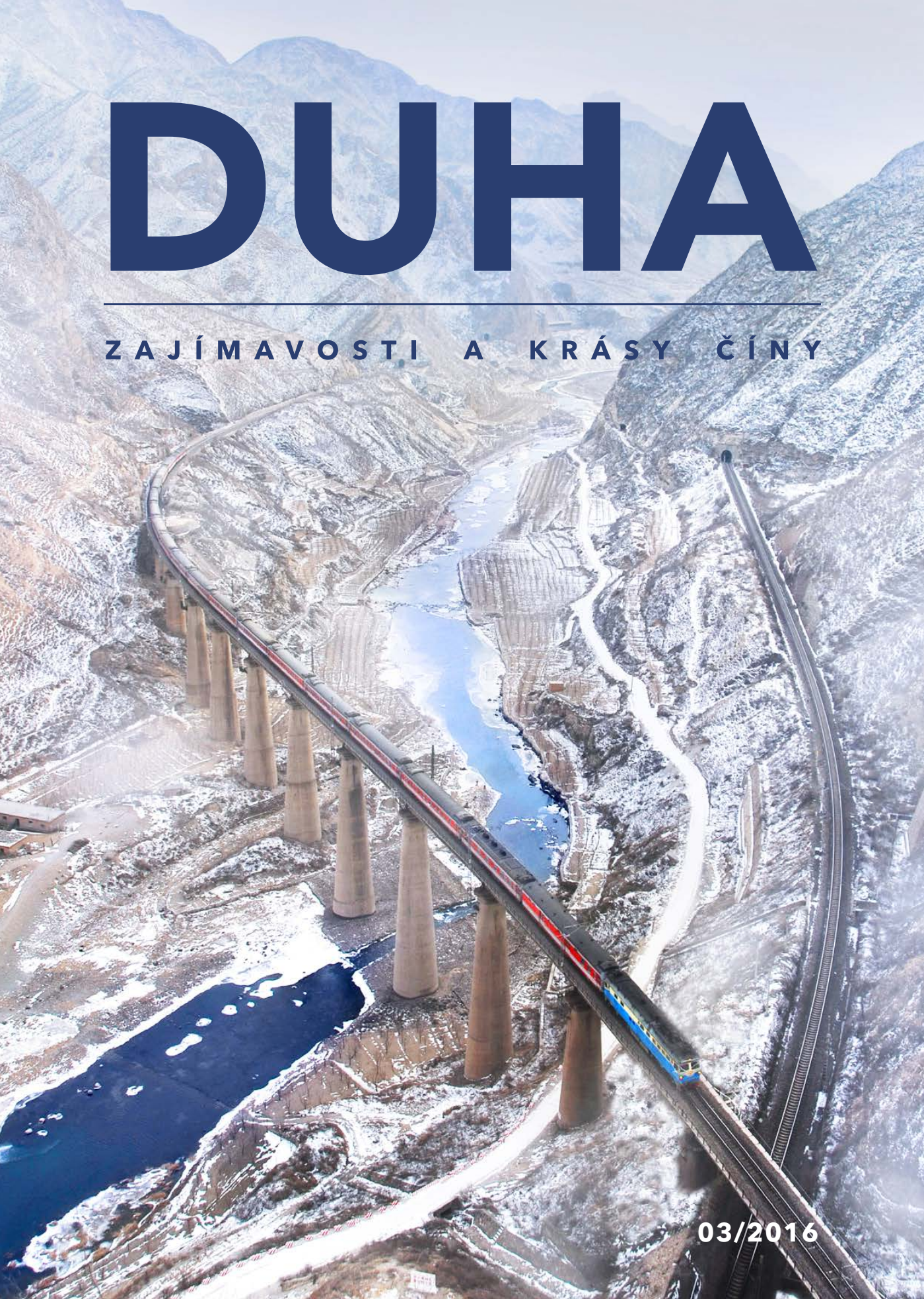


DUHA

ZAJÍMAVOSTI A KRÁSY ČÍNY



03/2016



Editorial

Chceme-li blíže pochopit čínskou kulturu a myšlení, měli bychom určitě studovat čínské písmo. O jeho vzniku traduje několik legend, mezi nejznámější patří ta o Čchangťieovi, který sloužil u bájného Žlutého císaře a při tvoření znaků se nechal inspirovat stopami zvířat a ptáků. Skutečnost je samozřejmě daleko složitější, čínské písmo je výsledkem práce mnohých učenců a vyvíjelo se v průběhu mnoha staletí. A protože je to písmo logografické, tj. používá znaky pro celá slova nebo morfémy, zachycuje mnohé základní koncepty čínské kultury, které po tisíciletí formovaly čínskou mentalitu. Uvedme si jako příklad jeden z nejčastějších znaků: „dobrý“ (chao, 好). Skládá se z komponentu „žena“ a „dítě“. Když má žena dítě, je to přirozené a tedy dobré. V minulosti se jako pozdrav používalo přání „klidu“. Znak pro „klid“ (an, 安) se skládá z komponentu „střecha“ a opět z komponentu „žena“. Když totiž v domě muže žije žena, může být klidný. Mimochodem, původní piktogram pro ženu znázorňoval klečící postavu a symbolizoval obřadnost. Již z těchto uvedených znaků lze vycítit silný smysl pro rodinu a etiketu. Rodina je základem dobře fungujícího státu, pokud je zachován pořádek v rodinných vztazích, budou v harmonii i vztahy mezi panovníkem a jeho poddanými. Tento koncept nesmazatelně vstoupil do čínské tradice Konfuciovo učení, u kterého se také v krátkosti zastavíme.

Přejeme vám příjemné čtení.



Zuzana Franklinová
redaktorka časopisu DUHA

Obsah

- | | | | |
|---|--|---|---|
| 4 | Z historie čínského písma | 4 | Tajemství isingské keramiky |
| 4 | Legenda o tvůrci čínských znaků | 4 | Nostalgie po vlacích |
| 4 | Konfucius a konfucianismus | | |
| 4 | Ťi-nan: město pramenů | | |
| 4 | Současné čajovny v Číně | | |
| 4 | Čínské přísloví: „Tři lidé vytvoří tygra“ | 4 | Jak se mění čínští turisté |
| 4 | Tradiční čínská medicína v běžném životě (aneb jak přežít zimu...) | 4 | Čínští turisté míří do nových destinací |
| 4 | (Jiho)východní Asie - můj šálek čaje aneb Čínský jazyk a rýže - můj denní chléb. | 4 | Deset největších soukromých společností v Číně v roce 2016 |
| 4 | Čínské bojové umění | 4 | Čínská měna vstupuje do SDR |
| 4 | Ohnivý kotlík | 4 | Reforma důchodového systému - nové příležitosti ke spolupráci |
| 4 | Příběh čínského sběratele umění Thangka | 4 | Recepty z domácí kuchyně |



Časopis DUHA Zajímavosti a krásy Číny

čtvrťletník, 5. ročník

Registrován v evidenci periodického tisku pod evidenčním číslem:
MK ČR E 21261
ISSN: 2336-1905
Náklad: 5 000 ks

Datum vydání: 15. 1. 2016



Vydává: **M-Phoenix, s.r.o.**
Turnovského 497/2, 100 00 Praha 10
IČ: 241 86 236, DIČ: CZ24186236

Výroba: M-Phoenix, s.r.o.
ve spolupráci s CRI (<http://asiednes.cz>)

Grafická úprava: Jan Mottl
(www.janmottl.cz)

Jazykové korektury: Michaela Drahovzalová

Foto: archiv CRI, archiv M-Phoenix, s.r.o., Shutterstock

Kontakt pro zájemce o reklamu nebo bezplatné zasílání časopisu na:
casopisduha@seznam.cz

Starší čísla najdete ke stažení na stránce **www.mphoenix.eu**

Z historie čínského písma

První značky připomínající systém písma se našly již v ruinách neolitického naleziště Pan-pcho, kultury staré šest tisíc let. Značky mají pravidelný tvar a již připomínají jednoduché piktogramy. Podoba a systém pozdějších čínských znaků však pochází z 16. století před n. l., z dynastie Šang. Archeologické nálezy potvrdily, že na počátku této dynastie již existovala velice vyspělá kultura. Jedním z rysů této kultury byly tzv. ťia-ku-weny, nápisy na želvích krunýřích nebo zvířecích kostech. Tyto byly poprvé objeveny v roce 1899 ve vesnici Siao-tchun v severní části provincie Che-nan. Místní obyvatelé nacházeli destičky na polích a prodávali je do lékáren jako „dračí kosti“, o kterých se věřilo, že léčí nemoci. Jeden pekingský úředník si později všiml nápisů na těchto destičkách a tím začal jejich výzkum.

V kultuře dynastie Šang podléhaly veškeré vladařské záležitosti věštebným rituálům, u kterých se tyto ťia-ku-weny hojně využívaly. Kosti se před použitím nejprve důkladně očistily, zbavily se krve a masa,

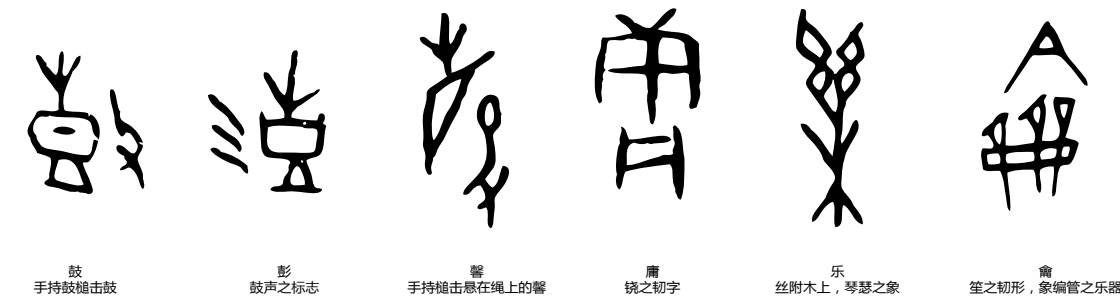
vyhladily se a nakonec se pomocí nože do kosti nebo krunýře vydlabala výduť. Věštec nebo šaman nejprve na kost napsal své jméno, datum věštby a otázku, poté ji držel nad ohněm vydutou stranou nahoru. Kost po zahřátí popraskala a šaman pak z těchto prasklin vyvodil věštbu, kterou do kosti nebo krunýře znovu vyryl. Výsledek a pravdivost věštby se opět zaznamenaly a uschovaly v úřadě, který byl pro tyto záležitosti vytvořen. Kromě věštev se do krunýřů zaznamenávaly i důležité události jako války, přírodní katastrofy, stav hospodářství apod.

Do dnešního dne bylo objeveno přes 160 000 věštebných kostí. Některé z nich se zachovaly vcelku, z jiných bohužel jen fragmenty. Statistickými výpočty se dospělo k závěru, že se na všech kostech a krunýřích objevuje celkem 4 000 znaků, z nichž se učencům podařilo identifikovat kolem tří tisíc a textovou analýzou bylo dešifrováno zhruba tisíc znaků. Zbylé znaky nejsou identifikovatelné, nebo se je nepodařilo rozluštit. Přesto i z tohoto zlomku jsme

získali mnoho poznatků o šangské vládě, ekonomice, kultuře a jiných aspektech života. Nápisy na kostech a krunýřích představují již vyspělá a systematická písmo, které položilo základ pro rozvoj čínského písma. Představuje písmo v podstatě logografické, tzn. jeden znak označuje zpravidla jedno slovo. V pozdějších dobách prošlo složitým vývojem, měnila se podoba i stylizace jednotlivých znaků a zvyšoval se i jejich počet. Na nápisy na kostech navazovaly nápisy na bronzových předmětech (ťin-wen), ve



同坐一室 酒祗為百歲人永雄書



商代甲骨文所见乐器使用图示
Use Of Musical Instruments in Oracle Bone Inscriptions of the Shang Dynsty



kterých se již objevuje hodně ideofonografických znaků, to znamená, že obsahovaly kromě významových částí také fonetické komponenty. Ani u tohoto stylu nebyla ještě zcela ustálená grafická podoba. Ve většině případů byly nápisy na bronzích vytvořeny odléváním do forem, proto jsou čáry většinou tlusté. V období dynastie Východních Čou se vyvinulo velké pečetní písmo (ta-čuan). Pro tento styl je charakteristická již značná souměrnost grafických elementů a poměrná symetričnost grafické struktury, objevuje se snaha o zjednodušování a formalizaci. K unifikaci písma došlo po sjednocení Číny státem Čchin (221 – 206 před n.l.). První čínský císař, Čchin-š'-chuang, zaváděl rozsáhlé reformy, mezi nimiž nemohla chybět reforma písma. Spočívala ve zjednodušení čchinského písma a jeho zavedení v celé zemi jako písma normativního. Veškeré texty a předměty s nápisy poražených šesti států byly zničeny. Takto se podařilo sjednotit říši po stránce kulturní. Později byl tento styl označen jako malé pečetní písmo (siao-čuan). Dochází u něj k další formalizaci a potlačení přetrvávajících piktografických rysů. Vedle malého pečetního písma vznikl i styl úřední (li-šu), používali jej

především nižší úředníci. Původně vycházel z formy velkého pečetního písma, avšak silně jej ovlivnilo používání nových psacích pomůcek – štětce a tuše. Poslední grafický styl, vzorové písmo (kchaj-šu), jež se zpočátku velice podobá úřednímu písmu, se začal používat za dynastie Chan (206 před n. l. – 220 n. l.) a používá se dodnes.

Proces vývoje čínských znaků byl procesem postupné standardizace tvaru. V malém pečetním písmu byl počet tahů přesně určen, v úředním se ustanovil systém psaní štětcem a znaky dostaly hranatější podobu. Poté, co se zrodilo vzorové písmo, ustálila se i podoba znaků. Definovaly se základní tahy: vodorovný, svislý, zahnutý, lomený, tečka atd. Ustálilo se i pořadí psaní tahů. Vzorové písmo kchaj-šu se stalo standardním písmem před přibližně tisíci lety.

Velká část čínských znaků obsahuje grafický a fonetický komponent, můžeme je zařadit do ideografického systému. Největší slovníky obsahují až 80 000 tisíc znaků, naprostá většina se však již nepoužívá. V současnosti je v oběhu kolem 10 000 znaků, z nichž se běžněji užívá kolem 5 000 až 6 000.

Čínské písmo výrazně ovlivnilo i písma okolních států. Mnohé asijské státy jako Japonsko, Vietnam, Korea a jiné používaly, a některé dodnes používají, čínské znaky jako základ svého písma. Zdroj: CRI

Pro zajímavost:

Ve znacích se skrývá logika odrážející myšlení starověkých Číňanů. Můžeme si to ukázat například na znaku pro člověka. Původní podoba znaku pro člověka se skládala z těla a nožiček, nesla rysy klasického piktogramu. Člověk s rozpráženými rukama však neoznačuje velkého člověka, jak bychom si mohli myslet, ale pouze pojem „velký“. Podle filozofického konceptu nebesa-člověk-země se člověk nachází mezi nebesy a zemí. Nebesa nemají hmotnou formu, těžko je namalovat. Kde začínají a kde končí? Když tedy chtěli starověcí Číňané znázornit znak pro nebesa, namalovali nad hlavu velkého člověka další horizontální tah. Když se k velkému člověku přidá tah navíc, je to už „příliš“. A takto bychom mohli pokračovat s mnoha znaky dál a dál.

- 人 „člověk“
- 大 „velký“
- 天 „nebesa“
- 太 „příliš“

Čínské písmo není tedy jen systémem zachycujícím jazyk jednoho národa. Ve znacích se ukrývá především nahlížení starověkých Číňanů na svět a jeho jevy. V tom tkví jejich krása a tajemství.

Legenda o tvůrci čínských znaků

Podle legendy vytvořil čínské písmo Cchang Ťie, úředník legendárního císaře Chuang-tiho. Jeho úkolem bylo starat se o dobytek a obilí celého kmene. Vedl si velice dobře, takže se počet dobytka i zásoby obilí zvyšovaly. Počty se neustále měnily a on si je už nedokázal zapamatovat. Začal si dělat uzly na provaze. Když přibyl jeden kus, udělal na provaze nový uzel. Když ubyl jeden kus, jeden uzel rozvázal. Udělat uzel nebylo těžké, ale rozvázat jej už tak snadné nebylo. Vymyslel proto jiný způsob zaznamenávání. Udělal na provaze smyčku a navlékal na ni škeble. Když něčeho přibývalo, navlékl na ni škebli a naopak. Tento systém používal několik let. Chuang-ti byl s jeho prací spokojen, proto mu přidělil další úkoly. Nařídil mu, aby si pamatoval počet obětních obřadů, přirozený pohyb

členů kmene, aby rozdělával ulovená zvířata atd. Tolik věcí najednou! Jak si zapamatovat všechna ta čísla! Jednoho dne se Cchang Ťie zúčastnil lovecké výpravy. Když dojeli lovci na křižovatku, začalo se několik starců hádat, kterou cestou se vydat. Jeden trval na tom, že je třeba jít na sever, kde se podle něho stahovali jeleni, druhý chtěl jít na západ, kde prý žili tygři. Cchang Ťie se jich ptal, podle čeho tak soudí. Podle jejich stop, odpověděli. Najednou mu bleskl hlavou nápad: když je možné podle stopy poznat různá zvířata, proč nemohu označit různé předměty, o které se mám starat, různými značkami? S radostí se vrátil domů a vymyslel podle tvaru různých věcí různé značky. Od této doby byly všechny věci pod jeho správou v dobrém pořádku. Vládce ho chválil a nařídil mu,

aby vytvořil také znaky pro řeky, hory, živočichy a jiné věci a aby je naučil i ostatní. Tak se zrodilo čínské písmo. Kam ale ty znaky napsat? To byl další problém, který musel tvůrce písma řešit. Náhodou někdo chytil želvu a přišel k němu, aby pro ni vytvořil znak. Cchang Ťie si uvědomil, že je želví krunýř členěn na čtverečky. Podle toho vytvořil znak pro želvu a vryl jej do jednoho z čtverečků. Želva pak zmizela v řece. Za tři roky ji náhodou někdo objevil a ukázal Cchang Ťieovi, že ten znak zůstal na krunýři nesmazán. Ten nařídil všem, kteří vyloví želvy, aby mu odevzdali jejich krunýře, a začal na ně vyrývat znaky.

