

V několika předcházejících číslech měsíčníku *Fighter's magazin*, jsem čtenáře informoval o jedné z organizací tradičního karate-do v ČR.

Gasshuku I.O.G.K.F. v ČR - sensei Ernie Molyneux



Aplikace bojových technik v praxi (sensei Ernie Molyneux a Steve Checkley)

Pro upřesnění se jednalo o IOGKF (International Okinawan Goju ryu Karate do Federation), která od roku 1999 působí i na našem území.

Také tento rok ČAOGK ve spolupráci s Okinawan Karate Klubem TJ Slovan Jindřichův Hradec pozvala jednoho z nejvýznamnějších senseiů okinawského Goju-ryu v Evropě, anglického mistra – Ernie Molyneuxe.

Sensei Ernie je „šéfinstruktor“ okinawského karate IOGKF pro Evropu a člen výkonného výboru IOGKF. Taktéž je jeden z několika senseiů, kteří mají oprávnění zkoušet v Evropě na mistrovské stupně dle okinawského zkušebního řádu IOGKF.

I když se již řadu let nezabývá soutěžením, jeho sportovní úspěchy z mládí jsou impozantní. Získal např. zlatou medaili na mistrovství světa v Iri Kumi (okinawská forma kumite) na Miyagi Chojun Festivalu v San Diegu (USA) v r. 1989 a řadu dalších úspěchů v Evropě – zejména v kumite. Kromě toho je dvojnásobný mistr Anglie v kata.

Jeho čtyřdenní pobyt u nás, v ČR, plánována česká skupina zástupců ČAOGK na 4. až 7. dubna 2003. Sensei Ernie Molyneux přiletěl do Prahy v pátek 4. dubna. Po krátké zastávce v Praze se s průvodci přesunuli do dojo (tělocvičny) v J. Hradci, kde se odborný seminář uskutečnil za účasti více než 50 cvičících z Prahy, Jindřichova Hradce, Studené, Českých Budějovic, Benešova a Hustopečí.

Po celý seminář byly tréninky rozděleny do dvou cvičebních skupin. Jedna skupina tvořila pokročilé studenty od 3. kyu výše a druhá od 10. kyu po 3. kyu. Zvláštní osobní tréninky měli také nejvyšší instruktoři. Jeden trénink byl speciálně upraven pro děti a mládež. Každý si našel to, co mu nejvíce vyhovovalo. Mně osobně se velice líbila podrobná výuka dýchací kata Sanchin, kterou jsme cvičili vždy brzy ráno. Samozřejmě se také cvičilo ve dvojicích, at se jednalo o různé formy soubojů (kumite), a nebo sebeobraně aplikace jednotlivých kat (Bunkai).

Na konci semináře byla uskutečněna tříhodinová zkouška na mistrovské stupně DAN dle okinawského zkušebního řádu. Zkouška byla dost náročná (teoretická zkouška, fyzické testy, praktické cvičení), vše přesně tak, jak je v IOGKF pravidlem. Tři čekatelé uspěli! Mezi těmito adepty byl i František Sedláček (FM 2/03), mistr Evropy Goju ryu Karate juniorů a kadetů v Minsku. Dodatečně BLAHOPŘEJI!

Na závěr semináře poděkoval sensei Ernie jak sensei Jaroslavu Valentovi (šéfinstruktor IOGKF pro ČR), tak i jeho asistentovi MUDr. Petru Syrovátkovi

za dobře připravený seminář. Podle slov mistra, studenti zde mají dobré vedení a vše probíhá v duchu rodiny IOGKF. Tlumochil také českým zástupcům pozvání na sedmidení Evropské Gasshuku (19. - 26. 7. 2003) v Hamburku a také na mezinárodní Gasshuku, které se uskuteční na Okinawě v roce 2004. Závěrem mistr Ernie řekl, že pokud bude pozván, opět k nám do Česka velice rád přijede.

Při této příležitosti čtenářům nabízíme minirozhovor se senseiem Erniem Molyneuxem.



Co vy osobně máte v karate Goju ryu nejraději?

Kdybych byl mladší, neostýchal bych se říci, že to byly různé formy kumite a otužování. Nyní jsem však již vyzrálejší, stále rád cvičím kumite, ale co mne skutečně fascinuje, jsou bloky na krátkou vzdálenost, protiútoky a pohyb do zakončení pákou nebo škracením. A také si myslím, že toho stále nevím spoustu o katě Sanchin a její úloze, kterou hraje v ostatních kata. Snažím se cvičit Sanchin každý den.

Jakou radu byste dal tomu, kdo by chtěl začít s bojovým uměním?

