



Základní škola sv. Voršily v Olomouci

Aksamitova 6, 772 00 Olomouc

Japonská bojová umění

Závěrečná práce

Autor: Jan Doležel, Vít Večeřa

Třída: IX

Vedoucí práce: Lukáš Daněk

Olomouc 2012

OBSAH

ÚVOD	3
Budo a Bujustu	4
Ju Jutsu	5
Judo, Karate do	6
Aikido	7
Ninjutsu	8–12
Sumo	13-16
Závěr	17
Resumé	17
Zdroje	18

ÚVOD

Bojová umění byla vytvořena za účelem obrany sama sebe, nebo obrany svého majetku, či k zabití nepřítele a získání moci. Ale nesloužila jen k tomuto. Byla také využívána k rozvoji ducha a sebezdokonalování. Rozdíl mezi bojovým uměním a „rvaním“ je ten, že bojová umění mají své ucelené techniky a principy.

Budo a Bujustu

Japonská bojová umění se dělí na Budo a Bujustu. Bujustu byly umění, která se mohla provozovat před kapitulací Japonska Američanům. Školy Bujustu musely být uzavřeny, protože Američané by trénování těchto umění mohly považovat za projevy odboje.

V tuto dobu vzniká Budo, které bylo též vytvořeno k boji, ale tento záměr ukrývá pod zástěrkou bojového umění stylu „tance“. Budo bylo také více soustředěno ke sportům a soutěžím. Budo se skládá s kořene Bu (znamená válka, válečný) a do (znamená cesta) dohromady znamená „válečná cesta“ .

Bujutsu se skládá z kořene Bu a jutsu (věda řemeslo, nebo umění) dohromady „věda války“ .

Ju Jutsu

Tradiční japonské bojové umění jehož kořeny sahají až do devátého století. Od té doby prodělalo mnoho změn. Nicméně největší změnou byla první systematizace technik, které v roce 1532 provedl Hisamori Takeouchi. Ju jutsu můžeme přeložit jako „jemné umění“ nebo také „umění dosáhnout vítězství ohebností a či pružností. Existuje přes 700 základních verzí japonského ju jutsu. Další styly vycházející z ju jutsu pak nalezneme po celém světě. Ju jutsu je také závodní sport.

Charakteristika

Je to obranné bojové umění, které využívá kopů, úderů, různých hodů k neutralizaci útočníka. Důležitou roli hraje také kinetická energie protivníka, která je pomocí Ju Jutsu využita proti němu samému. Je to také bojové umění i pro boj se zbraní. Žáci jsou trénováni i pro varianty boje se zbraní proti neozbrojenému či ozbrojenému protivníkovi a hlavně pro situace, kdy jsou sami beze zbraně proti ozbrojenému protivníkovi. Důležitou složkou Ju Jutsu je také atemi waza neboli cílené útoky na protivníkovy vitální body za účelem jeho ochromení např. oči, solar plexus, pohlavní orgány apod. Pro účely Ju Jutsu se používá většinou Judistické "těžší" kimono se silným lemováním límců pro trénování úchopů a hodů, neboť dochází ke značné námaze materiálu. Jiná kimona jako např. karatistická by totiž takovou zátěž vydržela jen po velice omezenou dobu, jelikož jsou vyrobená z tenčích a méně odolných látek.

Judo

Slovo Judo je tvořeno ze dvou částí a to z Ju (jemný) a do (cesta) . Judo vytvořil Džigoro Kano. Principem tohoto bojového umění je vyhnout se útoku, nebo jej odklonit. Heslem Juda je: Minimální úsilí – maximální účinnost. Bojovník Juda využívá svou sílu tak dokonale, že je schopen porazit fyzicky silnějšího nepřítele. Důležitou součástí tohoto umění je vzájemný respekt mezi lidmi. Judo se vyučuje v tzv. Kodokanech, což v překladu znamená „škola pro studium cesty“ . Bojová stránka Juda se skládá ze dvou částí a to z „hodů“ které se provozují vestoje a z pák a škrčení, která jsou prováděna po tom co je nepřítel složen na zem. Judo je vlastně velmi podobné Ju Jutsu ze kterého se též vyvinulo, ale Judo je dokonalejší.

