

VYSOKÁ ŠKOLA EVROPSKÝCH A REGIONÁLNÍCH STUDIÍ, O. P. S.,
ČESKÉ BUDĚJOVICE

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

SEBEOBRANA JAKO ETICKÝ A PRÁVNÍ PROBLÉM V SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI

Autor práce: Zbyněk Vítovec
Studijní obor: Bezpečnostně právní činnost ve veřejné správě
Forma studia: Kombinovaná
Vedoucí práce: Th.Dr. Rudolf Svoboda, Th.D.
Katedra: Katedra společenských věd

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracoval samostatně s využitím uvedených pramenů a literatury.

Souhlasím, aby práce byla uložena v knihovně Vysoké školy evropských a regionálních studií v Českých Budějovicích a zpřístupněna ke studijním účelům.

Děkuji vedoucímu bakalářské práce ThDr. Rudolfu Svobodovi, Th.D. za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce.

OBSAH:

1. Úvod.....	5
2. Sebeobrana	7
2.1. Sindefendologie.....	7
2.2. Sebeobranná situace	8
2.3. Sindefendologické řešení problémů sebeobrany.....	10
2.4. Faktory ovlivňující výsledek střetnutí.....	13
3. Sebeobrana a etika.....	16
3.1. Etika	16
3.2. Význam a úloha etiky.....	17
3.3. Křesťanská etika a její postoj k sebeobraně.....	21
3.3.1. Historický pohled - Desatero	21
3.3.2. Současný pohled Římskokatolické církve	23
4. Právní pohled	25
4.1. Listina Základních práv a svobod	25
4.2. Sebeobrana a Trestní zákoník	26
4.2.1. Krajní nouze § 28 trestního zákoníku	27
4.2.2. Nutná obrana § 29 trestního zákoníku	28
4.2.3. Ostatní okolnosti vylučující protiprávnost.....	31
4.3. Kriminologický pohled	34
4.3.1. Krajní nouze	34
4.3.2. Nutná obrana	35
5. Zásady prevence k předcházení reálně nebezpečných situací.....	38
6. Aktivní příprava k předcházení konfliktních situací.....	44
6.1. Možnosti výběru aktivní přípravy.....	44
6.2. Základní kurz sebeobrany	46
6.3. Allkampf-jitsu (AKJ)	49
6.3.1. Zakladatel stylu Jakob Beck.....	49
6.3.2. Systém Allkampf-jitsu	50
6.3.3. Základní kameny Allkampf-jitsu	51
7. Závěr	53
Seznam použité literatury:.....	55
ABSTRAKT.....	58
ABSTRACT.....	59

1. Úvod

Téma své bakalářské práce jsem si vybral na základě toho, že se jedná o velmi aktuální a nadčasové téma. Nikdo neví, kdy a kde může být vystaven fyzickému útoku. Bohužel v drtivé většině případů bývá napadený na tuto situaci zcela nepřípraven. Tomu odpovídají i následky takovýchto útoků, které nezhřídkavě bývají fatální nebo mají dlouhodobě negativní dopady nejen po fyzické stránce, ale též na psychiku napadeného.

Nemůžeme ovlivnit chování útočníka, ale svým chováním se můžeme vyhnout potenciálně nebezpečným situacím, případně alespoň zmírnit dopady takovéto situace. Ne každý je ale ochoten a schopen pro svou obranu využívat všech dostupných prostředků, jako jsou např. různé zbraně či jiné donucovací prostředky, využít všech možností i za cenu rizika možného ublížení na zdraví nebo dokonce i smrti útočníka.

Úkolem práce je pokus o pohled na sebeobranu jako na jednu z mnoha možných prostředků pro řešení reálně nebezpečných situací, do nichž se speciálně necvičený občan může v běžném životě dostat. Cílem není prezentovat konečné pohybové sebeobrané techniky, ale vyjádřit sebeobranu interdisciplinárně, pojmout ji v širších souvislostech se vztahem k dalším oborům lidské činnosti, především ve vztahu k českému právu, psychologii, biomechanice, tělovýchově a sportu, ke kriminalisticko-bezpečnostní a soudní praxi.

V první části své práce se budu věnovat rozboru konfliktní situace a obecně problému sebeobrany. Tomu se věnuje vědní disciplína zvaná sindefendologie, která mimo jiné popisuje princip práva na obranu a princip odpovědnosti útočníka. Určuje faktory ovlivňující sebeobrané situace. Dále rozebírá problematiku z různých úhlů pohledu, např. právní pohled a s ním související zneužití zákona, užití střelné zbraně k sebeobraně a v neposlední řadě též křesťanský a etický pohled na sebeobranu.

Vysvětlit základních pojmy etiky, související s problematikou sebeobrany se budu snažit v další části této práce. Zde bych chtěl poukázat na význam a úlohu etiky hlavně z hlediska morálky, svědomí a výchově ke spravedlnosti. Podrobněji rozeberu, jak se k právu na sebeobranu staví současná křesťanská etika.

Jak sebeobranu řeší český právní řád uvedu ve třetí části práce. Důležitý základ poskytuje Listina základních práv a svobod, která upravuje především právo na život, nedotknutelnost osoby a jejího soukromí, osobní svobodu, právo vlastnit majetek a nedotknutelnost obydlí. Listinu základních práv a svobod doplňuje Trestní zákoník, který právo na sebeobranu upravuje v okolnostech vylučujících protiprávnost skutku, zejména v případech krajní nouze, nutné obrany a oprávněného použití zbraně. Na praktických příkladech pak přiblížím rozdíl nutné obrany v mezích zákona a vybočení z mezí nutné obrany.

V další části práce popíšu především pro laickou veřejnost zásady prevence k předcházení reálně nebezpečných situací. Ty jsou podle mého názoru velmi důležité, protože informovanost veřejnosti a její dodržování těchto zásad snižuje riziko možného napadení útočníkem.

Pokud se občané chtějí vzdělávat a být připraveni k odvrácení útoků, mohou se aktivně vzdělávat buď v krátkodobých kurzech sebeobrany nebo se dlouhodobě věnovat úpolovými cvičeními, tedy některému z bojových sportů. Pro možnost srovnání, nabízím v poslední kapitole náhled krátkodobého kurzu sebeobrany a bojového umění Allkampf-jitsu, kterému se věnuji.

K mé práci jsem využil mnoho odborných knih a článků, jako hlavní bych zmínil knihu Judr. Zdeňka Náchodského Nebojte se bránit a jeho mnohé další články a také Katechismus katolické církve. Použil jsem skutečné příklady české soudní praxe. Do značné míry jsem také čerpal ze svých osobních zkušeností praxe trenéra bojového umění a inspektora Policie České republiky. Pro zpracování své práce jsem použil analytickou metodu.

2. Sebeobrana

V letech 1955-60 Ing. Ivan Špička vytvořil novou teoretickou a praktickou vědní disciplínu, jejímž materiálním předmětem jsou všechny možné úkorné situace, a nazval ji alogodika. Součástí alogodiky je i nauka o sebeobraně, tzv. Sindefendologie.

2.1. Sindefendologie

Sindefendologie je teoretická a praktická nauka o řešení sebeobraných situací. Poskytuje pohled na sebeobranu „zevnitř“ a zabývá se všemi aspekty teorie praxe sebeobrany vědeckými metodami. Byla vytvořena koncem 50. let 20. století v našich zemích. Vychází z toho, že jednotlivec vstupuje do interakce s ostatními lidmi. Ráz těchto interakcí je dán především různými cíli, které když nemohou být v témže smyslu splněny současně, vytvářejí situace konfliktní. Z těchto konfliktních situací jsou významné zvláště situace disputativní, při jejichž řešení není nutné použít násilí a potom hlavně situace, při jejichž řešení je použití násilí nutné – to jsou situace sebeochranné (nevyžadují použití krajních forem násilí) a sebeobrané (u nichž jsou cíle jedince – obránce – natolik eticky a společensky závažné, že to ospravedlňuje použití krajních forem násilí).¹

Toho, kdo brání hodnoty eticky a společensky závažné, což se při správném pojetí vzájemně implikuje, nazýváme obránce, jeho protivník je útočník. Vzniká problém: existují vůbec hodnoty natolik závažné, že mravně ospravedlňují k jejich dosažení nebo hájení použití násilí včetně jeho krajních forem? Existují někteří, kteří odmítají „jakékoli formy psychického nebo fyzického násilí“. Tito lidé tedy považují činnost toho, kdo brání společensky a eticky závažné hodnoty násilím, za stejně zavrženíhodnou jako toho, kdo tyto hodnoty fyzickým násilím napadá. Jiní považují za příčinu násilí nikoli útočníka, nýbrž obránce, neboť kdyby se násilí nebránil, ani jeho protivník by k násilí nemusel sáhnout. Konečně jsou i takoví, kteří sice použití násilí k obraně etických a společenských závažných hodnot neodmítají, trvají však na tom, aby bylo úměrné nebezpečnosti útoku či záměru útočníka, nebo dokonce aby jím útočníkovi nebylo ublíženo.²

¹BUCHTELIK. *Sindefendologie, Filozofie, Alogodika*. (online) 2009 (cit. 2009-11-29 10:05) Dostupné na WWW: http://www.buchtik.eu/Revo/revo_filosof.htm

²NOVÁK, J., SKOUPÝ, O., ŠPIČKA, I. *Sebeobrana a zákon*, 2 publikace, Praha: nakladatelství Klavis, 1991. 5 s. ISBN 90-900338-0-6.

Sindefendologové definují následující zásady:

- Existují takové etické a společensky závažné hodnoty, jejichž hájení nebo dosahování obránce opravňuje použít účinným způsobem krajních forem fyzického nebo psychického násilí.
- Riziko, které s sebou přináší použití krajních forem fyzického nebo psychického násilí, musí nést původce situace, tedy útočník. Tím je řečeno, že obránce je oprávněn bojovat tak, aby pravděpodobnost jeho fyzického poškození byla minimální.³

2.2. Sebeobranná situace

Sebeobranné situace jsou bojové situace (tj. situace, při jejichž řešení je používáno násilí), ve kterých je obránce oprávněn z důvodů eticky a společensky závažných k dosažení svého cíle použít proti jedinci nebo malé skupině krajních forem násilí, nazýváme sebeobranné.⁴

Vznik a řešení sebeobranné situace:

- Vznik bojové situace není předem dojednán. Ta může v prvním přiblížení nastat kdykoli a kdekoli. Není ani vždy předem jasné, kdo bude protivníkem a jak bude protivník vybaven
- Cílem útočníka je přinutit obránce k něčemu, co pro něj představuje ztrátu hodnoty, za niž je z etických a společenských důvodů ochoten nebo nucen nasadit svůj život či zdraví. Pro obránce je žádoucí výsledek nerozhodný nebo vítězství.
- Obránce může důvodně předpokládat, že útočník bude váhat pro dosažení svých cílů ohrozit nebo zničit jeho zdraví či život. K tomu obránce nezavdal příčinu, neboť neohrožuje nic, na co má útočník právo. Útočnickova činnost není limitována pravidly sportu a jeho etiky.

³ NOVÁK, J., SKOUPÝ, O., ŠPIČKA, I. *Sebeobranná a zákon*, 2 publikace, Praha: nakladatelství Klavis, 1991. 7 s. ISBN 90-900338-0-6.

⁴ NOVÁK, J., SKOUPÝ, O., ŠPIČKA, I. *Sebeobranná a zákon*, 2 publikace, Praha: nakladatelství Klavis, 1991. 42 s. ISBN 90-900338-0-6.

- Bojová akce musí spolehlivě vyřídít útočníka z boje. Nelze brát ohled na to, že jej může při tom případně poranit nebo zabít.⁵

Aby bylo možno sebeobrannou situaci optimálně (nebo vůbec nějak) řešit, je nutné přijmout následující principy. Pokud by obránce byl jen částečně nerespektoval některý z nich, znamenalo by to snížení pravděpodobnosti úspěchu obrany a zvýšení pravděpodobnosti úspěchu útoku.

1. Princip práva na obranu

- každý má právo z důvodů eticky a společensky závažných bránit svůj život, zdraví nebo majetek. Toto právo lze odvodit z ústavy (podle Listiny základních práv a svobod má každý občan právo na život, ochranu zdraví a majetku) a z trestního zákona (zájmy chráněné tímto zákonem)

2. Princip spolehlivosti obrany

- obránce je oprávněn jednat tak, aby riziko jeho poškození bylo minimální. Od útočníka hrozí obránci nejméně nebezpečí, chová-li se tak, aby výsledek střetnutí závisel co nejvíce na jeho činnosti a byl tedy pokud možno nezávislý na činnosti útočníka.

3. Princip odpovědnosti útočníka

- všechna rizika plynoucí z jednání v nutné obraně musí nést ten, kdo jednání v nutné obraně zavinil, tedy útočník, a ne obránce.

Tyto principy vyjadřují realitu sebeobranných situací. Jsou věcně neoddělitelné, popření platnosti kteréhokoliv z nich vede k popření platnosti zbývajících.⁶

⁵ NOVÁK, J., SKOUPÝ, O., ŠPIČKA, I. *Sebeobrana a zákon*, 2 publikace, Praha: nakladatelství Klavis, 1991. 38,39 s. ISBN 90-900338-0-6.

⁶ BUCHTELIK. *Sindefendologie, Filozofie, Alogodika*. (online) 2009 (cit. 2009-11-29 10:05) Dostupné na WWW: http://www.buchtik.eu/Revo/revo_filosof.htm

2.3. Sindefendologické řešení problémů sebeobrany

Sindefendologické řešení několika problémů sebeobrany, jejichž porozumění je velmi významné pro posuzování případů nutné obrany orgány činnými v trestním řízení i pro vytvoření správného názoru na sebeobranu jako takovou:

1. Problém začátku a konce sebeobránné situace

- identifikovat okamžik začátku a konce sebeobránné situace má pro obránce zásadní důležitost. Před začátkem sebeobránné situace a po jejím konci není obránce oprávněn použít krajních forem násilí, avšak během sebeobránné situace ano.

