

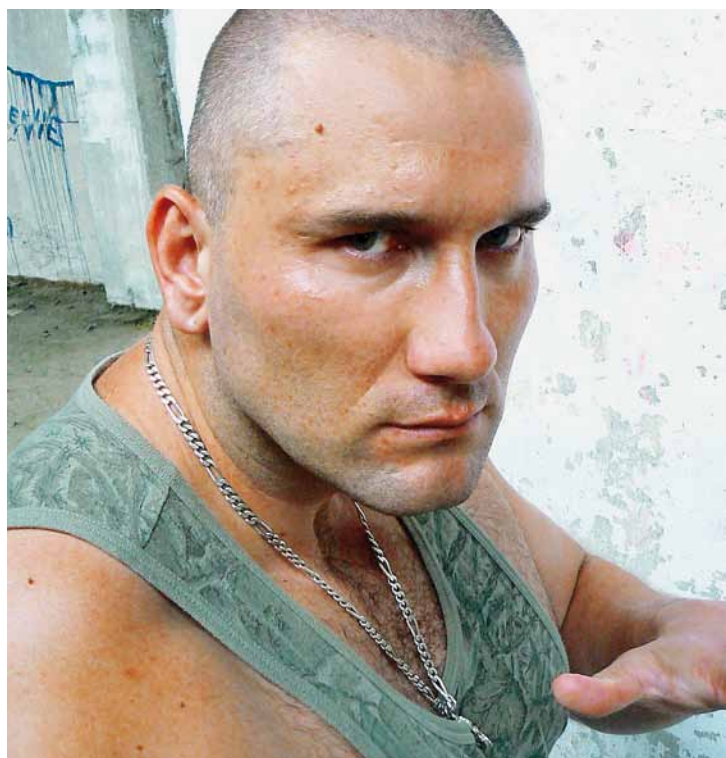


# Boj zrodený v lone prírody

Veterán ruských špeciálnych jednotiek Specnaz GRU Marián Marko (37) je bojovník. Má za sebou jeden z najtvrdších výcvikov na svete a vyvinul vlastný bojový štýl systému sibírskeho tigra. Zažili sme, aké je to, keď na vás špecialista na boj zblízka vyskúša svoje umenie.

**P**rvé stretnutie s Mariánom Markom v lone slovenskej prírody sa začalo tak, ako by ste na chlapa, ktorý jediným úderom dokáže zabiť, tipovali. Z terénneho voza, na ktorom hrdo „nosi“ emblém ruských špeciálnych jednotiek, ktorý má vytetovaný aj na ruke, vystúpil Stredoslovák ako hora. „No čo, omladina, ideme na to?“ zavtipkoval však hneď Marián, ktorý sa bojovať učil na diskotéke ako vyhadzovač. „Keď chceš peniaze, choď si zarobiť, hovorieval mi otec, a tak som začal robiť diskotéky.“ V Hriňovej vtedy podľa chlapa, ktorý vám pištoľ z ruky vykrúti, akoby sa nechumelilo, veľa príležitostí na zárobok nebolo. „Keď si na seba cez týždeň nemakal a nebol si rých-

ly, tak ťa cez víkend rozdupali. Chodili tu chlapi s labami ako medveď, aj vidly a brokovnice so sebou nosili,“ spomína expert na „rukopašný boj“, zbrane a prežitie v extrémnych podmienkach. Z Hriňovej viedla o niekoľko rokov cesta tohto bojovníka do Bratislavy, kde si ho všimol ruský podnikateľ a dal mu ponuku. Ak zvládne „jeho skúšku“, môže pre neho pracovať. Tou skúškou bol niekoľkokomesačný intenzívny výcvik, aký sa dostáva oddielom Specnaz GRU. „Keď som odchádzal, vážil som stodvanásť kilogramov, a keď som sa vrátil, mal som stodvadsaťosem, na hrazde som sa zdvihol dvadsaťosemkrát, na tlakovej lavičke som dvíhal stodevätidesiat kilogramov a pätnásť kilometrov som







zabehol bez problémov.“ Zvlášť tvrdý fyzický tréning však nebol to najcennejšie, čo si z Ruska priniesol. „Naučili ma čítať v ľuďoch ako v otvorenej knihe, využívať svoje aj cudzie podvedomie a prekonávať hranice fyzickej bolesti a vlastného tela.“ To však podľa Mariána ešte nie je to hlavné, čo bojovníka ženie k nadľudským výkonom.