Za vytvoření písma si Cchang Ťie vysloužil u vládců velké ocenění a členové kmene ho měli v hluboké úctě. Sláva mu začala stoupat do hlavy a začal vytvářet znaky ledabyly. Když se to vládce dozvěděl, rozzlobil se a zavolal stařešinu, kterého si tvůrce písma velice vážil. Požádal ho, aby mu pomohl nedostatky napravit. Stařec se Cchang Ťieho ptal: „Proč znaky, kůň, osel a mezek, které jsi vytvořil, mají vesměs čtyři nohy, ale skot má jen jeden ocásek, zatímco znak ryba má čtyři nohy? Nynější znak těžký, který má podle obrazu znamenat vzdálenost tisíc kilometrů, se podle mne lépe hodí ke znaku ven a nynější znak ven, který se skládá z dvojí hory, má být naopak znakem pro těžký. Proč? Nerozumím tomu.“ Jak Cchang Ťie jeho slova slyšel, hned si uvědomil, že udělal z nedbalosti mnoho chyb. Ale tyto znaky se už rozšířily po kmenech a nedalo se to opravit. Zastyděl se a hluboce toho litoval. Od té doby byl už skromný a vytvářel znaky pečlivě.

Zdroj: CRI



Konfucius a konfucianismus

Úcta k učitelům odjakživa patří mezi typické rysy čínské společnosti. A když se o nich mluví, nelze nevzpomenout Konfucia, jednoho z největších učitelů minulosti. V 70. letech minulého století sestavil americký vědec řebříček osobností, které měly vliv na chod světových dějin. Konfucia zařadil na páté místo. Vliv Konfuciových idejí na myšlení čínského národa můžeme však suverénně postavit na první místo.

Konfucius (孔夫子, Kchung Fu-c'), starověký filozof a zakladatel konfucianismu, žil v letech 551 až 479 př. n. l. v období „Jar a Podzimů“ (Čchun-čchiou, 春秋). Narodil se ve staré šlechtické rodině Kchung ve státě Lu, v dnešní provincii Šan-tung. Jeho otec zemřel, když mu byly tři roky, a matka, když mu bylo šestnáct let. Konfuciovo rodové jméno bylo Kchung (孔) a jeho osobní jméno Čchiou (丘). Přípona c' (子) v jeho titulu Kchung-c' (孔子) slouží k označení osvíceného mudrce. V průběhu více než 2 000 let se projevoval vliv jeho učení nejen v politickém a kulturním životě země, ale vryl se nesmazatelně také do mentality Číňanů. Někdy je konfucianismus považován za náboženský systém, představuje však spíše filozofii nežli náboženství.

V období „Jar a Podzimů“ (Chünqiu, 春秋) byl centrální stát rozdělen do mnoha nevelkých úředních království. Stát Lu (魯) patřil v té době mezi nejrozvinutější. Konfucius sice nedosáhl vysokého postavení, získal si však širokou oblibu mezi lidmi. Jeho přínos ve vzdělávání tkví v tom, že vytvořil první čínskou „soukromou školu“. Před ním fungovaly v Číně totiž pouze „státní školy“ pro děti ze šlechtických rodin. Konfucius však umožnil vzdělávání také

dětem z řad běžného lidu. Říká se, že měl kolem tří tisíc studentů.

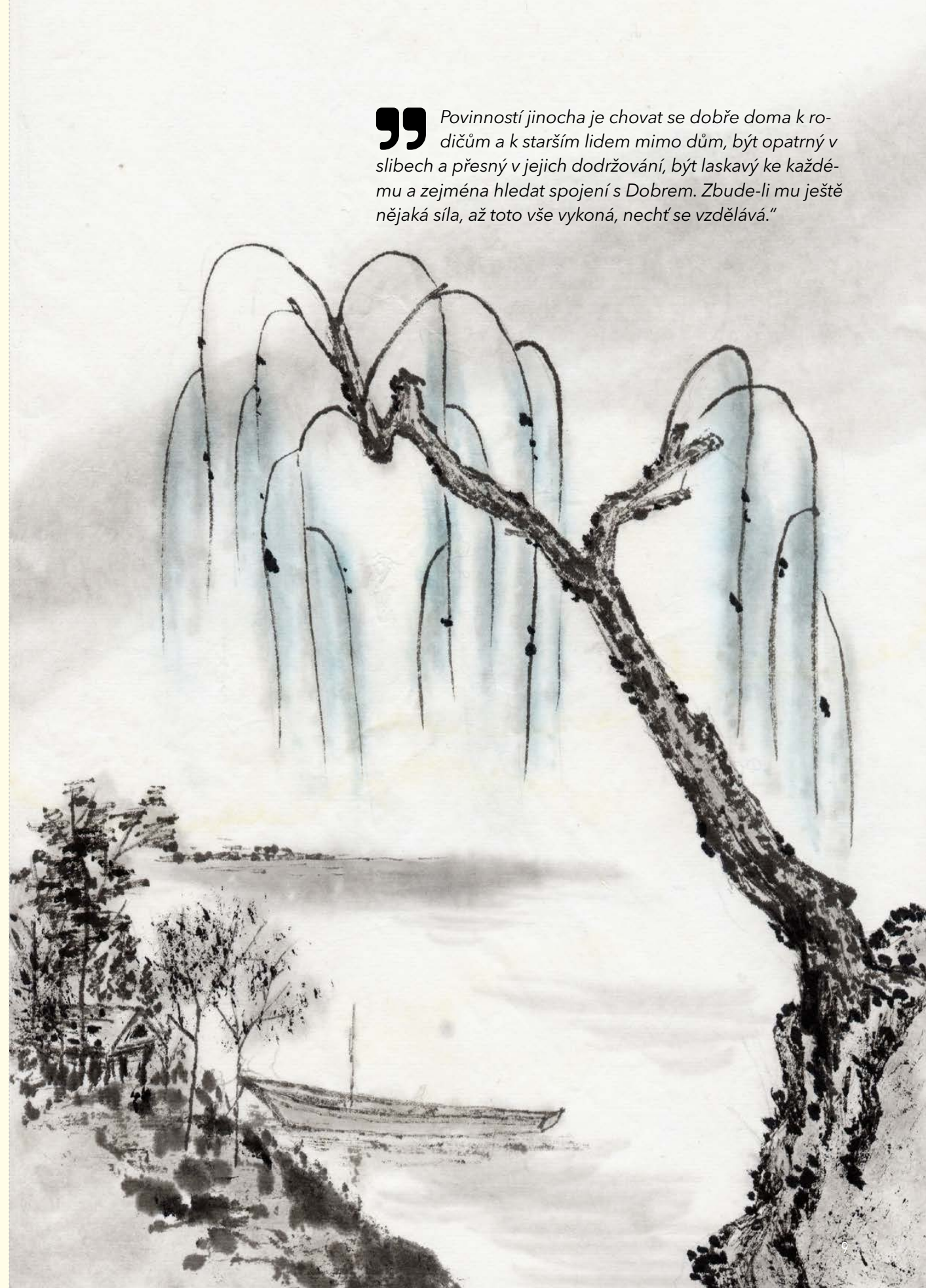
Proč ale učení Konfucia zaujímal dominantní postavení ve feudální společnosti Říše středu tak dlouho? Za dynastie Západní Chan (西汉, Si Chan) nastoupil na trůn imperátor Wu-ti (武帝), který vládl Číně v letech 140-87 před n. l. Tehdejší představitelé se snažili stvrdit legitimitu své vlády a zachovat sociální stabilitu. Učení Konfucia proto přišlo velmi vhod, začalo se v tomto období formovat v oficiální ideologickou doktrínu. Věhlas Konfucia jako znalce kanonických knih Š-ťing (诗 经) a Šu-ťing (书 经) a také jako znalce rituálů a hudby k němu přivedl množství žáků, kteří sestavili sborník jeho soudů a rozhovorů, Lun-jü (论语). Tato kniha se stala jedním z hlavních zdrojů eticko-politického učení konfucianismu. Předpokládal, že vztahy mezi panovníkem a jeho poddanými by měly být podobné vztahům mezi otcem a dětmi v dobré rodině: „Vládce musí vládnout, poddaný se musí chovat jako poddaný, otec musí být otcem a syn musí mít chování synovské.“ Konfucius podporoval tradiční čínské uctívání předků jako prostředek k zachování věrnosti rodičům, rodu i státu.

Zdroj: CRI

像教行子孔師先



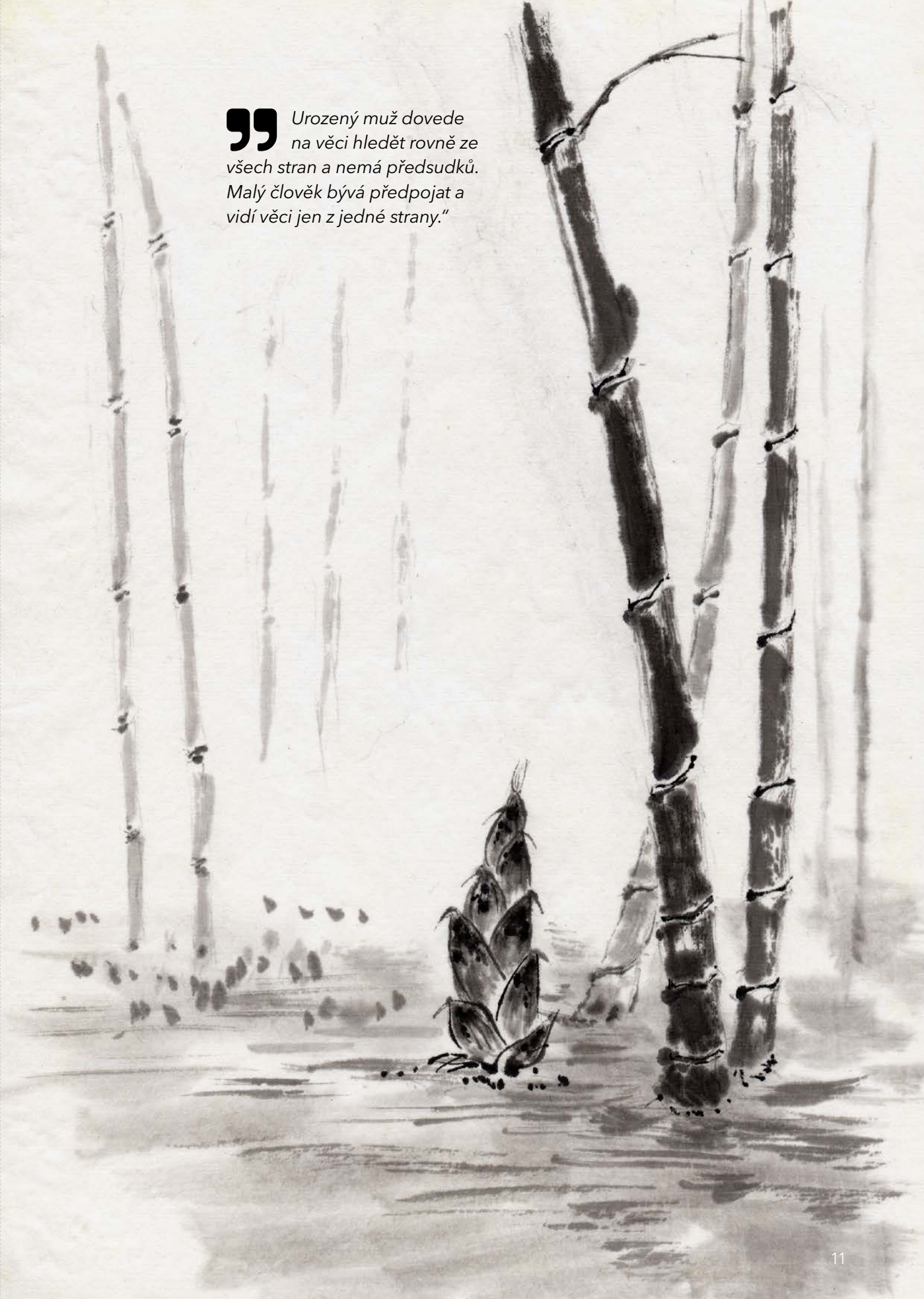
”Povinností jinocha je chovat se dobře doma k rodičům a k starším lidem mimo dům, být opatrný v slibech a přesný v jejich dodržování, být laskavý ke každému a zejména hledat spojení s Dobrem. Zbude-li mu ještě nějaká síla, až toto vše vykoná, nechť se vzdělává.“





” Kdo se učí bez pozornosti, je ztracen. Kdo myslí bez učení, je ve velkém nebezpečství.“

” Vládni lidem nařízeními, udržuje mezi nimi pořádek tresty, budou od tebe prchat a ztratí veškerou sebeúctu. Vládni jim mravní silou, udržuj mezi nimi pořádek Řádem, a podrží sebeúctu i přijdou k tobě z dobré vůle.“



” Urozený muž dovede na věci hledět rovně ze všech stran a nemá předsudků. Malý člověk bývá předpojat a vidí věci jen z jedné strany.“

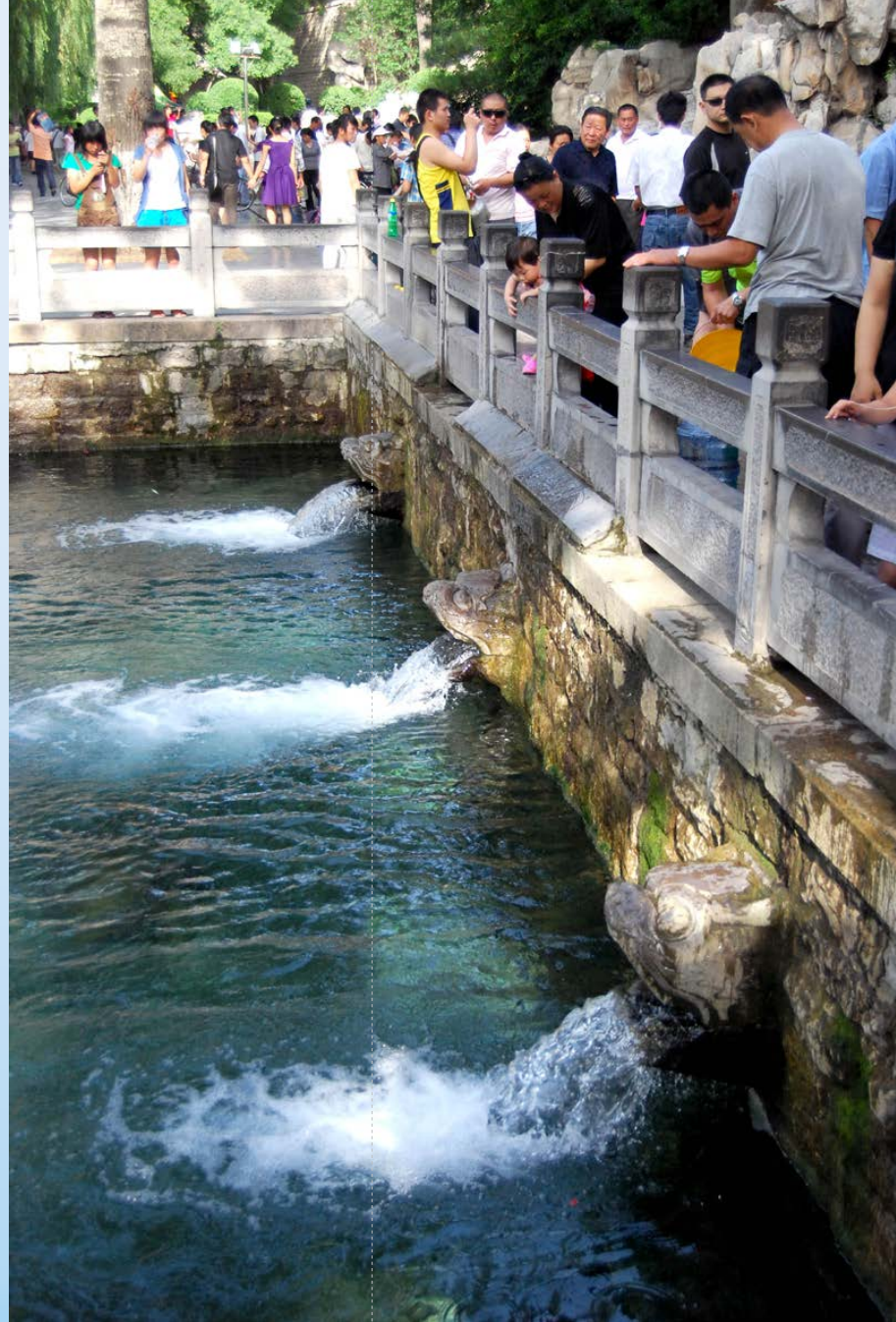
Ťi-nan: město pramenů

Světově proslulé Karlovy Vary každý rok přilákají nespočet turistů. Ale víte, že také hlavní město východočínské provincie Šan-tung, město Ťi-nan, bývá nazýváno městem pramenů? Jeho historie se datuje do doby pozdní neolické kultury Lung-šan rozvíjející se v údolích na středním a dolním toku Žluté řeky v letech přibližně 3 000 až 1 900 před n. l. Jižně od města stojí jedna z pěti posvátných hor, hora Tchaj, na severu protéká Žlutá řeka. Kromě bohatého kulturního dědictví se pyšní také bohatými zdroji přírodních pramenů, celkem jich bylo ve čtyřech oblastech města napočítáno kolem sedmi set. Není divu, že byl Ťi-nan v prosinci roku 1986 zařazen na seznam národních kulturněhistorických měst Čínské státní rady.

V současnosti lze do Ťi-nanu pohodlně přijet vysokorychlostním vlakem z Pekingu, cesta trvá jen jeden a půl hodiny. Letos jsem se během zlatého týdne u příležitosti státního svátku vydala do tohoto bájněho města pramenů s celou rodinou. Stejně jako musíte v Pekingu navštívit Velkou čínskou zeď a Zakázané město, tak si v Ťi-nanu nesmíte nechat ujít pramen Pao-tchu.

Pramen Pao-tchu (Pao-tchu -čchüan, 趵突泉)

Ohromný park s rozlohou 10,5 ha leží v rušném centru města. Na jihu se tyčí Hora tisíce buddhů, na severu leží jezero Ta-ming. Pramen Pao-tchu tvoří těžiště parku. Jezírko s průzračnou pramenitou vodou, dlouhé 30 m a široké 20 m, zásobují tři prameny vyvěrající uprostřed. Kromě nich však najdete v parku



ještě dalších 30 známých pramenů, včetně pramene Zlaté nitky, Bílého draka, Jehnědového pramene nebo pramenu Šu-jü. Pramen Šu-jü je spojen se slavnou básníčkou Li Čching-čao z období dynastie Sung, která bydlela nedaleko odtud a nazvala podle něj své spisy. Muzeum vedle pramene bylo věnováno právě této básnířce.

