenýma očima cítiti přítomnost jiné osoby, něco co mu dávalo naději a základ, na kterém začal budovat své karate. Shigeru Egami píše:

Tři roky uplynuly od doby, kdy jsem poprvé zemřel. Netrvalo to déle než nějakých 10 minut. Později mi bylo řečeno, že jsem byl postižen srdeční krizí. Během těchto minut jsem měl vzácný zážitek. Tváří v tvář smrti, poslední bolest, utrpení a zármutek, osamělost jsou v ten okamžik nepopsatelné. V každodenním životě je jak jsem řekl, je nezbytné udržovat mysl v rozpoložení jakoby se ocitli v těžké situaci a také jsem to učil na svých hodinách. Ale tento zážitek potlačil všechny mé nároky. Když jsem se vrátil do života, jaké štěstí! Na všechno jsem pohlížel s přímým náhledem a měl jsem blaženost ze schopnosti zážitku pravé cesty. Byl jsem pln štěstí a uspokojení, že jsem mluvil s každým zcela spontánně.

Věřím, že mistrova zkušenost žít blízko smrti (jak o sobě napsal: "*poté co jsem poprvé umřel*"), zvýšila jeho vnímání energie na vysokou úroveň. Je také možné, že tento zážitek aktivoval jeho neobyčejné schopnosti. O této věci zajímavě hovoří svědectví Masaru Mizushima, člena administrativního výboru asociace Shotokai:

Začal jsem karate abych se stal silným, ale mé důvody se výrazně změnilly. V dojo byla žena, která stála 2 kyu nade mnou. Když jsme spolu cvičili kumite, nebyl jsem schopen jí zasáhnout, převyšovala mne a já jsem se cítil strašně poníženy, a to mne dávalo motivaci do cvičení. Ale během tréninku jsem byl opět ovládnut svým spolucvičencem, chtěl jsem překonat tuto situaci. Po té jsem byl jedním ze starších pozván poprvé do domu mistra Egamiho, tam jsem byl zcela němý a nemohl jsem říci ani jediné slovo. Od té chvíle jsem začal čas od času navštěvovat dům mistra a naslouchaje mu začal jsem uchopovat novou dimenzi karate.

Během tréninku když jsem se poprvé dotkl ruky mistra jsem byl bez objektivního důvodu byl jsem zasažen obrovským přílivem energie. Při prvním cvičení s mistrem jsem byl zasažen aniž by se mne dotkl a ztratil jsem vědomí, něco zcela nepochopitelného. Mistr to se mnou zopakoval při třech různých příležitostech. A po dobu tří let kdy jsem trénoval se udal tento kuriózní fenomén. Poté jsem pochopil hloubku karate.

M. Mizushima není jediným, který byl zasažen Egami bez doteku. Mnoho žáků školy Shotokai líčí podobné zážitky. Můžeme se ptát sami sebe: Je toto karate, které je blízké své ideální formě? Je to opravdu fenomén bojových umění? Objasňuje tyto věci dynamika, která je mezi učitelem a jeho žáky? Je to opravdu energetický fenomén, který může být objeven skrze Egamiho cvičení karate? Zanechme tuto otázku otevřenou.

Vraťme se k textu H. Kudo:

V roce 1963, ve svých 50 letech mistr Egami nakonec objevil, že magnetické vlny vycházejí skrze pravou stranu lidského těla. Od tohoto dne po období dvou nebo tří let byl Egami schopen vytvořit karate na dlouhou vzdálenost, karate s toate (zasazení úderu bez doteku protivníkova těla).

Tak objevil ve svých 50 letech novou bránu za kterou byl schopen spojit své tělo a ducha, sloučením jeho jemnosti, slabosti a lehkosti s jeho objevy ohledně *ki*, toate a magnetických vln lidského těla. Ale problémy ho provázely stále a v roce 1967 musel být hospitalizován díky srdeční krizi.

10. října 1980, během kurzu instruktorů, se Egamiho zdraví zhoršilo. Byl převezen do nemocnice, kde dva dny později utrpěl mozkové krvácení. Egami již se neprobral z bezvědomí a umřel na zápal plic 8. ledna 1981 ve věku 68 let.

