



Kronika 2004/2005 | Inštitut 108

BODHIDHARMA

Besedilo: Aleksander Kelšin

Mojster Bodhidharma (rojen prbl. leta 440), znan tudi kot Dharma oz. Daruma, je bil indijski budistični menih. Slovi predvsem po tem, da je na Kitajsko prinesel zen (chan) budizem.



Najpomembnejše obdobje Bodhidharmovega dela je čas, ki ga je preživel v samostanu Shaolin ob poučevanju tamkajšnjih menihov. Poleg meditacije je učil tudi veščine za akumulacijo in cirkulacijo življenjske energije (qigong) ter sistematiziral vadbo borilnih veščin, čemur je nadel ime shin pa lo han sho. S tem je močno vplival na nadaljnji razvoj borilnih veščin v vzhodni Aziji (kung fu).

Mojster Dharma je umrl prbl. leta 535, a kljub temu legende o njegovi osebnosti ostajajo vir navdiha in vzpodbude praktikantom širom sveta še danes.

Foto: P. Koprivec, Playa d'Aro, Španija, 2005 | Tekmovanje v borbah.

23. - 24.10.2004 | Ljubljana, Slovenija

MEDNARODNI SEMINAR DO NANBUDO KLUBA POD VODSTVOM MOJSTRA NANBUJA

Besedilo: Miran Pibernik

V nedeljo, 24. oktobra, se je zaključil dogodek, ki smo ga člani DO Nanbudo kluba nestrpno pričakovali že dolgo časa, pravzaprav kar celo leto - mednarodni seminar pod vodstvom Yoshinaa Nanbuja Doshuja. Le redko srečamo na enem mestu toliko dobrih stvari kot na tovrstnih seminarjih; učenje in izpopolnjevanje, druženje, spoznavanje novih prijateljev in samega sebe, gibanje, dihanje, povezovanje uma in telesa. Predvsem gre omeniti veselje, ki se pretaka skozi najmanjše pore nanbuda in ga veže v nedeljivo celoto.

Odlična športna dvorana Gimnazije Šentvid je postala naš dojo za dva dni. Pod njeno streho se je zbralo več kot sto nanbudok, od mojstrov do popolnih začetnikov. Ponovno smo pozdravili prijatelje iz Hrvaške, Italije, Švice, Francije, celo Škotske in Finske ter seveda Slovenije. Še posebej smo se razveselili najmlajših. Doshu jim je tako v soboto kot nedeljo namenil samostojen trening. Starejši smo imeli vsak dan na voljo dva treninga, da izpopolnimo svoje znanje. Doshu nas je prijazen, a odločno opozarjal na morebitne pomanjkljivosti pri izvajanju tehnik. Seznanil nas je z novostmi, med katerimi naj omenim le Ki nagare aiki undo - vajo, s katero se učimo zaznavati lastno in nasprotnikovo energijo ter utrjujemo samozavest. Spomnil nas je na pomembnost harmonije in ravnovesja v nas samih, med nami in nasprotnikom, v odnosu z vsemi ljudmi ter naravo, katere del smo.



Foto: T. Kancilja, Ljubljana, Slovenija, 2004
Mojster Nanbu med demonstracijo.

Člane DO Nanbudo kluba je Doshu v petek še posebej počastil z internim treningom. Pridružili sta se nam tudi gostji iz Francije, Isabelle Amiel Shihan Dai in Florence Alpert Shido in ter Steven Laverty Sensei Kyoshi s Škotske. Priložnost, da v tako intimnem okolju črpaš znanje od takega števila mojstrov, ne pride pogosto. Seveda smo jo pograbili z obema rokama.

V nedeljo smo se prijetno utrujeni poslovili. Kar prehitro je minilo. Vendarle slovo ni bilo grenko. Namesto praznine je ostal občutek veselja, najboljše gorivo za nadaljnje delo in svež zagon. Čaka nas še eno leto vzponov in padcev, uspehov in porazov, spoznanj in izkušenj, leto trdega dela in zbranega počitka - skratka 365 dni čiste radosti. Do naslednjich... Z Doshujem se namreč srečamo naslednje leto ob istem času.