Voda pramene Pao-tchu vyvěrá z podzemní krasové jeskyně, nejvyšší denní kapacita je téměř 240 tisíc kubiků. Průzračná pramenitá voda obsahuje málo bakterií, takže dosahuje kvality pitné vody. V průběhu všech čtyř ročních období si udržuje stabilní teplotu 18 °C a v mrazivých zimních měsících se vznáší nad hla-

dinou lehká mlha dodávající jezírku nádech tajemna. 23. září 2010 se hladina pramenu Pao-tchu zvýšila na 30,01 m a vytvořila rekord od roku 1966.

Pramen Černého tygra (Chej-chu-čchüan, 黑虎泉)

Po procházce v parku Pao-tchu se už pomalu začala snášet noc, my jsme se ale rozhodli, že se ještě nevrátíme do hotelu, ale že zajdeme k dalšímu známému místu, k pramenu Černého tygra. Nachází se na jižním břehu starého městského vodního příkopu. Večer se na břehu rozzáří barevné

>>>



neony, přesto z místa vyzařuje klid. Pramen Černý tygr je druhým největším pramenem v Ťi-nanu, jeho denní kapacita dosahuje až 41 tisíc kubíků. Pramenitá voda vyvěrá z úst tří kamenných tygřích hlav a tryská do vzdálenosti jednoho metru. Kašna kolem tygřích hlav zadržuje pramenitou vodu, kterou si tu nabírá mnoho lidí. I nás místní vybídli, abychom ji ochutnali.

Jezero Ta-ming (大明湖)

Do jezera Ta-ming na severu starého městského obvodu stéká voda z mnohých pramenů a vytváří v rušném městě vzácné přírodní jezero. Jeho plocha dosahuje v současnosti 58 ha, průměrná hloubka vody je 2 m a nejhlubší místo má až 4,5 m. V okolí jezera Ta-ming naleznete mnoho ukázek starodávné architektury z různých

dynastií, které se pyšní vytříbeným vzhledem a dekoracemi. Mezi nejrepresentativnější určitě patří besídka Li-sia na největším ostrově jezera, taoistický chrám Pej-ti-ke postavený v roce 1280 za dynastie Jüan, pavilon Chuej-po z roku 1072 z dynastie Sung nebo čínská tradiční zahrada Siao-cchang-lang z roku 1792 z dynastie Čching.



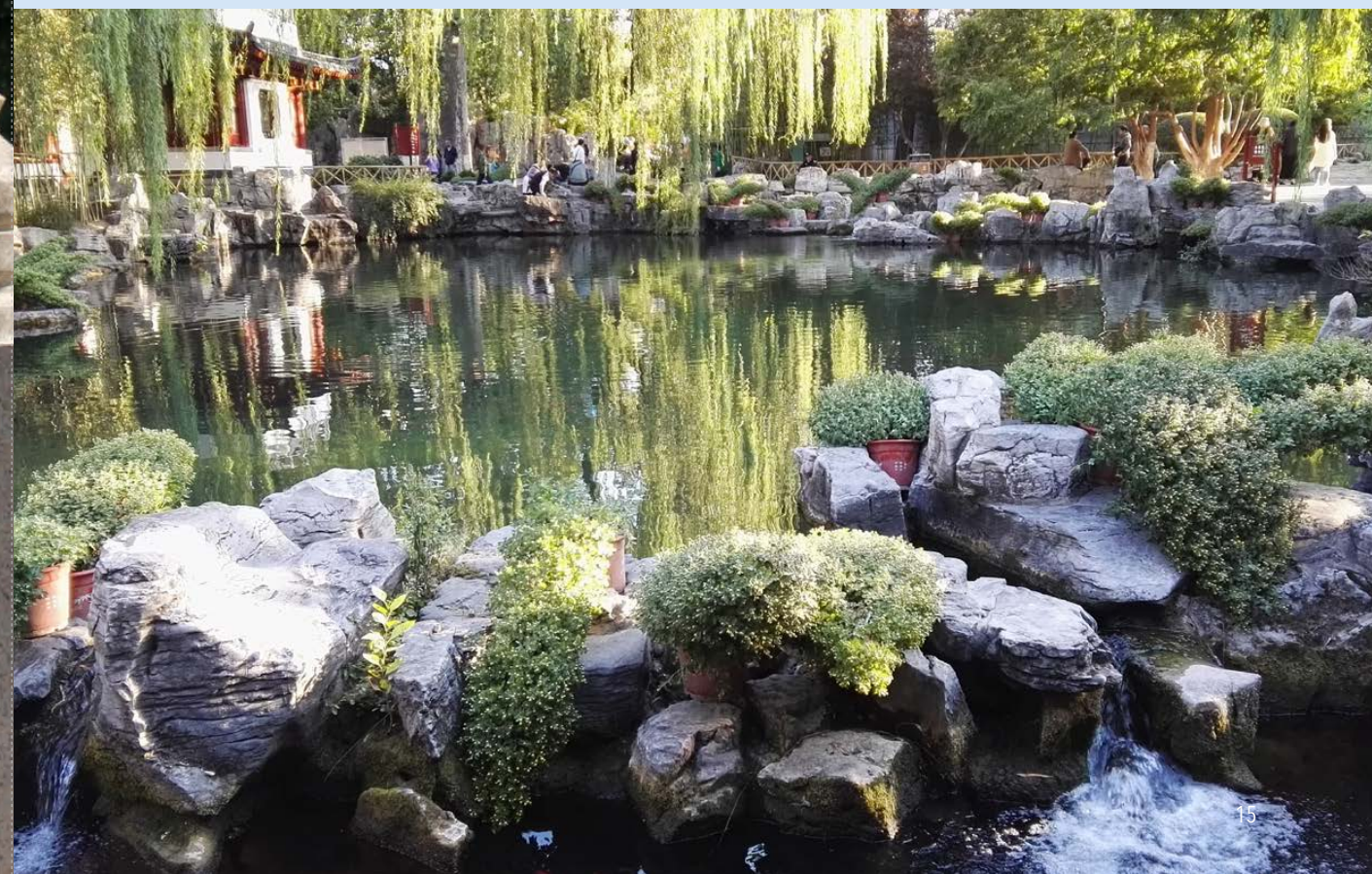
Hora tisíce buddhů (Čchien-fuo-šan, 千佛山)

Prameny ale nejsou jedinou zajímavostí Ťi-nanu, která stojí za zhlédnutí. Hora tisíce buddhů leží pouze 2,5 km jižně od centra a je součástí pohoří Tchaj. Není nijak vysoká, má pouze 285 m n. m. a zabírá plochu 166,1 ha. Podle staré čínské pověsti se mytický vládce Šun, známý také jako „Božský oráč“, údajně vládl v letech 2255–2208

nebo 2233–2184 před n. l., zabýval zemědělstvím právě na této hoře. Naučil lidi obdělávat půdu a pěstovat plodiny. Proto se hora nazývá i jako hora Šun nebo Šun-keng. V oblasti kolem Ťi-nanu se za vlády císaře Wen, zakladatele dynastie Suej (581 – 618 n. l.), rozšířil hojně buddhismus. Mniši, kteří se zde usadili, hloubili jeskyně a tesali do skal sochy buddhů. Mnoho ze soch bylo v průběhu historie zničeno, v současnosti však hojně přibývají nové,

které vznikají díky darům především Číňanů ze zamoří. Rozhodně stojí za návštěvu Jeskyně tisíce buddhů, kde se nespočet buddhistických soch v meditačních pózách oddává tichému rozjímání. Největší z nich je ležící socha Buddhy dlouhá 28 m. Jeskyně rozhodně v ničem nezaostává za čtyřmi nejznámějšími jeskynními komplexy Tun-chuang, Lung-men, Maj-ťi-šan a Jün-kang.

Zdroj: CRI



Současné čajovny v Číně

Období od druhé poloviny 19. století do třicátých let 20. století se považuje za vrcholnou éru čajoven v Číně. Za války proti Japonsku se jejich počet radikálně snížil, po založení ČLR se však sláva čajoven znovu na několik let obnovila. Netrvala však dlouho. Když bylo v roce 1956 zrušené soukromé podnikání, opět jich mnoho zaniklo. Za kulturní revoluce se pil čaj jen doma nebo v práci, výjimku tvořila jen provincie S'-čchuan, Kanton a několik dalších měst, kde čajovny představovaly neoddelitelnou součást života. Čajová kultura však má v srdcích Číňanů nesmazatelné místo. Po skončení kulturní revoluce se proto znovu oživovala a s ní se začaly znovu objevovat i čajovny.

S postupným zvyšováním životní úrovně na konci minulého století vzrůstala i spotřeba čaje. Uvedme Šanghaj jako příklad. Na

počátku 90. let 20. století činila roční spotřeba čaje na každého obyvatele v tomto městě jen 200 gramů, kdežto na konci roku 1999 přesáhla již 700 gramů. V oblibě byl především čaj zelený, a to jak velice kvalitní, v ceně přibližně tisíc jüanů za půl kila, tak i obyčejný levný čaj za padesát jüanů. Jen pro zajímavost, v té době činil průměrný plat pouze několik stovek jüanů měsíčně. S růstem spotřeby čaje přibývaly přirozeně i čajovny, dnes jich můžeme v Šanghaji napočítat více než tisíc. O městech se silnou čajovou tradicí jako Čcheng-tu nebo Kanton ani nemluvě, zde narazíte

na čajovnu snad na každém rohu, od luxusních až po ty nejobyčejnější, klasické i moderní.

Podívejme se také do Pekingu. V roce 2004 zde fungovalo více než pět set čajoven. Nejslavnější z nich, která byla pojmenovaná podle známého čínského spisovatele Lao Še, však zahájila provoz již v roce 1987. Představuje typickou čajovnu v tradičním pekinském stylu s červenými lampióny visícími ze stropu, klasickými tušovými

>>>



obrazy a kaligrafie na zdích a tradičním dřevěným nábytkem rozmístěným na ploše 1 500 metrů čtverečných. Čajovna může pojmout 250 hostů. Můžete si zde popovídat s přáteli, nebo sledovat vystoupení odehrávající se na pódiu vepředu. Odpoledne a po večerech se zde konají představení pekingské klasické opery, vyprávěčského umění nebo vystoupení akrobatů. Kromě různých druhů čaje si můžete pochutnat i na specifických pekingských moučnicích a sladkostech připravených podle receptů bývalého císařského dvora. Čajovnu Lao Še navštívilo i mnoho zahraničních významných osobností jako bývalý americký prezident George Bush nebo různí známí umělci.

Současné čínské čajovny bývají příjemně a vkusně zařízené kvalitním nábytkem, mnohdy v staročínském stylu. V některých najdete i cenné sbírky starožitností. Hosté si vychutnávají čaj v atmosféře tichých melodií klasických nebo soudobých skladeb. V některých čajovnách můžete čas od času sledovat, jak při čajovém obřadu ladnými pohyby vkládá mistr nebo mistryně čaje do roztomilých konviček voňavé čajové lístky a obřadně připravuje lahodný nápoj. Čajovny nabízí různé

formy využití, od hry v šachy, po vystoupení kaligrafů a umělců. Čajovny pro mladé se neobejdou bez internetu a počítačů, vlastně mohou připomínat internetové kavárny. Bez ohledu na to, jaká je specializace té které čajovny, odehrává se v nich život ve všech jeho aspektech.

Čajovny v provincii S'-čchuan

V jihozápadní čínské provincii S'-čchuan se říká: „Nad hlavou je málo jasných dnů, na zemi však všude čajovny.“ Místní trávili prý desetinu svého života v čajovnách. Podle nich, jen tato provincie má právo nést název „Říše čaje“. Na rozdíl od pekingských čajoven bylo v těch sečuánských velmi rušno a plnily mnoho funkcí. Byly doslova ilustrací společnosti.

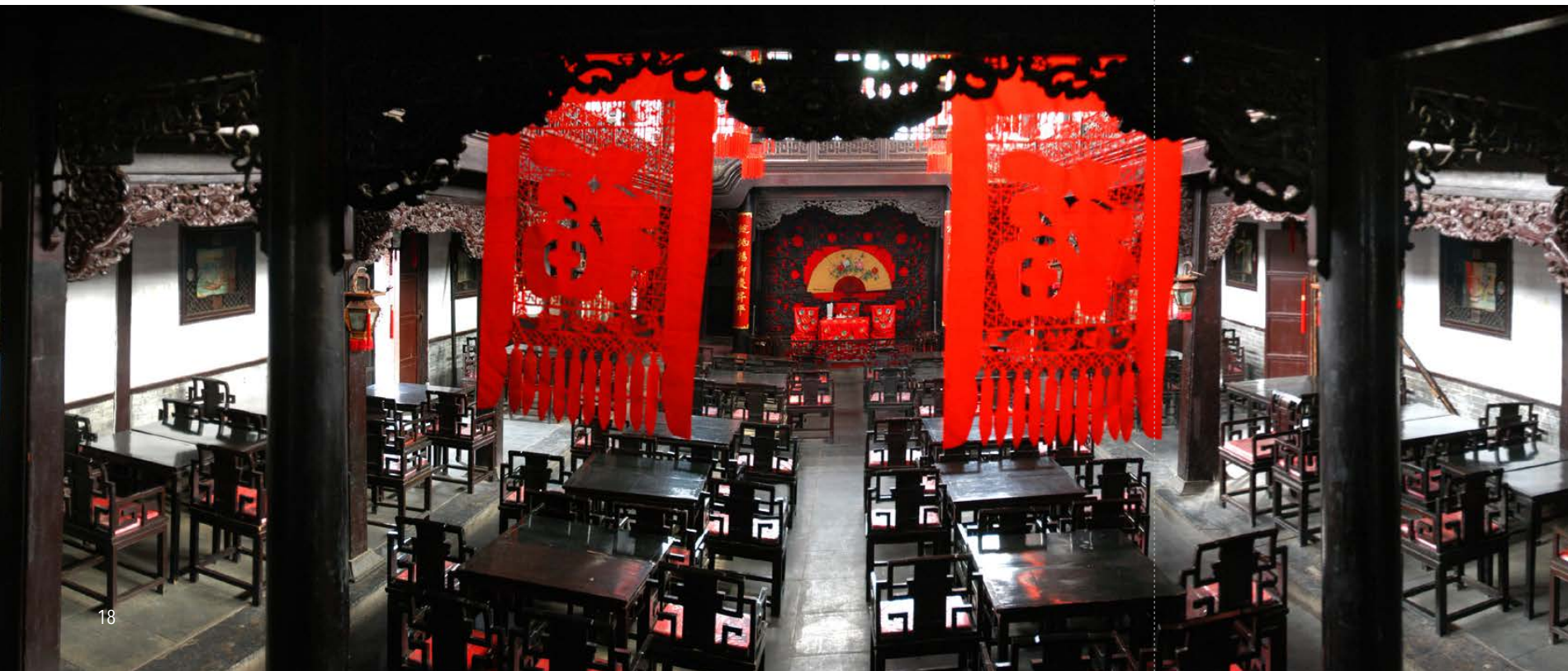
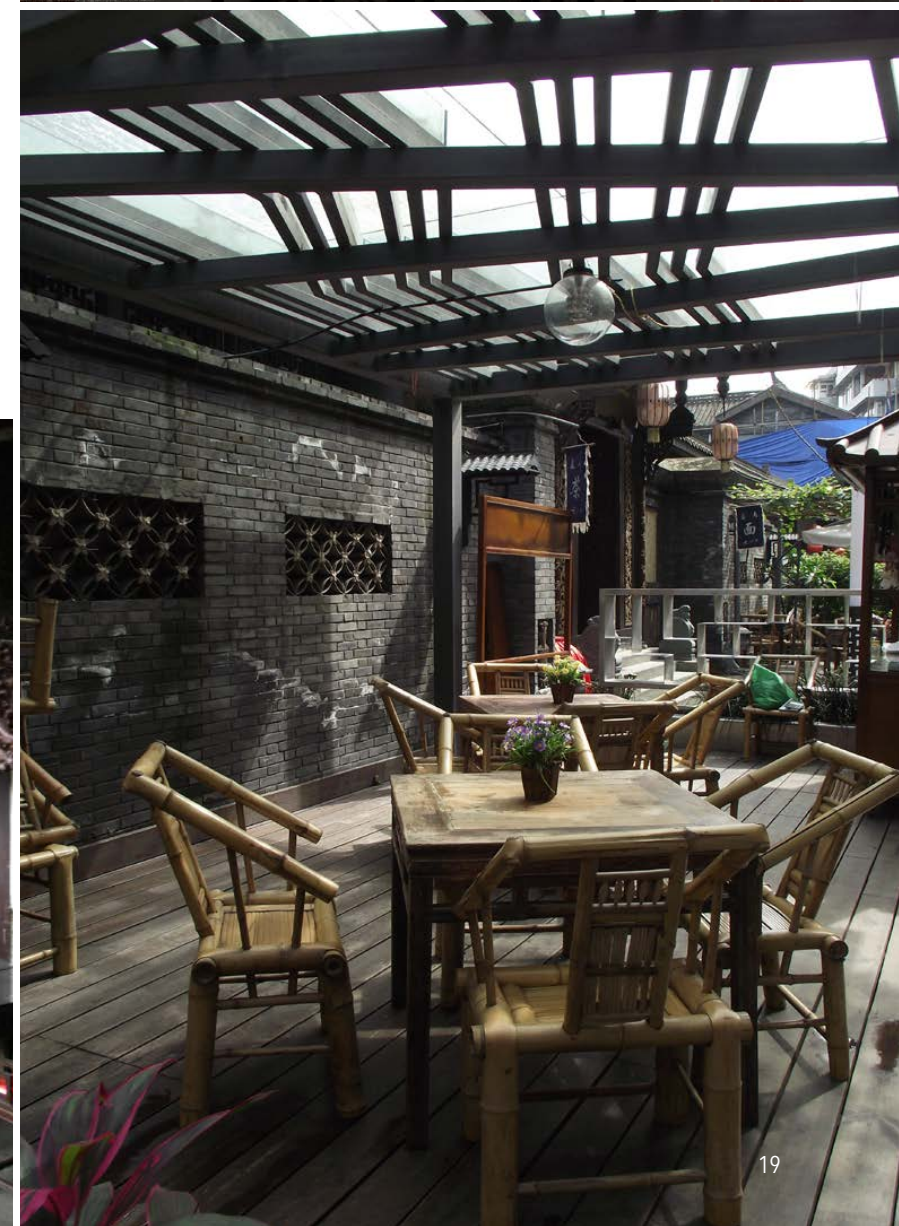
Čajovny v S'-čchuanu měly své specifické rysy. Byly zařízené malými bambusovými stolkami a židlemi. Typické čajové šálky se skládaly ze tří částí, z misky, víčka a podšálku nebo podnosu. Obsluha tvořila duši čajovny, personálu se říkalo „doktoři čaje“. Obsluhovali hosty ohleduplně, včas dolévali vodu do šálků, rychle uklízeli stoly a drobné vraceli přesně. Měli přehled o dění v čajovně, rychle reagovali vysokým

zpívajícím hlasem na příchod hostů a na jejich potřeby, což dodávalo čajovně rušnou atmosféru. I jejich způsob obsluhy byl obdivuhodný. Do jedné ruky brali měděnou konvici, zatímco druhou zvedali několik, někdy i dvacet, šálků najednou. Než dorazili k hostům u stolku, už jenom před ně položili misky na podšálek. Pak zvedli konvici s horkou vodou vysoko, někdy i do výšky jednoho metru od úrovně stolu a nalévali vodu do šálků tak, že nevystříkla ani kapka. Pak malíčkem jako hákem zachytili víčka a jedno za druhým je přiklopili na misky s čajem. Celý tento výkon se rovnal akrobatickému představení. Takto to bylo v minulosti a takto to můžete zažít v S'-čchuanu i dnes.