## CHYBY SHIGERU EGAMIHO

Kenji Tokitsu

Mistr Egami myslí, že ačkoliv byl veden Gichinem Funakoshim, následoval po dlouhou dobu svého studia karate chybnou cestu. Egami napsal:

Co zde píši není nic víc než vyjádření mého hloubavého pochodu a mých čtyřiceti let zkušeností na cestě karate. Budu velmi potěšen, když budu moci pomoci těm, kteří se snaží stát odborníky této cesty. Věřím, že mistr Funakoshi se pokoušel vybudovat cestu po celých devadesát let svého života. Dostal jsem se sem kráčeji poctivě a svobodně po cestě, kterou nám Funakoshi ukazoval. Následovat cestu předchůdce není lehké zvláště pro změny nálad, které přinášejí problémy nám obyčejným lidem. Ačkoliv cesta byla následována již před tím, jsou zde stále tací, kteří nevydrží v čase. Toto je důvod proč se někteří ztratí a jiní vstoupí do labyrintu zkoušejíce najít rychle efektivnost. Máme někdy pochybnost a přemýšlíme o opuštění tohoto bolestivého hledání. Avšak jsme šťastni, že víme, že existuje cesta, která již byla alespoň jednou následována. Odplevením a odstraněním kamenů můžeme pochopit smysl cesty.

Jednoho dne mého mládí jsem se ztratil, opustil jsem cestu a dostal se do bludiště... Trvalo dlouhou dobu, než jsem rozpoznal svou situaci a vydal se skrze bolestivé a obtížné období návratu na pravou cestu. Když jsem se opět ocitl na správné cestě, bylo mi přes 40 let. Ale byl jsem znovu na správné cestě, naplněn štěstím a od té chvíle jsem byl schopen čelit ostatním

druhým problémů a dosáhnout posledního bodu cesty, který mi mistr zdůrazňoval. Nesmíš nikdy spěchat, to byla lekce, kterou mi přinesly mé zkušenosti...

Okolo roku 1936 vybudovali mladí studenti, sdružení okolo Yoshitaky Funakoshiho, hlavní dojo, které bylo nazváno Shotokan podle uměleckého pseudonymu Gichina Funakoshiho. Toto dojo jsme nazývali Hombu Dojo (hlavní dojo). Všichni jsme byli velmi pyšní na velkolepé dojo, které jsme vybudovali zlepšující tréninkové prostředí. Oba dva mistři Gichin a Yoshitaka Funakoshi nás trénovali s uspokojenými úsměvy.

V letech 1937 a 38, krátce po té, co jsem dokončil svá studia na univerzitě, jsem trénoval velmi horlivě, během dne na univerzitě a večer v Hombu Dojo. Jedné noci jsem trénoval Tekki kata v prázdném dojo. Říkal jsem si pro sebe:

*"Bez položení paty, polož nohu na sokuto..."*

A provedl jsem odhodlaně fumikomi. Pak jsem uslyšel suché prasknutí parket. Překvapen, podíval jsem se na podlahu. Mé sokuto rozseklo parketu na dvě části. Parketa nebyla přelomená, ale čistě rozseknutá. Byl jsem velmi překvapen a současně velmi šťasten ze své schopnosti dosáhnout tak technického výkonu. Ale s ohledem na to, že jsem rozbil parketu v novém dojo, šel jsem se omluvit k mladšímu z mistrů (Yoshitakovi).

Yoshitaka sešel dolů do dojo a řekl:

*"Á výborně! To jsi udělal ty? Ale parkety není snadné rozbít."*

Sledující parketu zvolal:

*"Oh, to je pozoruhodné! Můžeš říci, že to bylo přeříznuto, ne rozbito. Ale rozbitá parketa není nic vážného, můžeme ji opravit."*

Místo pokárání byl docela pochvalný a to mne povzbuzovalo. Uvnitř jsem byl šťastný a hrdý. Nyní rozumím chování starého mistra (Gichina).