2. Problém času

- existují útočné akce, které lze provést z určité vzdálenosti tak rychle, že se proti nim nelze bránit. Chce-li být obránce úspěšný, musí se snažit těmito situacím vyhnout. To znamená, že nesmí reagovat na něco, co jako jev již nastalo (tzv. reagování kvazisignální), ale musí reagovat na to, co pravděpodobně nastane (tzv. reagování multisignální). To znamená předvídat jednání útočnicka a vyhnout se vzniku neřešitelných situací.

3. Problém účinné obranné akce

- obecně platí, že každá útočná akce může ohrozit život a zdraví obránce. Nechce-li tedy obránce riskovat svůj život či zdraví, musí provedení útočné akce zamezit vlastní účinnou obrannou akcí. Také ale platí, že každá účinná akce obranná je nebezpečná pro život a zdraví útočnicka, a to zda skutečně útočnicka zraní či zabije, nelze nikdy vědět předem. Obránce by tedy neměl být zodpovědný za to, když svojí obrannou akcí v nutné obraně útočnicka zraní či zabije.

4. Problém „vzetí práva do vlastních rukou“

- občané se snaží být spravedliví

5. Problém zneužití zákona o nutné obraně

- je třeba posuzovat situaci především z hlediska cílů jedinců vstupujících do interakce. Je třeba si všimnout nejen toho, co se stalo, ale především toho, co se stát mohlo. Dva stejně vypadající činy mohou být nakonec posouzeny zcela opačně

(nutná obrana x vražda). U případů, kdy nelze s rozumnou jistotou určit, kdo byl obráncem a kdo útočником, je třeba uplatnit princip presumpce nevinny.

6. Problém užití střelné zbraně k sebeobraně.

- střelná zbraň nemusí být vždy příčinou násilí. O tom, zda bude tato zbraň použita k násilí „nespravedlivému“ (např. k vraždě) nebo spravedlivému (k vynucenému zabítí útočnika v sebeobraně), či jen jako prostředek k vyhnutí se násilí odstrašením potenciálního útočnika, však rozhodují cíle účastníků situace. Klást vinu za zločiny střelné zbrani tedy nelze.

7. Problém křesťanského pohledu na sebeobranu

- občas se uvádí, že se křesťan nesmí bránit, pokud by v obraně mohl útočnika zabít. Tento názor sdílí i mnoho „obyčejných“ křesťanů. Nedávno vydaný Katolický katechismus, který vyjadřuje oficiální stanovisko katolické církve, však tvrdí opak:

(přeloženo z německého vydání Katechismus der Katholischen Kirche. R. Oldenbourg Verlag. München 1993):

"2263. Nutná sebeobrana jednotlivců a společností není žádnou výjimkou ze zákazu zabít nevinného, tedy vykonat úmyslnou vraždu. Ze skutku tedy někoho, hájícího sebe. může následovati dvojí účinek: jeden totiž, zachování vlastního života, druhý pak zabítí útočnika. (Tomáš Akvinský, Theolog. summa, II-II, ot. 64, čl. 7) Jenom ten první účinek je chtěný, druhý ne.

2264. Láska k sobě samému zůstává základním principem etiky. Tímto může člověk uplatnit své vlastní právo na život. Kdo brání svůj život, nestává se vinným z vraždy, i když je přinucen svému útočnikovi zasadit smrtící ránu."⁷

⁷ BUCHTELIK. *Sindefendologie, Filozofie, Alogodika*. (online) 2009 (cit. 2009-11-29 10:05) Dostupné na WWW: http://www.buchtik.eu/Revo/revo_filosof.htm

Kdyby všichni lidé vždy správně a účinně aplikovali pravé morální zásady (např. křesťanské), nemohly by vzniknout situace, při jejichž by bylo používáno násilí. Takové jednání nazýváme pravé. Skutečné situace jsou zcela jiné.⁸

Sebeobrana jako jeden z mnoha možných prostředků pro řešení reálně nebezpečných situací, do nichž se speciálně necvičený občan může v běžném životě dostat.

Jak zkušenost a praxe ukazuje, současný nárůst kriminality nevyklučuje skutečnost, že nikdo z nás neví kdy, kým, jakým způsobem a za jakým účelem bude fyzicky napaden.⁹

Odborník a laik při řešení sebeobránné situace.

Odborník bude v boji klidný, umí poznat, kdy je útočník neschopen čelit útoku, a umí zaútočit. Toto vše laik neumí, svou neschopnost tvrdě udeřit paží nebo nohou však může nahradit použitím nože, hole nebo pistole. Ostatně i neozbrojený slabý člověk by se ubránil silnému útočníkovi, kdyby mu vrazil prsty do očí. Naproti tomu je hrubý omyl, se domnívat, že odborník nemůže bez nebezpečí pro sebe protivníka přemoci, aniž by mu ublížil. Pokud jde o důsledky účinně aplikované bojové akce, je na tom odborník i laik stejně. Považuje-li soud za přitěžující okolnost pro obránce, který ublíží při řešení řádné sebeobránné situaci útočníkovi, skutečnost, že se učil sebeobraně, je to politováníhodné a odtud vyplývá rozhodnutí soudu je třeba považovat za zjevné nadržování zločincům nebo trapnou nekompetentnost věc správně posoudit.¹⁰

Sebeobrana a její vztah k právu

Zákon by měl chránit slušného občana, ne nadržovat primitivovi či zločinci. Rozhodující skutečností je pro posouzení oprávněnosti obráncova zákroku je, zda se nacházel v sebeobránné situaci či ne. O to jde především. To představuje dva stěžující problémy:

1. Jak obránce pozná, že se nachází v sebeobránné situaci?

⁸ NOVÁK, J., SKOUPÝ, O., ŠPIČKA, I. *Sebeobrana a zákon*, 2 publikace, Praha: nakladatelství Klavis, 1991. 1 s. ISBN 90-900338-0-6.

⁹ NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 17,18 s. ISBN 80-86795-43-8.

¹⁰ NOVÁK, J., SKOUPÝ, O., ŠPIČKA, I. *Sebeobrana a zákon*, 2 publikace, Praha: nakladatelství Klavis, 1991. 47 s. ISBN 90-900338-0-6.

2. Jak pozná soudce, že se obránce oprávněně domníval, že byl v sebeobraně situaci?

V obou případech jde o identifikaci multisignální. Má-li soud posoudit událost spravedlivě, musí vycházet z toho, čeho mohl pro identifikaci typu situace obránce při jejím řešení použít. Je třeba uvážit, že obránce měl na své rozhodování v některých případech pouze několik sekund. Případy, kdy je času několik minut, jsou vzácné. Útočník se naproti tomu mohl na střetnutí připravit a volit místo a čas boje. Soud má k dispozici řadu dalších údajů, jimiž obránce nemohl disponovat, a má na své rozhodování dost času a klid.

Mohou zákonodárci a soudy pro obránce něco učinit? Rozhodně ano, totiž usnadnit mu rozhodování, zda se nachází v sebeobraně situaci. Kdyby totiž bylo jasně stanoveno, co obránce smí hájit za použití krajních forem násilí, stačilo by pak v konkrétní situaci obráncovo varování adresované útočníkovi, že nepřestane-li se svou činností, začne se bránit. Odtud by bylo třeba situaci dál považovat už za sebeobranou v případě, že by útočník na obráncovo varování nereagoval. Obránce by pak měl jistotu, že situace za sebeobranu nepovažuje omylem, a i jeho potenciální protivník by věděl, na čem je.

Jak ale zabránit, aby obránce nezneužíval svého práva řešit situaci za použití krajních forem násilí, je-li identifikována jako sebeobraná? Nejlepším zajištěním představuje ovšem obráncovo svědomí. Netvrdíme pochopitelně, že jiná zajištění neexistují, jsou však podstatně méně účinná.¹¹

2.4. Faktory ovlivňující výsledek střetnutí

Výsledek řešení bojové situace je ovlivněna množstvím nejrůznějších faktorů – tzv. faktorů střetnutí. Za základní faktory lze považovat:

Faktor psychologický – je vyjádřením umění udržet si v reálně nebezpečné, psychicky zátěžové situaci psychickou stabilitu. Prakticky to znamená dokázat v situaci

¹¹ NOVÁK, J., SKOUPÝ, O., ŠPIČKA, I. *Sebeobrana a zákon*, 2 publikace, Praha: nakladatelství Klavis, 1991. 48,49,50 s. ISBN 90-900338-0-6.

bezprostředního ohrožení či momentě napadení překonat projev strachu, úzkosti, paniky, hrůzy, trémy, vzteku, zuřivosti apod. Projev těchto negativních reakcí (negativní emoce) *způsobuje ústup racionálního myšlení* do pozadí a následné taktické chybování, které by se mohlo pro napadeného stát soudným.

Faktor taktický – je takové taktické jednání a chování, které umožňuje plně využívat nacvičené pohybové techniky ve vedení středního boje, které povedou k vítězství nad protivníkem, anebo umožňuje se reálné nebezpečné situaci se zcela vyhnout.

Faktor technický – je vlastním fyzickým řešením reálné nebezpečné situace a to správným výběrem bojových technik.

Vedle těchto „základních faktorů střetnutí“ je třeba brát v úvahu ještě řadu dalších, které mají rovněž bezpochyby vliv na zahájení, průběh a nakonec i na konečný výsledek boje (střetu). Za tyto tzv. „faktory vedlejší“ lze např. považovat:

- oblečení – ovlivňuje podstatným způsobem pohyblivost člověka – jistě se bude lépe pohybovat v pohodlném lehkém oblečení než např. v dlouhém zimním kabátě
- klimatické podmínky – velké teplo nebo naopak chlad a zima či mráz – podstatě ovlivňují dýchání člověka, zvláště při fyzické zátěži, oslnění slunečním svitem, zaslepení padajícím sněhem, deštěm
- prostorové podmínky – omezení pohybu v sebeobrané situaci – napadení v malých prostorách jsou vždy velmi nebezpečná, např. WC, koupelny, kde je kluzko atp.
- profil terénu - ovlivňuje stabilitu
- tzv. „divácká kulisa“ – přítomní „čumilové“ mnohdy způsobují nervozitu a podvědomou obavu o ztrátu vlastní důstojnosti
- osobnost protivníka – zvláště migrace cizinců, kteří mají jiný žebříček hodnot, jinou kulturu a výchovu, osobní zkušenosti z vedených válek i minulé kriminální činnosti mohou být v případech napadení skutečnou hrozbou.¹²

¹² NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 68,69 s. ISBN 80-86795-43-8.

Za bezpochyby jeden z nejdůležitějších základních faktorů střetnutí lze považovat faktor psychologický. Nepříjemné zážitky a představy, silná citová hnutí, duševní otřesy, konfliktní situace, zvýšená psychická zátěž dovedou – zejména u disponovaných osob – významně ovlivnit vyšší nervovou činnost. Pro civilizovaného člověka je vlastně jeho společenské prostředí nejvýznamnější složkou prostředí zevního a musí se umět s těmito stavy vyrovnávat. Kontakt se zevním prostředím je umožňováno prostředím nervové soustavy. Ve své životní praxi jsme vystavováni rozmanitým zátěžovým vlivům, podle nichž bývá rozlišována:

1. zátěž tělesná, kladoucí požadavky především na naše tělesné síly,
2. zátěž fyziologická (resp. endokrinologická), která bývá spojována s tlakem prostředí na naše biologické funkce a nervovou soustavu,
3. zátěž psychická, ovlivňující ustálený průběh fungování naší psychiky.¹³

¹³ NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 69 s. ISBN 80-86795-43-8.

3. Sebeobrana a etika

3.1. Etika

Etika (z řeckého ethos – mrav) neboli teorie morálky je filozofickou disciplínou, která zkoumá morálku nebo morálně relevantní jednání a jeho normy. Je disciplínou praktické filozofie a zabývá se teoretickým zkoumáním hodnot a principů, které usměrňují lidské jednání v situacích, kdy existuje možnost volby prostřednictvím svobodné vůle. Etika hodnotí lidské jednání a jeho důsledky z hlediska dobra a zla. Morálka je soustava pravidel lidského jednání, etika je filosofická disciplína, která tato pravidla zkoumá. Etika nemá za úkol soudit a odsoudit člověka, ale posoudit, s čím se v jeho jednání můžeme ztotožnit a naopak. Etika se také zabývá správným uspořádáním lidských skutků na základě rozumových pravidel.

Už od starověku byla etika považována za nedílnou součást praktické filozofie. Vysoké morální zásady byly vždy základním kamenem filozofických systémů i pokročilých duchovních nauk. Mezi ty, kteří do důsledku akceptovali etické principy, patřili např: Sokrates, Platón, Aristoteles, Seneca, I. Kant a také T. G. Masaryk. Filozofie vytváří a podporuje nejvyšší úroveň chování, které však nemusí odpovídat představám běžného člověka. Dnes se zdají většině lidí morální a etické požadavky téměř neakceptovatelné, protože moderní doba je plná etických dilemat. Etické principy vstupují do našeho každodenního života, když se setkáváme při různých činnostech s etikou podnikatele, pedagoga, právníka, lékaře či policisty. Skutečné etické principy by však měly být v úzkém vztahu s duchovním rozvojem člověka.

V dnešní moderní době je obzvláště důležité, aby etické principy byly propojeny se všemi lidskými činnostmi. To by mohlo vést k osobní etické odpovědnosti na příslušné úrovni. Etická praxe je nejlepší etickou zásadou.