Pro místní se čajovny staly centrem společenského života. Lidé si zde mohli postěžovat, vyměnit si navzájem novinky a drby nebo informace o nových nařízeních a předpisech. V čajovnách se konala kulturní představení, zejména vyprávěčského umění a sečuánské místní opery. Nahrazovaly také trh práce, jedni zde na práci čekali, druhí pracovní síly hledali. Různé čajovny se specializovaly na rozličné profese. Opraváři vějířů, bot a dalších běžných předmětů, holiči, pedikéři, vykla-

dači budoucnosti a další řemeslníci sloužili hostům přímo u stolu. Některé čajovny byly vyhrazené k setkání literátů a umělců. Jiné představovaly místo pro obchodní jednání i místo k řešení sporů. Majetní lidé nebo vzdělanci, kteří se těšili úctě ostatních, tady projednávali a rozhodovali spory mezi lidmi, stejně jako u soudu. Po oboustranné argumentaci rozhodli, kdo má pravdu. Kdo prohrál, musel zaplatit čaj, který se v průběhu celého řízení vypil.

Čajovny představovaly také místo politického dění, kde lidé veřejně diskutovali o politických událostech, propagovali své politické názory a mobilizovali lidové masy k demonstracím. Schůzovali zde studenti, ale také ilegální organizace. Proto na konci 19. a 20. století policie v mnohých čajovnách sbírala informace, zasahovala a zatýkala lidi. Ve všech čajovnách se vyvěšovaly plakáty s nápisy jako: „Nemluvte o státních záležitostech“. Takovéto rušné čajovny se stávaly také místem konfliktů a rvaček. Na začátku minulého století pomalu přestávaly být oázou klidu a naopak zde řádili kapsáři, chuligáni nebo mafie. Se změnami společnosti od poloviny dvacátého století se změnil i čajovny. Mnohé někdejší funkce zanikly a vrátil se do nich klid.



ČÍNSKÉ PŘÍSLOVÍ: TŘI LIDÉ VYTVOŘÍ TYGRA

三人成虎

Pokud se lež nebo smyšlené vyprávění neustále opakuje, může se stát, že mu lidé uvěří a budou jej považovat za pravdivé. Když chceme v čínštině vystihnout takovou situaci, můžeme použít přísloví „tři lidé vytvoří tygra“.

V pátém století před naším letopočtem byla Čína rozdělena na mnoho státeků,

kteří mezi sebou vedly neutuchající války. Pozdější historici nazvali toto období obdobím Válčících států. Stalo se, že dva sousední státy Čao a Wej uzavřeli mezi sebou mírovou dohodu. Aby byla zachována záruka míru, čile spolu jednaly a zároveň si držely rukojmí. Wejský král poslal následníka trůnu coby záruku dobrých úmyslů do hlavního města státu Čao, do Chan-tanu. Zároveň

vyslal ministra Pchang-cchung, aby prince do státu Čao doprovázel.

Pchang-cchung byl velmi schopný wejský ministr, měl však na královském dvoře své oponenty. Obával se, že až opustí stát Wej, využijí jeho protivníci příležitosti a budou proti němu pletichařit. Před odchodem se zeptal panovníka: „Velký králi, jestliže

přijde jeden člověk a bude tvrdit, že se v ulicích prochází tygr, uvěříte mu?“ Wejský král na to pravil: „Neuvěřím, jakpak by mohl tygr doběhnout až do našich ulic?“ Pchang-cchung na to pokračoval: „Pokud by přišli dva muži a shodně by tvrdili, že se po ulicích prochází tygr, věřil byste jim?“ Král na to: „Kdyby hovořili oba dva stejně, začal bych pochybovat.“ Pchang-cchung se znovu otázel: „A pokud by přišli tři lidé a tvrdili vám, že se v ulicích prochází tygr, věřil byste jim nebo ne?“ Wejský král na to pochybovačně odpověděl: „Pokud by mi všichni tvrdili to samé, tak by mi nezbývalo, než uvěřit.“ Jakmile Pchang-cchung uslyšel královu odpověď, ještě více zneklidněl a s povzdechem králi pravil: „Velký králi, přemýšlejte, u nás tygr nežije, to přeci ví každý. Pouze kvůli tvrzení tří lidí se tygr v ulicích stal skutečností. Chan-tan leží mnohem dále od našeho hlavního města než váš palác od

ulic. Pokud lidé budou za zády vést o mně řeči, bude jich jistě více než jen tři.“ Wejský král pochopil smysl Pchang-cchungových otázek, pokýval hlavou a pravil: „Chápu tvé obavy, můžeš s klidem odejít.“ A tak Pchang-cchung doprovodil syna wejského krále do Chan-tanu. Zanedlouho poté, co odjel z Wej, se objevilo mnoho lidí, kteří Pchang-cchungu pomlouvali. Zpočátku wejský král svého ministra hájil a vyzdvihoval ho jako loajálního a schopného muže. Naneštěstí Pchang-cchungovy protivníci jej před králem vytrvale haněli, až jim nakonec uvěřil. Když se pak ministr vrátil, král jej nechtěl přijmout k audienci.

Traduje se ještě další podobná příhoda. Kdysi za Válčících států žil jeden ctnostný a bezúhonný učenec jménem Ceng-cchan. Stalo se, že musel kvůli pracovním záležitostem odcestovat a dlouho

se domů nevracel. V tu samou dobu jiný člověk stejného jména někoho zabil a byl zadržen. Ceng-cchanovi sousedé se o tom dozvěděli a hned to šli povědět jeho matce: „Váš syn zabil člověka a byl uvězněn.“ Ceng-cchanova matka velmi dobře znala svého syna, pevně věřila, že nic takového neudělal, a tak klidně pokračovala ve vyšívání. Zanedlouho přišel další soused s tím, že její syn zabil člověka. Ceng-cchanova matka začala pochybovat, ale stále věřila, že její syn by nebyl takového zločinu schopen. Za chvíli však přišel třetí člověk a tvrdil to stejné, co sousedé. Ceng-cchanova matka se zachvěla, strachy rozhodila ruce a utekla.

Dnes rčení „tři lidé vytvoří tygra“ naráží na nebezpečí lidských slov a sílu veřejného mínění.

Zdroj: CRI

因噎废食

【出处】《吕氏春秋·荡兵》：“夫有以重死者，欲禁天下之食，譬；有以乘舟死者，欲禁天下之船，譬；有以用兵丧国者，欲罢天下之兵，譬。”

【释义】因为有人吃饭噎死了，就主张天下人谁都不要吃饭了，这太愚蠢了；如果有人看见某人乘船淹死了，就主张谁也不要乘船了，那就太糊涂了；如果有人看见某人因不善用兵而亡国，就主张天下不得再用兵，那就太荒谬了。

此前做事由于出了点小毛病或怕出问题就索性不去干。
【启示】1、不合理地高估当前甚至预期风险，夸大地强调困难，只会因小失大；2、偶遇一点挫折就停止不前，轻言放弃，终将一事无成；3、对于正义目标的实现，要矢志不渝，遇到困难和挫折时，我们应积极解决，及时改进，以免前功尽弃，半途而废。



拒谏饰非

【出自】战国·赵·荀况《荀子·成相》“拒谏饰非，愚而上同，国必祸。”

【释义】意思是说：拒绝对谏，掩饰过失，这就是作为王下的愚昧和过头，而这样的王下和王上苟同，国家必然引起灾祸。

形容拒绝接受别人的规劝，掩饰自己的错误。
【启示】1、荀子“拒谏饰非，愚而上同”此语为后世许多政治家引为借鉴，汉唐时期还将此作为法律规范而列入法典之中；2、不要无视别人善意的批评，回避自己的缺点和错误，而粉饰太平；3、要勇于虚心纳谏，从善如流，见贤思齐，改过从新。



三人成虎

【出自】《韩非子·内储说上》：“庞恭与太子质于邯郸，谓魏王曰：‘今一人言市有虎，王信之乎？’曰：‘否。’二人言市有虎，王信之乎？’王曰：‘寡人疑矣。’三人言市有虎，王信之乎？’王曰：‘寡人信之矣。’庞恭曰：‘夫市之无虎也，明矣，然而三人言而成虎。今邯郸去大梁也远，而议至者过于三人，愿王察之也。’王曰：‘寡人自为知。’于是辞行，面谏言先至，后太子至，果不得见。”

【释义】原意是说街市上本来没有老虎，如果一连续有三个人传言街市上有老虎，便可能使听者信以为真。比喻谣言多人重复述说，就能使人信以为真。

【启示】1、人言可畏，流言蜚语虽然无据，但一再出现，就能以假乱真，算人视听了。2、面对流言蜚语，宋·黄庭坚告诉我们：“三人成虎事多有，众口铄金君自见。”3、我们要明辨是非，不要信谣传谣，坚信谣言止于智者。



三人成虎

魏国大夫庞恭和魏国太子一起作为赵国的人质，定于某日启程赴赵都邯郸。临行时，庞恭向魏王提出一个问题，他说：“如果有一个人对您说，我看见闹市熙熙攘攘的人群中有一只老虎，君王相信吗？”魏王说：“我当然不信。”庞恭又问：“如果是两个人对您这样说呢？”魏王说：“那我也不信。”庞恭紧接着追问了一句道：“如果有三个人都说亲眼看见了闹市中的老虎，君王是否还不相信？”魏王说道：“既然这么多人都说看见了老虎，肯定确有其事，所以我不能不信。”庞恭听了这话以后，深有感触地说：“果然不出我的所料，问题就出在这里！事实上，人虎相怕，各占几分。具体地说，某一次究竟是怕虎还是虎怕人，要根据力量对比来论。众所周知，一只老虎是决不敢闯入闹市之中的。如今君王不顾及情理、不深入调查，只凭三人说虎即肯定有虎，那么等我们到了比闹市还远的邯郸，您要是听见三个或更多不喜欢我的人说我的坏话，岂不是要断言我是坏人吗？临别之前，我向您说出这点疑虑，希望君王一定不要轻信人言。”

庞恭走后，一些平时对他心怀不满的人开始在魏王面前说他的坏话。时间一长，魏王果然信了这些谗言。当庞恭从邯郸回魏国时，魏王再也不愿意召见他了。

看起来，谣言惑众，流言蜚语多了，的确足以毁掉一个人。随声附和的人一多，白的也会被说成黑的，真是叫做“众口铄金，积毁销骨”。所以我们对任何事情都要有自己的分析，不要人云亦云，被假象所蒙蔽。



Tradiční čínská medicína v běžném životě (aneb jak přežít zimu...)

MUDr. Ludmila Bendová, Klinika Pivoňka, 1. škola TČM Praha

Mimořádnost čínské medicíny (dále jen TČM) spočívá v mnoha aspektech, ale pro laika snad především v tom, jak umí využívat prevence a podpory zdraví. Základní teze čínské medicíny: „je třeba působit na to, co tu ještě není“ (Lao-c', Tao-te-ťing) se pronikavě shoduje s preventivním úsilím současného západního lékařství, přestože oba k tomu používají odlišné metody. Je však mnohé, co mají společného. Prevenci onemocnění kladou Číňané na první místo a oblast zabývající se touto problematikou se nazývá jang-šeng-fa (*yangshengfa*), což znamená doslova metoda pěstování života. Řadí se sem nejen obecné rady o životosprávě, ale také oblast dietetiky, která je pozoruhodná tím, že nelze stanovit přesnou hranici s fytoterapií. Řada prostředků bylinné léčby totiž tvoří organickou součást odborných pojednání z kulinářské oblasti. Bylo to způsobeno snahou čínských dvorních lékařů „podat císaři posilující prostředky tak, aby nebyl znechucen“. Knihy kuchařských předpisů obsahující jídla s přesně zaměřeným účinkem na ten který orgán či

zdravotní problém mají totiž v Číně velkou tradici a nejstarší pochází z doby dynastie Tchang (618-907 n. l.). I v dnešní době se některá jídla těší velké popularitě a je možno říci, že znalosti z této oblasti jsou dosud živé v nejširších lidových vrstvách. Změna jídelníčku je totiž první věc, kterou Číňan provede v případě onemocnění.

Součástí jang-šeng-fa jsou i tělesná cvičení. Reklamní obrazy atletů zbrocených potem budí v čínském prostředí pouze rozpačité úsměvy nad pošetilostí západních lidí. Zdravotní tělesná cvičení v čínském stylu nesmí vyvolat nadměrné pocení a neslouží ke znásobení svalové síly, která však může být vedlejším produktem jejich provádění. Speciální čínský tělocvik, jako je čchi-kung (*qigong*), je prováděn za účelem povzbuzení oběhu čchi, jak napovídá sám název. Kung totiž znamená úsilí, práci. Samotný pojem tedy vyjadřuje práci s vlastní energií, což automaticky předpokládá nejen účast těla ale především ducha, který tělesnou čchi řídí. Jak praví klasikové: „řídí čchi je jako provlékat nit perlou, která má devět křivolakých chodbiček - neexistuje dutinka, kam by čchi nepronikla.“

Tato cvičení totiž nelze provádět bez hlubokého soustředění, a tak jsou

Moto: Vnitřní kniha Žlutého císaře - Chuang-ti Nej-ťing (Huangdi Neiing)

Tři zimní měsíce se nazývají uzavírání a uschovávání.

V zimě voda zamrzá na led, zem puká a otvírá se. Člověk nesmí zbytečně plýtvat jangovou energií, má chodit brzo spát a se vstáváním počkat až na východ slunce. Ducha si musí uchovávat hluboko jako tajemství a musí si ho chránit a ukrývat jako nějakou namáhavě získanou a vytouženou věc. Je třeba chránit se před zimou, vyhledávat teplo a nedovolit, aby se tělo potilo, neboť tím se poškozuje jangová energie těla. Takové chování odpovídá zimní atmosféře a je to správný způsob pěstování a uchovávání čchi v zimě. Kdo se mu protiví, ten si poškozuje ledviny a na jaře se bude cítit slabý a ochablý, protože si nevytvořil dostatečné podmínky pro rození jarní čchi.

(Překlad PhDr. V. Ando)

někdy nazývána meditací v pohybu. Obdobné účinky má i cvičení tchaj-ťi-čchüan, 8 kusů brokáty, cvičení pěti zvířat a další.

Z hlediska moderních výzkumů lze říci, že všechna tato cvičení podporují krevní oběh i v periferních částech těla a zvyšují tělesnou i duševní odolnost proti stresu. Na rozdíl od indické hathajógy jsou však

méně náročná na kloubní rozsah a vysloveně přizpůsobena také osobám vyššího věku, které lze i v dnešní době spatřit, jak krouží v ladných a půvabných křivkách v ranním oparu čínských parků.

Podle úryvku z Vnitřní knihy Žlutého císaře v úvodu, jinak nejstaršího písemného zdroje TČM, který se datuje asi 300 let před n. l., bychom to v zimě s tělocvikem neměli přehánět a zejména bychom přitom neměli mrznout, protože chlad zpomaluje čchi. Pro pobyt venku se tedy hodí dynamičtější cvičení, které nás dokáže zahřát podobně jako vhodná zimní strava. Zima je konec celého roku a pro naladění se na zimu se doporučuje jinový princip - být více přístupný, introspektivní a ukládat si zásoby. Což neznamená tloustnout, ale spíše odpočívat, a to duševně i tělesně, tak abychom si nashromáždili dostatek esence ťing, sídlící právě v ledvinách.

Pokud si uvědomíme, že Číňané nerozlišovali mezi ledvinami a nadledvinkami a zároveň k okruhu ledvin řadili i mozek, míchu a nervový systém, pak je nám esence srozumitelnější, neboť veškeré

zvýšené nároky, stress, adaptace na prudké změny v lidském těle řeší osa hypofýza-hypothalamus-nadledvinky a podle Číňanů je zúčastněn okruh ledvin. Tím se dostáváme k pojetí tělesných orgánů v TČM, které se sice překládají jako srdce, plíce, ledviny atd., ač se zde spíše jedná o množiny prvků, (okruhy, soupis přidružených částí těla a příznaků), které patří stejnému prvku nebo ročnímu období. K ledvinám totiž dále patří například kosti, záda, kolena, kyčle, vlasy a další. Mezi příznaky prázdnoty jangu ledvin se řadí chladné a slabé nohy a kříž, zimomřivost, pravidelné ranní vodnaté průjmy, časté močení vodnaté moči, nedostatek vůle a odvahy až duševní netečnost, nechut k sexu, bledý a nateklý jazyk apod. Naopak prázdnota jinu ledvin se projevuje suchostí úst, hrdla, pocením v noci, pocity horka zejména navečer a v noci, bolestmi v kříži, zvoněním a zvuky v uších, nervozitou, neklidem, vysušeným červeným jazykem bez povlaku atd.

Povrch těla by se měl v zimě ochladit a vnitřek oteplít. Je to doba pro odpočinek, meditaci, rozjímání, rafinování

ducha a esence. Zimní potraviny souvisí s podporou ledvin, které jsou nejvíce náchylné na zimu a jsou vládcem tohoto období. Ledviny se otevírají do uší a podmiňují schopnost dobře naslouchat, která je zesílena tichem a chladem zimy. Jsou pro ně vhodné zahřívající husté polévky, dlouho vařená celá zrna, opražená semínka a oříšky stejně jako sušené ovoce, malé tmavé fazolky, mořské řasy, zelená listová zelenina, ale vařená, nikoli syrová. Jídlo se má vařit delší dobu a při nižší teplotě a s menším množstvím vody. Pro zimní období jsou vhodné slané a nahořklé, nasládlé chutě, neboť podporují sestup směrem dolů, do středu a dovnitř a zvyšují schopnost ukládat zásoby. Takové potraviny způsobují sestup tepla do hloubky těla a ochlazení povrchu těla. S chladným povrchem člověk méně vnímá zimu a lépe ji snáší.