**Naučili ma, ako žiť:** „Rusi ma naučili správať sa. Vážiť si veci, prírodu, ľudí, starých ľudí a vážiť si ženy. Lebo matka, či je to matka príroda, alebo ľudská matka, to je základ. Keď toto človek pochopí, stane sa z neho dobrý bojovník. Lebo vojak vždy bojuje za ľudí. A potom ťa nemusia ani lámať a budeš sám chcieť byť čo najlepši a vydržíš všetko.“ Absolvoval tam psychologický výcvik, tréning prežitia v extrémnych podmienkach. Inštruktori boli špecialisti, ktorí trénujú ruské tulle, jednu z najobávanejších špeciálnych jednotiek na svete. „Dalo sa síce odísť, nikto nás tam nedržal nasilu. Ale uvedomil som si, že ak odídem, nebudem mať žiadnu prácu. Tak som si povedal, že vydržím.“ A nebolo to jednoduché, keďže výcvik zahŕňal napríklad aj päťdňový výsadok pri teplote mínus štyridsať stupňov Celzia, keď museli akokoľvek prežiť. „Boli sme, samozrejme, veľmi dlho bez spánku, hladní a pod ustavičným psychickým tlakom. To bolo najťažšie vydržať, ten neustály stres. Aj sme si neraz od únavy, nervozity a hladu večer poplakali, za to sa nehanbím.“ To, že Marián aj pri svojej hmotnosti vysoko nad sto kilogramov dokáže urobiť salto vpred zo samopalom, pri dopade skončiť v polohe streľby a trafiť doprostreď terča na tridsať metrov, len dokazuje, že tréning u ruských Specnaz sa mu vryl hlboko do celého tela, ale najmä do mysle. „Ruskí vojaci ma naučili trénovať podvedome. To znamená, že si len sadnem a bojové situácie, alebo to, čo som už zažil, sa mi odohrávajú v hlave. Takto trénujú špeciálne oddiely ruských tulleňov a učili sa to od Japoncov. Tam podobný ‚tieňový boj‘ používali už samuraji.“ Keby na Slovensko vysadili po päť členov špeciálnej jednotky určenej na boj za nepriateľskými líniami do troch veľkých miest, tak by podľa Mariána boli schopní položiť krajinu na kolena. Aj obávaná francúzska légia priznala, že jediní, s kým by sa nikdy nechceli stretnúť v boji, sú sabotéri zo Specnaz. „Veď u nás začal strie-

ľať chlap v Devínskej Novej Vsi zo samopalom a celá krajina bola hore nohami.“ Svet podľa neho ani netuší, aké smrtiace špeciálne jednotky majú v Rusku k dispozícii a čo všetko by dokázalo napáchať zopár ich najlepších členov.

**Bojovník z Hriňovej:** Podľa Mariána je nesmierne dôležité vnímať prírodu a žiť s ňou v súlade. Nie peniaze, sláva ani spoločenská prestíž. „Ale keď zavesíš na strom kus loja a vtáčiky sa prídu najesť. Alebo keď sa ti lastovičky vracajú alebo jelene behajú po záhrade. Keď začneš vnímať prírodu, až vtedy pochopíš, prečo z nej veľkí bojovníci čerpajú. Dáva to človeku energiu. V meste ju nenačerpáš a nemá ti ju čo dávať.“ V meste podľa tohto hrdého vidiečana všetky vplyvy energiu len berú. „Obklopený prírodou príde na veci, na ktorých naozaj záleží.“ V meste by jednoznačne žiť nechcel. „Chodiť po baroch a na kavičky to nie je nič pre mňa. Skôr mi sedí v zime si dať rukavice a pracovať pri dome alebo v lese.“ Navyše, v prírode a v lese sa najlepšie trénuje. Zložiť, napliť a poukladať drevo do nákladného auta, tomu sa vraj nevyrovná žiadne fitnesscentrum. Všetky potrebné svaly sa dajú precvičiť manuálnou prácou v prírode a na čerstvom vzduchu. Marián sa toho pozorovaním prírody a zvierat aj veľa naučil. Fascinujú ho najmä mačky. „Je to najdokonalejší predátor u nás. Často pozorujem, ako lovia a ako sa pohybujú, a snažím sa to dostať aj do svojho štýlu.“

**Žena má najsilnejšie zbrane:** Štýl boja zblízka, ktorý učí Marián Marko, vzišiel z techník, ktoré ho naučili ruskí špecialisti. Marián tieto techniky upravil pre boj v extrémnych podmienkach a dokáže ich s obmenami naučiť civilistov, policajné zložky aj vojakov. „Každého učím niečo iné, lebo civilisti nepotrebujú smrtiace techniky určené pre ozbrojené a špeciálne zložky.“ Názov vychádza zo špecifického štýlu boja. „Tiger preto, že pri boji používam otvorené ruky, aby som mal čo najväčšiu kontrolu nad protivníkom. A sibírsky preto, lebo môj štýl je určený na boj v extrémnych podmienkach.“ Všetky techniky, ktoré učí sistema sibírskeho tigra, sú podľa Mariána vyvinuté tak, aby čo najjednoduchšie a najefektívnejšie zneškodnili protivníka. Žiadna frajerina alebo predvádzanie štýlu. Na efektívite navyše pridáva potom