Člověka a jeho jednání můžeme zkoumat z mnoha různých pohledů (sociální, psychologickou, lékařskou apod.). Pro toho kdo má etický pohled, bude hlavní, jak člověk chápe, prožívá, volí a také činí dobro a zlo.

Řecké slovo ethos nebo latinské mos překládáme jako mrav, zvyk, obyčej. Tato slova běžně užíváme třeba při vyjádření, že ten druhý dělá něco nedobrého, říkáme: to

není mravné. Morálka je soustava pravidel lidského jednání, etika je filosofická disciplína, která tato pravidla zkoumá. Můžeme se rovněž setkat s pojetím, které slovem morálka nazývá životní praxi a etikou nazývá reflexi této praxe. Je vhodné dodat, že slovo morálka se však více používá v církevní terminologii a to v souvislosti s normami Bible, a že etika se opírá o přirozený rozum a zkušenost.

Zakladatelem etiky jako filosofické disciplíny se stal Aristoteles (384-322) svou knihou, kterou věnoval svému synu Nikomachovi, a proto se tedy nazývá Etika Nikomachova. Již od Aristotela se datuje chápání etiky jako praktická část filosofie. Pomáhá určit, zda byl skutek dobrý, nebo zlý.

Etika je filosofická disciplína, která se snaží převést všechno to, co známe jako mravní povinnosti, ctnosti, pravidla nebo hodnoty, na společný kořen (základ). Také se zabývá správným uspořádáním lidských skutků na základě rozumových pravidel.¹⁴

3.2. Význam a úloha etiky

Etika chce především objevit, podle čeho poznáme, zda je naše jednání mravně hodnotné, nebo není. Jinak řečeno, zdali je v souladu s mravními pravidly, nebo jim odporuje.

Kdykoliv člověk jedná a může se rozhodnout ve svůj prospěch nebo ve prospěch druhého, vzniká současně i riziko a nebezpečí mravně špatného jednání. Proto etika proniká do nejrůznějších oborů a podle toho také rozlišujeme etiku lékařskou, sociální, etiku společenského chování apod. Hlavní význam má etika při utváření charakteru, při výchově dětí i dospělých. Pomáhá nám totiž při vytváření postojů a v rozlišování dobra a zla.

Kdybychom chtěli nějak jednoduše vyjádřit, co nám etika dává, můžeme se odvolat na Senecu, který napsal ve svém listě Luciliovi Inuiorovi: „Jen ctnost (myslím tím trvalé dobro v duši člověka) poskytuje radost stálou a spolehlivou“¹⁵

¹⁴ PŘÍKASKÝ, J.V. *Učebnice základů Etiky*, nakladatelství Karmelitánské nakladatelství s.r.o. Kostelní Vydří 2000. 7,8 s. ISBN 80-7192-505-5.

¹⁵ PŘÍKASKÝ, J.V. *Učebnice základů Etiky*, nakladatelství Karmelitánské nakladatelství s.r.o. Kostelní Vydří 2000. 8,9 s. ISBN 80-7192-505-5.

V rámci etiky je diskutováno mnoho různých pojmů, přičemž vzhledem k potřebám této práce jsou v následujících odstavcích stručně popsány následující:

Zlaté pravidlo

Společnost s přirozeným mravním zákonem, jehož existence je nesporná, působí vliv společenského soužití, touha po jistotě vztahů, výchova, zvyky, lidské zákony a ustanovení. Přirozený mravní zákon však nepůsobí pouze z vnějšího popudu, ale zevnitř, což dokazuje nejlépe vlastní zkušenost. A tak si z vlastní zkušenosti můžeme uvědomit snad nejjobecnější morální zásadu, které se říká zlaté pravidlo: „Co nechceš, aby ti činil jiný, nečiň ty jemu.“¹⁶

Svědění

Svědění je lidská schopnost morální sebekontroly, samostatného formulování morální povinnosti, požadování jejich dodržování od sebe samotného a hodnocení svých činů. Je to projev mravního sebeuvědomování a zjišťování, zda čin, který byl nebo bude vykonán, byl či nebyl dobrý. Je to také důležitá složka jednání. Svědomí dává člověku schopnost morálně hodnotit své jednání.

Morálka

Morálka reprezentuje popisnou a předpisovou stránku mravnosti. Tímto výrazem se zpravidla označuje soubor pravidel uznávané mravnosti. Morálka je soubor uznávaných mravních norem vyplývajících z určitého chápání mravních hodnot, z jejich povahy a hierarchie“. Morálku můžeme charakterizovat také jako společenský jev, který odráží mezilidské vztahy a lidskou činnost z pohledu dobra a zla, který ale také můžeme posuzovat z různých pohledů – v rovině psychologie a v rovině etiky. Samotnou morálku dělíme na heteronomní (kontrola vnější) a autonomní (kontrola sama sebe). Měřítkem morálky je shoda či neshoda jednání v porovnání s vlastním svědomím.

¹⁶ PŘÍKASKÝ, J.V. *Učebnice základů Etiky*, nakladatelství Karmelitánské nakladatelství s.r.o. Kostelní Vydří 2000. 13 s. ISBN 80-7192-505-5.

Etické principy nás vedou k tomu, abychom nezvýhodňovali ani neuspokojovali sebe, pokud tím poškodujeme druhé. Ve filozofii je totiž všeobecné blaho lidstva hlavním etickým motivem. Morálně vyzrálý člověk dává přednost dobré vůli před nenávisť, klidu před útočností a sebeovládání před nespoutanými vášněmi. Mravní zákony, které člověk vyznává, jsou výsledkem jeho životního názoru, ať už byl tento názor vnucen z vnějšku nebo se vyvinul z nitra.

Paul Brunton: „*Nezabil bych komára, ale když na mne trvale útočí a ruší mou práci ve dne a můj spánek v noci, potom zabít ho v sebeobraně je eticky oprávněné, jestliže jsme předtím bez úspěchu provedli předběžná neškodná opatření, jako zatažení záclon na oknech a zakrytí postele ochrannou sítí proti hmyzu*“¹⁷

Jako každý rozumný člověk věříme v platnost všeobecných morálních principů a cítíme se jimi osobně vázání. Principy jsou všeobecné představy a spravedlnosti, stejně jako názor, že pro všechny lidi platí stejné práva a my musíme ctít lidskou důstojnost.¹⁸

Výchova ke spravedlnosti

Všichni používáme behavioristický model zpeňování, i když si to jen zřídka uvědomujeme. Behavioristé vědomě hovoří o morálním chování, tedy ne o morálním jednání či o morálním usuzování.

Cílem behavioristické morální výchovy není proto také morální člověk, nýbrž nanejvýš lidé, kteří se morálně chovají. Behavioristická „Utopie“ však vyžaduje prostředí, které se od našeho světa drasticky odlišuje. V utopii jsme přesvědčeni o tom, že pokud se nějaký člověk „chová špatně“, lze to přičíst na vrub buď špatnému tréninku

¹⁷BRUNTON, P. články. (online) 2009 (ciz. 2010-01-20 19:58) Dostupné na WWW: <http://www.paulbrunton.cz/index.php?id=clanky>

¹⁸ HEIDBRINK, H. *Psychologie morálního vývoje*, (z němčiny přeložil Ondřej Muller) 1. vyd. Portál, s.r.o., Praha 1997 Translation, Původní německé vydání: Einführung in die Moralphychologie 1996. Psychologie Verlags Union, Weinheim. 1997. 84 s. ISBN 80-7178-154-1.

v jeho dětství – a pak musíme chybu hledat ve společenství – anebo jde o fyzické onemocnění.¹⁹

Existuje určité nezanedbatelné procento lidí nezasažitelných reálnými výchovnými vlivy nebo obavou z trestu, kteří budou násilí používat buď ke zjevně kriminálním cílům, nebo bez patrného výslovného motivu. Neplatí, že správná výchova může tento problém vyřešit úplně. Člověk mající sklon k agresivnímu jednání, jehož mysl není s to brát v úvahu důsledky činů, je ve svém jednání nevypočitatelný

Etika a sebeobrana

Není etické zabít z jiného důvodu než je sebeobrana. Filozofie hlásá ideu nenásilí, ale neváhá se postavit agresí. Pokud jsme napadeni a zůstaneme pasivní, vybízíme k pokračování útoku a podporujeme v dalším konání zla. Pacifismus za každou cenu je přijatelný pouze pro někoho, kdo žije v ústraní. Pro člena lidské společnosti je použití síly v sebeobraně ospravedlněno. Z tohoto důvodu filozofie připouští přiměřené použití síly při obraně proti agresí. Můžeme adekvátně bránit sebe, ale neměli bychom se v žádném případě mstít. Pokud dodržujeme určité duchovní ideály, lze se bránit proti zlu v jakékoli formě.

¹⁹ HEIDBRINK, H. *Psychologie morálního vývoje*, (z němčiny přeložil Ondřej Muller) 1. vyd. Portál, s.r.o., Praha 1997 Translation, Původní německé vydání: Einführung in die Moralpsychologie 1996. Psychologie Verlags Union, Weinheim. 1997. 132,133,134 s. ISBN 80-7178-154-1.

3.3. Křesťanská etika a její postoj k sebeobraně

3.3.1. Historický pohled - Desatero

Křesťanská etika svůj postoj k sebeobraně už v historii řešila, vycházela z takzvaného Desatera. Je všeobecně rozšířený názor, že Desatero se týká pouze věřících lidí. Zkušenosti ale ukazují, že má širší – obecnou platnost. Každý totiž čas od času pozná, že nedodrží-li některé Boží přikázání, je tím narušena jeho osobnost. Deset božích přikázání tvoří zvláštní morální celek, jehož jednotlivá pravidla mají přirozený základ a orientují na základní životní hodnoty.

Desatero patří k jednomu z nejstarších mravních zákoníků lidstva. Nacházíme je ve Starém zákoně, a to na dvou místech: ve druhé a páté knize Mojžíšově. Zmínky o něm nacházíme i v Novém zákoně. Ježíš Kristus se v evangeliích několikrát odvolává na Desatero. Desatero neslouží ani tak k omezování, jako spíše k růstu člověka. Pramenem tohoto růstu není strach, ale láska k Bohu a Boha k člověku.²⁰

Desatero neboli Dekalog představuje deset slov, které zjevil Bůh Mojžíšovi na hoře Sinaj. Byla zapsána na dvě kamenné desky jako svědectví smlouvy Boha se svým lidem (Ex20).

Ježíš výslovně dosvědčuje trvalou platnost Desatera. Na otázku mladíka, co má dělat, aby vešel do života, říká Ježíš: „Zachovávej přikázání,“ a výslovně je jmenuje. Zároveň naplňuje jejich smysl. Jmenuje dvě největší přikázání: lásky k Bohu a k bližnímu svému. Významová nosnost těchto dvou hlavních přikázání obsahuje a převyšuje starozákonní Desatero.

Také celá církevní tradice zachovává věrnost Písmu svatému i slovům Ježíšovým a uznává platnost a význam Desatera. Desatero tvoří jednotu všech přikázání. Přestoupením jednoho se porušuje celý zákon.

²⁰ PŘÍKASKÝ, J.V. *Učebnice základů Etiky*, nakladatelství Karmelitánské nakladatelství s.r.o. Kostelní Vydří 2000. 49,50 s. ISBN 80-7192-505-5.

Přirozený zákon je zákon, který Stvořil vepsal do srdce lidí. Desatero je formulací a připomenutím toho přirozeného zákona. Vyjadřuje základní povinnosti člověka k Bohu a k bližnímu. Co Bůh přikazuje, to činí možným svou milostí. Tu vždy nabízí každému, kdo chce jeho zákon:

1. Příkázání - v jednoho boha věřit budeš
2. Příkázání – nevezmeš jméno boží nadarmo
3. Příkázání – pomni, abys den sváteční světil
4. Příkázání – cti otce svého i matku svou
5. Příkázání – nezabiješ!
6. Příkázání – nezesmilníš!
7. Příkázání – nepokradeš!
8. Příkázání – nepomluvíš křivé svědectví proti bližnímu svému
9. Příkázání – nepožádáš manželky bližního svého
10. Příkázání – aniž požádáš statku jeho

Bůh je stvořitelem člověka, pánem života od jeho počátku až k jeho konci. Lidský život je jeho dílem, proto je posvátný. Nikdo a za žádných okolností si nemůže osobovat právo zničit lidský život.

Z bible víme, že na počátku dějin člověka stojí hřích bratrovraždy. Bůh říká Kainovi: „Cos to učinil? Prolitá krev tvého bratra křičí ke mně ze země. Budeš nyní proklet a vyvržen ze země...“ (Gn4,10).

Ježíš připomíná i tento příkaz z Desatera Nezabiješ a přidává k němu i zákaz hněvu, zášti a pomsty. Ba žádá ještě víc, aby člověk miloval své nepřátele.

Zákaz zabít člověka neruší právo zneškodnit nespravedlivého útočníka. Oprávněná obrana je závaznou povinností toho, kdo má odpovědnost za život druhého nebo za obecné dobro všech.²¹

²¹ HRDLIČKA, J. *Věřím, Věříme*, 1. vyd., Olomouc: vydala Matice cyrilometodějská s.r.o., 1999. 113,114,115,116,117,118 s. ISBN: 80-7266-021-7.

3.3.2. Současný pohled Římskokatolické církve

I v současnosti se snaží řešit křesťanská etika tuto problematiku, protože ji vnímá jako velmi aktuální. Pro potřeby této práce uvádím postoj Římskokatolické církve, která je v České republice nejdominantnějším zástupcem křesťanství.

Páté Příkázání – nezabiješ!

„Lidský život je posvátný“²²

Páté příkázání zakazuje jako těžce hříšné přímé a úmyslné zabití. Vrah a ti, kteří úmyslně spolupracují na zabití, páchají hřích, který volá k nebi o pomstu.