Sůl se však musí užívat opatrně - nadbytek stahuje ledviny a močový měchýř, což může dlouhodobě způsobit oslabení těchto orgánů a ovlivnit i srdce. Ochránění srdce v zimě je důležité, neboť je zdrojem životní jiskry a našeho vnitřního "ohně",

>>>

a jsou to malá množství hořkých nebo slaných jídel, která toto dělají. Většina hořkých potravin jsou kombinace chutí - kapusta, tuřín, celer-nať, zelí, žito, oves, quinoa, amarant, citronová kůra atd. Nej-silnější hořká chuť je u bylin jako čekanka, lopuch-kořen, pampeliška, apod. Slané potraviny jsou např. miso, sójová omáčka, mořské řasy, sůl, jáhly, ječmen, a jaké-koli jiné slané jídlo. V moderní stravě je však sůl užívána nadměrně a hořká chuť nedostatečně, přitom právě hořká nám pomůže si vychutnat chutě nasládlé.

Při této zimní stravě se ale mohou cítit příliš chladně lidé, kteří jsou zimomřiví a mají nedostatek jangového otep-lujícího principu, což někdy postihuje vegetariány. V tomto případě je nutné přidat i ohřívající potraviny. Významné je tedy zahřívající koření, jako je skořice, hřebíček, fenykl, anýz, zázvor, kari, galgán, bobkový list a jejich kombinace. Z obilnin se na zimu nejvíce hodí oves a vločky z něj, veškeré obilí na sucho či na oleji opražit a dobře povařit nebo i za-

péct v troubě. Ledviny posiluje i červený ženšen, který se vaří v obilných kaších. Teplu posilují i malé červené fazolky ad-zuki například vařené s jedlými kaštaný a dýní hokaido a obecně luštěniny. Dále vlašské ořechy, sezamová semínka a čer-ný sezam, cibule šalotka, pórek, quinoa a další. Zejména vlašské ořechy posilují ledviny, což zřejmě intuitivně věděly české kuchařky a pekly na Vánoce cuk-roví s velkým podílem vlašských ořechů (medvědí tlapičky, vanilkové rohlíčky atd.). Z masa nejvíce zahřívá jehněčí, sko-pové, kuřecí, losos, pstruh.

Psychosomatické zaměření TČM přiřazu-je každému orgánu některé duševní hnutí. Emoce ledvin je strach. Je hluboce zako-řeněný a často si jej ani neuvědomujeme. Nadměrně slabé ledviny generují pocit strachu, který blokuje láskyplné projevy a lásku. Ledviny totiž mohou být oslabeny z obou směrů současně a trpět prázdno-tou jinou i jangu najednou. I když většinou některé oslabení je zřetelnější, je nutno si uvědomit, že tento párový orgán zaujímá

zvláštní postavení, neboť řídí činnost orgá-nů v dolní části těla, a tím i plodnost, což bylo pro starověké Číňany velmi důležité téma. Jin ledvin můžeme posílit například plody moruše, borůvkami, ostružinami, čer-nými sójovými boby, tofu – sójovým tvaro-hem, pšeničnými klíčky, mořskými řasami, sardinkami, vejci, chřestem, fazolkami mu-ngo a dalšími fazolemi, kustovnicí (Lycium chinensis - gouqizi) atd.

Ještě do začátku 20. století lidé v zimě mnohem více odpočívali a spali, neboť nebyla energie na svícení. Zato dnes spí-še zápasíme s přesvícením, v zimě i v létě pracujeme dlouho do noci, neustále na nás blikají obrazovky počítačů, televize, mobilů, pouličních reklam a lamp a to vše spíše v modrém budivém spektru, takže nespavost se stává obecným steskem. Podobně se celoročně neliší ani náš vy-čerpávající životní styl navzdory klidu a ti-chu zimní přírody, která by nám měla být příkladem. Jaký div, že pak na jaře trpíme „jarní únavou“, neboť jsme si v zimě nevy-tvořili podmínky pro rození jarní čchi...

Čínští turisté míří do nových destinací

Nejnovější údaje největších čínských cestovních kanceláří ukazují, že stále více čínských turistů si kromě klasických desti-nací vybírá i nová místa a delší trasy. Podle rezervačního serveru Tuniu.com patří mezi tři nejoblíbenější destinace Thajsko, Již-ní Korea a Japonsko, do kterých směřuje v době podzimních svátků na začátku října až sedmdesát procent klientů. Podle ces-tovatelského serveru Ctrip se ale během tohoto „zlatého týdne“ dostaly do popředí i Spojené státy, Rusko a Británie. Mluvíci serveru, Tchien Fej, uvedl, že se počet čín-ských cestovatelů do těchto tří destinací zvýšil o šedesát procent.

„Podle našich statistik je jasné, že ani nedávné incidenty v New Yorku neodradi-ly turisty od cest do Spojených států. Ty se v našem žebříčku nejnavštěvovanějších lokalit poprvé v historii umístily na čtvrtém místě. Oslabení britské libry po Brexitu zase přilákalo čínské turisty se zálibou v nák-upech. Mezi deset nejoblíbenějších destinací se dostalo i Rusko.“

Výrazný nárůst zájezdů do těchto tří desti-nací souvisí podle Tchien Feje i s obecným snížením cen.

„Díky vstřícnější vízové politice, komfort-nějším letovým řádům a změnám kurzu zlevnily delší cesty až o třicet procent. V sou-časnosti začínají ceny zájezdů do Evropy nebo do Ameriky už na deseti tisících jüanů.“

Takřka šedesát zemí na celém světě nabí-zí čínským turistům vízové výjimky. Takový přístup zajistil podle údajů serveru Ctrip až třístaprocentní nárůst turistů směřujících do zemí, jako je Maroko, Tunis nebo Tongo. Údaje obou společností také ukazují zvyš-u-jící se zájem Číňanů o severozápadní a jiho-západní regiony, které se během „zlatého týdne“ začaly řadit mezi nejnavštěvovanější domácí regiony. Magnetem pro turisty se stávají i nově otevřené zábavní parky jako například Disney Park v Šanghaji.

Podle průzkumu čínské akademie ces-tovního ruchu plánuje téměř osmdesát pro-

cent Číňanů dovolenou v poslední čtvrtině roku. Více než polovina z nich chce strávit podzimní státní svátky cestováním. Čínské cestovní kanceláře měly během prvního



říjnového týdne obsloužit kolem 590 milio-nů turistů, což je o dvanáct procent více než minulý rok, a jejich příjem měl dosáhnout přibližně 478 miliard jüanů.

Zdroj: CRI ■



„(Jiho)východní Asie - můj šálek čaje aneb
Čínský jazyk a rýže - můj denní chléb

Rozhovor s autorem knihy - Zdeňkem Chmelkou

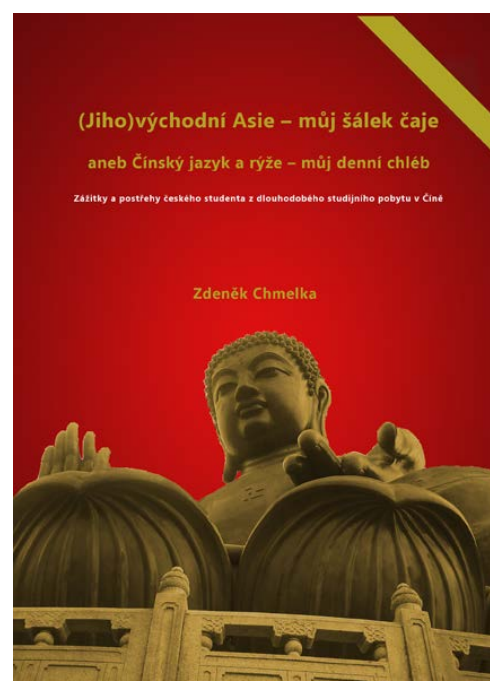
Co vás přivedlo ke studiu čínštiny v Číně? Jel jste do Číny již s určitou znalostí jazyka, nebo jste tam začínal takzvaně od nuly? Kde a jak dlouho jste studoval?

Zajímala mne kultura dané země, zejména pak její součást v podobě čínského bojového umění. Se studiem čínského jazyka jsem začal již v Olomouci, tedy na Filozofické fakultě Univerzity Palackého. Měl jsem za sebou dva roky studií Čínské filologie, takže tam nějaký jazykový základ byl - zakoupení jízdenky, objednání pokrmu, dotázání se na cestu, strohá komunikace s limitovanou slovní zásobou a nekvalitní výslovnost. Ovšem po příjezdu do Země

Nebeského draka jsem zjistil, že zdejší Číňané mluví až nezvykle „rychle“ a že mám co dohánět. Stipendijně jsem byl vyslán na Shenyang Normal University v severovýchodní Číně, kde jsem namísto původně plánovaného jednoho roku studií nakonec zakotvil na celé tříleté bakalářské studium. Bakaláře jsem tedy vystudoval přímo v Číně a do Olomouce se již nevrátil. Poté jsem navázal dvouletým volně navazujícím magisterským studiem s oborem Výuka čínského jazyka pro nerodilé mluvčí na Xiamen University v jihovýchodní Číně.

Jaký byl návrat do ČR? Jak Vás život v Číně ovlivnil?

Pakliže byl příjezd do Číny takový lehký „kulturní šok“, první návrat do České republiky po třech letech naopak působil jako příjezd do „rekreační oblasti“ s minimem lidí, front, výškových budov, ale i smogu a hluku. Byl to přímo balzám pro duši, ovšem po určité době se mi začalo trochu stýskat po čínské, a obecně asijské, stravě i po množství přátel a neagresivním a přátelském vystupování čínských občanů.



Jak vznikla myšlenka napsat knihu o svých zážitcích z pobytu v Říši středu?

Myšlenka sepsat knihu o pobytu v Číně vlastně vzešla zejména z podnětu mé rodiny a jejího blízkého okolí. Těm se totiž zdálo, že by bylo vhodné podělit se o své zajímavé zážitky, původně publikované pouze elektronicky formou online blogu, také tištěnou formou. Díky ochotě redakce Břeclavského deníku Rovnost se mi tak dostalo prostoru pro první oficiální publikaci článků v tištěné podobě, tedy nejprve formou novinyového seriálu na pokračování s názvem

„Čína očima studenta z Břeclavi“. Seriál si získal u čtenářské obce značnou oblibu a občas zaznívaly i ohlasy čtenářů s myšlenkou vydat články v ucelené podobě formou knihy. Nu, a tak už chyběl jen další krok k realizování „vytoužené“ knihy. Původní články seriálu bylo ovšem zapotřebí určitým způsobem zrevi-
dovat, doplnit a částečně aktualizovat. Obohatil jsem je i o takzvané „bonusové články“, připravil vhodné fotografie, bylo nutné navrhnout obálku, najít optimální tiskárnu a podobně. Tak se vlastně zrodila i celá tato kniha.

O čem kniha je?

Plně barevná kniha s množstvím fotografií je z větší části cestopisem, ovšem zahrnuje i část naučnou - filozofie a náboženství Číny, čínská kultura a symbolika, součástí textu jsou i stručné poznámky o části historie země. Čtenáři se nabízí rovněž krátké přiblížení „ta-

jemství“ čínského jazyka. Má prvotina je obohacena o vlastní, leckdy i humor-
né zážitky, seznamuje čtenáře také se studentským životem v cizím prostředí a soužitím s množstvím studentů různých národností, pocházejících ze všech koutů světa. Dílo je místy protkáno vlastními inspirativními myšlenkami, ovlivněnými východní filozofií, a poskytuje rovněž rozhovory s občany Země Nebeského draka, v nichž českého čtenáře seznamuje s jejich pohledem na naši zemi. Publikace čtivě a poněkud neformálním způsobem popisuje mimo jiné také zmíněné kulturní rozdíly, čili i rozdíly v mentalitě při komunikaci s čínským protějškem, nastiňuje hlavní zásady při přivítání a hoštění čínské delegace, do určité míry se zabývá významem jednotlivých gest, osvětluje určitá čínská „tabu“, co není vhodné při komunikaci s čínským partnerem zmiňovat, co si raději neoblékat, popisuje symboliku barev, význam stolování apod.

Čemu se věnujete nyní?

Pokud se pohybuji na území České republiky, pak mimo jiné například nárazovému tlumočení, v němž se ovšem musím neustále zdokonalovat, zejména v odbornější slovní zásobě. Externě spolupracuji s Centrálou cestovního ruchu - Jižní Morava, kde v rámci kulturně-turistických veletrhů v Číně příležitostně prezentuji Jihomoravský kraj. Občas spolupracuji i s TIC Brno apod. V domácím regionu rovněž nepravidelně pořádám o Říši středu a její kultuře přednášky či besedy.

Plánujete v budoucnu další titul?

Upřímně, od psaní si dám nyní na chvíli pauzu, ovšem „v šuplíku“ stále čekají formou oficiální publikace dosud nezveřejněné a rovněž úspěšné novinové seriály o Jižní Koreji a Thajském království. Takže uvidíme...

INZERCE 20162001

Čínské taoistické kung-fu

„Cesta ke zdraví“

Nové kurzy od září
v Brně a Praze



wutao99@seznam.cz

facebook.com/wutao.cz

Praha +420 775 224 126 Brno +420 604 535 181

wutao.cz
wudang kung fu association

Čínské bojové umění

Mgr. Zdeněk Chmelka, MAT (何俊梁)

Čína – to nejsou pouze unikátní světové vynálezy, mezi něž bezpochyby patří například papír, tisk, kompas, stříelný prach, tuš, porcelán, nudle, tofu, jídelní hůlky, toaletní papír, bankovky, různé druhy zbraní či zemědělských nástrojů a mnohé jiné, dnes již i na Západě proslulá tradiční čínská medicína, oku i duši lahodící kaligrafie - umělecké psaní čínských znaků, většinou štětcem a tuší, dlouholetá tradice čajového obřadu - odregování se nad šálkem mysl zklidňujícího moku, světoznámá čínská opera, nesmírně bohatá a barvitá historie, jedinečně smýšlející filozofové, mistři Konfucius neboli Kchung-c', Mencius čili Meng-c'; Lao-c', Čuang-c', Mo-c', Chan Fej-c' a mnozí další, či zvláště v posledních letech západními zeměmi tolik vyhledávané nábožensko-filozofické směry jako čínský buddhismus a taoismus. Kromě výše uvedených se „Země nespočtu

možností“ pyšní ještě dalším skvostem, jenž svou rodnou kolébku proslavil doslova a do písmene v globálním měřítku – čínským bojovým uměním.

Čínština má pro výraz „bojové umění“ vyčleněno hned několik názvů, ovšem každý z termínů má poněkud odlišný význam. Nejčastěji se zřejmě setkáme se slovíčkem wu-šu (武术) čili „umění boje“ či „bojové umění“, jemuž bylo za dob působení nacionalistického Kuomintangu v prvních desetiletích dvacátého století přiřazeno synonymum kuo-šu (国术) neboli „národní umění“. Tehdy tento termín vlastenecky odkazoval zejména na tradiční čínské wu-šu a zdůrazňoval jeho historickou a kulturní důležitost i praktický význam v potencionální ochraně své vlasti. Dnes si pod uvedeným pojmem můžeme představit spíše cvičení fixně stanovených

Úryvek z nové knihy (Jiho) východní Asie – můj šálek čaje aneb Čínský jazyk a rýže – můj denní chléb: Zážitky a postřehy českého studenta z dlouhodobého studijního pobytu v Číně:

„Různé styly a odlišné systémy vznikají na základě rozdílnosti osobností a rozličnosti zkušeností jejich zakladatelů – tvůrců. Žádná ‚jediná pravda‘ či ‚nejlepší cesta‘ nikdy nebyla, není a ani nebude.“ (Zdeněk Chmelka, 2014)

forem čili sestav, ať již se zbraní nebo bez ní. Velká část původně tradičních forem byla totiž v průběhu novodobých dějin upravena či pozměněna čínskou vládou, tedy standardizována. Cílem bylo unifikovat tyto sestavy do jistého jednotného systému, jenž by atletům bojových umění

umožňoval účastí na soutěžích porovnávat své síly a schopnosti, anebo formou vystoupení pobavit a nadchnout publikum. Hlavním záměrem bylo tedy rovněž rozšířit význam čínského bojového umění do povědomí široké, později i nečínské veřejnosti. Praktikanti wu-šu se proto často učí také různým, leckdy i dech beroucím akrobatickým prvkům. Mnohé z nespočtu sestav obsahují úžasné postoje a úchvatné pozice, takže pro diváka je sledování cvičení takovéto formy zcela bezpochyby velice zajímavou podívanou. Hovoříme-li o wu-šu pouze jakožto o „krásném vystoupení s prvky bojového umění“, je nutno uznat, že praktické využití prováděných pohybů a technik poněkud zaostává.

Ovšem, aby byla situace o něco komplikovanější, do kategorie wu-šu spadá rovněž i san-ta (散打) neboli čínský box, který má v současnosti blíže spíše k bojovým sportům. Čínský box má ovšem v Říši středu dlouholetou tradici. Dříve se na otevřených platformách mnohdy pořádaly kontesty, jež neměly v podstatě žádná omezení, čímž nezřídka kdy docházelo i k úmrtí některého ze zápasníků. Teprve v první polovině

dvacátého století si toto bojové umění osvojila a upravila již zmíněná čínská nacionalistická armáda Kuomintang čili opozice čínských komunistů. Byla stanovena pravidla a omezení, užívání ochranných rukavic, helmy, chráničů na zuby apod. a modifikovaný čínský box se tak stal součástí armádního výcviku. A tedy také oblíbenou soutěžní aktivitou pro vojáky. Dnešní san-ta pro soutěžní účely, anebo její tradičnější podoba – někdy označovaná jako san-šu (散手), se stále řadí k pojmu wu-šu. Mnozí studenti wu-šu si tak vedle cvičení sestav osvojují pomocí čínského boxu též umění praktického boje a mohou se účastnit soutěží v zápase s jasně stanovenými pravidly. Nesoutěžní podoba čínského boxu je pak v dnešní době využívána převážně moderní čínskou armádou, kde pravidla a ochranné pomůcky existují pouze v rámci samotného výcviku – jinými slovy, při skutečném nasazení žádná pravidla ani žádné ochranné pomůcky ve své podstatě neexistují. Účelem je rychle a efektivně odstranit protivníka – zde by se tudíž o čínském armádním boxu dalo hovořit jakožto o takzvaném „combat systému“ (armádní bojový systém). Čínský box užívá kromě zapojení rukou i kopy, srá-

žení soupeře k zemi pomocí hodů a pádů i různé techniky kloubových pák a zámek.

