



Hachimaki i budo – czy należy wiązać głowę podczas treningu?

Sensei Cho in Bu-Jutsu & Koryu Bu-Jutsu, Harjoittelu & urheilu

Wprowadzenie

Hachimaki (鉢巻) to japońska opaska na głowę. Symbolizuje determinację, koncentrację i wewnętrzną siłę. **Jednakże** jej znaczenie zmieniało się znacząco na przestrzeni historii – od treningów samurajów, przez ostatnie loty pilotów kamikaze, aż po współczesność.

W tym artykule odpowiadamy na pytanie: **czy ćwiczący powinien wiązać hachimaki na głowie w dojo?**

☞ Zobacz także nasz artykuł: [Znaczenie dojo w Japonii – kamiza, tatami i etykieta.](#)

Historia i znaczenie hachimaki

- **Samuraje** nosili hachimaki pod hełmem, aby powstrzymywać pot i zachować jasność umysłu.
- **Robotnicy i studenci** w Japonii nadal używają jej jako symbolu wytrwałości.
- **Piloci kamikaze** wiązali hachimaki przed wylotem. Często malowano na niej *hinomaru* (słońce) oraz napis 必勝 (*Hisshō* – pewne zwycięstwo).

W ten sposób hachimaki nie była tylko praktycznym kawałkiem materiału, lecz głębokim symbolem łączącym siłę i poświęcenie.

Hachimaki w budo – co mówią mistrzowie?

Wielu zachodnich praktyków z entuzjazmem zakłada hachimaki podczas treningów. **Z drugiej strony**, liczni japońscy mistrzowie uważają to za problematyczne.

- Ich zdaniem pierwsze skojarzenie to, że uczeń **deklaruje gotowość na śmierć** – podobnie jak kamikaze.
- Po drugie, może to zostać odczytane jako **wyzwanie dla nauczyciela**.
- Podobny symbol istnieje w kung-fu, gdzie przesunięcie węzła pasa na środek może oznaczać „wyzygam cię”.

Dlatego wielu tradycyjnych nauczycieli uważa hachimaki w dojo za nie stosowne.



Taktyka, szacunek i etykieta

W budo najważniejsze nie są symbole zewnętrzne, lecz:

- **rei (礼)** – szacunek,
- **keiko (稽古)** – praktyka,
- **seishin (精神)** – duch i umysł.

Z tego względu używanie hachimaki może łatwo prowadzić do nieporozumień. Determinacja ćwiczącego powinna być widoczna w treningu, a nie w kawałku materiału.

A co ze współczesnym użyciem?

- Podczas pokazów, występów i festiwali hachimaki może pełnić rolę symbolu wizualnego.
- Studenci zakładają ją przed egzaminami jako znak koncentracji.
- Sportowcy używają jej jako symbolu przed zawodami.

Jednakże w dojo wielu mistrzów podkreśla, że sam trening wystarczy, aby pokazać siłę woli.

Związek z historią kamikaze

Hachimaki pilotów kamikaze nadal kojarzy się ze śmiercią i ofiarnością.

- Nauczyciele obawiają się, że młody uczeń może **przypadkowo wystać błędny sygnał**, wiążąc hachimaki.
- Duch budo to nie poszukiwanie śmierci, lecz szacunek dla życia i samodoskonalenie.

📖 Przeczytaj więcej: Ohnuki-Tierney: *Kamikaze, Cherry Blossoms, and Nationalisms*.

Wnioski – czy należy wiązać hachimaki w dojo?

Podsumowując, hachimaki to potężny symbol w historii Japonii. Może inspirować, ale może też wywoływać nieporozumienia.

- W przypadku festiwali, pokazów czy tradycyjnych rytuałów – hachimaki może być odpowiednia.



- Ale w dojo – zwłaszcza zdaniem japońskich mistrzów – hachimaki może być źle odczytana, a nawet uznana za obraźliwą.

Dlatego najlepszym sposobem na okazanie szacunku jest trening w czystym keikogi, z otwartym umysłem i bez hachimaki.

 Źródła:

- Draeger, Donn F. *Classical Budo*.
- Nitobe, Inazo. *Bushidō: The Soul of Japan*.
- Hurst, G. Cameron. *Armed Martial Arts of Japan*.
- Ohnuki-Tierney, Emiko. *Kamikaze, Cherry Blossoms, and Nationalisms*.
- Cook, Haruko & Cook, Theodore. *Japan at War: An Oral History*.