

Trenirali smo na Japonskem

Poletje se je bližalo, mi pa smo že pripravljali kovčke za potovanje na Japonsko. Kot bi trenil, je bil 10. julij pred vrati. Po napornem celodnevem potovanju smo prišli do hotela in še isti dan imeli večerni trening. Nadeli smo si sveže oprane kimone in krenili proti dojo-tu. Zunaj je bilo vroče in soparno. Ko smo stopili v dojo, je bilo notri še bolj vroče, kot zunaj. Odprli smo vsa okna in vrata, da bi lahko začutili vsaj malo vetra. Trening se je začel, trajal je uro in pol, vodil pa ga je ponavadi predsednik I.M.G.K.A. Akihito Yagi. Bilo je naporno, mi smo bili utrujeni. Že na prvem treningu smo čisto preznojili svoja kimona, ki smo jih kasneje v hotelu sušili na hodnikih in v sobah. Treninge smo imeli dvakrat ali enkrat na dan, prosti čas pa je bil namenjen ogledom in nakupovanju spominkov. V celem tednu na Okinawi smo se naučili tudi dve novi kati (Genbu in Seisan), s katerima smo še bolj izpopolnili svoje znanje.

Naše treniranje se je nadaljevalo v Kyotu, kjer smo bivali v Komatsubara doju. Naš prvi Rindo trening sta vodila sensei Irie Hirokazu in sensei Yuiji Monobe. Povedala sta nam osnove Rinda, potem pa smo ponovili kato Raten. Po koncu treninga, je sledila večerja. V sredo smo spakirali v nahrbtnike najpomembnejše stvari in se odpravili proti Zazen templju. Vožnja je bila dolga, vmes pa smo še zapeljali v jarek. Ko smo prispeli do templja, nas je tam pričakal zen sensei. Malo smo odahnili, potem pa krenili proti novo-zgrajenemu templju. Tam smo tudi prvič meditirali sede (zazen). Najprej smo meditirali 15 dolgih minut. Znoj je tekel po obrazu in po hrbtu, mi pa smo morali sedeti mirno. Sedeli smo v pol-lotusovem položaju, kar nam je celotno situacijo otežilo. Nato pa se je sensei vstal in s sabo vzel palico, ki je bila na eni strani širša, kot na drugi. Ko je prišel do tebe, si se sklonil in desno roko postavil naprej, levo roko pa dal na svojo desno ramo. Sensei je udaril po hrbtu in te s tem "zmasiral". Zamenjal si roke, sensei pa je vajo ponovil. Do konca zazena je bilo okoli 5 minut. Ko je zazvonilo, je to pomenilo, da je konec. Priklonili smo se in se vstali. Vsi smo imeli bolečine v nogah, ampak za prvič je bilo v redu. Po zazenu smo imeli večerjo, po večerji pa smo pili čaj in se pogovarjali. Naslednji dan (ob 5 zjutraj) smo imeli zazen. Spet 15 minut, potem pa smo se ustali in hodili po sobi. Hodili smo okoli 10 min, potem pa smo se usedli nazaj na blazine in meditirali naprej. Po meditaciji smo molili. Pred sabo si imel knjižico, polno molitev in si jo bral v ritmu. Po molitvi smo dobili zajtrk. Po zajtrku smo se spet sprehodili do novo-zgrajenega templja in tam meditirali (še zadnjič v tem dnevu). Po 20 minutah zazena smo vzeli svoje nahrbtnike in se z vlakom napotili nazaj v Komatsubara dojo.

Za vikend smo se odpravili malce med hribe v Senko-ji tempelj, kjer smo trenirali Rindo. V soboto popoldne smo prispeli v tempelj, in 20 minut po našem prihodu smo imeli trening. Spet smo se nadeli kimona in odšli proti našem vadbenem prostoru (trenirali smo na pesku). Pred treningom pa smo najprej še molili. Na vseh treningih smo se učili in izpopolnjevali kato Enyo-rin. Po vztrajnem treniranju smo se kato le naučili in tako zaključili naše treniranje v Senko-ji templju. V nedeljo nas je čakalo poslavljanje in odhod proti Kyotu (Komatsubara dojo).

V ponedeljek zgodaj zjutraj pa smo še dokončno spakirali kovčke in odšli proti železniški postaji. Peljali smo se z vlakom do letališča. Spet nas je čakalo celodnevno potovanje, na koncu pa smo le dočakali srečanje s svojimi najbližjimi.

Petra Planinc