Páté příkázání zakazuje také dělat něco se záměrem nepřímo vyvolat smrt nějaké osoby. Mravní zákon zapovídá jak vystavovat někoho smrtelnému nebezpečí bez závažného důvodu, tak odmítnout pomoc nějaké ohrožené osobě.²³

Za nechtěnou vraždu není člověk odpovědný. Avšak není omluven za těžkou vinu, jestliže bez závažných důvodů jednal tak, že způsobil smrt, i když neměl v úmyslu ji přivodit.

Oprávněná obrana osob a společností netvoří výjimky ze zákazu usmrcení nevinného, jež znamená svévolnou vraždu. „Z osobní obrany mohou vzejít dva důsledky, první z nich je uchování vlastního života, zatímco druhým je zabití útočníka... Jen první je chtěné, druhé nikoliv.“²⁴

Láska k sobě je hlavní zásadou mravnosti. Je tedy oprávněné prosazovat respektování svého práva na život. Kdo brání svůj život, není vinen vraždou, i když je donucen zasadit útočníkovi smrtelnou ránu:

²² Katechismus katolické církve, z francouzštiny (Catéchisme de l'Eglise catholique) přeložil Josef Kolář SJ, vydal Zvon, české katolické nakladatelství a vydavatelství, spol. s.r.o. Praha 1995. 1. vyd.. 553 s.

²³ Katechismus katolické církve, z francouzštiny (Catéchisme de l'Eglise catholique) přeložil Josef Kolář SJ, vydal Zvon, české katolické nakladatelství a vydavatelství, spol. s.r.o. Praha 1995. 1. vyd.. 555 s.

²⁴ Katechismus katolické církve, z francouzštiny (Catéchisme de l'Eglise catholique) přeložil Josef Kolář SJ, vydal Zvon, české katolické nakladatelství a vydavatelství, spol. s.r.o. Praha 1995. 1. vyd.. 554 s.

„Jestliže někdo při obraně vlastního života užívá většího násilí, než je nezbytné, je jeho čin nedovolený. Jestliže však reaguje na násilí s přiměřenou umírněností, pak je obrana oprávněná... A není nutné pro spásu duše, aby se někdo zřekl oprávněné obrany, aby se vyhnul zabití druhých: protože člověk je povinen se víc starat o svůj život než o život druhých.“²⁵

Oprávněná obrana může být nejen právo, nýbrž i závažná povinnost toho, kdo je odpovědný za život druhých, za obecné blaho rodiny nebo občanského společenství.

Zachovat obecné blaho společnosti vyžaduje, aby byl útočník zneškodněn. Z tohoto důvodu tradiční církev uznala, že je odůvodněné právo a povinnost právoplatné veřejné moci ukládat tresty přiměřené závažnosti zločinu, aniž by vylučovala, v případech krajní závažnosti, trest smrti. Z podobných důvodů mají nositelé veřejné moci právo použít zbraní k odvracení útočníka od občanského společenství svěřeného jejich odpovědnosti.

Prvním cílem trestu je napravit nepořádek způsobený vinou. Když jej viník dobrovolně přijme, může mít trest smírnou hodnotu. Kromě toho je cílem trestu obrana veřejného pořádku a bezpečnost osob. Konečně má trest léčebnou hodnotu: podle možností má přispívat k nápravě viníka.

Dostačují-li nekrvavé prostředky k obraně lidských životů před útočníkem a k ochraně veřejného pořádku a bezpečnosti osob, veřejná moc se omezí na tyto prostředky, protože lépe odpovídají konkrétním podmínkám obecného blaha a více se shodují s důstojností lidské osoby.²⁶

²⁵ Katechismus katolické církve, z francouzštiny (Catéchisme de l'Eglise catholique) přeložil Josef Kolářek SJ, vydal Zvon, české katolické nakladatelství a vydavatelství, spol. s.r.o. Praha 1995. 1. vyd.. 554 s.

²⁶ Katechismus katolické církve, z francouzštiny (Catéchisme de l'Eglise catholique) přeložil Josef Kolářek SJ, vydal Zvon, české katolické nakladatelství a vydavatelství, spol. s.r.o. Praha 1995. 1. vyd.. 555 s.

4. Právní pohled

4.1. Listina Základních práv a svobod

Základním právem je právo přirozené, které náleží každému člověku od narození, tedy již proto, že je člověkem. Protože základní práva byla často porušována, stávají se součástí různých listin, deklarací a mezinárodních smluv. Subjektem lidských práv je každá fyzická osoba či právnická osoba.

Každý občan České republiky má právo se postavit na odpor každému, kdo by ohrožoval či porušoval lidská práva a základní svobody, které jsou deklarovány v ustanoveních Ústavy České republiky, v Listině základních práv a svobod, jimiž je Česká republika vázána. Ty mají přednost před zákonem.

Nejdůležitější práva a základní svobody dle Listiny základních práv a svobod z hlediska této práce jsou:

- Právo na život (nikdo nesmí být zbaven života – čl. 6). Porušení práv podle tohoto článku není, jestliže byl někdo zbaven života v souvislosti s jednáním, které podle zákona není trestné (čl. 6 odst. 4).
- Nedotknutelnost osoby a jejího soukromí (čl. 7). Omezena může být jen v případech stanovených zákonem.
- Osobní svoboda (čl. 8).
- Právo vlastnit majetek (čl. 11). Vlastnické právo všech vlastníků má stejný zákonný obsah a ochranu.
- Obydlí je nedotknutelné (čl. 12). Není dovoleno do něj vstoupit bez souhlasu toho, kdo v něm bydlí.

V souvislosti s těmito základními lidskými právy a svobodami je třeba upozornit na čl. 23, který stanoví, že občané mají právo postavit se na odpor proti každému, kdo by odstraňoval demokratický řád lidských práv a základních svobod založený Listinou základních práv a svobod, jestliže činnost ústavních orgánů a účinné použití zákonných prostředků jsou znemožněny.

Zajištění základních lidských práv a svobod patří k jedné ze základních funkcí demokratického státu (čl. 4).

Lidská práva, jako práva jednotlivců, jsou pod ochranou nezávislých a nestranných soudců. Každý občan se může domáhat stanoveným postupem svého práva u těchto soudů a ve stanovených případech u jiných orgánů (čl. 36).

Významná je rovněž Úmluva o ochraně lidských práv, podle které:

- Právo na život je chráněno zákonem. Nikdo nesmí být úmyslně zbaven života, kromě výkonu soudem uloženého trestu následujícího po uznání viny ze spáchání trestného činu, pro který zákon ukládá tento trest (čl. 2 odst. 1). Zbavení života se nebude považovat za způsobené v rozporu s předchozím článkem, jestliže bude vyplývat z použití síly, které není více než zcela nezbytné, při obraně každé osoby proti nezákonnému násilí (čl. 2 odst. 2 písm. A/).
- Každý má právo na svobodu a osobní bezpečnost (čl. 5 odst. 1).

Za účelem zajištění práv a svobod si stát vytváří státní mechanismus, do kterého mimo jiného, patří vedle soudů a státních zastupitelství i policie.

Mezi významné úkoly policie, podle zákona o Policii České republiky, související s problematikou okolností vylučujících protiprávnost, patří zejména ochrana bezpečnosti osob a majetku, odhalování trestných činů a zjišťování jejich pachatelů.²⁷

4.2. Sebeobrana a Trestní zákoník

České trestní právo pod pojmem okolnosti vylučující protiprávnost rozumí určité okolnosti, které způsobují, že čin, který se svými rysy podobá trestnému činu, není nebezpečný pro společnost, a není tedy ani trestným činem.

Obecně lze uvést, že ochrana práv a oprávněných zájmů fyzických a právnických osob je jedním z nejdůležitějších úkolů státu. Tato práva jsou

²⁷ NOVOTNÝ, F. *Právo na sebeobranu*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Jaroslav Šprongl, vydavatel LexikNexis CZ s.r.o., 2006. 4,5,6 s.

garantována právním řádem České republiky a zajišťována systémem státních orgánů a orgánů státní správy a samosprávy.

V případech stanovených zákonem má tedy občan právo bránit zákonným způsobem svá práva, a to i za použití přiměřeného donucení a násilí.²⁸

Okolnosti vylučující protiprávnost činu

V ustanovení § 28 až § 32 zákona č. 40/2009 Sb. vymezuje osnova případy, kdy se již ze zákona vylučuje protiprávnost skutku. Kromě případů nutné obrany, krajní nouze a oprávněného použití zbraně, uvádí též případy svolení poškozeného a přípustného rizika ve výrobě a výzkumu.

Dosavadní praxe orgánu činných v trestním řízení ukázala, že je v rámci rekodifikace trestního práva hmotného třeba věnovat zvýšenou pozornost i okolnostem vylučujícím protiprávnost. Nové formulace podmínek pro krajní nouzi má umožnit, aby nebyly stíhány osoby, které vystupují na ochranu zájmů chráněných kterýmkoli zákonem.²⁹

4.2.1. Krajní nouze § 28 trestního zákoníku

- § 28 odst. 1 cit. zákona č. 40/2009 Sb. - *Čin jinak trestný, kterým někdo odvrací nebezpečí přímo hrozící zájmu chráněnému trestním zákonem, není trestný činem.*
- § 28 odst. 2 cit. zákona č. 40/2009 Sb. - *Nejde o krajní nouzi, jestliže bylo možno toto nebezpečí za daných okolností odvrátit jinak anebo způsobený následek je zřejmě stejně závažný nebo ještě závažnější než ten, který hrozil, anebo byl ten, komu nebezpečí hrozilo, povinen je snášet.³⁰*

²⁸ NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 23 s. ISBN 80-86795-43-8.

²⁹ *Prováděcí příručka Ministerstva vnitra k trestnímu zákoníku č. 40/2009 Sb.* 2009. 26 s

³⁰ *Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, Úplné znění*, Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2010. 1 vyd. 22 s. ISBN 978-80-86795-81-2

Krajní nouze v podstatě záleží ve střetu chráněných zájmů, přičemž jeden z nich je třeba obětovat k záchraně druhého (např. k záchraně více životů občanů je třeba obětovat život jiné osoby, která sama nebezpečí nevyvolala).

Podmínky jednání v rámci krajní nouze:

1. Nebezpečí hrozí zájmu chráněnému trestním zákonem (osobě i věci).
2. Nebezpečí přímo hrozí zájmu chráněnému trestním zákonem.
3. Nebezpečí nebylo možno za daných okolností odvrátit jinak.
4. Způsobený následek je nižší než ten, který hrozil.

Někdo – kdokoliv je oprávněn přímo hrozící nebezpečí odvracet.

Odvracení – je opatření, činnost směřující k odvrácení přímo hrozícího nebezpečí.

Nebezpečí – ohrožuje životy, zdraví, majetek apod., avšak nemá charakter útoku trestně odpovědného člověka. Pramenem tohoto nebezpečí mohou být přírodní síly, nebezpečná lidská jednání (např. osoby mladší 15 let, choromyslné apod.), kolize povinností, napadení zvířetem, technické nedostatky. Zpravidla tedy nepůjde o odvrácení trestného činu, ale o ochranu života, zdraví, majetku.

Nebezpečí přímo hrozí – znamená, že vývoj situace rychle spěje k porušení zájmu chráněnému trestním zákonem. Pokud již nebezpečí pominulo nebo hrozí teprve v budoucnu, není krajní nouze přípustná.³¹

4.2.2. Nutná obrana § 29 trestního zákoníku

- *§ 29 odst. 1 cit. zákona č. 40/2009 Sb. - Čin jinak trestný, kterým někdo odvrací přímo hrozící nebo trvajícím útok na zájem chráněný trestním zákonem, není trestným činem.*
- *§ 29 odst. 2 cit. zákona č. 40/2009 Sb. - Nejde o nutnou obranu, byla-li obrana zcela zjevně nepřiměřená způsobu útoku.³²*

³¹ NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 27,28 s. ISBN 80-86795-43-8.

³² Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, Úplné znění, Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2010. 1 vyd. 22 s. ISBN 978-80-86795-81-2

Důvodná zpráva k § 29 zákona č. 40/2009 Sb.:

Úprava nutné obrany se přebírá z platné právní úpravy, která se po změnách provedených v devadesátých let minulého století v praxi osvědčila. Definice nutné obrany (§ 29 zákona č. 40/2009 Sb.) dostatečně akcentuje situaci obránce, včetně překvapivosti či brutality útoku, strachu, zmatku či leknutí obránce, které se v praxi posuzují v rámci reakce obránce na „způsob útoku“, při pozitivním řešení problematiky omylu (§ 18 zákona č. 40/2009 Sb.). Nebylo naproti tomu vyhověno návrhům na přeformulování nutné obrany po vzoru rakouské nebo německé úpravy tak, aby základem byla nutnost či potřebnost obrany k odvrácení útoku vedle pojmu zcela zjevná nepřiměřenost způsobu útoku. Tato změna nebyla shledána potřebnou, když nutnost obrany dostatečně vyplývá z názvu této okolnosti vylučující protiprávnost a také z použití tohoto pojmu v odstavci 2 § 29 zákona č. 40/2009 Sb. osnovy, přičemž s pojmem nutnosti (potřebnosti) obrany k odvrácení útoku, běžně pracuje teorie i praxe a výklad právní úpravy z tohoto hlediska nečiní v praxi potíže. Navíc tento požadavek, pokud by byl vykládán tak, že základním znakem nutné obrany je schopnost odrazit útok, by mohl vést k tomu, že by v podstatě nebyla dovolena málo intenzivní obrana s odůvodněním, že tato mohla ještě povzbudit útočníka. Taková úprava by kladla na obránce nepřiměřené nároky z hlediska volby jeho způsobu a intenzity obrany, kterou by pak z tohoto hlediska musely posuzovat i orgány činné v trestním řízení.³³

Jednání v nutné obraně spočívá v tom, že ten, kdo se brání útoku spáchá při tomto trestný čin (např. ublížení na zdraví útočníkovi či útočníkům) je při splnění všech zákonných podmínek (§ 29 zákona č. 40/2009 Sb.) beztrestný.

