

VZDĚLÁVÁNÍ BEZPEČNOSTNÍHO MANAGEMENTU V OBLASTI BOJOVÉHO UMĚNÍ SHAOLIN KUNG FU V ČESKÉ REPUBLICE

EDUCATION MANAGEMENT SECURITY IN MARTIAL ART OF SHAOLIN KUNG FU IN THE CZECH REPUBLIC

PhDr. Martin Dlouhý, Ph.D.
PaedDr. PhDr. Ladislav Kašpar, Ph.D.
PaedDr. Ladislav Pokorný,
PaedDr. Jana Hájková
PaedDr. Milan Slezáček
Mgr. Věra Kuhnová

UK PedF KTV, Kralovická 915
Brandýs nad Labem, PSČ 250 01, ČR

Klíčová slova:

Shaolin Kung fu; výcvik; filozofie; bojová umění; bojové sporty

Keywords:

Shaolin Kung fu; training; philosophy; martial arts; martial sports

Abstrakt:

Shaolin Kung Fu je komplexní a tradiční čínské bojové umění, které je často bohatá na mnohé pověry a nepochopení. Její možnosti v reálném použití jsou obrovské. Autoři chtějí poukázat na některé nepřesnosti a chyby (například v některých termínech nebo obsazích výuky), které mohou zdiskreditovat význam a hodnotu tohoto bojového umění. Hlavním cílem je přinést kung fu v jeho základní struktuře a obsahu přípravy a vztah k Shaolin Kung fu, bojovému umění, také naznačují a vyzdvihují některé vnitřní systémy, které nebyly dosud nikde nepublikované a informace v tomto bojovém umění.

Abstract:

Shaolin Kung Fu is a comprehensive and traditional Chinese martial art which is often, rich in many superstitions and misinterpretations. Its real use possibilities are huge. Authors want to point out some inaccuracies and errors handed down (eg in some terms or content of training) that may discredit the importance and value of this martial art. The main objective is to bring Shaolin kung fu in terms of the basic structure of his training and the relationship to Shaolin Kung fu martial arts and also indicate and highlight some internal still nowhere yet unpublished information in this martial art.

Úvod

Shaolin Kung Fu je ortodoxní a komplexní čínské bojové umění, které bývá často opřeno mnohými pověrami a dezinterpretacemi. Jeho reálné možnosti využití jsou přitom značné. Autoři chtějí upozornit na některé nepřesnosti i tradované omyly (např. v některých pojmech či obsahu tréninku), které mohou diskreditovat význam a úroveň tohoto bojového umění. Hlavním cílem je přiblížit Shaolin Kung fu z hlediska základní struktury jeho tréninku a vztahu Shaolin Kung fu k bojovým sportům a zároveň uvést a poukázat na některé interní dosud zatím nikde nepublikované informace v rámci tohoto bojového umění.

1 Cíl příspěvku

Cílem je přiblížit specifickou strukturu tréninku (nejen v rámci ČR), jeho charakteristiku, obsah, principy a uvést některé nové, doposud pečlivě tajené informace v oblasti specifické tréninkové koncepce tohoto bojového umění, které dosud nebyly nikde publikovány včetně tréninku vnitřní energie zvané *Qigong*. Dílčím úkolem je objasnění vztahu Shaolin Kung fu k bojovým sportům z hlediska jeho filozofie včetně precizování pojmu Kung fu.

2 Metodika

Hlavní použitou metodou byla analýza a syntéza zkoumaných dat resp. rešerše zkoumaných pramenů a rozhovor s předními světovými odborníky v Shaolin Kung fu.