*"Byl jsi to ty, kdo rozbil tu parketu, Egami?"*

*"Ano mistře, žádám o odpuštění." Během omluvy jsem věřil, že mne pochválí.*

*"Následuj mne."*

Následoval jsem ho do jeho bytu ve druhém patře. Sedíce zde před svým mistrem, začal jsem se cítit neklidně. Po chvíli ticha mistr řekl:

*"Egami, udělal jsi opakovaně podobnou věc. Opravdový trénink není to, co jsi udělal. Při mém tréninku v minulosti jsme nikdy nedělali tak hrubé věci. Při opravdovém tréninku musíš být schopen položit dveře shoji (dřevěný rám pokrytý papírem) na zem a pokropit je vodou. Pak cvič, aniž bys prorhl papír a pohybuješ se tak, aby si neponičil dřevěná spojení, přitom však musíš provádět techniky naplno"*

Zde máte cennou lekci mého mistra.

Jakého druhu byly chyby, o nichž si Shigeru Egami myslí, že je udělal v mládí?

S karate jsem se seznámil na univerzitě v roce 1924. Podivné pohyby a techniky, které učitel předváděl jako originální okinawské, vypadaly záhadně až mysticky. Nyní s odstupem let chápu, že byl pouhý začátečník...

O nějaký rok později, když jsem začal chodit na univerzitu, započal jsem také vážněji trénovat karate. Cvičení bylo daleko od tajemna. Trénink spočíval v opakovacím a posilovacím cvičení. Tento trénink uspokojil mou prvotní touhu stát se silným. Tento způsob tréninku vytvořil bojového ducha a mimoto posílil tělo. Postupně jsem však cítil určitou povrchnost...

Trénoval jsem s myšlenkou stát se co možno nejsilnější osobou. To mi pomohlo získat pozoruhodnou sílu. Postupem času jsem si uvědomil omezenost fyzické síly člověka, a to mne ovlivnilo v dalším studiu. Byl jsem si vědom fyzických limitů lidské bytosti a pokoušel jsem se je zvýšit objevováním nových možností. Kdo je slabý, může se stát silným. Kdo je silný, může se stát ještě silnějším, ale stále je tu limit fyzické síly. Co je pravá síla, která nemůže být získána skrze limitovaný fyzický trénink? Existuje taková věc?

Když jsem byl mladý, myslel jsem si, že karate musí být efektivní. Trénoval jsem volný boj a také posiloval své tsuki. Udeřoval jsem do tuhé makiwary, místo používání pružnější. To jsou ty případy, kdy jsem se odchyloval od pravého karate...

# RADIKÁLNÍ REVIZE NEEFEKTIVNOSTI KARATE-TSUKI

Kenji Tokitsu

Po mnoha letech intenzivního tréninku, Shigeru Egami přezkoumává základy technik karate a vyslovuje dvě zásadní kritiky, které budou uvedeny v tomto pořadí:

- karate-tsuki není efektivní
- makiwara je více škodlivá než užitečná

V jeho textech souvisejícím s výzkumem efektivnosti, Egami zejména zpochybnil účinnost tsuki. Shozan Kubota, jeho dlouholetý žák mi řekl:

"Egamiho tsuki bylo skvělé. Většina studentů používala jeho techniku jako vzor."

Toto svědectví dokazuje, že Egamiho tsuki bylo ukázkové. Nicméně on měl pochybnosti o své technice a pátral po opravdu efektivním tsuki. Egami byl znám nejen díky vynikajícímu tsuki, ale také díky geri waze - technice kopů. Zde je svědectví Yukio Togawy, který studoval ve stejné době:

Poprvé jsem viděl mistra Egamiho jedné noci v dojo při tréninku. Měl zde dva žáky, kteří byli v rohu dojo. Jeden z nich ho divoce napadl sérií úderů tsuki, on však odvrátil všechny údery pomocí nohou. Egami držel své ruce na bocích používaje udivující pohyblivost svých nohou jako by to byly ruce. Čas od času udeřil nohou svého partnera. Překvapen, otázal jsem se svého kolegy "Kdo je to?". Zjistil jsem, že to byl Egami. Věřím, že ze všech Funakoshiho studentů měl Egami nejlepší techniku nohou.

Vraťme se však k textu mistra Egamiho:

Na dlouhý čas jsem vložil své srdce do výzkumu zda je karate-tsuki opravdu efektivní a velmi jsem se tím trápil. Vyzkoušel jsem přerážení všech možných materiálů: prkna, tašky, cihly. Avšak, i když jsem mohl přerazit cihly, nebyl jsem si jist efektivností svého úderu do lidského těla. Dle mých zkušeností je lidské tělo více odolné než se věří a duch mu dává zcela odlišnou konzistenci, rozdílnou od cihel a tašek.

