

in.ihned.cz/sport

**D**oba hrdých válečníků ve starém Japonsku s sebou přinesla i stará bojová umění. Sebeobrana a zničení nepřátel byly jejich hlavním cílem. Dnes jde především o zdokonalování a duchovní cesty – jako taková se bojová umění etablovala až počátkem 20. století. Mezi nejmladší patří aikidó.

### Umění sebeobrany

Na rozdíl od většiny ostatních se liší především v tom, že síla není rozhodující. „Vybojovat tisíce bitev a tisíckrát zvítězit – to ještě není nejvyšší metou válečníka. Avšak podrobit si nepřítele bez boje, toť v pravdě vrchol umění,“ prohlásil kdysi myslitel Sun-c'. A právě to je hlavní cíl tohoto způsobu boje.

Coby umění sebeobrany klade důraz na dobrý pohyb těla. Jeho technika se opírá o staré principy užití meče. Velmi důležitá je koordinace s pohyby soupeře, na něž se reaguje. Bojovník buď vstupuje do soupeřova útoku, nebo se mu vyhýbá. Základem technik aikidó je kruhový pohyb. Díky tomu působí velmi elegantním dojmem. Aikidó ale používá i další techniky: úchopy, páky, pády či boj na kolenou.

„Aikidó je eticky spojené s obranou proti nevyprovokovanému útoku. Při správném užití může být prudká agrese pohotově a čistě neutralizována za zřetelné kontroly nad všemi aspekty útoku a obrany, takže se lze účinně ubránit, aniž nutně způsobíme vážné zranění,“ uvádí se v příručce, kterou lze nalézt na stránkách České federace aikidó. Samozřejmě se ale i do tohoto stylu, tak jako do většiny japonských bojových umění, protkávají prvky filozofie a poznávání sebe sama.

### Energie a harmonie

Smíchat několik starobylých bojových umění a aikidó je na světě. Přesně tohle udělal v roce 1925 (ano, aikidó není ani sto let staré!) Japonec Morihei Uešiba. Nový styl vytvořil ze starého aikidžicu, samurajského boje beze zbraně z 9. století, dále přidal umění meče (ken-

# Aikidó



FOTO: ARCHIV

džucu), umění krátké tyče (džó-džucu) a jemné umění (džú-džucu). Když se rozpitvá slovo aikidó, dostaneme i to, o čem toto bojové umění vlastně je: použit koordinovanou sílu (ki – vnitřní energie, duše) v harmonii (ai) s tím, jak si to boj či situace právě vyžadují. A „dó“ znamená v japonštině „cestu“. Účelem aikidó není porazit jiné, ale zvítězit nad nesouladem uvnitř sebe sama. Spolu s tím přichází mír, tvrdil Uešiba.

Aikidó zná i zbraně. Tři jsou základní. Bokken je dřevěná náhražka meče, kterou k tréninku používali již samurajové. Jo je dřevěná tyč o délce 130 cm. Tanto byl samurajským nožem, používá se dřevěná napodobenina. Zbraně slouží pro nácvik obrany proti nim i jejich prostřednictvím.

### Z Japonska do světa

Po válce se aikidó šíří mimo Japonsko. V roce 1953 se jeden z Uešibových žáků utkal v USA s pěti tamními nejlepšími judisty najednou. Porazil je. Toto utkání přineslo aikidó uznání.

Dnes se praktikuje ve více než 50 zemích. Většina je sdružena v mezinárodní federaci IAF a zároveň přímo přidružena k mateřské organizaci v Japonsku Aikikai Hombu. Aikidó se od řady jiných bojových sportů odlišuje také tím, že se nepořádají soutěže. Jednou za čtyři roky se ale objevuje na programu World Games, olympiádě neolympijských sportů.

Aikidó si nachází stále více příznivců i u nás. Přesto je trochu luxusem, aby ho tu reprezentovaly dvě organizace: Česká federace aikidó (ČFAI) a Česká asociace aikidó (ČAA). A obě mají za potřebu zdůraznit, že jen právě ony jsou ty vyvolené. „Na území ČR je nástupnickou organizací Československé federace aikidó,“ tvrdí první. „ČAA je jako jediná organizace aikidó v ČR oficiálním členem mezinárodních organizací,“ tvrdí druhá. Po-nechme hašteření funkcionářům. V aikidó jde o něco úplně jiného. Ale to poznáte až na tatami. ●

ADÉLA POLÁKOVÁ

### INFORMACE

#### Česká federace aikidó (ČFAI)

[www.cfai.cz](http://www.cfai.cz)

Na stránkách naleznete podrobnou internetovou příručku začátečníka.  
e-mail: Pavel.Munzar@cfai.cz

#### Česká asociace aikidó (ČAA)

[www.aikikai.cz](http://www.aikikai.cz)

P.O. Box 553,  
111 21 Praha 1.  
Tel.: 241 401 121,  
603 221694,  
e-mail: kodym@volny.cz

#### International Aikido Federation (AIF)

[www.aikido-international.org](http://www.aikido-international.org)  
Další odkazy:  
[www.aikido.cz](http://www.aikido.cz)  
[www.bojovaumeni.cz](http://www.bojovaumeni.cz)

### OSOBNOST

#### Velký učitel

Velký učitel, nebo-li ósen-sei, jak se říká Uešibovi, je pro vyznavače aikida víc než jen nějakým zakladatelem sportu. Je uctívánou osobou a jeho portrét visí snad ve všech halách na světě, kde se aikidó provozuje. Uešiba (1883 – 1969) pocházel ze staré samurajské rodiny a patřil k největším znalcům bojových umění. Přestože aikidó vytvořil již v roce 1925, pojmenoval ho až o 17 let později.