Aby to v lexikologii čínštiny nebylo zcela jednoduché, odkazuje slovíčko wu-šu také na čínská bojová umění obecně – ne tedy nutně jen na moderní soutěžní formy či zápasy s pevně danými pravidly. Zvláště pak ve spojení „čínské wu-šu“ - Čung-kuo wu-šu (中国武术, čili „čínské bojové umění“), kde tento výraz v sobě zahrnuje rovněž i čínská tradiční, tj. původní, bojová umění a zdůrazňuje tak důležitost duchovního a fyzického rozvoje v jednom.

Dalším pojmem je kung-fu (功夫), s nímž se často stýkáme zde na Západě. Zdá se však, že Číňané jej oproti výrazu wu-šu užívají méně frekventovaně. Mluvíme-li o bojovém umění, pravý smysl tohoto termínu by měl označovat „dosaženou pokročilou úroveň cvičence“. Stejně tak i mimo oblast bojových umění poukazuje slovíčko kung-fu na solidní zvládnutí jisté techniky nebo určitého umění. Můžeme tak hovořit kupříkladu o hře na hudební nástroj, ruční výrobě keramiky, vaření, přípravě čaje, malířství či třeba sochařství. Ovšem slovní spo-

>>>

jení „čínské kung-fu“ zpravidla vždy odkazuje čistě jen na „čínské bojové umění“, a s tónem zdravé hrdosti tak zdůrazňuje jedinečnost a mistrovskou úroveň, již národní umění Říše středu dosáhlo.

Poměrně zřídka se lze setkat také s termínem wu-kung (武功), jenž rovněž může znamenat „bojové umění“, ovšem již s poněkud knižním nádechem. Navíc, význam tohoto slova lze chápat i jako „válečné umění“.

Říše středu se dá považovat za kolébkou bojových umění, která se zde během dlouholeté historie země postupně formovala, vyvíjela a dědila z generace na generaci. V současné Číně existuje množství různých druhů bojových umění, respektive množství odlišných škol a stylů, údajně až stovky. Z jistého úhlu pohledu bychom si však mohli dovolit rozdělit čínská bojová umění na tradiční a moderní bojová umění. Tyto bychom dále mohli rozčlenit na dvě další základní kategorie: bojová umění pracující s takzvanou „vnitřní energií“ neboli umění skupiny nej-fia-čchüan (内家拳) a bojová umění využívající vesměs „energii vnější“ čili umění skupiny waj-fia-čchüan (外家拳). Kategorii první v Číně zastupuje zejména škola „jemného stylu“, Wu-tang-čchüan (武当拳), kategorii „waj-fia-čchüan“ pak pro změnu reprezentuje zvláště škola „tvrdého stylu“ Šao-lin-čchüan (少林拳). Zcela obecně, a zároveň z pohledu nábožensko-filozofického, zatímco školu jemného stylu vyznávají spíše stoupenci taoismu, ke škole stylu tvrdého se hlásí zejména zastánci buddhismu, a samozřejmě nejen ti. Nicméně, oba tyto velké styly se dále člení na mnohé „podstyly“, jež si sice zachovávají hlavní myšlenku své nadřazené školy - způsob práce s energií, ovšem liší se již od sebe jinými metodami a technikami. Obě velké školy, vnitřní i vnější, pracují s formami -



sestavami beze zbraní i se zbraněmi jako meč, kopí, šavle, řetěz, tyč a mnohé další. Tradiční i moderní bojová umění zahrnují rovněž i bojové styly jistých čínských národnostních menšin, neetnických Číňanů, z nichž vynikají zejména styly národnosti muslimské, muslimští Číňané, zvláště tedy národnost Chuejů (回族).

Přijde-li na moderní čínská bojová umění, mohli bychom je nazvat také jako modifikovaná tradiční čínská bojová umění, jelikož tato zpravidla staví na základech umění tradičních. Jen jsou svým způsobem pozměněna či upravena tak, aby jejich užití odpovídalo proudu a potřebám doby. Jedná se vesměs o unifikované a standardizované formy původně tradičních stylů, do nichž byly často přidány i různé oku lahodící akrobatické prvky a pozice. Výsledkem je tedy z hlediska tradice jakési „očesané“ a zároveň novými prvky nadstavené wu-šu. Moderní čínská bojová umění tudíž mnohdy vedou cvičence k nácviu sestav se zbraněmi i bez nich, s nimiž se dá vystupovat na pravidelně pořádaných soutěžích a porovnávat tak prostřednictvím od profesionálních porotců získaných bodů výsledky s ostatními zúčastněnými. Soutěžit se dá jak ve stylech „jemné školy“, tak ve stylech „školy tvrdé“, tedy i včetně bojových stylů čínských národnostních menšin. Neznamená to, že by v Číně nebyly pořádané kontesty stylů tradičních bojových umění, ovšem dá se říci, že čím více pravidel, tím méně tradice a naopak. Kde jsou jasné definovaná pravidla, tam se dá i více srovnávat, ovšem již s menším očekáváním na reálnou praktičnost či efektivnost. Do této skupiny modifikovaných bojových umění bychom zařadili i současnou podobu čínského boxu san-ta, účast na soutěžích se stanovenými pravidly, a z hlediska doby svého vzniku sem můžeme přiřadit například také Jeet Kune Do – umění boje legendárního „krále gongfu“ Bruce Leeho (1940-1973). Bruce Lee si však vzhledem k maximální efektivnosti a praktičnosti technik užitých vždy dle konkrétní situace nepřál nazývat své umění stylem, proto jej označoval raději termínem „proces“, tedy to, co se neustále mění, vyvíjí a úspěšně adaptuje na danou situaci, než aby se řídilo předem stanovenými pravidly – tedy omezeními. Jeet Kune Do vychází ze základů jihočínského bojového umění, ale i dalších tradičních i moderních stylů, nejen čínských, jež byly svým způsobem modifikovány. K tomu se doplnily i vlastní zkušenosti z reálných pouličních bojů. Bruce Lee zašel z hlediska požadavků na maximální efektivnost a zároveň jednoduchost a přímost ve své době asi nejdále, jelikož tvrdil: žádná pravidla rovná se žádná omezení, tedy reálný boj. A protože jakožto jeden z vůbec prvních spatřil a dal značně najevo svázanost a neúčinnost také v tradici, i tradice se totiž vyznačuje jistými pravidly, přičemž její slabá stránka tkví zejména v tom, že se leckdy nesnadno přizpůsobuje požadavkům konkrétní situace a konkrétní doby, šel proti ní, čímž si z mnoha stran

>>>

vysloužil kritiku – později však celosvětový obdiv. Jeet Kune Do považují mnozí ze zápasníků za předchůdce dnešního MMA.

Asi samostatnou skupinu by si, vzhledem ke svému užití, pak zasloužily „combat systémy“, kam bychom zařadili zejména nesoutěžní podobu čínského armádního boxu, i když dobově tyto spadají do moderních umění boje. Jejich hlavním cílem je odstranění protivníků nepřátelských jednotek. Filozofie je velice jednoduchá – přežít, z čehož vyplývá i téměř stoprocentní zaměření na praktičnost prováděných technik.

Mimo výše uvedené dělení se můžeme v Číně setkat také s poměrně populárním členěním stylů dle hlediska geografického. Jedná se tedy o rozdělení na styly severní části země Pej-čchüan (北拳) a styly jižní části země Nan-čchüan (南拳). Sami Číňané často rádi říkávají „Nan-čchüan pej-tchuej“ (南拳北腿) čili: „Na jihu [převládají] pěsti (ruce), na severu [zase] nohy“. To znamená, že na čínském jihu, kde jsou obyvatelé menšího vzrůstu, dominuje technika mrštných a rychlých úderů pěstmi. Tyto údery bývají, samozřejmě v závislosti na konkrétním stylu, mnohdy prováděny na krátkou vzdálenost, bez protažení horní končetiny. Naopak v severní Číně převládá zase technika nohou - kopů, jelikož tamní bojové styly jsou založeny více na aplikacích na rozlehlejší prostor, kdy se hojně využívá délky celých končetin. A protože je noha delší než ruka, a jelikož jsou obyvatelé ze severní části Říše středu i robustnějšího vzrůstu, nabízí se aplikace nohou jako výhodné řešení mnoha místních stylů.

Wu-tang a Šao-lin

Dále si blíže představíme dva základní velké styly čínského bojového umění. Začneme s poznáváním školy jemného stylu s názvem Wu-tang. Tato je založena zejména na práci s vnitřní energií, takzvanou energií čchi (气), o níž tradiční čínská medicína hovoří jakožto o vitální energii, jež je přítomna ve všech živých organismech. Zablokování či přerušení pravidelné cirkulace čchi energie má za následek vyvolání nežádoucího stavu, který se začne projevovat nejdříve příznaky, později pak už nemocí. O vitální energii je nutno neustále pečovat a udržovat ji ve správném oběhu tak, aby docházelo k harmonii mezi energiemi jednotlivých orgánů. Toho lze docílit vhodnou výživou a obecně správným či vhodným životním stylem, jenž zahrnuje i různá efektivní tělesná cvičení. Cílem mnoha stylů skupiny Wu-tang je tedy pomocí ucelených systémů cvičení vytvořit optimální podmínky pro správné proudění vitální energie organismem. Nicméně, práci s vnitřní energií využívá tento bojový systém nejen pro zdraví, neboť správně koncentrovaná energie může být, leckdy i s devastujícími účinky, použita rovněž k sebeobraně. Vyjmenujme některé z bojových „podstylů“ této velké skupiny - školy: tchaj-ti-čchüan (太极拳) neboli již zdomácněle také tchaj-čchi, Tai Chi či taj-či (také „Stínový box“), sing-i-čchüan (形意拳), pa-kua-čang (八卦掌) či svou vnitřní práci i původem čínsko-muslimský pa-ti-čchüan (八极拳) a jiné. Každý z těchto „podstylů“ má vytvořeno množství cvičebních forem rozdílné obtížnosti, jež jsou v současnosti většinou již pevně sta-

noveny. Cvičenec se nejprve učí základním postojům a pohybům, následně je nucen si danou formu memorizovat a mechanicky se jí naučit. Pravidelným opakováním se poté „pilují“ jednotlivé pohyby a techniky. Cílem je dosáhnout úrovně, kdy je cvičenec schopen již sám a bez pomoci provádět danou formu tak, aby mělo cvičení jednak pozitivní efekt na zdraví, a zároveň aby dokázal využít pohyby a techniky z forem v praxi – vesměs v sebeobraně. Po prvotním zvládnutí forem se přechází k výuce párového cvičení daných technik. Jelikož bojová umění skupiny Wu-tang obecně nekladou příliš vysoké nároky na fyzickou kondici, což rozhodně neznamená, že cvičení není „cítit v kostech“ či svalech – být už jenom vzhledem k některým hlubokým či opakovaným nízkým postojům, jsou jednotlivé (pod)styly, zejména pak tchaj-ti-čchüan, vyhledávány zejména starší populací anebo i lidmi, kteří nemají zapotřebí „vybíjet se“ náročnou pohybovou aktivitou. Určitá cvičení tak lze provádět téměř v jakémkoliv věku.

Bojová umění skupiny Wu-tang jsou díky své filozofii často vyhledávána stoupci tradičního čínského nábožensko-filozofického směru taoismu. Taoističtí mniši se pak cvičení věnují několik hodin denně, a navíc se většinou řídí i vlastním pečlivě vypracovaným jídelníčkem. Vychází přitom ze základů tradiční čínské medicíny. Dá se říci, že (pod)styly skupiny Wu-tang jsou, alespoň z prvního pohledu, „nenásilné“, jemné a elegantní, ovšem po dlouholetém cvičení je takový atlet schopen velmi efektivně využívat získaných znalostí i k reálnému boji.

Za zakladatele školy Wu-tang se považuje legendární osobnost Čang San-feng (张三丰, 1247-1458! n. l.). Ten údajně v horách Wu-tang, kde se nachází snad nejznámější komplex taoistických klášterů ve východní části střední Číny, vytvořil na základě kombinace základních principů školy Šao-lin a taoistického starobylého cvičebního systému tao-jin (导引) dnes i na Západě tolik populární tchaj-ti-čchüan. Mistr Čang studoval taoismus, čínský buddhismus i konfucianismus, takzvaná „tři učení“ Číny, a věřil, že princip Tao (道, překládáný jako „Cesta“, „Matka všech věcí“ či „Vesmírný princip“) je společným prvkem všech těchto tří nábožensko-filozofických směrů. Legenda praví, že jednou, když mistr Čang v horách Wu-tang právě meditoval, vyrušila ho scéna straky útočící na hada. Když straka napadla hadí ocas, reagoval napadený tvor obranně hlavou. V okamžiku, kdy se straka vydala po hlavě hada, odpověděl tento protiútokem ocasem. A když si straka vyhlídla slabinu v hadově středu, bránil se mohutný plaz hlavou i ocasem. Nakonec nenasytnému opeřenci nezbývalo, než se své oběti zcela vzdát a uletět pryč. Z tohoto výjevu usoudil mile překvapený Čang, že základní principy jin (阴) a jang (阳) je nutno hledat v přírodě samotné. Inspirován bojovou scénou, vytvořil mistr Čang dvaasedmdesát základních pohybů tchaj-ti.

Druhou velkou skupinou bojových škol je Šao-lin, kde se uplatňuje zejména fyzická stránka cvičence, při níž jsou rychlost a „dravost“ pohybů doprovázeny také určitou dávkou jemnosti a ladnosti. Cílem je rovněž posílit cvičence fyzicky i duševně. To znamená, v závislosti na konkrétním (pod) stylu, nejdříve „snést“ fyzický záпřah a poté díky své pevné vůli vydržet s pravidelným tréninkem. Tělo si po jisté době na zátěž do velké míry zvykne a při delším vypuštění tréninku ji bude, nyní již přirozeně, částečně „vyhledávat“. Při zmínce o slově Šao-lin si mnozí z vás zajisté vybaví světově proslulý chrám Šao-lin či holohlavé mnichy v oranžových úborech. Ovšem z obecného dělení mezi „podstyly“ skupiny Šao-lin patří například i liou-che-čchüan (六合拳),

tchaj-cu čchang-čchüan (太祖长拳) nebo Mej-chua-čchüan (梅花拳) a mnohé další. Tradiční škola Šao-lin vyučuje mimo jiné například i formy. Zde „styl“ rovná se soubor forem: „Styl Arhata“, „Styl opilého mnicha“ anebo „Styl pěti zvířat“ (medvěd, jelen, opice, tygr a jeřáb), jenž byl postupem času rozšířen o napodobování pohybů dalších zvířat a tvorů jako kudlanka nábožná, orel, pes, štír a další. V tradiční škole Šao-linu se také vyučuje samotný „Styl Šao-lin“ anebo i známé základní formy siao-chung-čchüan (小洪拳) či ta-chung-čchüan (大洪拳). Vzhledem ke zmíněné fyzické náročnosti forem a (pod)stylů skupiny Shaolin, zejména na těch praktikovaných v samotném klášteře Šao-lin či jeho „sesterských“ školách, je doporučováno začít s výukou již v raném dětství. Zde naopak platí: čím dříve, tím lépe. Formy praktikované školou Šao-lin vyžadují výbornou ohebnost, rychlost, dravost i ladnost a dnes rovněž i jisté akrobatické dovednosti. S přibývajícím věkem cvičenci sice ubývá na rychlosti i na síle, ovšem při pravidelném cvičení mohou být vysoká ohebnost a flexibilita do velké míry zachovány. A to až do pokročilého věku.

Bojovní mniši v klášteře Šao-lin jsou buddhisté, vyznávají původem indický nábožensko-filozofický směr, který má v Číně dlouholetou tradici. Alespoň v chrámu samotném by měli dodržovat přísný vegetarianismus. Bojový mnich však, zvláště pak mimo prostory chrámu, nemá taková omezení jako mnich oficiální. Důvodem, proč se čínští buddhističtí mniši obecně zdráhají konzumace masa, je víra v reinkarnaci. Každodenní tvrdé fyzické cvičení spojené s meditací (zenový buddhismus) je pro šaolinské bojové mnichy prostředkem vedoucím k zušlechtnění sebe sama a je součástí života odříkání si.

Připomeňme si, že ani (pod)styly skupiny Šao-lin neopomíjí vybranými cvičeními „vzdělávat a pěstovat“ vnitřní energii čchi (měkký vs. tvrdý čchi-kung, 气功). Buddhisté věří, že vše je produktem mysli a společně s taoisty se snaží metodou vnitřního vhledu, zejména tedy vhodnou meditací,

učinit seberealizaci – dopátrat se osvícení.

Je zapotřebí zdůraznit, že filozofie čínského bojového umění je založena na nenásilnosti vůči druhým, pokud to tedy nutně nevyžaduje situace. Cvičením má student dosáhnout jednak fyzického zdraví, stát se silnějším a odolnějším, a jednak má trénovat také svou duchovni (duševní) stránku, vůli a výdrž. Ideálem je tudíž dosažení fyzické i duchovní (duševní) harmonie a zdraví. Toto je společný rys většiny čínských bojových umění, která se tak liší od bojových sportů, kde je cílem pouze eliminovat soupeře, a to často i za nemalou finanční odměnu. Od cílově aplikované sebeobrany se bojové umění liší tím, že se nezaměřuje pouze na fyzickou aplikaci (tj. na kontakt s protivníkem), ale rozvíjí i spirituální stránku cvičence a svými metodami a účelovými technikami má také pozitivní efekt na zdraví. To je jeden z hlavních důvodů, proč je tradiční čínské bojové umění součástí každodenního režimu mnohých mnichů obou významných čínských nábožensko-filozofických směrů. Nenasilnost čínského umění boje dokládá rovněž již ze starověké Číny pocházející úsloví 止戈为武), jež ve volném překladu znamená: „Pravá podstata umění boje spočívá ve schopnosti umět složit zbraně a zabránit válce.“ Neboť jen ti, kteří dokonale ovládají bojové umění, jsou díky každodenní pílí a procesu sebezušlechťování se natolik morálně uvědomělí, že znají ničivé následky aplikace svého umění v praxi. A Tito lidé vědí, že největší potenciální nepřítel na cestě k duševnímu, duchovnímu i fyzickému zušlechtnění se nachází nikoli všude okolo, nýbrž uvnitř nich samých (v podobě slabé vůle, absence cti, pokory a podobně). Druhá část vysvětlení této moudré čínské fráze staví na tom, že člověk mající opravdové kung-fu nepotřebuje ke skolení svého nepřítele žádné zbraně, jelikož svými schopnostmi dokáže zpacifikovat protistranu i na určitou vzdálenost pouhým přenosem ničivé energie, případně pak i dotekem na specifické akupunkturní body. Tedy tak, aby nemusel agresor „vydechovat se šípem v zádech“, ale mohl být, alespoň napoprvé, dostatečně



Ohnivý kotlík

Zima v Pekingu bývá docela studená. V tu dobu nic nezahřeje víc než pekingský ohnivý kotlík neboli hot pot. Hodující vkládají postupně do lehkého vývaru nebo čisté vody v tradičním měděném kotlíku stojícím uprostřed stolu jehněčí maso nakrájené na tenounké plátky, zeleninu a skleněné nudle. Po chvíli se jednotlivé kousky z vývaru vytahují a namáčí do různých omáček. Podle tradice se v pekingském kotlíku vaří jen některé potraviny, jejich škála je však velice pestrá, takže si můžete zvolit vlastní oblíbenou kombinaci.