Podmínky pro jednání v nutné obraně

1. Někdo (tedy kdokoliv) odvrací útok člověka.
2. Jedná se o útok na zájem chráněný trestním zákonem.
3. Útok přímo hrozí nebo trvá.
4. Obrana není zcela zjevně nepřiměřená způsobu útoku³⁴

³³ Prováděcí příručka Ministerstva vnitra k trestnímu zákoníku č. 40/2009 Sb. 2009. 27,28 s

³⁴ NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 24 s. ISBN 80-86795-43-8.

K jednání v nutné obraně je v zásadě oprávněn kdokoliv – útok tedy nemusí směřovat proti osobě těžící z tohoto institutu (pomoc někomu v obraně). Jednání musí vždy směřovat k ochraně společenského zájmu chráněného trestním zákonem, útok proti životu, zdraví, majetku, osobní svobodě, domovní svobodě apod.

Útok musí přímo hrozit nebo trvat. Z jednání útočníka a okolností události jednoznačně vyplývá, že útok bezprostředně nastane. Není však nutno čekat, až útok nastane a útočník přímo zaútočí. Pro takovou situaci nestačí však pouhá výhrůžná gestikulace či plané vyhrožování – obrana tedy nesmí být předčasná. Ohrožené osobě musí být tedy jasné, že útok bude bez prodlení a určitě následovat. Přímý útok nesmí být domnělý.³⁵

O jednání v nutné obraně však nepůjde tam, kdy útok již skončil a jednání napadeného vůči útočníkovi vykazuje znaky oplácení. Snaha vypořádat se s útočníkem již po ukončení útoku není jednáním v nutné obraně, ale překročením jejích podmínek (excesem).

Jednání v nutné obraně nevyžaduje proporcionalitu ve vztahu ke způsobu následku. Následek způsobený obranným zásahem útočníkovi může být stejně závažný nebo ještě závažnější nežli ten, který hrozil napadenému. Podstatný je tedy poměr mezi způsobem útoku a způsobem obrany. Způsob obrany tedy ze zákona nesmí být zcela zjevně nepřiměřený způsob útoku. Obrana produkovaná napadeným však nepřiměřená a intenzivnější být musí. Pokud by tomu tak nebylo, pak by zcela logicky útok nebyl a taková obrana by byla zbytečná. Způsob obrany musí být tedy takový, aby zcela spolehlivě a s minimálním rizikem útok odvrátil a ukončil.

Současná zákonná úprava dává právo komukoliv odvracet útok, který je veden proti zájmu chráněnému trestním zákonem. Může tedy jít o vlastní obranu (jednání v sebeobraně) nebo o pomoc v obraně jinému. Může však jít i o ochranu napadeného majetku či jiného důležitého zájmu, který je trestním zákonem chráněn (např. osobní svoboda, domovní svoboda atp.). Ten, kdo jedná v nutné obraně nebo je napadený, není povinen utíkat, ale má právo zájmy napadené útokem chránit. Útočníkovi může být tedy

³⁵ NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 24 s. ISBN 80-86795-43-8.

způsoben následek stejně závažný nebo ještě závažnější než ten, který hrozil napadenému. V případě napadení skupinou osob může jednání v nutné obraně směřovat proti komukoli z nich.³⁶

Posuzování situace nutné obrany orgány činnými v trestním řízení je třeba vždy zakládat především na

1. dikci § 28 zákona č. 40/2009 Sb., o nutné obraně
2. třech výkladových pravidlech vycházejících ze sindefendologie (Princip práva na sebeobranu, Princip spolehlivosti obrany, Princip odpovědnosti útočníka)
3. rozlišení situací v nichž lze použít násilí na situace sebeobranné a situace sebeochranné
4. možnost obránce identifikovat typ situace, ve které se nachází
5. zjištění prostředků, které měl obránce k řešení dané situace
6. stanovení, kdo byl v daném střetnutí obráncem a kdo útočníkem.³⁷

4.2.3. Ostatní okolnosti vylučující protiprávnost

Svolení poškozeného § 30 trestního zákoníku

- § 30 odst. 1 cit. zákona č. 40/2009 Sb. - *Trestný čin nespáchá, kdo jedná na základě svolení osoby, jejíž zájmy, o nichž tato osoba může bez omezení oprávněně rozhodnout, jsou činem dotčeny.*
- § 30 odst. 2 cit. zákona č. 40/2009 Sb. - *Svolení podle odstavce 1 musí být dáno předem nebo současně s jednáním osoby páchající čin jinak trestný, dobrovolně, určitě, vážně a srozumitelně, je-li takové svolení dáno až po spáchání činu, je pachatel beztrestný, mohl-li důvodně předpokládat, že osoba uvedená v odstavci 1 by tento souhlas jinak udělila vzhledem k okolnostem případu a svým poměrům.*

³⁶ NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 26 s. ISBN 80-86795-43-8.

³⁷ ŠPIČKA, I., KOLESÁM, I., HNÍK, V., NOVÁK J. *Krátké ruční palné zbraně v sebeobraně a zákon*, Praha: Alogodos, 1994. 29 s. ISBN 80-85317-06-0.

- § 30 odst. 3 cit. zákona č. 40/2009 Sb. - S výjimkou případů svolení k lékařským zákrokům, které jsou v době činu v souladu s právním řádem a poznatky lékařské vědy a praxe, nelze za svolení podle odstavce 1 považovat souhlas k ublížení na zdraví nebo usmrcení.³⁸

Přípustné riziko § 31 trestního zákoníku

- § 31 odst. 1 zákona č. 40/2009 Sb. - Trestný čin nespáchá, kdo v souladu s dosaženým stavem poznání a informacemi, které měl v době svého rozhodování o dalším postupu, vykonává v rámci svého zaměstnání, povolání, postavení nebo funkce společensky prospěšnou činnost, kterou ohrozí nebo poruší zájem chráněný trestním zákonem, nelze-li společensky prospěšného výsledku dosáhnout jinak.
- § 31 odst. 2 zákona č. 40/2009 Sb. - Nejde o přípustné riziko, jestliže taková činnost ohrozí život nebo zdraví člověka, aniž by jím byl dán k ní v souladu s jiným právním předpisem souhlas, nebo výsledek, k němuž směřuje, zcela zřejmě neodpovídá míře rizika, anebo provádění této činnosti zřejmě odporuje požadavkům jiného právního předpisu, veřejnému zájmu, zásadám lidskosti nebo se přičí dobrým mravům.³⁹

Oprávněné použití zbraně § 32 trestního zákoníku

- § 32 cit. zákona č. 40/2009 Sb. - Trestný čin nespáchá, kdo použije zbraně v mezích stanovených jiným právním předpisem.⁴⁰

³⁸ Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, Úplné znění, Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2010. 1 vyd. 22 s. ISBN 978-80-86795-81-2

³⁹ Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, Úplné znění, Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2010. 1 vyd. 22 s. ISBN 978-80-86795-81-2

⁴⁰ Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, Úplné znění, Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2010. 1 vyd. 23 s. ISBN 978-80-86795-81-2

Právní předpisy upravující použití zbraně jsou např.:

Zákon č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky (§ 56)

Zákon č. 553/1991 Sb., o obecní policii (§ 20)

Zákon č. 555/1992 Sb., o Vězeňské a justiční stráži České republiky (§ 18)

Zákon č. 13/1993., celní zákon (§ 40)

Zákon č. 154/1994 Sb., o bezpečnostní informační službě ČR (§ 5)

Zákon č. 219/1999 Sb., o ozbrojených silách České republiky (§ 42)

Zákon č. 119/2002 Sb., o střelných zbraních a střelivu

Použití zbraně v těchto případech vázáno na podmínky stanovené v příslušných právních normách. Ty také stanoví, co se rozumí „zbraní“, neboť tento pojem není v jednotlivých předpisech identický.

Využití § 32 zákona č. 40/2009 Sb., je možné pouze a jenom pracovníky ozbrojených sborů a složek, a to v souladu s výše uvedenými právními předpisy.

Pro občana (pokud není příslušníkem ozbrojeného sboru či složky) „oprávněné použití zbraně“ podle § 32 trestního zákoníku neplatí. Běžný občan může tedy zbraň použít pouze za podmínek nutné obrany (§29) nebo krajní nouze (§28).⁴¹

Neoprávněným použitím zbraně se rozumí takové použití, které je v rozporu se zásadami stanovenými pro použití zbraně v příslušných právních předpisech (normách – zákonech). Takové použití je vybočením z mezí daného oprávnění a je postižitelné, pokud jim byla naplněna skutková podstata trestného činu nebo přestupku.⁴²

Použití zbraní k nutné obraně upravuje též zákon č. 119/2002 Sb., o zbraních a střelivu. Účelem tohoto zákona má být především podporovat právo občanů na účinnou sebeobranu, která lze vyčíst i z Ústavy: každý občan má právo na život, ochranu zdraví a na majetek. Jestliže má toto právo má nutně také i právo tyto závažné hodnoty účinně bránit. K tomu je oprávněn použít prostředky nejspolehlivější

⁴¹ NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 29 s. ISBN 80-86795-43-8.

⁴² NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 30 s. ISBN 80-86795-43-8.

a nejúčinnější, které riziko neúspěchu obrany snižují na minimum. Těmito prostředky jsou zejména střelné zbraně, které nejvíce umožňují jednat obránci tak, aby byl výsledek střetnutí v minimální možné míře závislý na činnosti útočníka. Všechna rizika, plynoucí z nutné obrany musí nést útočník, tedy ten, jehož jednání směřuje proti základním právům občana, a který tedy jednání v nutné obraně zavinil.

Zákon by měl dále napomoci v boji proti závažné trestné činnosti. Občané mají mít prostředek, který jim umožní účinně zasáhnout při ochraně své, druhých spoluobčanů a jejich majetku, a to často i pouhým zastrašením útočníka.

Účinně se může bránit jen ten, kdo se naučí zvládat taktické a technické zásady sebeobranu pomocí střelné zbraně, což vyžaduje dlouhodobou přípravu a dobrou fyzickou a duševní kondici. Takovou přípravu však většina občanů nemá. Střelná zbraň je nejkrajnějším prostředkem sebeobranu.⁴³

4.3. Kriminologický pohled

4.3.1. Krajiní nouze

Příklad:

Pan Roman byl na procházce s pejskem –jezevčíkem, kterého měl na vodítku. Náhle byl jeho jezevčík napaden větším psem, jemuž majitel nevěnoval dostatečnou pozornost. Stál opodál v družném rozhovoru s nějakou paní. Roman se pokusil odehnat psa útočícího na jezevčíka holí, kterou měl při sobě. V důsledku toho ho pes napdl. Roman jej udeřil holí do hlavy a tím útočícího psa usmrtil.

Jeho jednání lze posoudit jako krajiní nouzi. Rovněž neodpovídá za škodu, kterou usmrcením psa způsobil jeho majiteli.⁴⁴

Příklad:

⁴³ NOVOTNÝ, F. *Právo na sebeobranu*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Jaroslav Šprongl, vydavatel LexikNexis CZ s.r.o., 2006. 67,68 s.

⁴⁴ NOVOTNÝ, F. *Právo na sebeobranu*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Jaroslav Šprongl, vydavatel LexikNexis CZ s.r.o., 2006. 67 s.

Pan Milan po předchozím požití alkoholických nápojů jel se svým osobním automobilem zajistit lékařskou pomoc manželce, která měla silné bolesti břicha a zad. Milan se domníval, že jde o ohrožení života manželky. Soused odvoz jeho manželky odmítl, ale měl telefon a byl ochoten jej Milanovi poskytnout k přivolání lékařské pohotovostní služby.

Pan Milan zřejmě nejednal v mezích krajní nouze, neboť jednou z jejích podmínek je, že nebezpečí přímo musí hrozit zájmu chráněnému trestním zákonem nebylo možno odvrátit jinak (subsidiarita). Bylo zjištěno, že pomoc jeho manželce bylo možno zajistit telefonickým přivoláním lékaře.⁴⁵

4.3.2. Nutná obrana

Příklad:

Osamělá mladá žena jdoucí podvečerní ulicí je napadena podnapilým, sexuálně motivovaným mužem. Ženě se podaří z odejmutí vyprostit podmetením jeho nohou a porazem. Muž však ztratí stabilitu a pádem na zem – úderem hlavou o obrubník chodníku – si přivodí smrtelné zranění.

Důležité pro objektivní posouzení trestní odpovědnosti ženy bude zjistit, zda její způsob obrany v momentě střetu nebyl zcela zjevně nepřiměřený způsobu útoku. V tomto případě její způsob obrany zcela zjevně nepřiměřený způsobu útoku nebyl (šlo o pouhé vyproštění a podmetení jeho nohou se snahou se útoku ubránit a utéci). To, že byl tento muž podnapilý a neudržel stabilitu, bylo jeho riziko.⁴⁶

Příklad:

U bytu pana Františka zazvonili dva muži. Po otevření ho jeden z nich vyzval, aby jim vydal peníze. Oba muži měli zastrčené pravé ruce za bundami na prsou. František se domníval, že mají v rukou zbraně. Opětovně ho vyzvali, aby jim vydal peníze (600.000,- Kč). Tvrdili, že o jeho penězích vědí. František nejbližšího útočnicka udeřil pěstí do obličeje. Ten po úderu padl na podlahu. Vzápětí udeřil loktem druhého

⁴⁵ NOVOTNÝ, F. *Právo na sebeobranu*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Jaroslav Šprongl, vydavatel LexikNexis CZ s.r.o., 2006. 67 s.

⁴⁶ NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 26 s. ISBN 80-86795-43-8.