aj vážnosť situácie. „Keď ide o život a chceš protivníka zneškodniť, akú energiu vydaš potom? Končatiny sa lámu ako nič.“ Niektoré ukážky sa mi navždy vryjú do pamäti, keďže tak bezradne ako sa vykrútenou rukou a tvárou na zemi sa vôbec hrdo necítim. „Výcvik si treba zažiť a pretrpieť. Jedine tak sa človek naučí bojovať a zapamätá si daný pohyb najjednoduchšie.“ Technika ako z iného sveta prišla, keď Marián ukazoval, ako odzbrojiť protivníka s pištoľou. „Nikdy nemôžeš ísť po zbrani len rukou, ale hneď treba ísť celým telom do protismeru. Ale keď si vytrénovaný, môžeš si dovoliť aj takúto vec.“ Keď som stlačil spúšť, ani som nevedel ako a Marián okamžite držal záver namierenej pištole Glock 17 v ruke. Takto som nemohol vystreliť a ruku som mal okamžite skrútenú do bolestivej páky. Vtip bol však v tom, že zakaždým, keď sme to skúšali a chcel som vystreliť dopredu, vedel, kedy tak urobím. Nevieť síce, ako to dokázal, ale zrejme išlo o kombináciu skúseností, čítania protivníka a vstupovania do podvedomia, o ktorom sme už písali vyššie. Pretože pri ukážke sa na mňa ani nepozeral a ruku so zbraňou mohol vidieť len periférnym videním. Môj názor je, že v hre tu bol nejaký „šiesty zmysel“, a pre-

to vedel zareagovať presne vtedy, keď som stlačil spúšť (samozrejme, vypáskovanej zbrane). Môže však nastať aj situácia, že protivník stojí z dosahu vašich rúk a nôh. Vtedy je to o šťastí, ale niečo sa ešte vyskúšať dá. Jedna z možností je začať sa s protivníkom rozprávať, ako hovoril Marián, „besedovať s ním“ a tak získať čas. Potom si začal vyzliekať bundu a keď som to naozaj najmenej čakal, hodil mi ju do tváre. „Dôležité je pohybovať sa k nemu akoby otočkou. Vtedy ťa nemusí stihnúť zamieriť a kryješ si aj životne dôležité orgány.“ Použiť sa dá čokoľvek. Kúsok dreva, prsteň alebo čokoľvek, čo náhodou máte v ruke. „Keď ťa však niekto bude chcieť zabiť, tak ťa zabije. Na dva metre bude ustupovať a strieľať. Nehnevaj sa, ale nie sme vo filme.“ Naučiť sa od neho majú čo aj ženy, ktoré sa chcú vedieť brániť. „Ženy sú veľmi silné, lebo majú ženské zbrane. Ich zbraňou je pôvab a to, že vedia byť sexi. Keď v mužovi vyvolajú vzrušenie a odhadnú správny moment, zastihnú ho bez obrany.“ Útočník sa uvoľní. A vtedy stačí úder celou silou do genitálií alebo do iného citlivého bodu a boj sa skončil. Preto ženy v žiadnom prípade nesmú v ohrození spanikáriť alebo sa chcieť biť s mužom priamo.

**Rusi ma naučili správať sa. Vážiť si veci, prírodu, ľudí, starých ľudí a vážiť si ženy. Lebo matka, či je to**

**matka**

**priroda, alebo ľudská matka, to je základ. Keď toto človek pochopí, stane sa z neho dobrý bojovník. Lebo vojak vždy bojuje za ľudí. A potom ťa nemusia ani lámať a budeš sám chcieť byť čo najlepší a vydržíš všetko.**

Musia vytvoriť moment prekvapenia a vtedy udrieť.

#### **Využiť súperovu energiu:**

Rýchlosť, nevyhnutnú schopnosť bojovníka, má Marián dokonale zvládnutú aj napriek tomu, že pri jeho stodvadsiatich kilogramoch by ste od neho svižnosť hada nečakali. Na úvod ukážky systémy sibírskeho tigra sme si zahrali malú hru. Ja som mal zdvihnutou rukou vykrývať úder jeho ruky spustenej pri páse. Priznám sa, že som letiacu ruku ani nevidel. Nieto, aby som ešte úder vykryl. „Ukazoval som to aj francúzskym legionárom, čo ku mne chodia. Ani im sa nepodarilo vykryť ma jediný raz.“ To je naozaj pozoruhodné, keďže takému veľkému a silnému chlapovi by mala príroda na rýchlosti ubrať. Pravý opak je však pravda. A nesmierne dôležitú úlohu zohráva v Mariánovom vlastnom štýle systémy, podobne ako pri ruských variantoch, aj práca s energiou protivníka. Vďaka tomu dokáže úder absorbovať alebo odkloniť. Aj sme si to vyskúšali a bolo to, akoby ma nejaká neviditeľná sila poslala k zemi bez toho, aby sa o to môj dočasný školiteľ vôbec snažil. „Základ systémy je v tom, že sa sile protivníka nestaviaš priamo, ale buď ju odkloníš, alebo absorbuješ. Tak učia ruskí majstri.“ ■