3 Výsledky a diskuze

3.1 Struktura tréninku Shaolin Kung fu

Tréninkový program je ve škole *Severní Shaolin Kung Fu* rozdělen do několika vzestupných úrovní. Metody tréninku jsou pečlivě seřazeny do precizní, přehledné shaolinské vzdělávací osnovy, která vyzdvihuje rozdílné aspekty dovedností studenta a v odlišných úrovních. Než může student přistoupit k další úrovni výcviku, musí kvalitně zvládnout všechny požadavky předchozí úrovně. Ve všech etapách je přesně stanovené a odpovídající množství technik a sestav tak, aby trénink byl co nejefektivnější a nedocházelo ke zbytečnému „zahlcení“ studentů. Školní osnova vychází z pěti základních stylů, které imitují pohyb - útok a obranu zvířat a to tygr, drak, leopard, had a jeřáb. Ty jsou později doplňovány o další styly jako např. opice či kudlanky, aj. (Kala, 1994 a). Standardně je oficiální trénink 3x týdně trvající zpočátku 2 a následně 3 hodiny. Postupem času se počet tréninků v týdnu zvyšuje a tréninková struktura se rozšiřuje o víkendové tréninkové jednotky tzv. semináře základní a speciální. Udělování technických stupňů je ortodoxní a velmi propracované resp. podrobné a náročné (např. nejvyšší tj. mistrovské úrovně uděluje komise nejkvalifikovanějších a nejlepších expertů dané školy a státu s event. kontinentálním supervisingem).

A) Vstupní úroveň (9-12 měsíců)

Studenti intenzivně trénují základní dovednosti. Hlavním obsahem výuky je především trénink postojů, přemísťování a obraty, dále pak trénink fyzické kondice, uvolňovací a strečinková cvičení, akrobacie, dýchání, základní bloky resp. kryty, údery, kopy a jednoduché kombinace základních technik. Tato úroveň obsahuje tři základní sestavy (formy), základní cvičení s partnerem, jednoduchou partnerskou formu a další vstupní cvičení (Hladík, 1992).

B) Počáteční úroveň (asi 1 rok)

Studenti jsou intenzívně učeni základním partnerským cvičení a sestavám. Ruční sestavy zdůrazňují přesnosti, rychlosti a síly. Na této úrovni je vyučována obtížnější partnerská sestava, která procvičuje odhad vzdálenosti, přesnost, koordinaci a načasování zvládnutých akcí. Studenti jsou seznamováni se elementárními technikami ve zbraňových sestavách. Součástí této úrovně je zvládnutí základních technik CHIN NA (techniky pák a kontroly protivníka). Sestavy jsou vykonávány ve skupině a individuálně s výukou aplikací jejich jednotlivých technik. Blok je zakončen výukou základních technik relaxace a meditace. Intenzivní rozvoj fyzické kondice a motorických schopností je samozřejmostí. Vnitřní cvičení Qigong na rozvoj vnitřní energie jsou vedena na mírně pokročilé úrovni a cvičí se některá speciální - víceúčelová cvičení (např. YI YIN YING, BA GUA ZHANG).

C) Středně pokročilá úroveň (2 roky)

V této úrovni jsou již studenti trénováni více specializovaným ručním, zbraňovým i partnerským sestavám (základními zbraněmi jsou - hůl, šavle, meč, kopí a později jsou doplněny dalšími zbraněmi jako např. řetězový bič, trojdílná hůl, halapartna nebo zdvojené meče). Na této úrovni jsou intenzívně cvičeny volné bojové techniky, techniky CHIN NA, SHAN CHUEH (techniky porazů a hodů), strategie jejich použití, partnerská cvičení a 18 technik LOHAN ve dvojicích. Výuka Qigong je na středně pokročilé úrovni sestavy, statické pozice, YANG GANG GONG - cvičení externí projevené síly (Kala, 1994 b).

D) Pokročilá úroveň (cca 3 roky)

Studenti na pokročilé úrovni jsou učeni více technicky obtížným sestavám s velkým důrazem na postavení, soustředění, rytmus a vnitřní sílu z tréninku, postřeh, rychlost, tvrdost, odhad včetně načasování bojových akcí. Výuka všech vnitřních technik dosahuje zřetelně vyšší úrovně ve všech oblastech Qigong. V této fázi jsou vyučovány např. také techniky Yin Rou Gong (techniky "měkké síly") a aplikace bojových technik v rámci řízeného i volného kontaktního boje. Trénink fyzické kondice, uvolňovací nebo strečinková cvičení jsou neodmyslitelnou součástí všech výkonnostních úrovní. Pokročilí studenti, mohou učit začátečníky.