Dobrodošli!

28.10.2004 | Ljubljana, Slovenija

OBJAVA NOVIH SPLETNIH STRANI SVETOVNE NANBUDO FEDERACIJE

Za Svetovno nanbudo federacijo sta Fukushima Katarina Hribar in Sensei Kyoshi Aleksander Kelšin izdelala vsebinski koncept, oblikovala in postavila



Foto: T. Kancilja, Ljubljana, Slovenija, 2004
Skupinska fotografija udeležencev seminarja.

nove spletne strani, ki bodo povečale informiranost nanbudoistov po svetu.
Spletišče gostuje DO Nanbudo klub.

18. - 19.12.2004 | Zagreb, Hrvaška

TRADICIONALNI MEDNARODNI BOŽIČNI NANBUDO SEMINAR POD VODSTVOM MOJSTRA NANBUJA

27. - 29.12.2004 | Bagneux, Francija

TRADICIONALNI MEDNARODNI NOVOLETNI NANBUDO SEMINAR POD VODSTVOM MOJSTRA NANBUJA



Foto: arhiv Inštituta 108, Dakar, Senegal, 2005 | Na fotografiji: Mamadou J.C. Tall, N. Šimnovec, Y. Nanbu, A. Kelšin in K. Hribar

23. - 30.01.2005 | Dakar, Senegal
**NANBUDO SEMINAR POD VODSTVOM
 MOJSTRA NANBUJA V DAKARJU**

Katarina Hribar, Nika Šimnovec in Aleksander Kelšin
 so se udeležili nanbudo seminarja v Dakarju.
 Popotovanje jim je prineslo veliko novih prijateljev in
 izkušenj ob odkrivanju prečudovite dežele.

29. - 30.01.2005 | Turku, Finska
FROZY CAMP 2005 NA FINSKEM

Foto: M. Pibernik, Kecskemét, Madžarska, 2005 | A. Kelšin na
 demonstraciji borilnih veščin izvaja genki nanbu nanaban.

10. - 13.02.2005 | Kecskemét, Madžarska
**MEDITACIJSKI TRENING
 POD VODSTVOM MOJSTRA NANBUJA,
 MEDNARODNI NANBUDO SEMINAR IN
 DEMONSTRACIJA BORILNIH VEŠČIN**

04. - 06.03.2005 | Carluke, Škotska
**MEDNARODNI NANBUDO SEMINAR
 POD VODSTVOM MOJSTRA NANBUJA**

12. - 13.03.2005 | Tenero, Švica
**MEDNARODNI NANBUDO SEMINAR
 POD VODSTVOM MOJSTRA NANBUJA**

16. - 17.04.2005 | Cesena, Italija
**MEDNARODNI NANBUDO SEMINAR
 POD VODSTVOM MOJSTRA NANBUJA**

PRIDOBITEV MOJSTRSKE STOPNJE

Dne 16. februarja 2005 je v Teneru, Švica,
 mojster Nanbu Katarini Hribar podelil stopnjo 2. dan.



Foto: T. Kancilja, Rakov Škocjan, Slovenija, 2005
A. Kelšin med razlago dihalne vaje.

14. in 28.05.2005 | Rakov Škocjan, Slovenija
**SEMINAR DO NANBUDO KLUBA V NARAVI
V KRAJINSKEM PARKU RAKOV ŠKOCJAN**

Besedilo: Nika Šimnovec

V soboto, 14. maja, je v naravnem okolju Rakovega Škocjana potekal prvi letošnji interni seminar. Lokacija ne bi mogla biti izbrana bolje: poleg pomirjajoče zelene barve gozda in travnikov je okolica bogata še z zelenkasto vodo: vodo, ki je izvir življenja.