To záleží na osobní potřebě i věku. Myslím si ale, že pro mládež je vynikající judo. Zvláště kombinace karate a judo je ideální pro fyzické vzdělávání mládeže. U dospělých je to podobné, judo by se ale mohlo nahradit i nějakým jiným stylem, který využívá hmaty. Také bych si zvolil styl karate, který má možnost otužování a kontaktního zápasení.

Když jsem byl na Okinawě, slyšel jsem přísloví, že „Je lepší strávit pár let hledáním učitele než rychle začít cvičit“. Shmuto, řekl bych: „Zvaž své potřeby a najdi si dobrého učitele.“

Kam směřuje organizace IOGKF do budoucna s ohledem na tradiční karate?

Současná doba je skvělá především pro mládež. Potvrdilo se, že skutečná disciplína v tradičním tréninku karate může hrát hlavní roli ve vývoji dítěte

jako protiklad moderních stylů soustředujících se pouze na sportovní aspekty.

Rád bych viděl tradiční karate ve školním curriculum. Myslím si, že karate může dnešním mladým nabídnout pocit disciplíny a větší sebevědomí do života.

Proč tak trváte na dodržování jemných detailů při cvičení Kihon?

Najít odpověď není vůbec obtížné. Stačí když se podíváte na našeho senseie (Higaonna Morio sensei, pozn. redakce) a celou řadu jiných okinawských a japonských mistrů. Všichni jsou aktivní a cvičí i v šedesátí a sedmdesátí letech. Proto také cítím a učím své studenty, že správné držení těla a cvičení Kihon a katy Sanchin jsou zásadní pro dobré zdraví, pokud se cvičí správně a pod dobrým vedením.

Máte nějakou zajímavou historku z vašich cest do různých členských států IOGKF?

Ano, na jednu si vzpomínám. Byl jsem na návštěvě v Baku v Ázerbájdžánu. Zúčastnil jsem se tam několika různých akcí. Jednou z nich byla i svatba natáčená místní televizí, zhruba za účasti 500 lidí. Skupina, která tam vystupovala, hrála typické místní hity, které mají blízko k arabské hudbě. Moderátor mě pozval jako anglického instruktora karate k mikrofonu a zeptal se, co si myslím o této skupině a jaký mám názor na tento styl hudby. Než jsem se nadál, spustila kapela jeden z hitů a já byl vyzván, abych něco zatančil. Zůstal jsem stát uprostřed parketu úplně sám, zabírala mě kamera, zatímco jsem napodoboval pohyby Anthonyho Quinna z Řeka Zorby.

Před nedávnem jste se vrátil z Okinawy, kde jste tři týdny cvičil se senseiem Higaonnou. Proč jste se tam vydal?

Chtěl jsem cvičit se senseiem Higaonnou delší dobu než pouhých 7 dnů na běžném Gasshuku a také proto, abych se zúčastnil jeho osobních tréninků. Doprovázel mě jeden z mých studentů – senior instruktor Gary Excell. Po našem přeletu dorazil na Okinawu také Tesuji Nakamura – senior instruktor z Kanady.

Rozhodně mne návštěva Okinawy nezklamala a více času na cvičení mi umožnilo věnovat větší pozornost detailům ve cvičení a správnému držení těla. Každý den jsem cvičil se senseiem Higaonnou, kromě asi dvou či třech tréninků, které vedli starší instruktoři.

Tréninky byly skvělé, jen rozvrh dne byl však poněkud vyčerpávající. Vstávali jsme ve 4 hod. ráno, snědli lehkou snídani a vydali se na cestu do domu, kde bydlí sensei. Odtud jsme pak šli společně asi 50 minut do zenového kláštera v Shuri. Tam jsme seděli hodinu až dvě a praktikovali zazen. Poté jsme si dali lehkou snídani se zenovým mistrem Sakiyama-ros-him a Higaonnou-senseiem. Pak jsme šli do senseiova dojo, kde byl dvouhodinový trénink. Skládal se z hojo undo – nigiri game (keramické vázy – pozn. redakce) a kata Sanchin se Shime. Pak jsme se věnovali detailně dalším kata a opakovali celou řadu složitějších pohybů.

Další tréninky jsme měli i odpoledne a večer.

*Děkuji za váš drahocenný čas a ochotu.
Arigatō Gozaimashita*



Seminář s Ernie Molyneuxem v Jindřichově Hradci (4. - 7. 4. 2003)

Seminář s Ernie Molyneuxem v Jindřichově Hradci (4. - 7. 4. 2003)
Zleva MVDr. Evžen Král, Vlastislav Běhoun, Jaroslav Valenta, Ernie Molyneux, MUDr. Petr Syrovátka a Jaroslav Kulík.

