

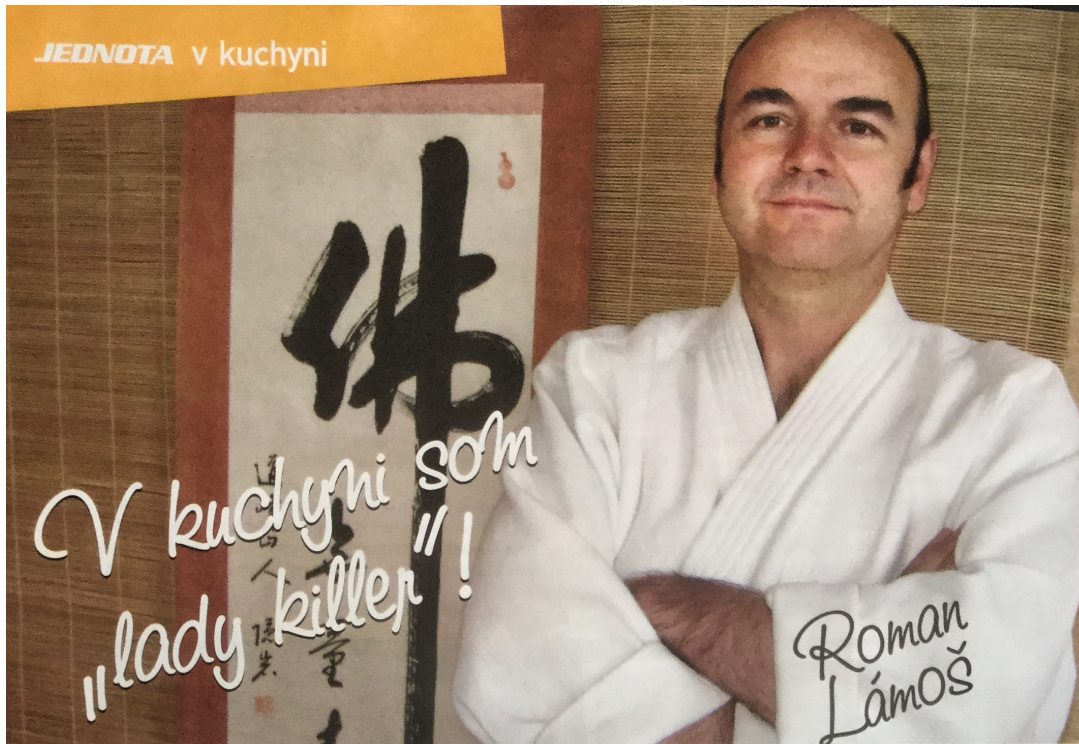


SAN SHIN KAI  
AIKIDO  
BRATISLAVA | SINCE 1998

ČLÁNOK V ČASOPISE  
JEDNOTA S ROKU 2008

COPYRIGHT © 2017 AIKIDO SAN  
SHIN KAI BRATISLAVA  
WWW.AIKIDOSKOLABRATISLAVA.SK

JEDNOTA v kuchyni



#### Cím vás toto bojové umenie oslovilo?

V aikide nemáte protivníka, ale partnera. Aj keď ho hodíte o zem, on neprehral a vy ste nevyhrali. V biznise sa tomu hovorí win win situácia a o to sa pokúšam aj v každodennom živote.

#### Veľa rokov ste žili vo Švajčiarsku, kde ste pracovali ako manažér. Na Slovensko ste sa vrátili založiť školu aikida. To na prvý pohľad vyzerá ako nezmyselné dobrodružstvo. Cím to je, že ste dokázali opustiť zaujímavú prácu, aby ste všetok čas venovali koničku?

Rozhodujúce bolo zistenie, že moje zamestnanie ma ako človeka nikam neposúva, ak nerátam finančnú stránku vecí. Pracoval som ako na zotrvačnik a vnútorne som sa cítil úplne vyhorený. Rozhodnutie venovať sa aikidu profesionálne padlo úplne spontánne – ráno v električke cestou do práce som sa rozhodol, že dám v práci výpoveď a splním si svoj dlhodobý sen byť profesionálnym učiteľom aikida. Školu som si chcel otvoriť v mojej rodnej krajine, na Slovensku. Že to bolo odvážne rozhodnutie, som pochopil neskôr – realizovať čokoľvek na Slovensku je oveľa dlhší a komplikovanejší proces než vo Švajčiarsku. Našťastie som mal podporu najmä zo strany môjho majstra (senseia) Masatomi Ikeda, ktorý je výnimočný učiteľ aj človek. Dal mi pocit, že to zvládnem.

#### Pojem aikido znamená „cestu harmónie“. Je to teda istý spôsob života, prvky tohto umenia sa prelínajú aj s každodenným životom človeka. Ako aikido ovplyvnilo, zmenilo váš bežný život?