Byl jsem postížen nedůvěrou v efektivnost svého tsuki, tak jsem si myslel: "Mé tsuki nemůže být efektivní."

Byl jsem pln sklíčenosti. Ptal jsem se různých lidí a svých přátel-karatistů. Někteří řekli, že je určitě účinné a jiní že si nejsou jistí. Ani v jednom případě však nikdo neřekl zcela určitě, že je účinné. Nicméně mnoho lidí řeklo že existuje smrtelné tsuki, něco co není nic víc než tradiční klíše karate. Bylo to jako když opakují něco co slyšeli nebo jako, když slepě věří v efektivnost karate nebo se snaží věřit uzavírajíce se před pochybnostmi, které mohou existovat v hlubinách jejich mysli.

Je evidentně těžké zkusit efektivitu úderu proti lidskému tělu. Jsou lidé, kteří zkoušeli svůj úder na jiných, ale ve většině případů to nebylo moc účinné. Když nebyli úspěšní většinou se snažili zakrýt svůj neúspěch.

Aby byl úder účinný musí být síla použita s určitou rychlostí. Ve velmi vážných bojových situacích (kumite), je někdy zasazeno pouze jedno silné tsuki, ale přesto má daleko do smrtícího úderu. I když je tsuki účinné v tomto případě je to rozdílné od tsuki, které používáme v základní technice a kata. Karateka vlastně používá rozdílné tsuki, když praktikuje kihon a kata nebo kumite. Když je tsuki účinné, věřím, že tato účinnost je ve většině případů dána nabídnutou šancí. Co jsem řekl je založeno na mé zkušenosti, protože jsem do dnešního dne analyzoval účinnost desítek tisíc tsuki na svém břiše, přesněji na solárním plexu.

Můžeme se ptát sami sebe, zda tato zkušenost s testováním úderů ovlivnila negativně zdraví Mistra Egamiho, které se po čtyřítce zhoršilo. Na fotografiích z té doby je velmi štíhlý a svalnatý. Jeho břišní svalstvo mu umožnilo ustát tyto údery, ale nezpůsobil si tím hlubší poranění vnitřních orgánů? Zvláště když předpokládáme, že Shigeru Egami trpěl od dětství zaživatými problémy. Věřím, že bychom měli pochybovat, protože je to záležitost, která nemůže být prozkoumána vědeckou cestou. I když mladá osoba snese obdržené tsuki očividně lehce, není pravděpodobné, že po mnoha letech se budou nahromaděná malá traumata, překročící určitý práh, projevovat? Pro ty, kteří usilují o dlouhodobou praxi, je třeba trénovat s dlouhodobou perspektivou. Můžeme se poučit k opatrnosti z těchto pokusů Mistra Egamiho:

Chtěl jsem vědět zda je moje tsuki účinné či nikoliv a co budu dělat když tsuki obdržím. Ale nemohl jsem testovat na jiné osobě. Neměl jsem jinou možnost, vyzval jsem mnoho různých lidí aby mne udeřili co největší silou do žaludku abych mohl studovat kvalitu úderu. Obdržel jsem údery od karatistů, boxerů, kendistů, judistů a jiných.

Výsledek tohoto výzkumu byl extrémě depresivní, protože jsem zjistil, že karatistické tsuki bylo nejméně účinné. Musel jsem připustit velmi šokující věc: čím více a více karatista trénuje tím méně účinné je jeho tsuki. Nejvíce úderné tsuki měl boxer. Dalším velmi překvapujícím faktem bylo, že úder osoby, která nikdy nestudovala bojové umění, byl překvapivě silný. Toto byl extrémě šokující výsledek. Ale proč? Co to znamená? V čem jsou rozdíly? Co je opravdová účinnost? Odkud se opravdová účinnost bere? Znovu jsem začal pátrat po účinném tsuki.

Abych zaplašil neklid z neúčinnosti tsuki zkoumal jsem nový způsob provedení tsuki a došel jsem k závěru, že technika musí

obsahovat koncentraci. Na ze začátku jsem koncentroval fyzickou energii do bodu dopadu techniky. Když jsem prováděl útoky nebo kryty, začal jsem koncentrovat sílu do bodu doteku těla soupeře. Během tohoto zkoumání jsem pochopil, že problém koncentrace je nelimitovat se fyzikálními zákony a že nejdůležitější je mentální koncentrace.