A proč se vaří tradiční pekingský kotlík v měděném hrnci? Původně vařila tímto způsobem mongolská armáda, která byla pořád v pohybu, a měděné kotlíky se lépe nosily, protože jsou lehčí než železné. Kromě toho se v průběhu celé doby vaření vyžaduje v hrnci vysoká teplota, aby se jednotlivé ingredience, které se do něj průběžně vkládají, rychle uvařily. Měď má dobrou tepelnou vodivost, takže je pro tento typ přípravy jídla velice vhodná.

Restaurace Tü-pao-jüan

Připravuje se zde nejlepší ze všech tradičních pekingských kotlíků, takže za studených večerů se restaurace stává nejvyhledávanějším místem milovníků této speciality. Pokud chcete ochutnat zdejší hot pot, raději si předem zarezervujte místo, jinak budete ve frontě čekat hodně dlouho. Restauraci najdete na ulici Niou ve čtvrti Si-čcheng-čchü, kde žije mnoho obyvatel národnosti Chuej.



Pokud se v zimních měsících ocitnete právě v Pekingu, rozhodně si na ohnivý kotlík zajděte. Nevíte kam? Přinášíme Vám několik tipů na vyhlášené restaurace specializující se na hot pot.

Jehněčí dovážené z Vnitřního Mongolska se zde krájí ručně na velice tenké plátky, je vždy čerstvé a jemné bez typicky výrazné skopové příchuti. Používá se maso výhradně ze zadních stehů, jelikož plátky z této části

neobsahují moc vody a nepouští krev, takže při vaření nevzniká v kotlíku pěna. Vřele doporučujeme také další lahůdku restaurace - koláč se sezamovými semínky. Tato na povrchu křupavá a uvnitř měkká delikatesa se připravuje se skopovým lojem a kmínem.

Hot pot Chung-jüan Nan-men

Hot pot Chung-jüan Nan-men nabízí tradiční chuť starého Pekingu. Kromě nepostradatelného jehněčího vynikají i zdejší kuličky ze španělské makrely, které mají tu správnou konzistenci bez příchuti ryby. Restaurace je umístěna v tradičním pekingském nádvoří a kotlíky jsou ozdobeny technikou cloisonné. Vkládají se do otvoru uprostřed stolu uzpůsobenému speciálně pro tento účel, takže je příprava jídla pohodlnější. Chung-jüan Nan-men se pyšní také výtečnými omáčkami pro ochucení uvařených plátků masa nebo zeleniny. Omáčky mají překrýt nežádoucí příchut skopového, zároveň však nesmí narušit jeho původní chuť. I když se používají ve všech restauracích podobné typy omáček, mohou se právě ony stát hlavním lákadlem při výběru toho správného místa pro večerní zahřátí u kotlíku.

Ťin-šeng-lung a vařené dršťky

Restaurace Ťin-šeng-lung se pyšní dlouhou historií. Byla otevřena už za dynastie

Čching v roce 1893 a dědí se z generace na generaci. Kromě hot potu v měděném kotlíku se těší velké oblibě i zdejší vařené dršťky. V zimě jsou všude kolem vchodu naskládány měděné hrnce, na dřevěném uhlí se blýská oheň a číšníci nosí dovnitř jeden hrnec za druhým. Před vstupem do restaurace se zákazníci často diví, proč je firemní tabule zakrytá. Je to proto, že restaurace má ve znaku vařené dršťky (feng), které si ale jako značku zaregistrovala jiná firma. Majitel tedy tabuli jen zakryl, nezměnil ji, protože si tuto tradiční rodinnou značku velmi cení. Jestli se do této restaurace vydáte, musíte vařené dršťky určitě ochutnat. Jejich příprava není vůbec snadná. Výtečná chuť záleží na vybraných ingrediencích, pečlivém nakrácení, dodržení přesného času vaření a také na správném dochucení.

Vyhlášené Chung-jün-süan

Restauraci Chung-jün-süan proslavil pan Chung, který s oblibou vypráví zá-



kazníkům o historii hot potu. Sice tady není moc místa a zařízení vypadá docela jednoduše, ale chuť a vůně masa to vynahradí. Nabízí se dva druhy, vařené a syrové jehněčí. Čerstvé a studené syrové se konzumuje se sójovou omáčkou a wasabi. Ani to vařené však nezaostává v jemnosti a chuti. Maso se dováží do Pekingu v noci, aby byla zaručena absolutní čerstvost a do 8 nebo 9 hodin večer je většina vyprodána. Pokud máte štěstí, můžete ochutnat plátky naplň libové a naplň tučné.

Takové jsou velmi vzácné, protože pouze velké ovce mají tuk uložený tak hluboko.

Zdroj: CRI



Příběh čínského sběratele umění Thangka

Turistika, fotografie a potápění - to jsou záliby Číňana, který vystupuje na internetu pod přezdívkou Mi Kao-kao. Po ukončení studia v zahraničí a návratu do vlasti v roce 1998 se Pekiňan Mi Kao-kao přestěhoval do Šanghaje a začal zde pracovat ve známém zahraničním podniku. Každý rok absolvoval více než sto cest letadlem do různých států v Asii, Evropě, Africe a Americe. Současně se ve volném čase věnuje zálibám v tradiční kultuře, zvláště studiu a sběratelství maleb Thangka.

Tradice maleb Thangka se objevuje v Nepálu, Bhútánu, Indii, na Srí Lance, v čínském Tibetu, provincii Čching-chaj a na Tchaj-wanu. Tyto náboženské malby na hedvábném podkladu nebo na papíře se používají zejména v tibetském buddhismu. Precizně zpracovaná vyobrazení zahrnují mnoho detailů s vymezeným symbolickým charakterem. Původně byly Thangky oblíbené mezi potulnými mnichy, protože se lehounce malované svitky snadno přenášely z kláštera do kláštera. Představovaly důležitý prostředek buddhistického učení, neboť vyobrazovaly scény ze života Buddhy, bódhisattv, výjevy ze života významných lámů i z každodenního života. Podle záznamů z historických dokumentů byla první Thangka vytvořena v 5. století v Nepálu.

Pro Mi Kao-kao bylo jeho první setkání s Thangkou krásnou náhodou. Před 10 lety cestoval do Nepálu a jeho místní průvodce pocházel z rodiny malířů Thangka. Mi Kao-kao, stejně



jako ostatní turisté, jich několik koupil a po návratu do Číny je daroval matce a kamarádům, kteří vyznávali buddhismus.

„Tehdy měli někteří sběratelé z pevninské Číny zájem o díla známého malíře Thangka, ale žádná nebyla k dispozici. Já jsem s překvapením zjistil, že tento malíř je strýcem mého průvodce v Nepálu. Po této náhodě jsem se začal věnovat studiu a sběratelství Thangka.“

V současnosti se rozlišují tři styly: tibetský z tibetské a čchingchajské oblasti, nepálský styl Newari, který je velmi oblíbený na mezinárodním trhu s uměleckými díly, a japonský styl, který byl velmi populární za čínské dynastie Tchang. Tento poslední styl se v Číně bohužel nedochoval, zato v Nepálu se stále těší velké popularitě. Mi Kao-kao sbírá Thangka právě tohoto stylu. Každý rok cestuje alespoň dvakrát do Nepálu a pravidelně navštěvuje pět místních malířů. Kromě nákupu jejich nejnovějších děl se od nich Mi Kao-kao dozvídá o Thangce i mnoho zajímavostí.

>>>





Po mnoholetém kontaktu s nepálskými malíři a neustálém studiu se Mi Kao-kao vypracoval z laika na známého sběratele. Samozřejmě jeho cesta nebyla vždy hladká, čelil již mnoha obtížím a nezdárům. V zájmu podpory soustředěné tvorby poskytl Mi Kao-kao malířům malířská pera, olejové barvy, plátna, speciální zlatý prášek, fotoaparát i počítač. Přesto ale došlo někdy k nečekaným situacím.

„Mám rád díla jednoho malíře, takže jsem si u něj několik obrazů objednal. Slíbil, že mi je dodá. Když však práci dokončil, najednou nesouhlasil a odmítl mi i říct z jakého důvodu. Cítil jsem samozřejmě zklamání, ale stejně jsem mu řekl, že to nevadí. Jeden můj kamarád se s tímto malířem velmi dobře zná. Když se o tom dozvěděl, začal ho přemlouvat, aby mi objednaná díla dal. Po roce jsem nakonec Thangka tohoto malíře opravdu dostal.“

V důsledku těchto zkušeností je Mi Kao-kao klidnější, mírnější a víc věří osudu. Na trhu s Thangka se setkáte s malbami různé kvality. Pokud by někdo měl pochybnosti, je Mi Kao-kao ochoten poskytnout konzultaci a pomoc. Jednou například pomohl nepálskému velvyslanectví v Číně.

„Velmi důležitým tématem obrazů Thangka je mandala. Neodborník obvykle obtížně rozliší její skutečný vzhled. Jednou jsem na nepálském velvyslanectví v Číně viděl dílo s mandalou jako dekoraci. Obraz však visel obráceně,

takže jsem řekl tajemníkovi, jak má obraz viset správně.“

Po mnoholetém sběratelství vlastní Mi Kao-kao dnes už více než 300 nepálských maleb Thangka. Každá z nich vypráví vlastní mystický příběh. Obvykle má Mi Kao-kao tyto vzácné kulturní a umělecké poklady pečlivě uložené. Ve volném čase, nebo když ho navštíví dobrý kamarád, však svou sbírku otevře. Doufá, že se s uměním Thangka seznámí víc lidí a oblíbí si ho stejně jako on, takže se snaží ak-

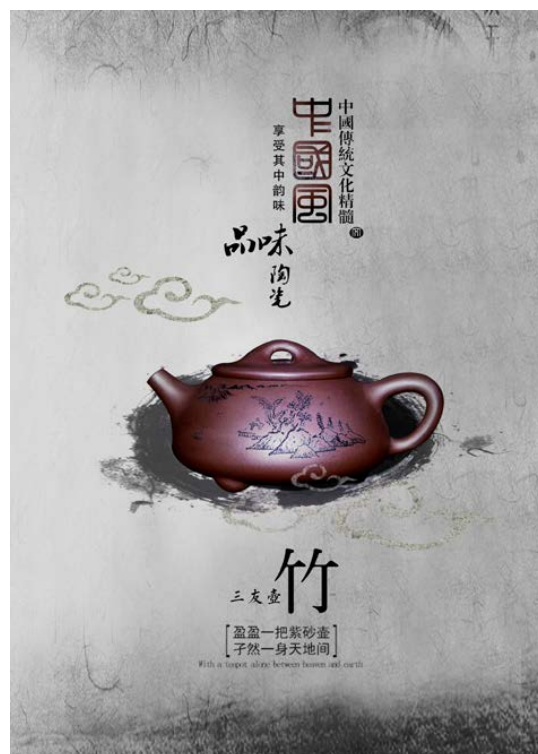
tivně šířit jejich moudrost. V současnosti připravuje soukromé výstavy nepálských obrazů Thangka v Pekingu a Šanghaji. Zatím se nestal vegetariánem a buddhistou, ale řekl, že krok za krokem usiluje o kontakt s buddhismem. Je přesvědčen o tom, že Thangka představuje most mezi vnitřním duchem a buddhismem. A sběratelství těchto obrazů je vlastně také studiem tohoto náboženství.

Zdroj: CRI ■



Tajemství isingské keramiky

Slavná isingská keramika se vyrábí z hlíny c'-ša, přičemž c' (紫) znamená v čínštině purpurovou barvu a ša (砂) písek. Tento druh hlíny se těží v okolí města I-sing v jihovýchodní provincii Ťiang-su, obsahuje slídu, různá množství kaolinu, křemen a železo. Vyrábí se z ní čajové konvičky, většinou neglazované. Někdy se této hlíně říká i „purpurový písek“ nebo „hlína pěti barev“, protože se v průběhu vypalování při různých teplotách různě zbarvuje, nejčastěji do červená, purpurová, černá,



bílá nebo do žluta. Vypalovací teplota se pohybuje v rozmezí 1 150-1 210 °C.

Keramika z hlíny c'-ša se začala používat za dynastie Sung (960-1279 n. l.), za dynastie Ming (1368-1644 n.l.) již byla velice oblíbená a mistři isingské keramiky se těšili velké popularitě. V I-singu se toto řemeslo po staletí předávalo z generace na generaci a neustále se rozvíjelo zpracování hlíny i hrnčírské techniky. Keramika c'-ša se vyznačuje jemností jílu, rozmanitostí barev, ale především kreativními tvary konviček s bohatým zdobením. Hrnčírů věnují velkou pozornost už samotnému výběru hlíny. Nejdříve se z vytěžené zeminy odstraňují nečistoty a jiné nežádoucí druhy jílu. Poté se hlína suší na slunci, aby se připravila k následnému drcení a rozmělnování na prach. Ten se prosévá přes velmi hustá

bambusová síta. Získaný prášek se smíchá s vodou a znovu se nechá odstát, aby se přebytečná vlhkost vypařila. Teprve po tomto procesu se hlína dodává hrnčírům, kteří ji ještě důkladně hnětou, aby z ní vytlačili drobné vzduchové bublinky. Pak už přichází na řadu samotná výroba předmětů. Používají se běžné nástroje potřebné pro výrobu konviček i nástroje určené speciálně jen pro určité tvary a typy. Mnohdy si je hrnčírů vyrábí sami z různých materiálů od železa až po rohovinu nebo kůži. Vypalování probíhá za výrazně nižších teplot, než je to například u porcelánu. Proto jsou konvičky z tohoto materiálu mnohem odolnější vůči velkým teplotním změnám.

Překrásně zdobené i jednoduché čajové konvičky a misky z hlíny c'-ša mají v současnosti již vysokou hodnotu, jelikož ubývá surovina potřebná pro jejich výrobu. Kromě toho mnohé z nich představují umělecká díla, a především ta od známých mistrů se shání velice těžko. Jak se v Číně říká: „Šperky nestojí za zachování, to konvice c'-ša jsou nejvzácnější.“

A proč jsou tak vzácné a oblíbené? Konvice z c'-ša se vyznačují velmi dobrými tepelně izolačními vlastnostmi, zároveň ale zůstávají propustné, takže dokáží dlouho uchovat chuť a vůni čaje. Říká se, že když do dlouho používané konvičky nalijete vroucí vodu, bude vonět čajem, i když v ní čajové lístky nebudou. I proto se doporučuje vyčlenit na každý druh čaje jinou konvičku a po použití by se neměla mít saponáty.



V historii keramiky z c'-ša vynikli tři řemeslníci: mistr Kung Čchun, Š' Ta-pin a Čchen Ming-jüan. Z nich nejstarší, Kung Čchun, žil v období dynastie Ming. Jako malý kluk studoval u známého učence Wu I-šan, který často jezdil do kláštera Ťin-šan. V tomto klášteři působil mnich, který měl keramiku z c'-ša velice rád, měl mezi hrnčírů mnoho kamarádů a sám také konvičky vyráběl. Mladý Kung Čchun se údajně vyučil hrnčírskému řemeslu právě od tohoto mnicha. Učil

se velice rychle, jeho výtvořby byly vysoce oceňovány. Dokonce se později vytvořil i styl „Kung Čchun“. Většina jeho konviček je uchována v muzeích. Mistr Š' Ta-pin byl studentem Kung Čchuna. Jeho konvičky vynikaly neopakovatelnými barvami, nápisy a rytinami. Rád vytvářel miniaturní konvičky. Čchen Ming-jüan (1662-1722, dynastie Čching) se narodil v rodině hrnčírů. Z hlíny c'-ša vyráběl nejen konvičky, ale také další umělecké předměty.

淡泊明志 · 宁静致远

○ 淡泊明志心，
宁静致远情，清茶静心壶。



器型之美 匠心而制

不可复制的经典。
简约 · 不简单



Nostalgie po vlacích

Procestoval Čínu křížem krážem, během osmi let urazil 200 000 kilometrů. Čelil nepřízní počasí, překonával omrzliny, trpělivě snášel nepravidelné jízdní řády a měsíce byl mimo domov. To vše jen proto, aby zachytil síť železnic a zdokumentoval staré vlaky, které v éře rozvoje vysokorychlostních železnic rychle mizí. Jakožto příslušník překotně se měnící společnosti si dal za úkol uchovat obraz čínských lokomotiv pro budoucí generace. Dosud nashromáždil více než 300 000 fotografií vlaků a železnic z celé Číny.

Wang Wej se narodil v 90. letech, vyrostl v pekingské čtvrti Si-č'-men, nedaleko téměř století starého nádraží Peking – sever. Vlaky a především parní lokomotivy vzbuzují v tomto mladém muži silný pocit dětské nostalgie. Dost možná je v Číně nejzapálenějším nadšencem vlaků, začal je fotit v roce 2005, když mu bylo patnáct.

„Vyrostl jsem nedaleko pekingského železničního nádraží a cítím hluboké spojení s vlaky a železnicemi. Z okna je vidám každý den. První fotku jsem udělal na nádraží Peking – sever, které stojí hned u mého domu. Tehdy jezdily převážně parní lokomotivy, ne elektrické nebo diesellové.“

Čínský železniční systém představuje obrovskou síť tratí táhnoucích se 93 000 kilometrů napříč celou zemí. Po Spojených státech a Rusku patří mezi třetí největší síť na světě a podle čínského ministerstva dopravy celkový počet kilometrů ujetých jednotlivými pasažéry v roce 2011 dosáhl 961 miliard, což je nejvíce na světě.

