

Kyudo trening

/20/

Autori: Aaron Blackwell i Renshi Godan

Prijevod: Ivana Blažević, 2009.

Uredio: Goran Blažević

Ljudi počinju trenirati kyudo radi mnogo razloga, neki među njima su zdravlje i mentalna disciplina. Moji osobni razlozi zbog kojih sam počeo trenirati su prividni. Koji god su razlozi mora se trenirati da bi se unapređivalo.

Miyamoto Musashi govori nam u svojoj Knjizi Pet Prstenova da je Put u treningu. Trening je važan.

Kako se trenira? Prvi korak je da se potraži kvalificirani instruktor. Nekoliko ih je u Americi. Moraš pokušati naći najkvalificiraniju osobu do koje možeš doći.

Hassetsu je racionalno napredovanje. Moraš početi sa **Ashibumi** i napredovati dalje. Ako je Ashibumi netočan, ako je **Sanjulumonji** netočan onda je sve onda će sve poslije toga biti netočno. **Nerai** osnova je jedna od zadnjih stvari s kojima ti treba pomoć. Vidim mnogo sa Sandanom ili iznad toga koji pogodi metu, ali strijelom nije naciļjana meta. To znači da slažeš pogreške da bi pogodio. To znači ispraviti pogreške i pogoditi metu.

Nakon instrukcija trebaš vježbati. Moraš pogoditi s najviše strijela koliko možeš sa pomoći da bi ispravio svoje greške. Što više napreduješ moraš više trenirati da bi održavao svoj nivo gađanja. Da napreduješ moraš još više trenirati. Glavni instruktor na Nacionalnom Seminaru u 2002. godini rekao je da on gađa sa 50 strijela na dan. To nije moguće za većinu nas, ali jednom tjedno definitivno nije dovoljno.

U zadnje vrijeme sam bio zaposlen subotom. Nakon jutra punog poslova došao sam kući oko 3 sata. Bio sam umoran i nije mi se dalo vježbati, ali sam shvatio da nije važno kako se osjećam. Morao sam vježbati i onda sam pucao 20 puta.

Do u kyudo znači put. Put je u trening. Ako ne treniraš ne prolaziš taj put. Ne možeš napredovati bez treninga.