To sa dá slovami len ťažko vyjadriť, ide o dlhodobý proces akéhosi vnútorného prerodu, ktorý si človek nejakou nevedomouje. Dá sa povedať, že aikido je nástroj umožňujúci docieľiť stabilitu a vnútornú rovnováhu. Tajomstvo sa ukrýva v pohyboch, keď sa spoja dve základné techniky, vytvorí sa nekonečný pohyb – infinity, harmónia. Keď to človek dennodenne trénuje, časom ten pohyb prevezme mozog i duša. To je však len veľmi jednoduché vysvetlenie, v skutočnosti je to tvrdá každodenná práca i boj samého proti sebe.

#### Pred časom ste prekonali ťažké zdravotné problémy, zároveň každého musí prekvapiť váš optimizmus a otvorenosť...

Tá choroba bola kľúčovým momentom, vtedy som zistil, čo mi aikido za tých 15 rokov skutočne prinieslo. Keď som si vypočul diagnózu, bol som v šoku a cítil som, ako vo mne narastá strach. Povedal som si, že musím zmeniť prístup, že sa nestanem obeťou choroby a môjho tela. Keď som prišiel na operáciu, lekári sa úprimne čudovali, vraj – pán Lámoš, vy ste sem prišli ako k zubárovi na čistenie zubov... Operácia trvala 15 hodín, na druhý deň som vstal z postele a išiel do kafetérie na latte. Aikido ma naučilo, že nie som obeť svojho života, ale jeho tvorca.

#### Aikido sa zrodilo v Japonsku, to je krajina s úplne odlišnou kultúrou, ku ktorej patrí aj stravovanie. Páči sa vám japonská kuchyňa rovnako ako aikido?

Milujem suši! Na dobré suši chodím pravidelne do Viedne, je to tam lacnejšie a kvalitnejšie, hoci prednedávnom som skvelý sušibar objavil aj v Bratislave. Skúšal som si robiť suši aj doma, ale nie je to ono – veľká pipalčka (smiech)! .

#### Je aj jedlo pre vás istou filozofiou alebo nad jedlom vôbec nefilozofujete a zjete, čo vám prinesú?

To určite nie! Čo sa týka jedla, som veľmi rozmaznaný – to však neznamená, že by som jedol len nejaké exkluzívne veci. S chuťou si dám aj bryndzové halušky, ale musia byť kvalitne pripravené. A to je niečo, v čom máme na Slovensku rezervy – jedlo je buď také predražené, že to človeka úplne odradí, alebo je drahé a nedobré. Domáce jedlá



**ROMAN LAMOS** neposobí ako do seba uzavretý nevyspytateľný a zamračený japonský bojovník. Naopak, hoci je pokojný a vyrovnaný, nestratil zmysel pre humor. Je za tým cesta osobnej skúsenosti a tvrdá práca na sebe pomocou jedného z najmladších japonských bojových umení aikido (bojové umenie, ktorého cieľom nie je zničiť protivníka, ale použiť jeho energiu a vrátiť mu ju naspäť). Roman žil a pracoval 30 rokov vo švajčiarskom Bazileji a tam sa ako 26-ročný po prvý raz stretol s aikidom. Dnes je držiteľom technického stupňa 3. dan-aikikai. Zdokonaľoval sa pod vedením majstrov Mastomi Ikeda a Michele Quarantu, na medzinárodných seminároch, bol členom aikido školy Bazilej a Švajčiarskej asociácie aikido. Svoje bohaté skúsenosti využil po návrate do Bratislavy, kde založil školu aikida.



ako plnenú papriku alebo sviečkovú na smotane dostanete len v jedálňach, kde je to síce lacné, ale aj to tak chutí.

#### Vaše obľúbené jedlo?

Najradšej mám taliansku kuchyňu, najmä cestoviny s krevetovou omáčkou. A nikdy neodolám sviečkovej na smotane od mojej mamy.

#### Viete variť?

Áno! Nechcem sa chváliť, ale čo sa týka mojich kuchárskych zručností, hovoria o mne, že som úplný „lady killer“ (smiech)! To neznamená, že ich otrávim, ale naopak – očarím! Žil som viac než 10 rokov ako singel, a tak som sa musel naučiť variť. Veľmi rád varím čínske jedlá, ktoré sú rýchlo hotové a zdravé. Rovnako aj talianske cestoviny na rôzne spôsoby, musia však byť z tvrdej pšenice.

#### Vaše hodiny navštevujú aj ženy. Akú majú motiváciu?

Ide im o získanie sebadôvery a väčšej istoty. Paradoxne ženy majú veľkú výhodu v tom, čo ich napohľad znevýhodňuje, a to je ich menšia fyzická sila. Vďaka tomu oveľa rýchlejšie pochopia princíp aikida, ktorý je vo využití sily útočníka. Myslím si, že tento druh športu je pre ženy ideálny!

-dp-  
Snímky: Peter Osuch, archív R. L.