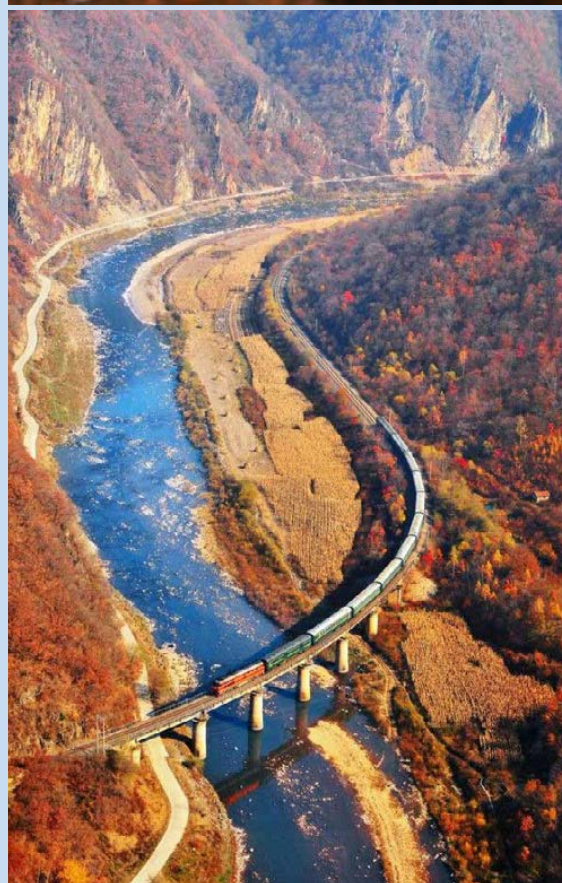
Pro Wang Weje však znamená železnice mnohem víc než jen několik ohromujících čísel. Když

si v dětství hrával na balkónu, nejraději ze všeho poslouchal hučení vlaků a mocných lokomotiv, které každý den přijížděly na nádraží či ho opouštěly.

„Prostřednictvím fotografie vyjadřuji svou lásku k vlakům. Miluji soupravy s mnoha vagóny, které jezdí pomalu a staví na různých malých nádražích. Rodiče mě často kárali za to, že tímto koníčkem trávím moc času a strachovali se o mé známky, ale později se s tím smířili. Táta se mnou někdy chodí fotit.“

Wangovy rané fotografie se zaměřovaly na železniční nádraží v Pekingu. Později opustil hlavní město, aby fotil vlaky na různých místech po celé zemi. Vzpomíná na zážitek na hoře Čuo-c' v autonomní oblasti Vnitřního Mongolska.

„Dojel jsem na místo, kde se mezi horami v údolí stáječícím se do tvaru písmene U klikatila železnice. Byl právě podzim, kdy se už všechny listy zbarvily do žluta. Ten pohled byl překrásný a já byl nadšený! Přestože jsem v té době neměl moc zkušeností, hodně to pro mě znamenalo a posílilo to mou touhu po povolání fotografa vlaků.“



Většinou potřebuje Wang dva až tři dny, aby si focení pečlivě naplánoval. Podle jízdního řádu, barev a typu prostředí musí nejdříve odhadnout, jaké bude v momentě projíždění vlaku světlo na pozadí. V dětství se učil malovat, což byla podle něj nedocenitelná zkušenost, která mu pomohla pochopit vliv světla a kompozice na výsledek fotografie. V uplynulých osmi letech procestoval skoro všechny provincie Číny. Vlaky většinou projíždějí divočinou a na některá místa je obtížné se dostat. Navíc s sebou nosí těžkou výbavu a občas čeká dlouhé hodiny, aby zachytil správný moment. Pro něj ale všechny tyto těžkosti stojí za dokonalou fotku.

„Během mé výpravy do hor Velký Khingan na severovýchodě Číny loni v září jsem za patnáct dní ušel více než 186 kilometrů, a protože mám rád focení z výšky, vyšplhal jsem se vážně vysoko. Některé hory jsou strmé a žijí v nich nebezpečná zvířata jako třeba hadi. Musel jsem být velmi opatrný. A v noci je výstup ještě náročnější.“

V průběhu let Wang Wejova cesta vedla k Čchingchajsko-tibetské železnici, na jih Sin-ťiangy i do čínské části železnice Jün-nan-Vietnam. Najít ty správné úhly pro nejlepší efekt a čekání na vlaky je někdy hodně náročné. V odlehlých oblastech se jízdní řády starých vlaků kvůli počasí nebo z různých jiných důvodů často mění, takže se běžně stává, že na jednom místě čeká celý den bez toho, aby uviděl vlak.

„Výprava obvykle trvá deset dní až měsíc. Nejdelší, v létě 2011, trvala 56 dní a vedla přes sedm provincií – Peking, Kan-su, Sin-ťiang, Čching-chaj, Šen-si, Jün-nan a Kuej-čou. Využívám všechny dopravní prostředky, záleží na tom, kam jedu. Půlku času trávím ve vlacích a autech, zbytek času chodím pěšky.“

Jakožto fotograf na volné noze tráví Wang každoročně půl roku na cestách. Hlídá si, aby denní útrata nepřesáhla 100 jüanů. Po zbytek roku fotí svatby, portréty nebo konference a z těchto peněz financuje své cesty. Vytrvalost se mu

vyplatila. Je uznáván v Číně i na mezinárodní scéně, jeho fotografie se objevily i v National Geographic, což znamená pro každého fotografa velkou počtu.

„Nedokážu slovy vyjádřit krásu vlaků. Pro mě nejsou jenom dopravním prostředkem převážejícím pasažéry nebo náklad. Někdy vypadají rozkošně, jindy jsou silné a mohutné. Svým fotoaparátem chci zachytit to nejlepší z nich. Ačkoli si touto prací moc nevydělám, vím, že dělám něco smysluplného. Dokážu se o sebe postarat a to mi stačí. Neprahnu po materiálním bohatství. Focení starých vlaků mám mimořádně rád a budu v tom pokračovat.“

Wang je teprve na začátku, ale už si stanovil za cíl stát se hlavním fotografem železnic v zemi. O svých zkušenostech se také chystá napsat knihu a je odhodlanější než kdy dříve. Bude pokračovat ve zvěčňování starých vlaků a železnic, dokud se docela nevytratil.

Zdroj: CRI



Deset největších soukromých společností v Číně v roce 2016

Všečínská federace průmyslu a obchodu zveřejnila minulý týden žebříček pěti set největších soukromých společností v Číně. V žebříčku vede firma Huawei Investment & Holding, která vykázala obrat 395 miliard jüanů (přibližně 53,82 miliard dolarů).

Na druhé příčce se umístila společnost Suning Holdings Group a na třetím skupina Shandong Weiqiao Pioneering, prvně jmenovaná s obratem 350,29 miliard jüanů (52,5 miliard dolarů) druhá se 333,24 miliard jüanů (49,95 miliard dolarů). Loňská jednička, společnost Legend Holdings, se letos propadla na čtvrté místo.

Celkový obrat všech pěti set největších čínských firem dosáhl 16,16 trilionu jüanů (2,42 trilionu dolarů), což znamená nárůst o 10,06% oproti minulému roku. Obrat prvních pěti společností z žebříčku přesáhl tři sta miliard jüanů (44,96 miliard dolarů).

Hranice pro vstup mezi největších pět set čínských společností přesáhla poprvé v historii částku deseti miliard jüanů (1,5 miliardy dolarů),

když dosáhla 10,18 miliardy jüanů (1,53 miliard dolarů). To znamená meziroční nárůst o sedm procent.



Následující seznam ukazuje deset největších soukromých čínských společností v roce 2016:

1. Huawei Investment & Holding

Obor: elektronika, Sídlo: Kanton
Obrat: 395,01 miliard jüanů (53,82 miliard dolarů)

2. Suning Holdings Group

Obor: maloobchod, Sídlo: Ťiang-su
Obrat: 350,29 miliard jüanů (52,5 miliard dolarů)

3. Shandong Weiqiao Pioneering Group

Obor: hutnictví, Sídlo: Šan-tung
Obrat: 333,24 miliard jüanů (49,95 miliard dolarů)

4. Legend Holdings

Obor: elektronika, Sídlo: Peking
Obrat: 309,83 miliard jüanů (46,4 miliard dolarů)

5. Amer International Group

Obor: hutnictví, Sídlo: Kanton
Obrat: 300,36 miliard jüanů (44,98 miliard dolarů)

6. Dalian Wanda Group

Obor: reality, Sídlo: Liao-ning
Obrat: 290,16 miliard jüanů (43,45 miliard dolarů)

7. China CEFC Energy

Obor: velkoobchod, Sídlo: Šanghaj
Obrat: 263,15 miliard jüanů (39,41 miliard dolarů)

8. Hengli Group

Obor: chemický průmysl, Sídlo: Ťiang-su
Obrat: 212,08 miliard jüanů (31,76 miliard dolarů)

9. Jiangsu Shagang Group

Obor: železářny, Sídlo: Ťiang-su
Obrat: 205,84 miliard jüanů (30,83 miliard dolarů)

10. China Vanke

Obor: reality, Sídlo: Kanton
Obrat: 195,55 miliard jüanů (29,28 miliard dolarů)

Jak se mění čínští turisté

Tradiční čínské turisty většinou představují muži ve středním věku, kteří plně využívají služby cestovních kanceláří a upřednostňují organizované zájezdy. Stále více však do

za duchovnem, wellness nebo za dobrodružstvím. Tyto typy se stávají velmi oblíbenými především mezi klientelou s vyššími příjmy. Čím dál tím víc se vydávají na cesty také jednotlivci bez pomoci cestovních kanceláří.

sociální média, čímž se snižují provozní náklady i náklady na reklamu. Odpadá tak také potřeba využívat prostředníka, poskytovatel služeb může jednat přímo s koncovým zákazníkem.

Výzkum trendů posledních deseti let ukazuje, že se v Číně výrazně zvýšil zájem o cestování do zahraničí. Roční nárůst počtu čínských turistů do zahraničí dosahuje kolem 20%, a to i v dobách globální recese. Pouze v roce 2009 došlo k mírnému poklesu, ale v roce 2010 nárůst již 20% hranici přesáhl.

V některých aspektech čínského cestovního ruchu směrem do zahraničí však stále existují určité nedostatky. Rychlému rozvoji zatím neodpovídají zákony a předpisy týkající se volného pohybu. Ty pokrývají pouze

Greece



zahraničí míří mladší generace, a ta se od té tradiční výrazně liší. Mladí přichází více do styku se zahraničními médii, vyrostli pod vlivem kultury Hollywoodu a reklam na cestovní ruch. Internet a sociální média tvoří neodmyslitelnou součást jejich života, takže přes ně umí rychle získat praktické informace. Mladí čínští turisté se neváhají obrátit na místní obyvatele a z pobytu v cizině nemají strach. Navíc většina z nich mluví alespoň trochu anglicky, což jim pomáhá v rozhodování o cestě do zahraničí.

S růstem příjmů se také rozvíjí vysoce specializované zájezdy, například zájezdy



Italy

Chtějí-li cestovní kanceláře přilákat čínské turisty, je podle Roye Graffa velmi důležité přizpůsobit marketingovou strategii nejnovějším trendům. Doporučuje využít

skupinové zájezdy. Jednotlivci, kteří chtějí cestovat volně, potřebují větší ochranu při nákupu produktů cestovního ruchu a pojištění. Do evropských zemí je snadnější žádat o skupinové turistické vízum než o turistické vízum pro jednotlivce umožňující volný pohyb. Kdyby došlo k uvolnění vízové politiky, přineslo by to mnohým evropským státům větší prospěch.

Zdroj: CRI

France



Cathedral of Chartres

Recepty z domácí kuchyně

Rádi byste si uvařili „Čínu“, ale nemáte k dispozici ty správné ingredience, které se dají sehnat jen ve specializovaných obchodech nebo přímo v Číně? Nevěšte hlavu. I z jednoduchých přísad docela přístupných v České republice se dá vyčarovat skvělé čínské jídlo.

Lilek restovaný do červena

2 kusy lilku
1 až 2 jarní cibulky
kousek čerstvého zázvoru
česnek
škrob na vaření
(např. Solamyl)
1 vajíčko
sójová omáčka světlá
i tmavá
olej, cukr, sůl

Lilek nakrájíme na kostky (cca 2x2 cm) a pořádně promícháme s vajíčkem tak, aby se vajíčko do lilku úplně vsáklo. Posypeme škrobem a opět dobře promícháme.

V hluboké pánvi rozpálíme velké množství oleje a lilek osmažíme do zlatova. Poté

kostičky z oleje vytáhneme, dáme zatím na misku a většínu oleje z pánve slijeme.

Do zbylého oleje vložíme cibulku se zázvorem, vše nakrájené najemno. Když začne cibulka se zázvorem vonět, vložíme zpátky lilek a spolu chvíli restujeme. Přilijeme přiměřené množství sojové omáčky (světlé i tmavé, tmavé však míň), osolíme a ocukrujeme.

Nakonec přidáme nahrubo nakrájený česnek, nebo pokud jsou stroužky malé, můžeme je přidat celé. Chvilí ještě restujeme a jídlo je hotové.



Lilek na páře

1 lilek
4 stroužky česneku
1 jarní cibulka
sezamový olej (z praženého sezamu)
cca 2 polévkové lžice
světlé sojové omáčky

Lilek dobře umyjeme, nakrájíme na čtvrtky, rozmístíme na talíři a ten vložíme do parního hrnce. Vaří se na páře přibližně 20 až 30 minut, dokud nezměkne.

Česnek očistíme a protlačíme. Jarní cibulku nakrájíme nadrobno a smícháme s česnekovou pastou. Přidáme trochu světlé sojové omáčky a sezamového oleje a pořádně promícháme.

Když je lilek hotový, uděláme uprostřed hůlkami nebo nožem drážku a naplníme ji směsí z česneku a jarní cibulky.

STUDENT AGENCY

Rozumíme letenkám

Peking

od 11 490 Kč*

* Tam i zpět včetně všech poplatků.
Cena platná v době tisku.

K letence kompletní servis • ubytování • pojištění • víza
• pronájem aut • parkování u letiště • dárek k letence

www.studentagency.cz

Restované Jidášovo ucho s celerem a mrkví

hrst sušených hub Jidášovo ucho
1/2 celeru řapíkatého
3 až 4 středně velké mrkve
5 stroužků česneku
3 až 4 jarní cibulky
3 až 4 chilli papričky
světlá sojová omáčka
olej
sůl

Jidášovo ucho naložíme na 1 až 2 hodiny, nebo nejlépe den předem, do studené vody. Pozor, nenamáčejte je do teplé vody, jinak změní chuť. Když houby nabobtnají a změkknou, dobře je omyjeme a nakrájíme na kousky velké přibližně 3x3 cm.

Očištěnou mrkev, celer a česnek nakrájíme na cca 3 mm silné plátky.

Jarní cibulku nakrájíme nadrobno. Do mírně rozehřátého oleje vložíme nakrájené chilli papričky, chvíli restujeme a poté přidáme česnek s jarní cibulkou.

Přidáme Jidášovo ucho, pořádně promícháme a pánev zakryjeme pokličkou. Když začnou houby „praskat“, může se přidat celer s mrkví. Všechno se dobře promíchá a chvíli dusí, podle intenzity ohně a množství přibližně pět minut.

Obsah pánve polijeme sojovou omáčkou a dále za stálého míchání restujeme. Nakonec směs dosolíme, promícháme a můžeme podávat.

Polévka s masovými kuličkami

Masové kuličky

300 gramů mletého vepřového masa (do polévky je vhodné libové mleté maso, jinak by byla polévka mastná)
sůl
3 až 4 lžice světlé sojové omáčky
50 gramů zázvoru
svazek jarní cibulky
3 vajíčka
škrob

Polévka

různá kořenová anebo jiná zelenina
rajčata (anebo rajčatový protlak, čerstvá rajčata jsou ale lepší)

Příprava směsi na masové kuličky:

Mleté maso osolíme, sůl pořádně vmícháme a necháme 10 minut v chladu odstát. Poté přidáme najemno nakrájenou jarní cibulku, nastroháme do směsi zázvor a postupně vmícháme vajíčka. Maso dobře promícháme, aby se vajíčka vstřebala, a necháme 10 minut odstát. Přidáme bramborový škrob. Pokud je

směs suchá, můžeme přidat škrob rozmíchaný ve vodě a necháme alespoň hodinu v chladu odstát.

Polévka:

Nakrájíme zeleninu a dáme ji vařit. Rajčata spaříme a oloupeme, nakrájíme a ho-



díme do vody, aby se pořádně rozvařila. Když je maso odstáté a zelenina je téměř uvařená, vytvarujeme z masy kuličky a ty vkládáme do vroucí polévky. Necháme vařit přibližně 10 minut, osolíme a můžeme podávat.



Čínský rozhlas pro zahraničí (CRI) je státní rozhlasovou stanicí, která jako jediná z čínských stanic vysílá do celého světa. CRI zahájil svoji činnost 3. prosince 1941 a od té doby tuto činnost neustále rozšiřuje. V současné době má v zahraničí 32 zpravodajských kanceláří a vysílá v 61 jazycích, stal se tedy mezinárodní mediální organizací, která disponuje obrovskou informační sítí. Cílem CRI je seznámit svět s Čínou i Čínu se světem a posílit vzájemné poznání a porozumění.

Česká sekce CRI funguje od roku 1968. Kromě vysílání na krátkých vlnách začala v březnu 2004 vysílati na středních vlnách. Od prosince 2003 byly oficiálně uvedeny do provozu také webové stránky v českém jazyce, kde najdou čtenáři spoustu zajímavých článků o kultuře, tradicích, umění a také o aktuálním dění v Číně i v zahraničí.

Vysílání do éteru

České vysílání CRI zachytíte denně na krátkých vlnách:

SEČ 20:00-20:30/ SELČ 21:00-21:30
na frekvenci: 7325kHz, 7415kHz, 9515kHz

SEČ 20:30-21:00/ SELČ 21:30-22:00
na frekvenci: 7305kHz/43.27m, 7415kHz/25.48m

SEČ 12:00-13:00/ SELČ 13:00-14:00
na frekvenci: 13685kHz, 15225kHz/19.7m, 17570kHz/17.07m

na středních vlnách:

SEČ/SELČ 23:30-00:30 na frekvenci: 1458kHz

Czech service

16A Shijingshan Road
Beijing 100040 China
Tel.: +86-010-68892324

+86-010-68892387
Fax: +86-010-68892322
E-mail: cze@cri.com.cn
<http://asiednes.cz>