NOVI NANBUDO PASSPORT

V mesecu aprilu je izšel novi nanbudo passport Svetovne nanbudo federacije. Poleg podatkov o imetniku passporta, klubskega članstva, stopenj pasov, inštruktorskih stopenj, seminarjev, nacionalnih in mednarodnih tekmovanj itd. vsebuje tudi biografijo Doshuja Nanbuja, preprosta pravila obnašanja, opis cilja vadbe nanbuda, in osnovno pojasnilo nanbudo filozofije.



Foto: T. Kancilja, Rakov Škocjan, Slovenija, 2005
A. Kelšin in M. Žgur med izvajanjem osnovnih tehnik.



Grafično podobo novega passporta je oblikovala naša članica Shidoin Katarina Hribar, izdelan pa je bil v tiskarni Cetis Celje.



Foto: T. Kancilja, Rakov Škocjan, Slovenija, 2005
M. Drobnič popravlja učenke pri izvajanju obrambe.

Na dveh 2-urnih treningih v našem zelenem doju na obrežju reke Rak smo z nanbudo tehnikami nasitili telo (randori ichi no kata in izpeljanke, variacije osnovnih tehnik, obrambe na napade s strani) in duha (shizen no ki undo, nanbu ki undo). Teoretični trening, ki je bil umeščen med oba "fizična", nas je poučil o pomenu besede budo (disciplina kultivacije osebnosti), sestavljene iz pismenk bu in do, ki ju vsebuje tudi beseda nanbudo, ter nekaterim prvič razodel meditacijo na 7 sil (nanbudo nanatsu no chikara), drugim pa koncept osvežil in nadgradil njegovo razumevanje. Kajti ko z leti pridobivamo kilometrino v nanbudo in vselej nove izkušnje v življenju na sploh, se nam že znane tehnike lahko vedno znova odkrivajo v novi luči.

Pika na i celodnevnemu dogajanju je bil večerni meditacijski trening ob vodi v mraku v soju sedmih bakel, ki so ponazarjale sedmerico sil: telesa, poguma, presoje, delovanja, energije, intelekta in vitalnosti. Najprej smo izvedli meditacijo nanje, sledila pa je še 108-kratna ponovitev nanbudo mitsu no chikara. Ko so v mrak stoosmič izzvenele chikarada, yukida, shinnenda, ni bila njihova zadnja ponovitev kronana samo z močnejšim glasom in močnejšo zavestjo, temveč tudi z močnejšimi kapljami dežja. Ja, prav na koncu se je ulilo... Na svoji koži smo občutili kaplje dežja: dežja - vode, ki je vir življenja!

25. - 29.07.2005 | Playa d'Aro Španija

TRADICIONALNI MEDNARODNI POLETNI SEMINAR POD VODSTVOM MOJSTRA NANBUJA

Besedilo: Aleksander Kelšin

Tradicionalni poletni seminar se je tudi letos odvijal pod vodstvom mojstra Yoshinaa Nanbuja Doshuja v

TEKMOVANJE NANBU- DO IPPON KUMITE

V Mariboru je v organizaciji Nanbudo kluba Nami 24. aprila 2005 potekalo tekmovanje Nanbudo Ippon Kumite Maribor. **Rezultati:**

Ju randori otroci - mlajši, do 4. kyu

1. Nejc Sakelšek, Kaze
2. Naja Gajzer, Kaze | 3. Doroteja Vrbovšek, Kaze

Ju randori otroci - starejši, do 4. kyu

1. Anja Mlinarič, Kaze
2. Lucija Bičič, Yume | 3. Tadej Nepužlan, Nami

Shihotai otroci - mlajši, do 4. kyu

1. Doroteja Vrbovšek, Kaze
2. Jan Paveo, Kaze | 3. Julija Petrovič, Kaze

Shihotai otroci - starejši, do 4. kyu

1. Tadej Nepužlan, Nami
2. Jan Jordan, Yume | 3. Lucija Bičič, Yume

Ju randori do 15 let

1. Mirela Ždralič, Yume
2. Tadej Logar, Nami | 3. Nina Grbič, Yume

Nanbu kata do 15 let

1. Mirela Ždralič, Yume
2. Nina Grbič, Yume | 3. Tadej Logar, Nami

Ju randori do 4. kyu

1. Mirko Perovšek, DO
2. Rok Govednik, Ippon Ryu | 3. Boris Mujovič, Nami

Ju randori

1. Gregor Jenčič, Ippon Ryu
2. Andrej Pokos, Nami | 3. Goran Lorger, Ippon Ryu

Kata

1. Andrej Pokos, Nami
2. Gregor Jenčič, Ippon Ryu | 3. Goran Lorger, Ippon Ryu



Foto: K. Hribar, Playa d'Aro, Španija, 2005 | Dihalno-energijske vaje.