V průběhu tohoto dotazování mě byla jasná jedna věc: Doposud jsem praktikoval iluzorní karate, zaměnil jsem tvrdost za sílu. Vynaložil jsem velké úsilí na zpevnění svého těla, doufaje, že získám větší sílu, i když zpevnění těla je obdoba zastavení pohybu. Toto je zásadní chyba. Po tomto zjištění jsem začal s masírováním a uvolňováním těla, které jsem po mnoho let zpevňoval.

Rozhodl jsem se začít znovu od nuly, zcela odmítaje vše čeho jsem až do té doby dosáhl. Mým cílem bylo dosáhnout prosté a spontánní formy a pohybu, jako bych byl znovu začátečníkem. Když jsem začal s tímto postojem objevil jsme, že jsem dosáhl větší účinnosti. Po té jsem pochopil učení mistra Funakoshiho: "Nesmíš jít nikdy proti přirozenosti".

Vzpomněl jsem si na rozdílné tsuki mistra:

Mistr Funakoshi prováděl tsuki v přirozené a uvolněné podobě; Master Shimoda zasazoval tsuki měkce ale já jsem nikdy nebyl schopen krýt jeho paži. Když protivníkův útok není opravdu účinný, není potřeba ho blokovat, není potřeba žádné techniky. Opravdové tsuki musí být blokováno obranou technikou nebo únikovou technikou. Zde začíná opravdový trénink. To byl způsob, kterým jsem byl připraven začít opravdový trénink.

Tsuki musí být jednoznačně účinné. K dosažení tohoto si musíš uvědomit, že získáváš sílu skrze nekonečnost. Všechna síla musí jít skrze tělo, aniž by byla byt jen částečně zdržena v bodě kontaktu. Smrtelný bojový úder je koncentrace síly do jednoho bodu. Řečeno jinak, přeliješ celé své bytí do těla protivníka. Účinnost se bude měnit v závislosti na rozpoložení tvé mysli. Nesmíš zasazovat tsuki kradmo jako zloděj, musíš si osvojit přirozené tsuki.

## MISTR MOTONOBU HIRONISHI ODPOVÍDÁ

**Mistře, kde a kdy jste se narodil?**

Narodil jsem se 1.1. 1913 v Kyoto.

**Kdy jste začal studovat karate?**

Začal jsem cvičit v roce 1931, na univerzitě Waseda.

**Kdo byli vaši spolužáci?**

Byli to Egami a Noguchi. Gichin Funakoshi byl hlavním učitelem a Takeshi Shimoda jeho asistentem. Později ho vystřídal Funakoshiho syn. Také si pamatuji na Nakaymu, který cvičil na Takushoku University.

**Jak vzniklo přátelství mezi Vámi a Egamim?**

Nemohu říci přesně jak, ale od prvního momentu byla mezi námi velmi přirozená komunikace, jakýsi typ spolubytí, která se přeneslo i na další oblasti našeho života. Možná, že příčinou toho byly naše odlišné charaktery. Egami byl možná více neklidný a živý, zatímco já jsem byl spíše klidné povahy.

**Doslechli jsme se mistře Hironishi, že jste obdržel první cenu v zápase pořádaném organizací Asahi Newspaper.**

Ano v mládí jsem byl obdařen velmi silnou postavou, byl jsem považován za vzor vypracované postavy.

**Můžete nám říci něco o karate-do v začátcích a pozdějších změnách?**

Před jeho rozšířením bylo karate velmi menšinové umění. V těch letech bylo Japonsko pod vlivem nacionalismu a karate přišlo z Okinawy, a proto bylo považováno za podřadné umění v porovnání s původními japonskými Budo. Po prostudování knih a cestách do zahraničí jsme pochopili, že ve všech buddhistických a islámských zemích se nacházejí umění podobná karate. Bylo to hledání pravdy skrze tělesnou praxi. Toto umění bylo spojeno s náboženstvím v jakési intimní symbióze. Na druhé straně v primitivních dobách vyvinuly různé kmeny odlišná bojová umění, která byla poté zdokonalována než se dostala do Japonska. Pozdější vývoj karate byl započat mistrem Funakoshim a jeho synem Yoshitakou, společně s nejznámějšími studenty.