Karate do

Karate do znamená „cesta prázdné ruky“ . Karate do původně pochází z Číny a Indie, odkud bylo přeneseno na ostrov Okinawa ze kterého se dostalo až do Japonska. Technika karate nespočívá ve využití protivníkovy síly jako například v Judu, ale spočívá v nastavení své síly proti protivníkovi. K tomuto je využívána velká škála bloků, kopů a úderů. Většina lidí si myslí, že Karate do je jen silové bojové umění, ale tak tomu není. Karate do se více než na sílu zaměřuje na rychlost a přesnost. Například: Někdo kopne velmi silně, tím se snižuje přesnost kopu a absorbování nárazu, které může vést ke zranění. Ale naopak když někdo využije rotaci svého těla, tak konečná kinetická energie je stejná jako u prvního kopu, ale tento kop je navíc přesnější a nehrozí tak velké riziko poranění. A bojovník se také méně vyčerpává. V dnešní době je Karate do nejprovozovanější bojové umění na světě.

Aikido

Slovo Aikido je tvořeno ze tří částí a to AI – harmonie, KI – energie, příroda a DO – cesta.

Dohromady to tedy znamená způsob života v harmonii se přírodou. Aikido vytvořil v Japonsku Moriheiem Ueshibou. Technika Aikido spočívá v zapříčení útočnickova kloubu do nepřírodných poloh a tím způsobení maximální bolesti. Bojovník Aikido využívá útočnickův pohyb a jeho sílu ve svůj prospěch, takže toto umění mohou provozovat i slabí lidé. Aikido se nikdy nestane soutěžním sportem, protože jeho techniky mohou smrtelně zranit i zabít. Aikido není jen bojový umění, ale spíše prostředek k sebezdokonalování. Podle zakladatele není smysl Aikido v obraně proti ostatním, ale proti špatným rysům sebe sama, které nám brání zdravě myslet.

Ninjutsu

Ninjutsu doslova přeloženo „umění nindžů, byl ve feudálním Japonsku termín pro soubor schopností, které ovládala skupina lidí známých jako Ninjové – jedinci speciálně vycvičení pro špionáž, politické vraždění a guerrilový boj.

Ninjutsu začalo jako soubor schopností nutných k přežití, který vytvořila skupina lidí žijících v japonské provincii Iga. Tito lidé byli soběstační a měli silný, kladný vztah k přírodě.

Tyto techniky byly využívány k lovu a boji a vyvinuly se až na strategický základ bojových umění Ninjutsu. Ninjovské klany toto umění používaly k zajištění svého přežití v období politických nepokojů. Ninjutsu také zahrnovalo umění převleků, úniku, maskování, lukostřelby, medicíny, výbušnin a jedů.

Historie

Kořeny ninjutsu sahají 2000 let zpět do historie. Samo sebou se v té době tyto dovednosti nespojovaly pod tímto termínem, to přišlo až daleko později. Jedny z prvních záznamů popisujících techniky vyzvědačství se dají najít v knize pocházející z Číny - O válečném umění od autora Sun Tzu, kde je celá jedna kapitola věnována těmto technikám. To ale neznamená, že by ninjutsu tedy mělo čínské kořeny. Můžeme pouze spekulovat o tom, jestli a co si toto umění ve svých začátcích vzalo z jiných kultur, ale s jistotou můžeme říci, že umění, které známe právě jako ninjutsu, vzniklo během mnoha let vývoje bojových a válečných dovedností přímo v Japonsku.

Podívejme se nyní, co se vlastně skrývá pod tímto bojovým uměním.

Název ninja pochází z japonského ninjutsu, což znamená „umění být neviditelným“. Ninja byl cvičen v dokonalém využívání všech možností k úkrytu v jakémkoli prostředí. Tyto schopnosti vytvořily dojem, že ninjové ovládají umění, jak se učinit neviditelnými. Na základě těchto, ale i dalších neobyčejných vlastností získaných dlouholetým cvičením, vznikla řada pověstí a legend o nadpřirozených schopnostech ninjů.