čudovitem okolju na peščeni plaži pri Playa d'Aro v Španiji. Potekal je v dveh delih od 18. do 22. julija in od 25. do 29. julija.

Oba tedna seminarja sta bila odlična priložnost za kakovostno združitev napredovanja v nanbudo v okviru enkratnih treningov z lagodnostjo počitnic na Costa Bravi.

To je privabilo mnoge nanbudoiste iz različnih delov Evrope in Afrike. Seminar je tako poglobil znanje stotim udeležencem iz Andore, Finske, Francije, Hrvaške, Madžarske, Maroka, Nemčije, Norveške, Škotske, Španije, Švice in seveda sedemnajstim slovenskim udeležencem iz našega kluba.

Poudarek seminarja je bil na različnih vajah za regulacijo pretoka Kija, življenjske energije, in izboljšanja zdravja: Nanbu Ki Undo, Sho Shu Ten in Genki Nanbu Naikei Undo. Učinki vaj so bili za mnoge udeležence zelo zaznavni.

Doshu je učil tudi nekatere tehnike, ki so bile nove za večino prisotnih: Nanbudo Sotai Undo Soto Uke in Nanbudo Sotai Undo Uchi Uke, ki sta vaji sprejemanja in nevtraliziranja napada.

V veliki družini randorijev se je pojavila nova skupina s predstavitvijo prvega predstavnika: Umanori Randori Ichi No Kata, ki borbene tehnike nanbuda dopolnjuje s tradicionalnim japonskim bojem na tleh. Poleg vsega je bila predstavljena tudi nova verzija kate Shihotai Tsuki.

Med obema deloma seminarja je bilo v hotelu Cap Roig potekalo tekmovanje Nanbudo Summer Cup '05. To je bilo prvo uradno tekmovanje nove nanbudo športne discipline Ju Ippon Shobu, ki prinaša veliko svežine v to področje našega udejstvovanja.

INTERNATIONAL NANBUDO SUMMER CUP 2005

V Playa d'Aro v Španiji je v organizaciji Svetovne nanbudo federacije 23. julija 2005 potekalo tekmovanje v disciplini Ju Ippon Shobu.

Rezultati:

Kategorija B (do 2. kyu), moški, absolutno

1. Dragan Uležić, DO Nanbudo klub, Slovenija
2. Matija Žgur, DO Nanbudo klub, Slovenija
3. Mirko Perovšek, DO Nanbudo klub, Slovenija

Kategorija A (1. kyu in višji), ženske, absolutno

1. Edija Redžić, Team Croatia, Hrvaška
2. Virag Zambo, Free Line Sports Association, Madžarska
3. Hanne Karlsen, Oslo Karateklubb, Norveška

Kategorija A (1. kyu in višji), moški, do 65 kg

1. Julien Colazzina, Dojo Bunkai, Francija
2. Vedran Keresman, Team Croatia, Hrvaška
3. David Gabriel, Comb Bagneux, Francija

Kategorija A (1. kyu in višji), moški, 65 - 75 kg

1. Fernando Barcos, Nanbudo Ontinena, Španija
2. Gregory Khun, Dojo Bunkai, Francija
3. Stig Muri, Oslo Karateklubb, Norveška

Kategorija A (1. kyu in višji), moški, nad 75 kg

1. Hrvoje Vrgoč, Team Croatia, Hrvaška
2. Tibor Süveg, Free Line Sports Association, Madžarska
3. Igor Vojvodić, Team Croatia, Hrvaška