E) Mistrovská úroveň (3 roky)

Na této úrovni již studenti zcela chápou problematiku příslušné školy. Dobře rozumí základům Shaolin Kung fu a jsou schopni vyučovat studenty všech úrovní v kterémkoliv směru. Na této úrovni jsou vyučovány obtížné mistrovské partnerské a zbraňové sestavy. Mimořádný důraz je kladen také na praktické bojové techniky a jejich aplikace, odvahu, nasazení a vnitřní sílu. Výuka Qigong kulminuje (Kala, 1994 b).

F) Doplnující úroveň

Tato úroveň obsahuje speciální ruční, partnerské a zbraňové sestavy, které nejsou standardně zahrnuty do školní osnovy, které doplňují a precizují dovednosti studentů na mistrovské úrovni. Jedná se například o speciální sestavy a techniky boje holýma rukama proti jednomu a více protivníkům se zbraněmi (Kit, 1996). Techniky jako např. Dim Mak nebo Tieh Hsueh (Dianxue Biqi) patří do kategorie tajných technik určených pouze pro studenty nejpokročilejší úrovně a to všech směrech - nejen v bojových, ale také duchovních a morálních (Kala, 1996).
17.10.1998.'

G) Velmistrovská úroveň

Zcela mimořádná úroveň ve všech oblastech a směrech v dané škole Kung fu, která mj. opravňuje učít studenty mistrovské kvality.

3.2 FILOZOFIE SHAOLIN KUNG FU A BOJOVÉ SPORTY

Aby bylo možné pochopit podstatu Shaolin Kung fu a zároveň jeho vztah ke sportovním formám boje, je třeba nejdříve stručně definovat Kung fu a jeho základní filozofii. Filozofie Kung fu je neodmyslitelně spjata s chan-buddhismem, který do kláštera Shaolin přinesl Bodhidharma (Dlouhý, 2002 a).

„Kung fu“ nezahrnuje pouze bojové umění a péči o tělesnou zdatnost, ale jeho součástí jsou také filozofické a medicínské aspekty (Dlouhý, 2009). V Číně se stalo národní tradicí (Turneber, 1992). Kung fu znamená mistrovství, dovednost získanou s velkým úsilím v dlouhém čase. Nevztahuje se přímo k bojovému umění, a proto také ten, kdo zasvětil mnoho let učení, praxi a vybrušování dovedností, může být adeptem Kung fu – Mistrem - proto také bývá překládáno jako „dokonalý člověk“. Dosažení mistrovské úrovně v Kung fu je dlouhodobý proces náročného tréninku trvajícího kolem 10 let ale třeba i déle (Dlouhý, 2011).

V západních zemích je slovo Kung fu téměř výhradně spojováno s bojovým uměním. Dnes se k tomuto termínu přiklání i většina čínských mistrů zde žijících, aby odlišili skutečné, tradiční bojové Kung fu od sportovních forem Wu Shu, které vzniklo v době, kdy čínské vedení prohlásilo veškeré školy boje za společensky neprospěšné (dynastie Qing 1644-1911). Někteří Mistři se odmítli podřídit a bojové umění vyučovali tajně nebo v exilu. Jiní Mistři raději zvolili kompromis. Stvořili Wu Shu, jakési Kung fu bez boje, sestavy s mnoha akrobatickými prvky a pohyby, které se vykonávaly pouze jako náročná fyzická cvičení. Neměly aplikace, ztratily svůj bojový význam, ale bylo možné je veřejně předvádět a vyučovat (Kurfürst, 1994).

