

Český svaz Taekwon-Do ITF

MOTIVACE

2021

Rudolf Matoušek

MOTIVACE

Jako kluk jsem vyrůstal na venkově. Můj táta byl zapáleným fotbalistou. Hrál fotbal za naši vesnici, a vedle hraní také trénoval místní tým. Mohlo by se zdát, že fotbal byl pro mě jasnou volbou, nicméně se rychle ukázalo, že tomu tak úplně nebylo. Ačkoli jsem trávil většinu času venku, nebyl jsem zrovna fyzicky zdatný, a už vůbec ne vytrvalý. Trénink mě nebavil, což bylo rychle vidět i na mojí hře.

V 10 letech jsem se s rodiči přestěhoval do nedalekého městečka a s kamarádem vyrazil na trénink fotbalu. Prostě jsme přišli na hřiště, kde probíhal trénink, a přidali se k ostatním. Na konci tréninku si mě a kamaráda trenér zavola a vytknul nám, že není možné jen tak přijít a přidat se bez zeptání. Pro mě to byl poslední trénink fotbalu. Pro kamaráda první v jeho docela úspěšné fotbalové kariéře. Časem se přesunul od fotbalu k footsalu a nějaký čas se tím i živil. Pro mě byla trenérova slova poslední kapkou, pro kamaráda jen malinkou nepříjemností na cestě za jeho snem.

V následujících letech jsem nijak aktivně nesportoval. Chodil jsem sice ven s kamarády, ale nikdy jsem nepodnikal žádné namáhavější aktivity. Po čase jsem dostal počítač a začal vysedávat u něj místo chození ven. Bylo to něco nového. S kamarády jsem se scházel stále, ale už u mě doma u počítače. Většinou jsme hráli hry, nicméně tu a tam jsem se něco kolem počítačů i naučil. Tohle trávení času mě naplňovalo natolik, že jsem se od obrazovky jen těžko odtrhnul.

Jak jsem dospíval, začal jsem rychle růst. Kombinace rychlého růstu a vysedávání u počítače nicméně nedopadlo dobře. Pokaždé, když jsem dostal nějakou fyzicky namáhavou práci, to moje záda nevydržela a druhý den jsem odpadl. Po několika kolapsecích ve škole se mnou rodiče začali chodit po doktorech. Diagnóza? Špatné držení těla, ochablé svalstvo a náznaky skoliózy páteře. Léčba byla nasnadě: pořádně jíst a cvičit. Po několika rehabilitacích a pobytu v lázních se můj stav zlepšil a tak jsem sklouzl zpět ke svému stereotypu. Počítač, počítač, počítač. Psal se rok 1990 a v čerstvě nabyté svobodě se otevřely nečekané možnosti.

Dalším milníkem mého života bylo studium na střední škole. Vybral jsem si učební obor s maturitou, abych získal nejen vzdělání, ale i praktické dovednosti. Vstup na školu byl šok. Nejen že jsme měli spoustu učení, ale během odborného výcviku jsem musel vstávat před pátou hodinou ráno, abych v šest ráno stál převlečený v dílně odborného výcviku v nedalekém městě. V rámci prvního roku našel v řadách spolužáků nové kamarády, ale zažil jsem i dosud nevídanou věc - šikanu. Při jedné návštěvě oběda v sousední škole si mě vyhlédli dva studenti staršího ročníku a bez jakéhokoli důvodu si mě začali přehazovat a zdržovat mě, abych nestihl autobus domů. Po chvíli si toho našťestí všiml někdo z přítomných učitelů a zjednal nápravu, nicméně pro mě to byla lekce. Cítil jsem bezmoc, byl jsem našťvaný a plný obav, co se bude dít zítra. Naštěstí se situace neopakovala.

Na konci prvního ročníku jsme odjeli se třídou na několik dní na sportovní kurz. V rámci kurzu jsme hráli různé hry a ve volném čase jsme si povídali. S několika kamarády jsme došli k tomu, že máme společný koníček - akční filmy s tematikou bojových umění. Na konci kurzu jsme se domluvili, že po prázdninách začneme nějaké bojové umění také cvičit. Představa, že se budu umět o sebe konečně postarat, byla velmi lákavá.

Prázdniny rychle utekly a začala znovu škola. O slibu ze sportovního kurzu jsme nemluvili až jednoho dne přišel spolužák s letáčkem náboru nových cvičenců do pro nás neznámého bojového umění - do taekwonda. Naše úvodní debata byla z dnešního pohledu dost naivní: "To je takové to s těma klackama? Nevím, jestli to je ono, ale pojďme se na to podívat!"