**Jaký byl mistr Funakoshi a jeho syn Yoshitaka?**

Mistr Funakoshi byl menší postavy. Měl velmi příjemný a vyrovnaný charakter a stálý humor. Mimo to byl velmi klidnou osobou, rád psal poezii a praktikoval kaligrafii. Byl intelektuálního zaměření. Měl velmi silné tsuki a tvré uke, což jsme osobně pocítili, když jsme na něj útočili. Yoshitaka, jeho třetí syn, byl velmi silná osobnost a jeho technika byla velmi ortodoxní, jeho karate bylo založeno na ofenzívě.

**Jaké byly vztahy mezi mistry Funakoshim, Mabunim a Miyagim a jaké jsou dnes?**

Dnes již tito mistři nežijí. Formálně východní část Japonska s centrem Tokyo praktikovala Funakoshiho karate. Západní část s centrem Osaka praktikovala Mabuniho styl. Tento mistr byl mnohem mladší než Funakoshi a cítil k Funakoshimu hluboký respekt. Mistr Miyagi ovlivňoval karate na Okinawě. V dřívějších dobách před II.světovou válkou, byla bojová umění předváděna každoročně na počest císaře. Funakoshi byl jediný, který měl tu čest dvakrát předvádět karate před císařem, díky tomu jeho karate získalo na prestiži.

## **Zajímalo by nás jak se začalo závodit?**

Jako rozšiřující metoda karate-do byl studován volný zápas - typ kumite, ale byl užíván pouze pro exhibice. Později tato metoda kumite změnila svůj charakter, který ji oddělil od ducha Budo. V roce 1940 mistr Funakoshi toto praktikování kumite zakázal a v roce 1941 potvrdil tento zákaz. V těchto letech se nacionalismus chystal k započetí války a byla velmi agresivní atmosféra. Funakoshi chtěl podržet své studenty stranou od tohoto dění. Mezi jeho žáky byla tato metoda kumite povolena, ale pouze k studijním účelům, nikoliv pro cíl zisku titulu na závodech. Kromě toho tento typ kumite byl mnohem tvrdší a drsnější než ten dnešní používaný při závodech.

## **Co je to Shotokan-Shotokai?**

Shotokai je asociace založená mistrem Funakoshim, která sdružuje studenty praktikující jeho způsob cvičení. Před druhou světovou válkou tato asociace sdružovala 90% tehdejších karatistů. Dnes je to jediná asociace, která má od Funakoshiho rodiny dovoleno používat jméno Shotokan (pozn. překladatele: nejedná se o Shotokan rozšířený dnes po světě).

## **Rádi bychom věděli, proč došlo k rozdělení školy?**

Hlavní motivem bylo přání některých instruktorů rozvíjet myšlenku sportu uvnitř karate-do. Zejména díky zmatkům vzniklým během války a po válce, byly nové styly ovlivněny změnami v zemi. Byly to metody přitahující mladé lidi skrze tvrdý sport a soutěživý charakter, něco co bylo díky tehdejším okolnostem velmi módní.

## **Mistře, můžete objasnit čím se organizace Shotokai zabývá a co je její hlavní charakteristikou?**

Shotokai se zabývá následováním linie ustanovené mistrem Funakoshim, zejména zdůrazňující myšlenku cesty. Technicky, Shotokai se oficiálně neúčastní závodů, kopy a údery by měly po kontaktu prorážet. Všechny techniky jsou založené na přirozených principech, plynulých a silných pohybech a mají základní bod v kontrakci hara a schopnosti přizpůsobit se jakémukoliv soupeři.

## **Můžete vysvětlit vaši koncepci Kime?**

Jestliže má technika kime, pak musí být schopna přenést energii. Jestliže technika využívá svalovou kontrakci přenos je zastaven, tento způsob nepovažujeme za kime.

Zabýváme se rozvojem vnitřní energie, nikoliv pouze vnější. Tato energie není opticky viditelná. Je daleko jednodušší provádět techniky se svalovou kontrakcí, ale tato cesta zastavuje tok energie.