Pojďme se teď více podívat na rozbor slova ninjutsu. Hlavní písmeno nin se

zkládá ze dvou dílčích znaků. Horní znak ha znamená “čepel” a spodní znak kokoro znamená “srdce” nebo “ducha”. Dohromady znamenají “(kradmost, skrytost, schopnost být skrytý)”, “utajení”, “odolnost” a “vytrvalost”. Jutsu znamená “pravá, skutečná”, “technika”. Po znamená “vědomost”, “princip”, když je před ním předložka “nin” nese význam umění ninjů, vyšší řád ninjutsu. Oblíbený názor je, že ninjutsu je jen o skrývání se a utajení. Nicméně ti, kteří tyto vědomosti používají je využívají k tomu, aby vytrvali ve všech těžkostech života. Mnoho knižních autorů v minulosti psalo o ninjích pouze jako o špiónech a nájemných vrazích. Dnes je už jasné, že tito autoři byli často velice vzdáleni od skutečnosti. Víme, že techniky tohoto umění se zdaleka nevázaly pouze ke špionáži, ale musely obsahovat metody obrany beze zbraně, se zbraněmi i filosofii a jakýsi řád, který dokázal udržet komunitu ninjů tak silnou, jakou v historii byla. Tradice ninjutsu má své kořeny v bojových, náboženských, politických a kulturních dějinách Japonska. Jeden z pramenů tvrdí, že esence tradice pochází z tréninkových metod japonských horských bojových asketů shugendo a yamabushi, kteří se podřídili nemilosrdné drsné divočině a životu v ní, aby si dokázali uvědomit a obsáhnout sílu hor, ve kterých se usadili. Na začátku devátého století byly metody shugendo (metody kultivování síly přes prožití strastí) rozšířeny o “tajné doktríny“ mikkyo (doktríny osvícení), které se tehdy dostaly do Japonska ze vzdálených himalájských zdrojů. Ať tak či onak, v každém případě vzniklo ninjutsu v období politického rozruchu a úplného občanského chaosu, kdy přežití rodiny ze dne na den záviselo na osobní síle, vynalézavosti a tvořivosti. Legendární japonští noční bojovníci - ninjové vytvořili uzavřenou společnost, která poskytovala prostředky a inspiraci pro vítězství i přes převládající nerovnosti. Bojová tradice klanů shinobi (jiný výraz označující ninji) podporovala rozvoj živoucího osobního umění, které mísilo komponenty zničujících bojových dovedností, jemně naladěné síly intuice a pozorování, a cvičené schopnosti transformovat záměr ve skutečnost. Podívejme se například na seznam základních dovedností, které byly součástí učení v současnosti nejstarší školy ninjutsu fungující do dnešních dnů - Togakure Ryu. Tato škola je nyní vyučována společně s dalšími osmi školami bujutsu a ninpo v organizaci Bujinkan Dojo pod laskavým vedením pana Masaaki

Hatsumiho, jenž je v těchto školách držitelem titulu Soke (hlava rodinné tradice, velmistr). Nicméně vraťme se k obsahu školy Togakure Ryu. Tato škola trénovala své bojovníky v osmnácti fyzických a duševních dovednostech. Zde jsou:

- Seishin teki kyoyo – duševní čistota a vytríbenost
- Taijutsu – techniky boje beze zbraně, umění těla
- Ken jutsu – techniky meče
- Bo jutsu – techniky s tyčemi
- Shuriken jutsu – techniky vrhání různých typů ostří
- Yari jutsu – techniky s kopím
- Naginata jutsu – techniky s halapartnou
- Kusari gama – techniky se zbraní s řetězem a srpem
- Kayaku jutsu – dovednost využívat a pracovat se zápalnými a výbušnými látkami
- Henso jutsu – metody přestrojení a napodobení různých postav
- Shinobi iri – umění neviditelného pohybu a průniku do nepřátelského prostředí
- Ba jutsu – techniky jízdy na koni
- Sui ren – trénink ve vodě či využití vodního živlu
- Bo ryaku – dovednost strategie
- Cho ho – techniky špionáže
- Inton jutsu – techniky skrývání se a úniku
- Ten mon – porozumění meteorologii
- Chi mon – znalosti zeměpisu

Ninjové vyvinuli strategii známou jako kyojitsu tenkan-ho. Byla vyvinuta za účelem vytvořit protivníkovi bojové podmínky těžší než původně byly, a zakládala se na využívání a předkládání pravdy a klamů nepříteli s cílem jej znejistit a zmást. Dovednosti kyojitsu tenkan-ho byly a jsou základem všech ninjových akcí a myšlenek.