útočníka do obličeje, který rovněž upadl na zem. Při pádu na zem útočníci vytáhli ruce z bundy a skutečně byli ozbrojeni pistolemi. Poté František vyběhl z bytu a schoval se na chodbě za výtahovou šachtu. Když útočníci jeho byt opustili, František se do svého bytu vrátil a nabil pistoli. Z okna viděl, jak útočníci utíkají. Jeden z nich běžel při zdi domu a druhý po chodníku. Asi po třiceti metrech se jeden z útočníků zastavil. V ruce měl pistoli. František po něm bez váhání vystřelil a zranil ho na noze. Touto střelou nebyl nikdo další ohrožen.

V tomto případě již útok skončil, proto nepřichází v úvahu aplikace ustanovení o nutné obraně. Mohlo by se jednat o nutnou obranu v případě, kdyby útočník, který se na chodníku zastavil, namířil pistolí na Františka. Ten by samozřejmě nebyl povinen vyčkat, až útočník vystřelí.⁴⁷

Příklad :

V denním tisku byla uveřejněna zpráva (jedna z mnoha podobných), že v Praze 10 dva mladíci nejprve slzným plynem a potom ranami napadli občana, který na následky poúrazového šoku a krvácení do mozku na místě zemřel.

Pokud by tento napadený občan mohl použít a úspěšně včas použil např. střelnou zbraň, zůstal by sice naživu, ale byl by se značnou pravděpodobností odsouzen za „překročení mezí nutné obrany“. Pachatelé se mu přece pokoušeli jenom stříknout do očí slzný plyn a vzít mu jen trochu peněz, a on je zastřelil. Našli by se jistě pseudohumanisté, kteří by je chránili poukazem na to, že chudáčci v dětství citově strádali (tatínek jednoho z nich vyesedával po hospodách, a maminka dávala toho druhého pozdě na nočník, apod.). Dosud jsou totiž často nespravedlivě trestně stíhaní za způsobené újmy na zdraví nevinní lidé, kteří se při napadení ubránili útočníkovi, ačkoliv jako slušní občané střetnutí nezavinili a tato újma hrozila jim samým. Z toho logicky plyne, že napadení slušní občané mají jen dvě možnosti:

- Riskovat vlastní trestní stíhání
- Riskovat vlastní zranění nebo smrt.⁴⁸

⁴⁷ NOVOTNÝ, F. *Právo na sebeobranu*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Jaroslav Šprongl, vydavatel LexikNexis CZ s.r.o., 2006. 77 s.

⁴⁸ ŠPIČKA, I., KOLESÁM, I., HNÍK, V., NOVÁK J. *Krátké ruční palné zbraně v sebeobraně a zákon*, Praha: Alogodos, 1994. 39 s. ISBN 80-85317-06-0.

Příklad:

Důchodkyně při návratu domů zastihla lupiče, kterému se nepodařilo uprchnout přes balkon. Starší paní vytáhla revolver a namířila na něho. Lupič jí uklidňoval slovy: „Klid já vám nic neudělám, když mě necháte jít“ a s ukradenými věcmi se šinul ke dveřím. Ve chvíli, kdy se k ženě přiblížil, dvakrát vystřelila a lupiče poranila.

Jak kvalifikoval soud tento její čin? Jako ublížení na zdraví z nedbalosti. V časopise Mladý svět, kde byl tento příběh opublikován, je k němu následující zdůvodnění: „I když lupič porušil její domovní svobodu a ukradl jí několik cenných věcí v hodnotě asi 80.000,- Kč. Snažil se s ní totiž dohodnout, bezprostředně jí nevyhrožoval a ani škoda, kterou jí způsobil, nebyla tak velká, aby kvůli ní musel riskovat lidský život, byť život zločince. Něco jiného by bylo, kdy ji třeba řekl: „Heleď, dej sem tu bouchačku, nebo bude zle“. A pak se k ní snažil přiblížit. To už by mohla považovat za hrozbu. Nebo pokud by se sám pokusil vytasit zbraň.

Jaký „signál“ by vyslal následující hypotetický průběh soudního jednání?: Soud kvalifikoval čin staré paní jako oprávněnou sebeobranou a zprostil ji všech obvinění. Při zdůvodňování rozsudku uvedl: Poškozená měla všechny důvody domnívat se, že obviněný pokračuje dál v trestné činnosti, protože se s uloupenými věcmi snažil utéci. Navíc se snažil k ní nebezpečně přiblížit, což považovala za své přímé ohrožení. Měla proto plné právo se bránit i s použitím střelné zbraně. Když se lupič z těžkého zranění uzdravil, byl odsouzen k mnohaletému vězení.

Za nějaký čas jiná paní přistihla jiného lupiče, vytáhla revolver a rázně ho vyzvala, aby se nehýbal. Lupič si pomyslel: „*To je konec, v každém druhém bytě už mají bouchačku a hned z ní střílejí pro trochu zlata a peněz. Když se hnu tak mě buď zastřelí, nebo postřelí, a nic se jí nestane, jako už v tolika podobných případech. Pokud to přežiju, u soudu mi napaří ještě dost let navíc za to že jsem jí ohrozil na životě. Vzdávám to, řeknu jí, že se jí podřizuji ve všem a nabídnu se, že sám z jejího telefonu zavolá policii.*“⁴⁹

⁴⁹ ŠPIČKA, I., KOLESÁM, I., HNÍK, V., NOVÁK J. *Krátké ruční palné zbraně v sebeobraně a zákon*, Praha: Alogodos, 1994. 43,44 s. ISBN 80-85317-06-0.

5. Zásady prevence k předcházení reálně nebezpečných situací

Jak zkušenost a praxe ukazuje, současný nárůst kriminality nevyklučuje skutečnost, že nikdo z nás neví kdy, kým, jakým způsobem a za jakým účelem bude fyzicky napaden. Z těchto důvodů je nutno připomenout jisté obecné zásady jako součást osobní prevence k předcházení reálně nebezpečných situací. Tyto zásady pojmenoval JUDr. Zdeněk Náchodský a jsou základem obecných pravidel jakéhokoliv účinného jednání a chování a které směřují především k intelektuálnímu chápání sebeobranu jako takové.

Zásada 1

Vyhýbej se svému nepříteli. Pokud se mu nemůžeš vyhnout, chovej se tak, aby se on příště vyhnul tobě.

Tato zásada je základní! Je jednodušší se do reálně nebezpečné situace vůbec nedostát a vyhnout se jí, než-li ji připustit a následně fyzicky řešit. Vyžaduje to o potenciálním nebezpečí dopředu přemýšlet, analyzovat jednání své i pokusit se předvídat chování ostatních. Vidím-li skupinku podezřele vypadajících mužů, je lepší přejít na druhou stranu ulice nebo odbočit úplně jinam a potenciální útočníky vůbec nepotkat. Nechodit sám v noci, v zapadlých či temných ulicích, ženy nenosit příliš vyzývavé oblečení atd. Je dobré se večer a v noci ve městě pohybovat minimálně ve dvojici. Volit trasu, kde jsou nainstalované kamery Městského kamerového dohlížecího systému. Je třeba vnímat dění kolem sebe, kdo jde přede mnou, kdo za mnou, proč se po mně někdo dívá, pozoruje-li mně někdo, když odcházím z restaurace nebo diskotéky... Je třeba udržovat si odstup a vzdálenost, nechodit zamyšlený a duchem nepřítomný... to všechno může napomoci se vyhnout nepříteli.

Praxe jednoznačně prokazuje, že i velmi dobře vycvičený člověk má v okamžiku fyzického napadení s odražením útoku velké problémy. Jde především o případy, kdy i takto vycvičení lidé byli napadeni velmi překvapivě, tvrdě a agresivně, případně byli napadeni s použitím zbraně. Důvod neúspěchu je opožděná reakce. Fyziologicky dané opožděné reagování na podnět (pohyb, útok) způsobuje téměř vždy neúspěch. Na tuto zásadu tedy navazuje zásada druhá.

Zásada 2

Každá akce je rychlejší než reakce

Útok útočníka (jeho akce) je vždy rychlejší nežli obrana (reakce) napadeného. Útočník útočí na základě iracionálního a sobeckého způsobu myšlení. Napadá oběť bez ohledu na závazné právní normy nebo etické a sociální zvyklosti. Je tedy vždycky ve výhodě. Navíc jeho další výhodou je i to, že si může svůj útok dokonale připravit, zvolit si čas a místo napadení, zvolit si jestli použije zbraň, případně jakou...

Napadený vždy reaguje na útok opožděně. I kdyby jeho reakce byla byt' jen o setinu sekundy opožděna, je v nevýhodě. Ovšem u běžné, necvičené populace jsou reakce nepoměrně delší, zvláště je-li vyvolán šok, reakce se nedostavují vůbec.

Zásada 3

Nechod' do předem prohraného boje

Zásada souvisí s tím, že je třeba se pokusit vždy racionálně přemýšlet, vyhodnotit nebezpečnost situace a zvážit případné riziko. Jde o poměr hodnot. Ne vždy je nutné a žádoucí jít do bojové situace. Nejsm-li ohrožen na životě – útočník si např. pod pohrůžkou vynucuje peníze, je lepší mu je odevzdat než bránit svou hotovost pod rizikem ohrožení zdraví či života. Prioritou vždy musí být život a zdraví napadeného. Materiální hodnoty jsou až na dalších místech. Je lépe být ochuzen o peníze, než být zraněn či dokonce zabit.

Zásada 4

Pokud jsi nucen bojovat, bojuj nečestně

V případě nutnosti fyzického odvracení útoku je třeba zaměřit svůj boj a svoje snažení k jedinému cíli, a to je k vítězství. Útočník útok zahájil, a to převážně a vždy z nízkých pohnutek (aby nás okradl, zranil, zabil atd.). Jeho jednání a konání nelze považovat za čestné. Proč bychom tedy měli být čestní my? Využijeme v těchto případech reflexně daných, třeba i primitivních a nekvalifikovaných technik, jako např. kousání, škrabání, štípání, atakování všech vitálních a silně bolestivých míst na útočnickově těle za použití hmatů a stisků. Vedení čestného boje si útočník nikdy nezaslouží.

Zásada 5

Přílišná důvěra ve slušnost a korektnost druhého je nebezpečná

Jinými slovy to znamená, že je velmi nebezpečné se domnívat, že když já sám jsem slušný, tak že protistrana, se kterou jednám, je stejně slušná jako já. Velmi často bývá tento tzv. haló efekt (první dojem) klamný a důvěra v něj může tragicky skončit. Kriminalistická a soudní praxe již mnohokrát ukázala, že mnozí vrazi ve svém chování zanechali „na první pohled“ slušný dojem.

Zásada 6

Jedním z největších „nepřátel“ sebeobranu je vlastní korektnost, smysl pro fair play, a tzv. „slušné vychování“

Problém nastává v okamžiku, kdy je normální (slušně vychovaný) člověk fyzicky napaden skutečným otrlým lotrem, jemuž řešení jeho problémů a dosahování vlastních potřeb cestou uplatňování násilí proti druhému není cizí. V takovém momentě napadení se pak slušně vychovaný a kulturní člověk musí stát stejným, ne-li ještě větším lotrem než ten, který jej napadl, aby byl vůbec schopen takový útok odrazit. To však běžného občana značně hendikepuje a zkušenost a praxe ukázala nechť produkovat násilí jakéhokoli druhu hlavně u ženské populace a seniorů.

Zde předkládám návod na jednání s útočníkem: Pokud se nám podaří útok zastavit hned v zárodku nebo útočníka zneškodnit, nesmíme překročit meze nutné obrany, tj. dále pokračovat v protiútoku. Zraněnému útočnickovi je nutné zajistit první pomoc, ovšem tak, abychom neohrozili sami sebe.

Při jednání s útočníkem se držíme těchto pravidel:

- Nesmlouváme, ale přikazujeme. Výzvu k odhození zbraně neopakujeme, neuposlechnutí chápeme jako pokračování útoku a podle toho zasáhneme.
- Všechny příkazy vydáváme rozhodně a hlasitě. Útočník musí ihned uposlechnout, jinak pokračujeme v protiútoku.
- Zbraň musí útočník odhodit stranou, nikdy ne k nám, ani si ji nenecháme podat.
- Stále pamatujeme na bezpečný odstup, nenecháme se zmást změnou chování útočníka. Začne-li být přátelský, vymlouvá se na nedorozumění apod., zůstaneme ve střehu. V drtivé většině případů jde o změnu předstíranou.

- Považujeme-li za nutné se z nějakých důvodů k zadrženému přiblížit, musí zaujmout polohu, v níž je neschopný okamžité akce.
- Pozor na předstírané zranění, bezvědomí apod., i při těžkém zranění je agresor schopen sebrat síly a jestliže se přiblížíme na dosah, uskutečnit původní záměr.

Zásada 7

Na překvapivou situaci reaguj překvapivě.

Tuto zásadu je mnohdy velmi obtížně dodržet proto, že napadený se v okamžiku fyzického ataku dostává do psychicky zátěžové situace, která vždy vyvolá negativní instinktivní reakce a emoce, jako např. strach, panika, tréma, hrůza, nebo naopak vztek, zuřivost, zlostný afekt apod. Pokud napadený těmto stavům podlehe, jeho racionální myšlení ustupuje do pozadí, a vlivem toho se může dopustit hrubých až osudných taktických chyb. Tuto doporučovanou zásadu pak nelze dodržet. Pokud se však napadenému podaří nastatou úlekovou reakci a negativní emoce překonat (dokáže se do klidového stavu tzv. „vrátit“, nebo jejich vyvolání vlastní iniciativou vůbec nepřipustí), je schopen reagovat pro útočníka překvapivě.

