

Oponentský posudek bakalářské práce Pavlína Holé -Vliv cvičení taiji quan na zdraví jedince

Vedoucí práce: doc. PhDr. Václav Břicháček

Oponent: Mgr. Taťána Ospálková

Autorka si zvolila velmi zajímavé a v současné době i „populární“ téma - Vliv cvičení taiji quan na zdraví jedince. Struktura práce je tvořena dvěma částmi, které jsou uvedeny stručným úvodem. Část teoreticko-historická vysvětluje původ, historii a základní principy *taiji*, jak ve vztahu k tradičním čínským filosofickým koncepcím (Kniha proměn), tak ve vztahu ke klasické čínské medicíně, jež ale stojí na kosmologických základech filosofického myšlení. Část „experimentální“ referuje o realizaci empirického výzkumu.

Teoretická část je z mého pohledu velmi stručná a značně nepřehledná, takže může svádět i k nedorozumění, jedná se o velmi „zhuštěnou“ snahu postihnout teorii, filosofii i historii taiji. Např. na str. 4.: „Termín tchaj-t'i se poprvé objevuje v Knize proměn, napsané v období dynastie Čou (11. stol. – 221 př.n.l.). Je to taoistický filozofický termín, který vyjadřuje...“ Pro neznalého čtenáře z tohoto spojení může vyplynout, že Kniha proměn je taoistickým dílem, protože už v ní se vyskytuje termínem *čchi*. V dalších pasážích jsou ovšem některé nejasnosti dodatečně vysvětleny díky podrobnějšímu výkladu jednotlivých pojmů. Dále pak můžeme zauvažovat nad velmi riskantními úvahami, např. str.7: „Základním termínem knihy je *tao*, které nelze postihnout. Z hlediska evropské filosofie bychom ho mohli přirovnat k Aristotelově čisté látce.“ Toto spojení není dostatečně podloženo, ani zpracované, pravděpodobně jde o parafrázi z odborné literatury, a to bez odkazu. Pokud je to pro autorku zajímavé téma, stálo by za to se spíše zamyslet nad blízkostí *čchi* a *psýché* v presokratovské filosofii a hippokratovské medicíně.

„Experimentální“ část je velmi profesionálně zpracovaná; jak exaktní výzkumy, opírající o ověřené postupy zjišťování, tak i statistické zpracování a zhodnocení získaných dat. Pět procentní hladina významnosti svědčí o obezřetném přístupu k interpretaci dat.

Co se týče výzkumu u začátečníků, nevím zda lze u nich, kteří se *taiji* věnují většinou hodinu a půl týdně (např. u J. Turnebera), uvažovat o vlivu *taiji* na zdraví. Jen pro zajímavost by pak bylo možno zmínit problém „farmakonu“ (každý lék může být za jistých podmínek i jedem) - zvláště u začátečníků; podle zkušenosti J. Turnebera se může stát, že cvik určený na určitou zdravotní obtíž-prováděný intenzivně a neuváženě - může vést naopak k vyvolání dané nemoci. To je však mimo záměr autorčiny práce.

Celkově na mne práce působí jako zodpovědně a pečlivě zpracována. Zejména výzkum je velmi profesionální. Autorka využila velké množství cizojazyčné literatury-včetně internetových textů, musela se vyrovnávat s náročným tématem, které je jí zjevně blízké (jen škoda, že svou vlastní zkušenost nevyužila explicitněji v úvodu) a vyrovnala se s ním výborně.

Hodnocení bakalářské práce:

Počet kreditů: 47

Známka: 1

Oponent: Mgr. Taťána Ospálková

V Praze 14.3.2007