

Zklidněná bojovnice

Když tahle žena cvičí s mečem, kolemstojícím se tají dech. Nám se zase tajil, když jsme s ní mluvili. V čínském bojovém umění je třetí na světě.

KDO JE TATO ŽENA
Martina Slabá

VĚK: 21 LET

ODKUD POCHÁZÍ: Z PRAHY

CO DĚLÁ: ZÁVODÍ V TAJ-CHI

„MOJE TĚLO MĚ STÁLE PŘEKVAPUJE.“

Na prvních lekcích měla Martina pocit, že jim trenér při cvičení zdůrazňuje samé banality. „Stát rovně, podsadit pánev nebo zastrčit bradu se mi zdálo jako samozřejmost. Jenomže opřít se přitom do země, hlídat si špičky, vést pohyb z pasu a do toho cvičit celou sestavu, se ukázalo skoro nemožné. Jakmile se mi ale každodenním zkoušením podařilo všechny prvky sladit, dostavil se až slastný zážitek. Každý krok se propojil s dechem a volně mnou proudila energie. Od té doby cvičím každý den a pokaždé znovu zažívám ohromnou radost a záplavu endorfinů. Je to chvíle, kdy přestanu všechno řešit, vypnu myšlenky a jsem sama sebou. Taj-chi vlastně představuje meditaci a kromě toho i úžasný ventil nálad. Jsem výbušná povaha, takže když mě něco štve, střihnou si třeba Dělové pěsti, dynamickou sestavu plnou úderů a kopů. Pamatuju si, jak nám jednou učitelka na gymnáziu nasázela celé třídy pětky jenom proto, že ji vytočil spolužák. Na trénink jsem tehdy dorazila nasupená jako lokomotiva, ale odcházela jsem s úsměvem na tváři, navíc s nadhledem, že na některých věcech opravdu nezáleží.“

„KAŽDÝ DO MĚ PŘI CVIČENÍ VIDÍ.“

Přitom se dokáže do sestavy plně ponořit i před halou plnou diváků a předvést naplno svůj vnitřní tanec. Ze

soutěží si pak odváží jednu trofej za druhou. „Loni jsem v Paříži obhájila titul mistryně Evropy a na mistrovství světa, které se konalo na podzim v Číně, jsem skončila třetí,“ usmívá se nenápadná dívka. „Když někde zmíním, že cvičím taj-chi, lidé otráveně zvedají oči v sloup. Asi jim to přijde nudné. Jakmile ale zjistí, že patřím mezi ty nejlepší, okamžitě zpozorní. Při exhibicích třeba celý sál úplně ztichne a hltá každý můj krok. Mám v tu chvíli pocit, že mi každý vidí až do žaludku, protože se při cvičení úplně otevírám. Pokaždé proto moje sestava vypadá úplně jinak. Odráží to, jak se právě cítím. A právě v atmosféře závodu jsem potkala i svého současného přítele, který soutěží ve stylu šaolin. Často teď vyrazíme cvičit spolu, a ačkoliv si každý cvičíme to svoje, naše energie se skvěle doplňují.“ Pro hlubší vhled do bojového umění vyrazila Martina i do Číny. „Nadšeně jsem pozorovala, kolik lidí tu taj-chi dělá. Třeba v parku v Pekingu. Moc mě mrzelo, že se s nimi nedokážu domluvit. Když jsem k tomu pak připočetla okouzlení místní kulturou, přihlásila jsem se po maturitě ke studiu sinologie na Karlově univerzitě. Bohužel jsem nepočítala s tím, že budu čtyři hodiny denně sedět nad luštěním znaků, takže čas vložím radši do sportu. Ještě bych ráda pár let závodila a pak možná začnu sama trénovat.“

Více o Martině najdete na stránkách
www.martinaslaba.cz ©

Drobná mistryně v taj-chi původně plánovala zazářit na tanečním parketu. „Jako malá holka jsem pětkrát týdně chodila na tréninky a závodně tancovala. Jenomže pak se ozvaly problémy s klouby a já musela ze dne na den přestat,“ vysvětluje usměvavá žena nad hrnkem horké čokolády. „Jenomže sedět jen tak doma mě nebavilo. Potřebovala jsem pohyb. Sestra tehdy chodila na taj-chi, a když jsem zjistila, že tenhle druh sportu kloubům svědčí, vyrazila jsem na lekci do pražské Taiji Akademie s ní. Začátky ale byly rozpačité. Z tancování jsem byla zvyklá dřít, takže jsem se do cvičení pořádně opřela. Jenže čím víc jsem se snažila vypadat v sestavě dobře, tím hůř mi to šlo. Až postupně mi začalo docházet, že taj-chi musí vycházet zevnitř. V tanci jsem se naučila choreografii, vypilovala ji, a tím to končilo. Tady ovšem zvládnutím sestavy všechno naopak začíná. Celá léta ji můžete cvičit a pořád se v ní budete mít kam posouvat. Pro mě jde o celoživotní cestu, skrze niž objevuji sama sebe.“

**Fun
Fearless
Female**