Pro lepší představu uvádím příklad: *Osamělá žena vracějící se z práce byla v podvečer v blízkosti svého bydliště napadena v parku útočníkem. Jeho útok byl sexuálně motivován. Tato žena obdivuhodným způsobem zachovala klid a rozvahu a muže zastavila v postupu tak, že mu sama sexuální služby nabídla a pozvala ho do bytu, avšak s dodatkem, že je chronicky venerická a trpí pohlavní chorobou. Útočník byl tak vyveden z míry, že od svého záměru upustil a ve zmatku utekl. Žena na pro ni překvapivou situaci naopak zareagovala překvapivě pro útočníka. Ten v tomto případě očekával její odpor, volání o pomoc a aktivní obranu. Dočkal se však naopak vstřícnosti, na kterou nebyl připraven.*

Z psychologie známý „přirozený experiment“ vyvolal paniku a silnou úlekovou reakci útočnickovu, když po přepadení ženy tato místo volání o pomoc začala volat „hoří!“. Na toto volání totiž přiběhlo několik osob na místo jejího napadení, které útočníka zadržely a předaly policistům. Nelze s určitostí tvrdit, že kdyby žena volala „pomoc!“, že by tytéž osoby na její volání na místo jejího napadení přiběhly. Slovo „pomoc“ je totiž slovem signalizujícím nebezpečí obecně, a to pro každého, a lidé z přirozeného strachu a obavy o vlastní osobní integritu ve velké většině případů na

volání o pomoc nereagují. Slovo „hoří“ však ve většině lidí vzbuzuje zvědavost (jak často se dostanou k velkému ohni?) a na místo volání se dostavují (i když v mylné představě).

Zásada 8

Důvěřuj svému instinktu a intuici, jednej a konej v souladu s nimi.

Nastupuje téměř vždy v předtuše hrozby vzniku reálně nebezpečných situací. Je opět celá řada skutečných případů, které toto tvrzení dokládá. Jeden za všechny: *Mladá žena se vrátila s nákupním vozíkem ke svému zaparkovanému vozidlu, u kterého shledala rozbité okno. U vozu stál velmi slušně oblečený muž s diplomatickým kufříkem v ruce. Tento muž jí oznámil, že viděl pachatele, který jí okénko rozbil, ale protože by jej již nedostihl, alespoň jí vůz hlídá. Žena mu z vděku a slušnosti nabídla, že jej sveze do centra města. Muž se posadil vedle ní a kufřík uložil na zadní sedadlo vozu. Když projížděli méně frekventovaným úsekem lesoparku, muž s omluvami ženu požádal, zda by mu nezastavila, že se mu vedle řidiče dělá z jízdy špatně a že si to hned neuvědomil, a proto by si přesedl na zadní sedadlo. Žena mu tedy zastavila, muž vystoupil a právě v tento moment „zapracoval“ instinkt ve formě vyhodnocení celé situace. Co se to vlastně děje? Taková spousta náhod najednou: rozbité okno u auta na frekventovaném parkovišti, nedopadený, leč identifikovaný pachatel, neznámý muž-dobrodinec, který se o ni nezištně stará, málo frekventovaný prostor, kde se od ní nechal zastavit, přestože na něm neshledala známky nevolnosti, kufřík na zadním sedadle a co v něm vlastně má, včetně důvodu jeho návštěvy, takto oblečeného a vybaveného v nákupní průmyslové zóně? Všechny tyto poznatky, které jí proběhly bleskově myslí, vedly k tomu, že tak, jak jí velel její instinkt, prudce sešlápla pedál plynu a muži ujela. Následně se však u ní dostavily výčitky svědomí (vliv jejího slušného vychování a smysl pro fair jednání – muž jí pomohl v nouzi a ona se k němu takto zachovala). Proto se rozhodla, že jeho kufřík, který zůstal na zadním sedadle jejího vozu, odevzdá na policii, aby mu mohl být navrácen. Policisté kufřík otevřeli a našli v něm pouze tři předměty: černou kuklu s prostříženými otvory pro oči a ústa, škrťící strunu a sekáček na maso. Tato žena si tím, že uvěřila své momentální intuici a následným racionálním jednáním, pravděpodobně zachránila život.*

Zásada 9

Je zásadou kontroly a sebekontroly místa a časového rozpočtu aktuálního pohybu a pobytu.

V praxi poznamenává udržování vzájemného přehledu a kontroly činnosti např. nad všemi členy své rodiny a zejména dětmi:

- Před odchodem, např. z domova by měly být zodpovězeny tyto základní otázky: kam jdeš, kudy jdeš, s kým jdeš, kde budeš a kdy se vrátíš.
- Vyhýbáme se místům, kde by se mohl útočník skrývat, jako jsou staveniště, křoviny, neobydlené budovy apod.
- Nechodíme při domech, ale po okraji chodníku, jeli to možné i středem ulice.
- Můžeme-li očekávat napadení (např. vracíme-li se v noci domů) udržujeme co největší odstup od dalších chodců. Nepřipustíme, aby nám někdo „šlapal na paty“, ale i chodec blízko před námi se může nečekaně otočit a zaútočit. Jde-li někdo proti nám, raději přejdeme na druhou stranu ulice. Pro skupinu chodců to platí dvojnásob.
- Odstup udržujeme i od automobilů. Ne každá posádka auta, která se nás zeptá na cestu, musí mít neškodné úmysly. Výzva „pojdte blíž, já vás neslyším“ je podezřelá
- Doma nikdy neotevíráme cizím lidem, ať jsou vybaveni jakýmkoli průkazem. Je vhodné si ověřit např. telefonicky u správce domu důvod jejich návštěvy. I tak je lépe, je-li doma více lidí, požádáme třeba sousedy či známé.
- Než vstoupíme do domu, ověříme si, zda nás někdo nesleduje a to i během dne. Nepřipustíme, aby s námi vstupovali do domu cizí lidé.
- V případě možnosti napadení se včas připravíme na obranu. Např. zbraň držíme připravenou kapse kabátu či saka.

Zásada 10

Je pouhým konstatováním faktu: věřím-li v sebe, čeho bych se měl bát?

Fakta uvedená ve všeobecných zásadách jsou ověřená praxí a jejich osvojení u sebe samých má skutečný praktický význam jak ve všeobecné, tak i v profesní sebeobraně.⁵⁰

⁵⁰ NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 18,19,20,21,22 s. ISBN 80-86795-43-8.

6. Aktivní příprava k předcházení konfliktních situací

6.1. Možnosti výběru aktivní přípravy

Tuto kapitolu bych rád věnoval možnostem aktivní přípravy na sebeobraně situace. Vedle teoretické přípravy, do které bych zahrnul čtení odborné literatury, sledování výukových DVD nebo tématických pořadů v televizi je velmi důležitá hlavně praktická příprava. Pokud se jedinec rozhodne pro aktivní praktickou výuku sebeobrany, má několik možností. Přihlásí-li do oddílu některého z bojových umění, čeká ho dlouhá cesta, která hlavně na počátku (první 1-3 roky) nemá výrazné výsledky. Koncepce studia bojových umění spočívá v tom, že bojovník staví především na velmi kvalitních základech základních technik, které lze naučit pouze tvrdým drillem. Z toho však vyplývá i to, že tréninky nemusí být pro cvičence zajímavé, zvláště vstoupil-li do oddílu s představou, že se brzy dozví velké množství informací a použitelných technik.

Úpolové sportovní disciplíny, které jsou založeny na individuálním sportovním výkonu, vznikaly simulací skutečných soubojů a za použití některých charakteristických prvků, např. úderů rukou, bodů kordem, porazů, strhů apod. Tyto prvky byly po technické stránce upraveny tak, aby za pomoci příslušných pravidel a někdy i ochranných pomůcek nemohlo dojít ke zranění účastníků. Pravidla sportovního utkání zabezpečují soupeřům naprosto stejné podmínky boje (zápasiště, prostředí, úbor, vybavenost, čestné jednání, etické hledisko konkrétního sportu). Soupeři se mohou na utkání náležitě připravit jak fyzicky, tak i duševně případně se i rozcvičit.

Skutečný boj je oproti tomu zbaven jakýchkoli kladů sportovního utkání. Obvykle bývá zvýhodněn útočník. Ten pro sebe může zvolit vhodné místo, dobu zahájení boje, způsob napadení bez ohledu na jakoukoli etiku vedení boje. Útočník také rozhoduje o vybavení zbraněmi, případně pomocnými prostředky.

Proto jsou pořádány krátkodobé kurzy sebeobrany. Ty jsou „ušity přímo na míru“ potřebám moderní doby. V relativně krátké době zaručují dobré výsledky. Cvičenec si osvojí dostatečné množství velmi jednoduchých, ale prakticky dobře využitelných technik. Techniky jsou vybrány tak, aby nebyly náročné, nejsou tedy kladeny nároky na větší fyzickou zdatnost cvičence. Využívá se modelových situací, do

kterých se běžně občan může dostat. To vše přispívá k tomu, že po absolvování kurzu mají cvičenci lepší sebevědomí a působí sebejistěji.

Psychologická příprava

Psychologická příprava je o to složitější, že neexistuje jednoduchý návod na to, jak připravovat studenty ani psychické zvládnutí sebeobrané situace. Je třeba si uvědomit, že sebelepší trénink nikdy nenahradí zkušenost z řešení reálné situace! Je ale povinností každého učitele a instruktora sebeobran, aby se snažil maximálně přibližovat výuku k řešení reálných konfliktních situací. Je třeba hledat a nacházet metody a postupy psychologické přípravy, které využijí technickou a taktickou část výuky, podpořenou dobrou kondicí, ke zvládnutí skutečných konfliktů reálného života.⁵¹

Pro pochopení širšího kontextu psychologické přípravy se konflikt, jehož součástí je řešení toho, co nazýváme sebeobranou situací (fyzický útok), rozdělíme do tří časových (reakčních) pásem:

Úvodní část konfliktu

Jde o dobu, kdy konflikt začíná a nedošlo k reálné hrozbě fyzického napadení. Z pohledu taktiky jsme mimo dosah oponenta, včetně jeho zbraní (mimo střelných). Máme tedy dostatek času konfliktu zabránit. K tomu vede dostatečná předvídavost a citlivost, která umožní včas a přesně rozpoznat příznaky hrozícího nebezpečí a umožní nám tak zamezit gradaci konfliktu i případnou cestou vynuceného použití technicko-taktických prostředků. V této části konfliktu je ještě možno volit jemnější technické prostředky s menšími následky pro útočníka. Z pohledu psychologické přípravy, je možno úvodní část konfliktu řešit v rovině verbální a neverbální komunikace do doby, než dojde k opravdu reálné hrozbě fyzického útoku, tj. rozhodnutí útočníků opravdu zaútočit a tím způsobit velmi vážná zranění nebo smrt. (jde vlastně o ukecání útočníka a k fyzickému útoku nemusí vůbec dojít)

⁵¹ NOVÁK, M. *Jujutsu více než sebeobrana*, 1. vyd. Praha: vydala Grada Publishing, a.s. Praha, 2007. 30 s. ISBN 978-80-247-1884-2.

Fyzický útok

Právě na tuto část se soustředí výuka většiny bojových umění a škol sebeobrany! Potenciální fyzické řešení konfliktu se stává reálným. Z oponenta se stává útočník. Roste jeho agresivita projevovaná důraznějším verbálními i neverbálními projevy. Jeho chování ztrácí racionální kontrolu. Zvyšuje se pravděpodobnost útoku, útok přímo hrozí. To je okamžik, kdy již není čas na hrdinství a fair play. Pokud to jde volíme útek. Pokud to nejde, soustředíme se pouze na neverbální projevy útočníka, verbální potlačíme. Hledáme vhodný okamžik pro útok, a pokud ho promeškáme, volíme obranu s následným protiútokem. Konflikt tedy řešíme technicko-taktickými prostředky s cílem zamezit útoku, odvrátit ho, s následnou kontrolou či likvidací soupeře.

Zvládnutí postkonfliktní situace

Tato fáze je v současné době u drtivé většiny škol nejméně propracovanou částí psychologické přípravy. V praxi jsem se několikrát setkal s tím, že studenti nemohli ani stát na nohách vlivem fyziologické reakce na stres. V reálné situaci je to velmi složité. Dostavuje je stav mentální a fyzické vyčerpanosti. Pomalu odeznívají vyplavené stresory a navrací se energie. Pokud obránce způsobí útočníkovi značná či rozsáhlá poranění nebo ho dokonce usmrtí, mohou se dostavit závažné psychické stavy vyžadující péči odborníků. Ještě pravděpodobnější psychické problémy nastanou v případě, kdy se obránce neubrání nebo nedokáže ochránit blízkou osobu.

Opomíjená, nesprávně směřovaná a nekomplexní příprava lidí, kteří získají dovednosti, jak druhým ubližovat, může vést k velkým osobním problémům, životním a v neposlední řadě ke konfliktům se zákonem.⁵²

6.2. Základní kurz sebeobrany

Základní kurz sebeobrany je rozdělen na teoretickou a praktickou část. Maximum času (80procent) je věnována praktickému nácviku a „zažití“ jednotlivých technik a jejich následnému procvičování v rozličných modelových situacích. Je nutno předpokládat, že zájemci jsou naprostí laici, proto je praktická výuka založena na

⁵² NOVÁK, M. *Jujutsu více než sebeobrana*, 1. vyd. Praha: vydala Grada Publishing, a.s. Praha, 2007. 31,32 s. ISBN 978-80-247-1884-2.

jednoduchých technikách a postupech. Ihned poté, co si účastník kurzu osvojí potřebné základní návyky, procvičují se modelových situacích. Na závěr kurzu má účastník kurzu možnost vyzkoušet si všechny modelové situace v maximálním nasazení na instruktorech, kteří jsou vybaveni speciálním ochranným oblekem. Oblek zabraňuje zranění jak účastníku kurzu, tak instruktora samotného. Díky tomu je možné útok i obranu vést značnou intenzitou. Teorie je zaměřena na prevenci a výklad několika zásad, jejichž dodržování pomůže předejít nebo včas rozeznat potenciální nebezpečí. Teorie je doplněna výkladem základních právních norem spojených s řešením sebeobraných situací. V posledních hodinách výuky mají účastníci možnost seznámit se s vybranými prostředky denní potřeby, které jim mohou výrazně pomoci při nebezpečných situacích.