Trénink začal exhibicí v třebíčské sportovní hale. Moravia Taekwon-do Academy zde předvedla úchvatnou podívanou. Sestavy, modelové boje, sebeobrana, přerážení ve výskoku a velké finále na závěr - přerážení křidlic! Byli jsme nadšeni a okamžitě jsme se přihlásili. Na první trénink přišlo tak padesát zájemců různého věku. Byla nás plná tělocvična a začali jsme hned ve vysokém tempu. Naučili se pozdrav, sbalit pěst a rozcvičku. Byl jsem na tom tak špatně, že v půlce rozcvičky jsem nebyl schopen popadnout dech. Na konci úvodního tréninku taekwonda jsem byl úplně vyčerpaný, ale nadšený. Takový ten pocit z dobře vykonané práce!

Jak šel čas, postupně nás v tělocvičně ubývalo, ale já jsem s kamarády vytrvale pokračoval. Po škole jsem neměl co dělat, tak jsem většinou šel k tělocvičně a čekal na svůj trénink. Když mi byla dlouhá chvíle, cvičil jsem si techniky z minulých tréninků. Časem si mě všiml náš trenér Jarda Mašek a nabídl mi, jestli nechci chodit s ním a jeho bratrem na sportovní přípravu před tréninkem. Těšilo mě, že jsem navázal bližší kontakt s trenérem. Taky se mi líbilo, že mám více příležitostí naučit se něco nového. Z tréninků s Jardou jsem byl nadšený! Cvičili jsme rychlost, obratnost, kondici a techniku pro tki. Chodil jsem domů úplně zničený, ale spokojený. Ráno jsem těžko vstával z postele, ale bylo to provázeno úžasným pocitem toho, že můj trénink k něčemu bude.

Po docela krátké době začaly být tréninky navíc docela vidět. Zlepšila se mi technika, uměl jsem spoustu věcí navíc, a měl úžasnou výdrž! Výsledky mého cvičení začaly být vidět na mé postavě. Z hubeného neuduživého kluka se stal živý mladík se sportovní postavou. Mojí změny si začalo všimati i okolí. Tu a tam nějaká ta lichotka od kamarádů, jindy zase možnost pochlubit se a naučit někoho něco nového. Byl to výborný pocit, protože jsem nikdy nic takového nedokázal.

Vedle toho se přidala i přízeň děvčat. Nebyl jsem na ni vůbec zvyklý. Pamatuji se, jak jsem jednou cestou na trénink zdravil dvě spolužačky ze základní školy. S jednou jsem se tu a tam viděl, ale ta druhá mě delší dobu neviděla. Okamžitě se ptala, kdo že je to zdravil. Když se dozvěděla, že jsem to já, prohodila pár komplimentů a byla udivena, jak moc jsem se za tak krátkou dobu změnil. Všechno tohle mě těšilo a hnalo mě to do dalšího tréninku. Chtěl jsem být nejlepší, abych se mohl zase pochlubit, případně sklidit další údiv od děvčat.

Během roku jsme dostali příslib, že proběhnou zkoušky na technické stupně kup s mezinárodním instruktorem Yun Nam-gyu. Čas běžel zkoušky se vždy nějakého důvodu odložily až nakonec přijel vedoucí školy s tím, že ho osobně pan instruktor Yun pověřil provést zkoušky v Třebíči. Tak jsme konečně dosáhli na vyšší než 10. kup. S postupem času se bohužel ukázalo, že Moravia Taekwon-do Academy má existenční potíže a v dalším roce ukončila činnost. Třebíčský trenér Jarda Mašek však chtěl ve cvičení pokračovat a zajistil založení oddílu taekwonda v Tělovýchovné jednotě Třebíč. Ukázalo se, že původní organizace byla ve výrazných finančních potížích a veškeré peníze z členských poplatků, poplatků pro Český svaz Taekwon-do ITF a poplatků za zkoušky šly na hrazení dluhů. Oficiálně jsme tedy nebyli registrovaní členové ČST ITF a nesložili jsme žádné zkoušky na technické stupně. Cítil jsem se podvedený a naštvaný, že musím znovu prosit rodiče o další peníze

abych mohl pokračovat ve cvičení. Trvalo to několik let než jsme mohli znovu složit zkoušky. I přes tyto nesnáze bylo taekwondo mojí cestou a byl jsem odhodlaný vytrvat.

V dalších letech jsem se snažil uspět v soutěžích. Chtěl jsem se alespoň jednou dostat na bednu, ale vždy jsem něco pokazil a vypadl ze soutěže. Můj neúspěch mě nicméně neodrazoval, právě naopak. Když jsem neuspěl, šel jsem trénovat abych byl lepší. Tou dobou nám TJ Třebíč postavilo sál pro taekwondo se zrcadly. Začal jsem tedy samostatně pracovat na zlepšení techniky do technických sestav a trávil v tělocvičně dlouhé hodiny. Částečných výsledků se mi podařilo dosáhnout, ale pořád to nebylo ono. Ve výsledku jsem vždy bojoval sám se sebou, protože jsem vždy něco zkazil.