Takto se o chápání technik ninjutsu vyjadřuje pan Masaaki Hatsumi ve své knize Ninjutsu – historie a tradice:

„Věřím, že ninpo, nejvyšší stupeň ninjutsu, by mělo být nabízeno světu jako základní myšlenka všech bojových umění. Fyzické a duchovní techniky přežití zvěčněné japonským ninjou byly vlastně jedním ze zdrojů japonských bojových

umění. Bez úplného tréninku se všemi aspekty bojového umění by dnešní bojová umění nemohla doufat, že se dostanou dále než pouhé dovednosti omezeného souboru svalových cvičení, které tvoří jejich trénink. Osobní osvícení lze vyvinout pouze pomocí úplného ponoření se do bojové tradice, jejího přijetí jako způsobu života. Zkušeností konfrontace s nebezpečím, překonáním strachu ze zranění nebo smrti a získáním znalostí o osobních schopnostech a omezeních pak ten, kdo trénuje ninjutsu, může získat sílu a nepřemožitelnost povolující požitek květiny kývající se ve větru, uznání lásky druhých a uspokojení z míru ve společnosti. Dosažení tohoto osvícení je charakteristické vyvinutím jihhi no kokoro neboli „laskavého srdce“. Je silnější než samotná láska, laskavé srdce je schopno obsáhnout nekonečnou spravedlnost a vše co je vyjádřeno v neuspořádaném ději vesmíru. Zrození jasnozřivosti dosažené opakovaným vystavením se blízkosti rozhraní života a smrti, laskavé srdce ninpo je klíčem k nalezení harmonie a porozumění v říši duchovního a materiálního světa.

Po mnoha generacích ve stínu historie je nyní životní filosofie ninji znovu nezbytná, protože je tu opět okamžik v lidském osudu, kdy je potřeba ninpo. Umožní zvítězit míru tak, aby lidstvo mohlo pokračovat, rozrůstat se a vyvíjet se dále.“

Během 13. až 17. století působily v Japonsku tucty regionálních a rodinných ryu (‘‘tradic‘‘ nebo ‘‘škol‘‘) nejen na území provincií Iga a Koga, které byly vyhlášenými oblastmi ninjů. V této době už byly dovednosti ninjutsu praktikovány jako metoda ochrany proti různým druhům nebezpečí. Ninjové jako takoví se považovali za pouhé vykonavatele politických, náboženských či vojenských postupů, při kterých museli být připraveni na všechny možné situace. Jejich dovednosti zahrnovaly také techniky špionáže, infiltrace do různých prostředí, metody matení nepřítele, úniku z bezvýchodných situací a některé další dovednosti. Hlavním cílem bylo přežití a splnění daného úkolů, nikoli samotné vítězství.

Když si má většina lidí představit ninju, tak jediné jako černě oblečeného bojovníka. Jak to ale je s tou černou barvou ninjova oblečení ve skutečnosti? Asi nejranější zobrazení ninji oblečeného v černém je knižní ilustrace z r. 1801, která představuje ninju slézajícího hrad. Je pravděpodobné, že právě tento a další

obrázky vytvořily naši představu o ninjích. V japonském umění (dnes například v loutkovém divadle bunraku) je starým zvykem označovat černým oděvem postavy, které mají být pro diváka neviditelné. Označit na obrázku stejným způsobem tichého zabijáka by tedy pro tehdejšího pozorovatele bylo zcela přirozené a pochopitelné. Otázkou je, zda to musí nutně znamenat, že takovýto nákres je skutečné zobrazení historického ninji.

