

Kouč Lukáš Procházka se vrátil na seminář do města, kde začala jeho cesta bojovníka

Žpátky ke kořenům

Odchovanec jindřichohradeckého okinawského karate Goju ryu a držitel 2. danu Lukáš Procházka začal rozvíjet svou cestu bojovníka a pojetí bojových sportů a umění. Zaměřil se na studium různých stylů, které si vyzkoušel v několika klubech. V nich získal přehled v oblasti celkového posilování těla, rychlosti, flexibility a rozvoje v boji na zemi. V řádu několika let bylo studování a trénink MMA jeho náplní a vrcholem bojového života. Začal vnímat, že ultimátní zápasy jsou konečné fáze určitých technik, různě poskládaných stylů (karate, Muay Thai, jiu jitsu, atd.), chybělo mu ale tradiční pojetí a důraz jednotlivých technik. A tak se vydal hledat bojové umění vracující se zpět ke kořenům.

„Po dlouhém hledání nové cesty v bojových sportech jsem objevil klub DH gym v Praze 8, zaměřený na tradiční thajský box a Muay Boran, který patří Davidu Brousilovi. Po rozmluvě o přijetí ke studiu Muay Boran s Davidem, kdy jsem musel ukázat dovednosti z okinawského karate Goju ryu a přesvědčit ho, že mám velký zájem studovat kořeny a prvopočátek thajského boxu ve stylu Muay Boran, jsem se stal žákem školy DH gym. V klubu se rozvíjím v technikách Muay Boran a působím i jako trenér MMA. V ultimátních zápasech se zaměřujeme na fyzickou zdatnost bojovníků a koordinaci boje na zemi,“ řekl Lukáš Procházka.

První dubnovou neděli zavítal Procházka do míst, kde se bojovému sportu naučil. V jindřichohradecké sportovní hale proběhla dlouho očekávaná akce „Kata Goju ryu karate dó“, které se zúčastnil a na kterou byly pozvané všechny kluby karate Goju ryu registrované v ČSKe a ČSKGr, působící v celé České republice. Nakonec do haly našlo cestu včetně dětí devadesát zájemců o tento styl.

„Na akci jsem byl pozván jako odchovanec jindřichohradecké-

ho klubu a trenér pražské školy DH gymu, který se věnuje tradičnímu thajskému boxu – Muay Boran, ultimátním zápasům. A v první řadě jako sportovec, který studuje bojová umění a rozvíjí se v různých stylech, jejichž kořeny jsou v tradičním pojetí, životní cestě a duši bojovníka,“ vysvětlil Procházka.

Celý seminář, kde se cvičilo se ve skupinách dle věku a výkonnosti, vedla společně pětice instruktorů. Děti se v dvouhodinovém bloku učily techniky se zaměřením na sportovní karate – jak kata, tak kumite. Dospělí pak studovali ve skupinách odborníků Musila a Valenty katy Gekisai Dai Ni, Saifa a Sesan spolu s jejich bunkai (sebeobranný význam). V další skupině, kterou vedli trenéři Sedlák a Procházka, se zájemci věnovali katě Sepai a její bunkai, a to sebeobranným akcím nejen z hlediska Goju ryu karate, ale i z pohledu tradičního thaj boxu – Muay Boran a taky MMA.

Součástí cvičení bylo srovnání pojetí řešení různých situací vycházejících z kat okinawského karate Goju ryu. Vybrané formy útoku byly řešeny prováděním obrannými akcemi řešenými technikami karate a následně technikami Muay Boran

v tradičních technikách (slon, opice, obr,...). Konečnou formou jednotlivých obranných aplikací bylo porovnání s formou zápasu v MMA, kde se používají určité techniky z jednotlivých stylů pro dosažení největší efektivity pro vítězství nad protivníkem. Musíme však zmínit, že veškeré aplikace v MMA jsou techniky, které se vyčlenily z tradičních bojových stylů, jež měly za úkol protivníka zneškodnit za co nejkratší dobu s co nejlepším efektem (nejčastěji končící smrtí).

Seminář se těšil velké spokojenosti cvičících, jak u cvičení okinawského karate Goju ryu, tak i u provádění technik Muay Boran. Věříme, že zájem o Muay Boran se bude rozvíjet a bude více takových akcí, kde lidi bude spojuvat zájem o cvičení a rozvíjení sebe sama, bez slepého vidění určitého stylu. Jak řekl Bruce Lee: „Nebojuji v žádném přesně vyhraněném stylu. Nikdy nevíš, co udělám, a já to také nevím. Můj styl i pohyb je výsledkem tvého pohybu, moje technika je efekt vytvořený tebou. Vyznavači jednoho stylu se do něj přivazují, pilují formu a plahočí se za tím samým a tím se dostávají do neřešitelné pasti.

Neprohlédnou zásadní problém, nedovedou vyjít z vlastního pozorování, přestávají být sami sebou. Každý může pracovat volně a pln možností, když se nalézá mimo určitý styl. Když cvičíš klasické styly, rozumíš rutinu, tradici, ale nerozumíš sobě. Je to pravda, to mohu dokázat každému člověku na světě.“ Není to nejskromnější výrok, ale v té době se největší znalci kung fu shodli na tom, že Bruce Lee je tak dobrý, že může takový názor vyslovit.

„Vážím si toho, že jsem se této skvělé akce mohl zúčastnit, obzvláště pak musím poděkovat pořadateli akce okinawského karate Goju ryu Jindřichův Hradce a mému prvnímu učiteli panu Jaroslavu Valentovi (5. dan) za pozvání. Zároveň mé poděkování patří dalším trenérům dospělých Milanu Sedlákovi (4. dan) z Jindřichova Hradce, Jaromíru Musilovi (6. dan) z Brna, Bronislavu Puzrlovi (4. dan) z Hustopečí, trenérům dětí pod vedením kvarteta koučů Puzrly, Linhartové, Vaška a Dvořáka a hlavě všem cvičícím, kteří se tohoto semináře zúčastnili,“ dodal na závěr Lukáš Procházka.

AUTOR: XXXXX
Foto: Josef Böhm