Tou dobou jsem již vypomáhal s tréninkem pro začátečníky. Pár kluků se ke mě přidalo a tak jsme chodili cvičit spolu. Vzpomínám si, jak jsme ve školním roce cvičili v tělocvičně, a o prázdninách za mnou tu a tam někdo přijel domů do asi 15 kilometrů vzdálené vesnice a pokračovali jsme v tréninku. Byl jsem nadšený, že můžu pomáhat ostatním zlepšovat se. Tak nějak mě to těšilo, naplňovalo a motivovalo k dalšímu cvičení, abych mohl taekwondo šířit dál.

Když jednou přišel Jarda Mašek s tím, že Český svaz Taekwon-do ITF plánuje trenérský kurz, chtěl jsem se okamžitě přihlásit. Mělo to ovšem jeden háček - znamenalo to, že budu muset téměř polovinu roku předčasně odcházet z pátečního vyučování. Rodiče viděli, že jsem do taekwonda opravdu zapálený, tak mi účast povolili, a dali mi potřebné peníze. Ve škole jsem měl dobrý prospěch, a tak s mojí pravidelnou absencí souhlasila i škola. Začal jsem tedy jezdit s Jardou Maškem a několika dalšími taekwondisty z Třebíče do jihočeského Holubova. V malém penzionu jsme se zde několik víkendů scházeli s trenéry a učiteli taekwonda z celé republiky a učili se teorii sportovního tréninku, fyziologii člověka, první pomoc a samozřejmě techniky a teorii taekwonda ITF. Kurz se mi nakonec podařilo zvládnout a po složení zkoušky jsem získal 3. trenérskou třídu. Získané vědomosti jsme v Třebíči okamžitě zavedli do praxe a myslím, že úroveň naší výuky viditelně stoupla. To mě samozřejmě těšilo a motivovalo mě to k další trenérské práci.

V dalším roce jsem úspěšně odmaturoval a odešel na vysokou školu do Prahy. S taekwondem jsem chtěl pokračovat, a tak jsem na doporučení Jardy Maška začal navštěvovat školu Ge Baek Jirky Gazdy. Tréninky mě v Praze opravdu bavily. Byl to tradičnější styl výuky ve srovnání se sportovním přístupem v Třebíči. V Praze jsem se naučil další sestavy a mohl jsem postupovat s technickými stupni. Vedle pražských tréninků se mi podařilo poskládat školní rozvrh tak, abych každý pátek odjel do Třebíče a udržoval vztahy s mým domovským oddílem. Vedle taekwonda jsem začal se spolužákem ze školy trénovat box. Nově nabyté zkušenosti jsem se snažil ukazovat i v Třebíči, ale díky mojí neobratnosti jsem dával spíše nevyžádané rady, a tak nějak jsem se začal odcizovat. Moje motivace trénovat se pomalinku vytrácela, protože k tréninku jsem potřeboval partu kamarádů. Tu jsem ale díky mizerné schopnosti naslouchat a možná nedostatku pokory postupně ztrácel.

Po ukončení druhého ročníku na vysoké škole jsem si našel přítelkyni Ivu. Bydlela ve stejné vsi jako já a tak jsem vedle taekwonda začal trávit čas i s ní. V týdnu jsem byl ve škole a cvičil, v pátek jsem i nadále trénoval v Třebíči, nicméně o víkendu jsem chtěl být doma. S rostoucími povinnostmi ve škole jsem postupně začal vynechávat tréninky v Praze a nakonec mi nezbýval čas ani na trénink v Třebíči. Po ukončení vysoké školy jsme se přestěhovali s Ivou do Kladna a začali naši společnou

dráhu života. Příjemně strávený čas s Ivou, práce, oprava bytu a zdlouhavé cestování na Moravu mi kompletně znemožnilo pokračovat ve cvičení. Taekwondo jsem tedy přestal cvičit úplně.

Po několika letech jsem žil kompletně jiný život. Oženil jsem se s Ivou a po třech letech jsme měli dva syny - Martina a novorozence Filipa. Každý týden jsme se vraceli z Kladna za rodiči na Moravu. Znamenalo za víkend ujet 400 únavných kilometrů. Po čase nás takový život přestával bavit, a tak jsme se přestěhovali zpět na Moravu. Iva byla na rodičovské dovolené a já jsem si našel práci v Brně. Prvně jsme si opravili dům po rodičích, ale později jsme se rozhodli postavit si nový dům. Po roce papírování a dalším roce práce se nám podařilo nastěhovat. Do nového domu jsme se rozhodli přivést i další dítě. Narodil se nám syn Michal. Čas běžel a postupně jsme dostavěli dům, zkulturnili zahradu a žili rodinným životem.