Víme, že se ninjové pomocí henso jutsu pokoušeli ztvárnit jiné osoby, aby tak ukryli svou skutečnou identitu a mohli splnit úkol. Z tohoto pohledu by mohl být ninja plnící svůj úkol uprostřed noci oblečen do černého oděvu od hlavy až k patě. Takže s ohledem na náš obrázek můžeme říci, že postava je právě z těchto důvodů nakreslena v černém. Některé prameny také spekulují o tom, že tento černý “ninja oblek“ měl ve skutečnosti odstín temně rudé barvy. Důvodem údajně byla skutečnost, že na ní nebyly vidět skvrny od krve, což vytvořilo legendu o nezranitelnosti ninjů.

Mistr Sun - Kniha o užívání zvědů

Tento text pochází z celku třinácti knih o strategii pod názvem O válečném umění, který napsal muž jménem Sun Tsu zhruba okolo roku 509 před n.l. Tento traktát je nejstarší dochovanou knihou strategického myšlení a nejstarší literálně doloženou vojenskou doktrínou v dějinách lidstva.

Mistr Sun byl jedním z nejproslulejších čínských stratégů, vojáků a básníků v jedné osobě. Pravidla obsažená v jeho díle jsou platná do dnešních dnů.

Část, která je zde uvedená se zabývá aktivitami, které mimo jiné byly posléze v historii typickými pro školy Ninjutsu.

Historické knihy pojednávající o Ninjutsu

Bansenshukai, Ninpinen a Shoninky jsou tři asi nejdůležitější historické knihy pojednávající o Ninjutsu.

Sumo (česky doslova: bránit se)

Je to sport, starý více než 1 000 let a japonským národním sportem se stalo během období Edo (1600 - 1868). První zmínka o tomto sportu se však objevuje již v kronice Kodžiki z roku 712. Jedná se sport plný tradic, precizních pravidel a symbolů, ale především pevně daných obřadů.

Princip Zápasu

Zápasy sumo se odehrávají na čtvercovém vyvýšeném (50 - 70 cm) ringu „dohjó“ v jehož středu je 28 snopy z rýžové slámy vyznačeno kruhové zápasíště o průměru 4, 57 m. Cílem zápasu je vytlačit soupeře za okraj vyznačeného zápasíště nebo ho donutit, aby se dotkl povrchu země jakoukoliv jinou částí těla, než je chodidlo. Snahou je tedy především vyvést svého soupeře z rovnováhy.

Slavnostnímu vstupu zápasníků před vlastními zápasy do ringu se říká dohjóiri a jedná se o obřadní představení zápasníků. Soupeři před samotným zápasem tráví čas v kruhu předváděním obřadních dřepů „šiko“ a soubojem očí se soupeřem. Poté oba zápasníci vystoupí z kruhu, napijí se „vody síly“, otřou si ústa „papírem síly“ a poté naberou do hrsti sůl, kterou rozhodí po zápasíšti, což má zahnat zlé duchy.

Rozhodčí

Rozhodčí se nazývá gjódži . Je oblečen do kostýmu šlechtice ze 14. století. Za pasem nosí malý nůž tantó jako vzpomínku na doby, kdy v případě mylného rozhodnutí spáchal rozhodčí sebevraždu seppuku. Japonská uctivost velí i dnes v případě chyby ze strany rozhodčího požádat o odchod do důchodu. Tato žádost však bývá v drtivé většině případů zamítnuta. Zápasům přihlížejí také soudci šinpan, kteří sedí kolem zápasíště na zemi.

Technika zápasu

Existuje 70 oficiálních technik porážení soupeře (různá sražení, podražení nohou, zdvihy, údery, stisky a strky), které sestavila Japonská asociace sumó (Nihon Sumó Kjókai). Čtyřicet osm z těchto sedmdesáti technik je považováno za klasické techniky.

Techniky se dělí do třech hlavních kategorií:

1. tlačení (cuki)
2. strkání (oši)
3. úchopy (jori)

Oblečení při zápasech

Zápasníci nosí břšní pás mawaši. Ten je ovinutý kolem slabin, pasu a na zádech zauzlovaný. Zápasníci ze dvou nejvyšších kategorií, tzv. sekitori mají jako jediní právo mít během turnajů svázané vlasy do tradičního účesu středověkých šlechticů čonmage ve stylu oičómage – jedná se o uzel ve tvaru listu ginkgo.

