

Meč a nemeč

(VL 13.4.2017)

Jedná se zde o meč, nikoliv mečení ovcí, ovčanů, ofčanů či občanů,...i když vlastně ano, neboť naše inteligence je beznadějně skryta blízko i daleko v ohradníku objektivní reality, jejíž věci a momenty ji chvílemi oživují, aby posléze opět upadla do hlubokého spánku.

Cvičení s mečem má rozhodně svůj nezastupitelný význam. Po více jak deseti letech cvičení v jedné skupině *taichi* jsem jako cvičitel navrhl cvičencům, aby si pořídili nějaký cvičební meč. Stačilo by nějakou imitaci meče ze dřeva. Poslal jim namátkou vybraný odkaz nalezený na Internetu. Na jedněch stránkách měli dřevěné meče velmi levné (1 ks asi za 300 Kč).

Pro obyčejné cvičební účely na kvalitě dřevěného meče příliš nezáleží. Kdo se trochu vyzná v nabídce trhu, dobře ví, že normální cena za dřevěný meč průměrné kvality je nejméně 600 Kč. Pokud chcete lepší kvalitu mečů, které jsou vyrobeny ze speciálních cizokrajných druhů dřeva, dostanete se na ceny převyšující snadno 2500 Kč.

Můj návrh na pořízení meče byl pohrdlivě zamítnut: „Nebudu přece vyhazovat tři stovky za kus hrubě opracovaného dřeva.“ Byl to názor *hrubě opracovaného dřeva*, nikoliv osoby, která jej vyřkla a které si skutečně velice vážím. Jinak bych s návrhem vůbec na světlo boží nepřišel.

V našem cvičebním okruhu se cvičením s mečem zabýváme jen velmi okrajově. Na hlubší studium není dost času a prostředků. Dřevěné, a posléze i železné, imitace mečů jsme začali pro cvičení příležitostně používat snad před nějakými 35 lety. Hlavní důvod jejich používání byl nasnadě. Nešlo nám vůbec o jejich bojové použití nebo okázalost.

Můj návrh na pořízení meče utajoval nevyřešenou otázku bezmocného cvičitele: „Nechcete se konečně trochu naučit otáčet pažemi? Cvičení s mečem by vám v tom mohlo pomoci.“ Výše zmínění cvičenci totiž ani po více jak deseti letech neumí vůbec provádět kruhy pažemi. Nelze je donutit k tomu, aby se pohyby svých paží důkladněji zabývali. Pokud je příliš přitlačíte ke zdi, tak hrozí, že cvičení zanechají. Cvičení je pro ně pouze společenskou zábavou přísně podle jejich gusta.

Ne nikoliv, účelem tohoto článku není stěžování si, ani kritické poukazování na neschopnost a nezpůsobilost cvičenců. Jde o něco zcela jiného, ale i to problematičtí zájemci o cvičení rádi odmítají.

Zmíněný meč je pomůckou, která prodlužuje horní končetinu (paži). Pokud má cvičící osoba potíže s pochopením a osvojením si správné, nebo alespoň lepší, techniky pohybu končetiny, je obvykle vhodné použít nějaký nástroj, případně závaží, tj. pomůcky, které by snad v tomto případě mohly pomoci.

Jelikož se zabýváme hlavně cvičením bez náradí (beze zbraní), ale převážně cvičením těla, případné použití pomůcek chápeme jako doplňkové a někdy jako nezbytné. U používání náradí hrozí určité nebezpečí, ale při vědomí jejich cvičebního a metodického účelu, toto může být snadno eliminováno.

Používání meče může zlepšit pochopení a osvojení si cviku, nebo naopak, může zlepšit osvojení si a pochopení cviku. Druhá metoda je nepřímá. A pokud to cvičební podmínky umožňují, měli by k ní být hlavně vedeni nezkušení cvičenci, tak aby se zabránilo jejich případnému nezkušenému reflexnímu odporu.

První metoda je přímá a přepokládá zkušenější, inteligentní a uvědomělé osoby, které jsou schopné vyzkoušet si samostatně doporučená opatření. Dnes s ní moc neuspějete.

Pod vlivem nezodpovědné mediální reklamy a popleteného veřejného mínění, k měkké metodě cvičení dnes hlavně inklinují starší lidé, kteří bývají pasivnějšího i mdlého charakteru. Domnívají se, že tak chytře obejdou náročnost tvrdého tréninku. Případně si cvičení s cizozemskou nálepkou a nádechem neznáma pletou s prožíváním nějakých zvláštních a exotických pocitů.

Konzumenti si dnes chtějí ve volném čase hrát na Číňany nebo jiné cizince, tuzemských Čechů i sebe mají z trudného občanského života plné zuby. Prostá kázeň mysli a těla je nijak nezajímá. Mají jí až příliš dost z toho mizerného občanského života. V nejlepším případě je k smrti nudí. Netuší, že *jsou vedle, jak ta jedle*.

Ve skutečnosti, abychom trénink mohli nazvat tréninkem, musí být snahou o uvědomělou činnost, která by postupně vedla ke kontrolovanému používání mysli, síly a těla. Použití zmíněné nepřímé metody současné poměry různým způsobem vylučují nebo alespoň velmi komplikují. Zbývá tedy použití přímé metody, která se však u nepřipravených osob neseťkává s příliš velkým úspěchem.

Možná to někomu bude připadat přehnané tvrzení, že zmíněná situace souvisí nejen s volnočasovými aktivitami (sport, hobby, zábava atd.), ale s celkovým stavem společnosti a člověka vůbec. Přesto však bude možná souhlasit s tím, že tento stav je vzdor všemu opačnému proklamování a zdání umístěn v naší společnosti až na tom nejposlednějším místě.

(Poznámka redakce: Upozorňujeme, že text je cenzurovaný a není kompletním výkladem, ale námětem k teoretickému i praktickému použití, a také že obsahuje řadu neuvedených informací a pohledů, na které musí čtenář přijít sám.)