Když začal chodit Martin do školy, začali jsme řešit zájmové kroužky. Taekwondo bylo jednou z voleb, a Martinovi se myšlenka zalíbila. Přihlásili jsme ho tedy do třebíčského oddílu. Na tréninky jsem Martina vozil sám a během tréninku jsem dokončoval věci, které jsem nestačil díky dřívějšímu odchodu z práce v Brně. Vždy když jsem práci dodělal, nebo když mi došla baterka u notebooku, začal jsem pomáhat s tréninkem trenérovi. Po několika trénincích si mě zavolał Michal Kobylarz a požádal mě, abych nechal práci v Brně, a začal cvičit také. Trenérů nebylo nikdy dost a tak jsem nakonec po chvíli váhání a debatě se ženou souhlasil.

V oddílu trénovala parta kluků a holek, se kterými jsem se v oddílu moc nepotkal. Znal jsem sice Jardu Maška, Michala Kobylarze, a další dva trenéry z dob mého působení v oddílu, nicméně vedle nich cvičilo několik dalších trenérů, se kterými jsem se neznal. Pomohli mi zopakovat techniky a sestavy do 1. kupu, který jsem v tu dobu měl a během relativně krátké doby jsem se připravil na zkoušku na 1. dan. Pan velmistr Hwang Ho-yong si mě z národních seminářů moc nepamatoval, nicméně po semináři v Třebíči a po dalším v Brně mi povolil účast na zkoušce. Zkoušku jsem zvládl a získal první z mistrovských technických stupňů - 1. dan. Ani mě netěšilo to, že mám 1. dan, ale spíš to, že jsem zkoušku zvládl velmi dobře. Chtěl jsem ukázat, že se v Třebíči dělá dobré taekwondo a to se mi podařilo. Byl jsem vděčný novým kamarádům v oddílu, že mi k tomu pomohli.

Zhruba po dvou letech začal s taekwondem i syn Filip. Viděl cvičení u Martina, a tak se chtěl také přidat. S dalšími roky v oddílu jsem vedle trénování začal pomáhat i s organizací soutěží, soustředění a dalšími činnostmi spojenými s vedením oddílu. Snažil jsem se o zviditelnění oddílu, protože doba, kdy na nábor nových členů přišlo padesát zájemců, byla dávno pryč. Zprovoznil jsem tedy nový oddílový web a začal organizovat reklamu na sociálních sítích. K mojí práci se připojili i další kolegové z oddílu a postupně se nám podařilo rozšířit členskou základnu ze zhruba 30 členů až nad 70. Výsledky naší práce mě hodně potěšily a motivovaly mě do další práce.

Po dosažení 40 let mě oslovil kamarád Libor Macháň z brněnské školy taekwonda, že by potřebovali v národní reprezentaci doplnit tým veteránů. Já jsem si účast v národním týmu hodně přál, ale byl jsem si vědom toho, že do toho budu muset investovat spoustu času. A ten jsem neměl. V situaci, kdy se národnímu týmu nedařilo najít dalšího závodníka jsem se nakonec na účasti v reprezentaci doma domluvil. Začal jsem se účastnit reprezentačních soustředění. Příprava byla sice náročná, ale tak nějak jsem na to byl připraven. To, co jsem ovšem nečekal bylo množství

času, které jsem musel věnovat do samostatné přípravy, abych se cítil připravený. V reprezentaci jsem pomohl národnímu týmu získat několik medailí na Mistrovství Evropy a Mistrovství světa. Na medaili nejvyšší jsem bohužel nedosáhl díky stejnému problému, který jsem zažíval dříve. Ve finále technických sestav jsem díky nervozitě zkazil týmu finálový zápas v technických sestavách. Hodně mě to mrzelo. V dalším roce jsem se rozhodl s účastí v reprezentaci skončit. Byl jsem hrdý závodit za český národní tým. Cítil jsem však i vinu za to, že se díky plnění osobního snu odcizuji své a svojí rodině.

Moje motivace sportovat a cvičit taekwondo se během času vyvíjela. Cvičení a práce v kolektivu mi však pomohla ujasnit si osobní hodnoty: cením si blízkosti mé rodiny, rád pomáhám druhým v osobním rozvoji a upřímně mě těší a naplňuje úspěch mých svěřenců. V roce 2019 jsem byl požádán, zda nemůžu převzít vedení v oddílu. Po chvíli uvažování a debatě s Ivou jsem nabídku přijal. Oddíl mi hodně dal a tak jsem se rozhodl mu i něco vrátit.