Hierarchie soutěží

Profesionální zápasníci závodí za jednotlivé stáje heja a utkávají se v hierarchicky uspořádané struktuře soutěží. Vzestup zápasníka (nebo jeho pokles) v hierarchii soutěží závisí vždy na poměru vítězství a proher na konci každého z turnajů.

Seznamu zápasníků pro příští turnaj se říká banzuke. Jedinou neměnnou pozicí v hierarchii je velký šampion jokozuna. Jedná se o titul, který zajišťuje zápasníkovi nemožnost sestoupit v hierarchii níže.

Pravidelný příjem dostávají pouze zápasníci dvou nejvyšších kategorií. Jen ti mohou také užívat titulu sekitori (vrcholový zápasník) a jen oni mají právo mít během turnajů svázané vlasy do účesu oičómage.

Výcvik ve stájích

Výchova mladých adeptů ve stájích je velice přísná. Mladší žáci vykonávají pro služebně starší zápasníky veškerou práci, včetně uklízení či vaření. Zápasníci tráví ve stáji (až na ženaté muže) veškerou dobu své zápasnické kariéry. Každou stáj má pod svojí absolutní kontrolou jediný člověk, ojakata. Všichni ojakataové jsou bývalí zápasníci a členové Japonské asociace sumó. Stájí funguje v Japonsku celkem 44 (údaj z roku 1992). Jediná žena, která může žít ve stáji, je tzv. okamisan (manželka vedoucího stáje).

V rámci stájí existují v podstatě rodinné vztahy (majitel je pan otec), a proto neexistují žádné přestupy. Zápasník může stáj opustit jen dvěma způsoby – smrtí, nebo ukončením sportovní dráhy.

Den ve stáji začíná velice brzy. Čím níže v hierarchii je žák, tím dříve vstává. Nejmladší začínají již ve 4 hodiny ráno, zápasníci „královské“ divize makuuči přicházejí na tréninky až po osmé hodině.

Fyzickým předpokladem k dosažení úspěchu jsou rovnováha, hbitost a pružnost spojené s co možná nejnižše umístěným těžištěm. K tomu zápasníci pravidelně provádějí tři tradiční cvičení:

1. Ke cvičení šiko je třeba postojte s široce rozkročenými chodidly, hluboce se nadechnout, naklonit se tělem na levou stranu, zvednout pravou nohu co nejvíce do strany a co nejvíce do výšky, a poté dupnout s hlasitým vydechnutím
2. Matawari vyžaduje sezení na zemi s nohama roztaženýma co nejvíce do šířky. Pak se zápasník snaží předklonit co nejvíce k zemi a přitisknout se k ní celou horní částí těla
3. Teppo je dřevěný sloup, zatlučený do země. Zápasník do něho bije otevřenou rukou střídavě z levé a pravé strany. Toto cvičení zlepšuje schopnosti načasování a koordinace

Strava

První denní (a nejhojnější) jídlo celého dne se skládá z čankonabe, vysoce kalorické směsi z mořských chaluh, kuřecího, vepřového a rybího masa, tofu a zeleniny. Zápasníci jedí čankonabe společně s miskami rýže a zapíjejí vše pivem.

Závěr

Myslím si, že bojová umění jsou důležitou součástí japonské a celosvětové historie. Bojová umění jsou v dnešní době velmi populární a jsou provozována mnoha lidmi.

Resumé

This work is about martial arts used in Japan. You can find out lots of things about techniques and warriors.

Použité zdroje

<http://www.japonsko.tnet.cz/budo.htm>

<http://wikipedia.infostar.cz/b/bu/budo.html>

http://www.judoclub.cz/index.php?option=com_content&view=article&id=6&Itemid=8

<http://www.sebeobranapraha.cz/O-JUDU.html>

<http://www.karatevakado.cz/o-karate.php>

www.wikipedie.cz

Tělo jako zbraň - Human Weapon