Mistr Funakoshi říkal, že v karate musí být vyváženost mezi napnutím a uvolněním, ale dnes existují styly, které rozvíjí pouze tenzi. Normálně se věří, že úder končí v momentě kontaktu, ale ve skutečnosti je to okamžik kdy úder začíná. Shotokai využívá kompletní pohyb těla začínající od boků. Pochopení toho však vyžaduje mnoho let cvičení.

## **Jaký je rozdíl mezi Budo a sportem?**

V kanji bu znamená zastavit kopí. To musí být chápáno jako zkoumání ne-opozice, to je důvod, proč Funakoshi trval na přechodu od konceptu Jutsu ke konceptu Do, chovat se v souladu s přírodou, ne jít proti přirozenosti, a přizpůsobovat se jejím zákonům upřednostňující vývoj člověka.

Technicky to v Budo znamená, že měníte útok v ne-útok.

Ve sportu se učíte zvítězit. V Budo se musíte učit koncepci prohry, to v žádném případě neznamená, že se musíte nechat mlátit, princip spočívá v cestě přeměny vítězství nebo prohry překročením sebestředného postoje, to je jediná cesta jak vy a váš oponent se stáváte "Jednotou".

V Japonsku existuje rčení *prohrát znamená vyhrát*. V Budo, když obdržíš úder, musíš být vděčný, protože ti to přináší ponaučení. V závodech je nutno ustanovit pravidla a zakázat mnoho nebezpečných útoků podobně jako při vojenských cvičeních. Zapomíná se, že ve skutečné válce neplatí žádná pravidla a útok může přijít ze všech stran.

Je stanoveno mnoho pravidel, ale ve skutečné konfrontaci jsou právě ony zakázané techniky nejdůležitější, a proto cvičím i to, co tato pravidla nepovolují. Při závodech se koncentrujeme pouze na prostor před námi, zabývání se prostorem za zády by byla ztráta času. V boxu se zápasí ve vysokých postojích, protože útoky pod pás jsou nepřipustné. Ve sportovním judo se začíná úchopem aniž by byla brána v úvahu možnost zásahu před samotným uchopením, a proto se nestuduje vzdálenost a načasování. Tréninkovou pozicí pro kendo byl v minulosti postoj kokutsu dachi. Dnes se bojuje ve vysokých postojích bez útoků na spodní pásmo. Dříve byly seky obvykle vedeny od krku šikmo dolů s úmyslem proseknout meč skrze celé tělo. Dnes se používají pouze ostré útoky na hlavu bez využití boků.

Záměrem boje bylo zasáhnout a prorazit velké oblasti těla, vzhledem k obtížnosti zasažení malých cílů. S ohledem na obtížnost obrany vlastních nohou byly studovány útoky na oblast kloubů (kolena). Dnes jsou tyto techniky zakázány, protože je obtížné se jim bránit.

V každém jiném normálním sportu slouží rozhodčí k tomu, aby sledoval dodržování pravidel, ale nemá pravomoc rozhodnout o vítězi, ale v karate může rozhodčí rozhodnout, kdo vyhrál.

Je patrné, že mezi opravdovým bojem a sportem je mnoho rozdílů, což je patrné zejména v kamae. Kamae nevyjadřuje jen fyzický postoj, ale také mentální postoj a hladinu energie. Kamae se u sportovního pojetí odvíjí od skutečnosti, že cílem úderu není zabít protivníka. Podíváme-li se na tento přístup z pohledu skutečného boje pak je lepší se nechat zasáhnout a následně velmi rozhodně zaútočit.

## **Co znamená karate pro vás?**

Jal ubíhají roky mám karate stále více a více rád a chápu věci více do hloubky. Když jsem začínal, chtěl jsem být silný pro boj. Později jsem pochopil, že pro boj není potřeba mnoho technik. Mnoho mladých chce být silnými a bojovat, instruktoři musí respektovat tuto tužbu jejich žáků, ale musí je také vyučovat a adekvátně vést. S čas a praxí přijde pravé porozumění.

## **Kdo jsou vaši následovníci?**

Musím s hrdostí říci, že mnoho z dnešních významných instruktorů v té či oné době trénovalo se mnou.



**Jakou nám můžete dát radu?**

Musím zdůraznit, že v rámci praxe karate-do by mělo být studium směřováno k hlavnímu smyslu Budo, získání neulpívajícího, neziskuchtivého ducha *mushotoku*.