Je evidentní, že význam pojmu Kung fu bývá někdy chápán ve vágnější rovině. Z důvodu konkrétnější specifikace se proto používá spojení Shaolin Kung fu (neboli Shaolin quan; quan znamená pěst a tak lze tyto pojmy přeložit jako shaolinské - pěstní umění resp. shaolinský box či pěst). Z hlediska překladu se tedy ustálil platný termín, ke kterému se v současnosti přiklání většina uznávaných mistrů po celém světě tzn. - „*Kung fu*“ resp. „*Shaolin Kung fu*“. Smyslem Kung fu tedy není dokázat víc než ostatní např. soutěžní formou a získat si tak popularitu, ani k tomu, aby v boji porazil všechny soupeře. Praktikuje se pro životní cestu, kterou nabízí. Necvičí se pro výsledek práce, ale filozoficky řečeno pro práci samotnou. Ortodoxní Shaolin Kung fu popírá konkurenci typickou pro evropské sporty. V Kung fu je kladen důraz nejen na perfektní reálné bojové dovednosti (jež byly precizně a prakticky prověřeny během mnoha historických milníků), ale především na duchovní úroveň, etiku lidskosti, hlubokou filozofii a zapovídá jakoukoli sportovní činnost soutěžního (komerčního) charakteru. To je největší rozdíl mezi bojovým uměním a úpolovými či bojovými sporty, jejichž součástí jsou sportovní formy zápasu a soutěžního způsobu překonávání soupeře (Dlouhý, 2002 b).

Boj s protivníkem tvoří v tradičním Shaolin Kung-fu samozřejmě nedílnou a velmi důležitou součást bojového výcviku. Tento boj je precizován k dokonalosti během nesmírně tvrdého avšak velmi sofistikovaného a systematického výcviku, ale není předváděn formou sportovního zápasu na veřejnosti. Hlavním smyslem původního Kung-fu ovšem není měření sil s protivníkem, nýbrž postupné překonávání sebe sama. To se také odráží ve filozofii Kung

fu, která říká, že adept se musí naučit překonávat a kontrolovat nejdříve sebe sama a svoji bolest, než bude chtít překonávat druhé (např. učitel shaolinských studentů v Číně v jednom z rozhovorů v shaolinský mnich velmistr Shi De Kai uvádí, že pokud adept nedokáže stát v nízkém postoji ma bu, kde je úhel mezi lýtkem a stehnem kolem 100 stupňů - v karate je tomu podobný postoj tzv. jezdce na koni, nazývaný šiko-dači resp. kiba-dači - alespoň 1 hodinu, nemá vůbec cenu, aby se cvičením začínal!!!).

Adeptům shaolinských klášterů bylo přísně zapovězeno dle původního desatera předvádět na veřejnosti boj a chlubit se svými bojovými dovednostmi. Z těchto důvodů se Shaolin Kung fu neobjevuje na sportovním kolbišti v již zmiňované podobě sportovních zápasů. Mnozí mohou namítnout, jak tato "pravidla" potvrzují např. „Mistrovství Číny“? Odpověď zní - je to součást tradice ortodoxního Kung-fu. Školy a jejich adepti se setkávali (dle možností tehdejší doby), vzájemně představovali své schopnosti a dovednosti včetně náročných, tvrdých kontaktních zápasů i cvičení Qigong, aby se Kung fu neustále zdokonalovalo a procházelo maximální mírou konstruktivní reflexe zajišťující nejvyšší rozvoj a dokonalost shaolinského umění. Kung fu je kvalitativně historicky - nezpochybnitelně „prověřeno“, protože shaolinští mniši v minulosti museli mnohokrát čelit nejrůznějším společenským agresivním útlakům, válečným konfliktům či se v nich angažovali jinak, pomocí, léčením atd. perzekuovaným - slabým, zraněným - a díky tomu se o jejich prokázaných mimořádných bojových dovednostech, fyzických schopnostech vedly legendy (rozhovor 17. 10. 1998 s Chen Xiao Wangem – současným světovým vedoucím velmistrem resp. superviselem stylu Chen Taijiquan věnujícím se mj. Shaolin Kung fu více než 60 let).

Tato tradice je nyní zastoupena např. exhibicemi, které jsou pod záštitou světově uznávaných mistrů, setkání jednotlivých škol - odtud je pak blízko k označování neoficiálního „mistrovství“. Všechny tyto formy pak mají na rozdíl od sportovně pojmávaných odvětví hlavní cíl (přesto že se objevují tzv. různé soutěže v Kung fu, tak té hlavní, ortodoxní filozofické linii Shaolin Kung fu to odporuje a není to s ní v souladu), jehož úkolem je zdůraznění původnosti a neměnnosti tradičního bojového umění, bojových kvalit, morálních hodnot i duchovní úrovně Shaolin Kung-fu (rozhovor 21.4. 2012 - s velmistrem Chen Hi Hongem - žák velmistra Chen Xiao Wanga, pochází přímo z linie rodiny Chen, čínskému bojovému umění Kung Fu se věnuje více než 40 let, je mj. několikanásobným mezinárodním vítězem Číny v sestavách (formách) – katách i v kontaktním boji).

