

T. K. Chiba Objevování těla

(český překlad vychází z textu T.K.Chiba: Discovering the body, uveřejněného na stránce www.aikidoonline.com, kam jej převzali z magazínu Sansho)

Každý, kdo si myslí, že větším počtem hodin tréninku nutně dosáhne většího úspěchu v aikidó, přemýšlí jako malé dítě. V podstatě vede takovýto materialistický přístup k neřešitelnému problému. Bez ohledu na to, kolik hodin tréninku denně nashromáždíme, se nevyhneme tomu, že se den po dni čím dál více blížíme k hrobu.

Mnoho studentů si myslí, že pomocí tréninku mohou učinit svá těla vnímavější a více je kontrolovat, moci se pohybovat tak jak chtějí. Ale to je pouze jedna jeho součást, která se vztahuje k části daleko důležitější a tou je rozvíjení sebezpytujícího přístupu k tréninku a přísné sebekritice. V mnoha směrech, kladně i záporně, je naše tělo výsledkem našeho uvědomění a abychom to mohli zjistit, musíme se během tréninku kriticky sledovat. Není moc užitečné přidávat další a další informace, detaily, sílu atd. zvnějšku a neustále té spouště, co je již uvnitř.

Poznání nerovnováhy, nesouladu či nepořádku ve vlastním systému, pocíťované uvnitř vlastního těla tak i mezi tělem a uvědoměním, je začátkem růstu. Mohli bychom vývoj tohoto poznání popsat jako konverzace nebo dialog, který se objeví mezi vlastním tělem a vlastním uvědoměním. S rozvinutím debaty, se uvědomění zostřuje a člověk začne vnímat přirozenou sílu či možnou schopnost do té doby skrytou. Místo přidání vnějšího prvku tělu a jeho změnou podle touhy či vůle, jednoduše uvidíte to, co je již uvnitř. A to důležitější, samo uvědomění, způsob, jímž jedinec vnímá, se začne měnit tím, jak člověk objevuje „skutečné“ tělo, na rozdíl od těla, které člověk mění podle své vůle.

Podstatný a jedinečný prvek, který aikidó činí tím, čím je, je to, že pokrok v umění postupuje v poměru s objevením přirozené síly, která spolu s přírodním, dynamickým jádrem, již v každém jedinci existuje. Toto skutečné tělo pomáhá tělesným funkcím pracovat v harmonickém celku.

Se sledováním Cesty aikidó, se postupně s údivem a radostí setkáváme se skutečným já, skrytým „odcizeným já“, které se svým nevyčerpatelným potenciálem zůstává neobjeveno mnohými lidmi, kteří nikdy neobjeví jeho existenci.

Tato část od Dogen Zendžiho, zakladatele Soto zenu, se hlubokým významem dotýká předmětu mé řeči. „Buddhistická tělesná praxe je mnohem obtížnější než myšlenková. Rozumové pochopení učení myslí se musí sloučit s tréninkem těla. Tato jednota se nazývá *šindžucunintai*, skutečné tělo člověka. Je to vnímavost všední mysli skrze pozoruhodný svět. Pokud sladíme cvičení osvícení s naším tělem, celý svět se nám zjeví ve své skutečné formě.“

Konečně, objevení skutečného těla s jeho významem a krásou, není předmětem srovnávání nebo soutěže, spíše stojí samostatně uvnitř každého jedince. Pak je pouze přirozeně následuje to, že studium bojového umění aikidó je a musí být nesoutěživé. Před několika lety jsem měl to štěstí, že jsem navštívil hodinu na Smithově univerzitě v Hamshiru v Massachusetts, kterou vedl zenový mistr z Vietnamu. Během doby, kdy jsme měli možnost zeptat se ho, vstala jedna žena a ptala se, co si myslí o meditačním systému Kvakerů. On jí odpověděl: „Jak můžete srovnávat krásu třešňového květu s růží?“