V dnešní době, jsou významy pojmů jako např. úspěch, kvalita či mistrovství často deformovány pragmaticko-konzumním náhledem současné společnosti a její specificky orientované hodnotové struktury. Vlastní úspěch, ať už má jakýkoliv původ bez ohledu na prostředky jeho dosažení, je hlavním kritériem společenské úspěšnosti. Funkce a společenské postavení bývají mnohdy surově nadřazovány hlubším morálním a lidským hodnotám, bez ohledu na důsledky takového jednání. Tyto egoistické hodnotové posuny, se promítly i do časové realizace ve smyslu „čím dříve a více, tím lépe - nejlépe“. I to koresponduje s důvodem, proč se značná část pohybově aktivní společnosti orientuje v rámci úpolových aktivit raději na komerčně-sportovní oblast. Tam je pravděpodobnost úspěchu a komerčního ocenění totiž zřetelně větší i mnohem rychlejší (než je tomu právě v bojových uměních) včetně nižších nároků na vyšší úroveň dlouhodobě morálně volní vlastnosti, které tak bývají překryty pomíjivým pocitem vlastní úspěšnosti a dokonalosti. A tak pod pozlátkem rychlého povrchního úspěchu, skrývá se latentní hrozba pro společnost jako celek: hodnotová anarchie a zvučle, absence morální a hodnotové sebereflexe, dosahování cílů prostřednictvím jakýchkoliv prostředků a sebestředný hodnotový oportunistický ohrožující podstatu samotných základů lidského společenství.

ZÁVĚR

Shaolin Kung fu je ortodoxní bojové umění. Trénink a jeho struktura jsou sestaveny tak, aby přesně odpovídali vyváženosti YIN a YANG v souladu s jeho chan-buddhistickou filozofií a komplexně formovali studenta v jeho rozvoji. Je to cesta mimořádně kvalitního, intenzivního a sofistikovaného rozvoje člověka v rámci jeho sebezdokonalování v životě. Kung fu z hlediska svého obsahu, smyslu a filozofie, ale neinklinuje ke sportovnímu zaměření a ke sportovním formám zápasu.

Literatura

1. Dlouhý, M. (2011). *Rozvoj pozornosti a výkonové motivace u mládeže se sluchovým postižením prostřednictvím intervenčního pohybového programu*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta.
2. Dlouhý, M. (2009). *Vliv speciálního intervenčního programu na rozvoj výkonové motivace a pozornosti u mládeže se sluchovým postižením*. Disertační práce. Brno: Masarykova Univerzita, Fakulta sportovních studií.
3. Dlouhý, M. (2002). *Bojové umění Kung Fu a jeho začlenění v systému úpolových sportů na středních školách*. Diplomová práce. Brno: Masarykova Univerzita.
4. Dlouhý, M. (2002). *Morálně volní aspekty bojového umění a jejich vliv na dotváření osobnosti středoškolské mládeže*. Rigorózní práce. Brno: Masarykova Univerzita.
5. Hladík, R., Petrus, M. (1992). *Kung Fu – Siu Lum*. Praha: Naše vojsko.
6. Kala, P., Kurfürst, Z. (1994). *Qigong I. díl*. Adamov: Temple.
7. Kala, P., Kurfürst, Z. (1994). *Qigong II. díl*. Adamov: Temple.
8. Kala, P. (1996). *Shaolin Kung fu*. Interní materiály – určeno pro interní potřeby školy bojového umění Shaolin Kung fu mistra Pavla Kaly v Brně.
9. Kit, K., W. (1996). *The art of Shaolin Kung Fu. The Secrets of Kung Fu for Self-Defence, Health and Enlightenment*. Boston: Element Books, Inc.
10. Kurfürst, Z. (1994). *Wu shu, Kung Fu*. Adamov: Temple.