Cíl kurzu

Kurz je navržen tak, aby účastník získal základní orientaci v situacích, při nichž k blízkému kontaktu s útočníkem, kdy hrozí nebezpečí v podobě obtěžování (s předcházejícím verbálními útoky), až po situace, kdy je nucen se bránit. Nejprve se účastník kurzu naučí pracovat v rovině verbální komunikace a následně v přímo navazující fázi řešení konfliktu za využití technických prostředků sebeobrany. Techniky jsou zvoleny co nejjednodušší a tak, aby bylo možno je aplikovat v rozličných situacích.

Organizace výuky

Základní kurz je rozvržen do deseti lekcí po devadesáti minutách výuky jednou týdně. Maximum času je věnováno praktickému nácviku a zažití jednotlivých technik a jejich následnému procvičování. Na závěr kurzu si účastnice mohou ověřit naučené znalosti v modelových situacích. V druhé polovině a zejména v závěru výuky jsou účastníci podrobeni fyzickému a psychickému nátlaku na hranici individuální snesitelnosti. Mohou si vyzkoušet schopnosti aplikace naučených sebeobraných technik v podmínkách blížících se reálné situaci.⁵³

Scénáře

Jsou to nové komplexnější metody výuky sebeobrany s důrazem na psychologickou přípravu. Tato metoda je využívána v rámci prvních dvou částí

⁵³ NOVÁK, M. *Jujutsu více než sebeobrana*, 1. vyd. Praha: vydala Grada Publishing, a.s. Praha, 2007. 106,107 s. ISBN 978-80-247-1884-2.

konfliktu. Jde tedy o nácvik chování a jednáním do momentu, kdy jedna ze stran prosadí své stanovisko a druhá je akceptuje.

Využití scénářů při výuce sebeobrany je aplikovanou metodou modelového tréninku, dobře známou z koučování ve sportovním tréninku. Jedná se o jednu z regulačních technik, které slouží k překonání problémů s technikou nebo taktikou soupeře cestou vžití do dané situace.⁵⁴

Modelování vnitřních podmínek

Student je naveden do situace, která může s velkou pravděpodobností nastat. Zde se potom modelují vhodné technické a taktické možnosti a samotný postup řešení problému. Pokud nedokáže danou situaci (v sebeobraně konfliktu) řešit v průběhu modelovaného tréninku, potom už to nezvládne vůbec. V praxi není čas přemýšlet. Tato metoda je považována za velmi důležitou.

Modelování vnějších podmínek

Jde o modelování klimatických podmínek a prostředí. Při výuce sebeobrany to není jednoduché. Je možné definovat základní rámec, ale nikdy se nepodaří postihnout všechny faktory. Realizace scénářů klade velké nároky na osobnostní vospělost učitele i instruktorů a na technickou vybavenost. Instruktor musí porozumět schématu vývoje konfliktu, musí poznat jeho psychologickou podstatu, projevy i příčiny vzniku. Při samotné výuce musí být učitel empatický a mimo jiné by měl disponovat výrazovými prostředky herectvím. Jedná se hlavně o reálné situace mimo tělocvičnu, v normálním (běžném) oblečení. Kdy při nácviku v tělocvičně v pohodlném oblečení na cvičení (kimono), dobrá podlaha (tatami), dobré osvětlení, je nácvik sebeobrany jednodušší. Proto je nutné procvičovat situace, v reálném prostředí na ulici, v parku, v chodbách domu ap.

„Osobně mám s touto metodou zkušenosti v oblasti aplikace Allkamf-jitsu, která se velice osvědčila. Jsem přesvědčen, že „scénáře“ jsou v současné době základní metodou výuky sebeobrany založené na realitě“.⁵⁵

⁵⁴ NOVÁK, M. *Jujutsu více než sebeobrana*, 1. vyd. Praha: vydala Grada Publishing, a.s. Praha, 2007. 33 s. ISBN 978-80-247-1884-2.

⁵⁵ NOVÁK, M. *Jujutsu více než sebeobrana*, 1. vyd. Praha: vydala Grada Publishing, a.s. Praha, 2007. 34 s. ISBN 978-80-247-1884-2.

Závěrem je ovšem nutno zdůraznit, že po deseti devadesátiminutových lekcích nelze hovořit o tom, že by absolvent takového kurzu byl schopen odvrátit jakýkoli útok. Má sice určité znalosti a vyzkoušel si různé modelové situace, a je na tom daleko lépe, než většina ostatní populace, ovšem krátkodobý kurz nemůže dlouhodobé studium nahradit. Zároveň je třeba si uvědomit, že když informace a techniky pravidelně nepoužíváme, většinu z nich zapomeneme.

Ze své osobní praxe mohu potvrdit, že pro většinu účastníků je kurz velmi zajímavý a sebeobrana je zaujme natolik, že dále pokračují ve vzdělávání právě v oddíle bojových umění – v našem případě v oddíle Allkampf-jitsu při Sportovním klubu policie České Budějovice, kde působím jako jeden z trenérů.

6.3. Allkampf-jitsu (AKJ)

Je moderní bojové umění využívající propracované asijské techniky boje. Je to sebeobranný systém, který využívá údery, kopy, úhyby těla, házené a páčení, boj ve stoje na zemi k odražení jakéhokoliv útoku za účelem ochránění zdraví nebo majetku obránce.

Allkampf-jitsu lze zařadit do rodiny novodobých evropských škol Ju jutsu, které vznikaly v polovině minulého století. AKJ oproti jiným školám Ju Jutsu se ale přizpůsobuje potřebám sebeobrány dnešní doby a to jak pro ozbrojené složky (policie, justiční stráž, bezpečnostní agentury), tak i pro civilní sektor.

Allkampf-jistu bylo založeno mistrem Jakob Beckem v roce 1968 v Německu a od té doby se neustále rozvíjí.⁵⁶

6.3.1. Zakladatel stylu Jakob Beck

Narodil se 31.9.1931 ve městě Obrova u Bačka Palanky v Jugoslávii. Po strastiplné dvouleté cestě, která začala v roce 1944 v Jugoslávii jako útek před Rudou

⁵⁶ ALLKAMPF-JITSU (online) 2009 (cit. 2009-11-13 18:00) Dostupné na WWW: <http://www.allkampf-jitsu-cb.ic.cz/>

armádou, cestoval v koloně 350 vozů přes Rakousko do Československa, odtud zpět do Maďarska a po útěku ze zajateckého tábora dorazil v roce 1946 do Německa do města Burgau.

V 17 letech se začal učit Judo a v roce 1964 se setkal s mistrem Jae Hwa Kwon - 7. Dan, u kterého se učil Tae-kwon-do, to se také později učil u generála Choi Hong Hi – 9. Dan. Patnáct let se učil toto bojové umění, současně dojížděl k velmistrovovi Robertu Doblerovi -10 Dan, který působil jako vrchní komisař státní policie ve Švýcarsku a pod jehož vedením se učil Jiu-Jitsu. Vedle těchto bojových umění se zdokonaloval také v Bo-Jitsu, Aikido a Karate, které se učil u neméně známých učitelů.

Takto získané bohaté skutečnosti v bojových uměních ho přivedly k myšlence spojit nejúčinnější techniky z těchto bojových umění v jeden vysoce efektivní systém sebeobran. Vyňal pouze základy a principy technik, ty přizpůsobil svému záměru a vytvořil tak v roce 1968 nový bojový styl, který nazval Allkampf-Jitsu.

V současné době již vzhledem ke svému vysokému věku Mistr Jakob Beck bohužel aktivně nevyučuje. Stále je ale hlavním představitelem Allkampf-jitsu, účastní se většiny důležitých akcí a je hlavním zkušebním komisařem pro zkoušky na mistrovské technické stupně Allkampf-jitsu.⁵⁷

6.3.2. Systém Allkampf-jitsu

Allkampf-jitsu využívá zejména technik z Karate, Tae-kwon-da (úderů, kopy, kryty), Judo (hody, podmyty, znehybnující techniky), Aikida (páky, úhyby, využití energie útočnicka) a Jiu-jitsu (páky). V současné době obsahuje přes 330 základních obranných technik, tři formy kombinace a deset kata. Základní techniky obsahují obranu proti úderům, kopům, hodům a škracení a proti zbraním (nůž, krátká tyč, dlouhá tyč, pistole atd.). Systém obsahuje také obranu s pomocí zbraní hanbo a tonfa.

⁵⁷ ALLKAMPF-JITSU (online) 2009 (cit. 2009-11-13 18:00) Dostupné na WWW: <http://www.allkampf-jitsu-cb.ic.cz/>

Systém AKJ má pevný zkušební řád, který obsahuje 9 žakovských stupňů (Kyu) a 10 mistrovských stupňů (Dan). Na každý stupeň se provádí zkouška se znalostí provedení technik a po jejímž úspěšném absolvování je žák oprávněn nosit barevný pás dle dosaženého technického stupně a obdrží mezinárodně platný certifikát. Barevné označení pásů slouží žákovi pro uvědomění si, jak daleko je na své cestě a pro učitele je to rychlá orientace o úrovni technické vyspělosti žáka. Při zkouškách na jednotlivé technické stupně mají žáci možnost prověřit si svou technickou i psychickou vyspělost. Na příklad zkouška od 6. kyu již obsahuje přerážecí techniku dřevěné desky o rozměrech 30 x 30 x 3 cm kopem mae-geri

Řád AKJ popisuje přesné tréninkové principy, které se používají pro jednotlivé výcvikové skupiny: děti, mládež, dospělé, výcvik policejních jednotek, armády a speciálních jednotek. Techniky se v zásadě neliší, pouze zakončení technik je přizpůsobeno fyzickým schopnostem dané výcvikové skupiny a její využitelnosti podle toho, k jakému účelu se používá.

AKJ také nemalou měrou jistě přispívá, hlavně u mladších generací žáků, k jejich rozvoji a nepřímo je připravuje na situace, které je mohou potkat, tím nemám na mysli pouze situace, kdy se mohou ocitnout v ohrožení zdraví nebo života. Naučí-li se žák řádně připravovat na zkoušky, nebo na závody v AKJ, jistě to přispěje i k tomu, že se bude kvalitně připravovat i při studiu, popřípadě později i v zaměstnání. Taková příprava žákovi jistě umožní dosáhnout úspěchu nejen na poli sportovním, ale i studijním a následně i pracovním.⁵⁸

6.3.3. Základní kameny Allkampf-jitsu

Universálnost - tím, že Allkampf-Jitsu čerpá ze všech ostatních bojových umění a využívá jejich základních principů, umožňuje žákům odhodit pomyslné klapky z očí a brát si vše dobré, co jim pomáhá v jejich rozvoji. Z hlediska bojové situace pak používá obránce k odražení útoku všech známých technik úderů, kopů, hodů, škrcení a páčení.

⁵⁸ ALLKAMPF-JITSU (online) 2009 (cit. 2009-11-13 18:00) Dostupné na WWW: <http://www.allkampf-jitsu-cb.ic.cz/>

Přizpůsobivost – je v systému chápána jako volba příhodných technik pro situaci, ve které se právě nacházíme, volba intenzity a tvrdosti zakončováných technik samozřejmě s ohledem na právní/trestní řád společnosti. Ve druhé řadě je přizpůsobivost chápána ve smyslu přizpůsobení technik, principů a taktiky, tělesným a duševním schopnostem žáka tím, že z nabídky celého obranného systému začne používat přednostně ty techniky, které mu fungují (vyhovují).

Použitelnost – tento prvek znázorňuje vnější stránku bojových umění a jejich původní účel, pro který byly vytvořeny. Znázorňuje zaměření stylu na reálnou sebeobranu, pěstování bojového ducha a praktické využití technik.

Jednoduchost – ve smyslu snadno a rychle. Při zahájení výuky se žák rychle učí nové techniky bez zbytečných zátěží tradičních asijských metod. Nestuduje celá bojová umění, provádí pouze náhledy do různých stylů za účelem využití jejich principů. Toto slouží překročení počátečních obtíží začátečníka při výuce bojového umění.

Odolnost – vnějším znakem tohoto prvku je odolnost úderových ploch u přerážecích technik. Odolnost je chápána také ve smyslu nepovolení se útočnickově vůli a v neposlední řadě jako trénink sebezpoznání.

Výchova – dlouhodobým a usilovným seznamováním s tímto universálním stylem se cvičenec odpoutá od jednotlivých technik, jejich technického provedení, od vědomé taktiky boje, od vědomého používání nejpříhodnějších techniky v daný okamžik a přejde k prožití boje, k plynulé, nepřerušované koncentraci při nabytí prázdnoty a odhození svého ega. Již nezáleží na stylu, ale pouze na principech konání a osobním rozvoji. Smyslem se stává sebezdokonalování. Tyto základní kameny slouží pouze k pochopení toho, čím je systém tvořen – v každé technice je obsaženo něco jiného, ale není třeba nad tím příliš přemýšlet, stačí pouze trénovat a praktikovat a poznání se dostaví samo.⁵⁹

⁵⁹ ALLKAMPF-JITSU (online) 2009 (cit. 2009-11-13 18:00) Dostupné na WWW: <http://www.allkampf-jitsu-cb.ic.cz/>

7. ZÁVĚR

Kdyby všichni lidé vždy správně a účinně aplikovali pravé morální zásady, nemohly by vzniknout situace, při jejichž řešení by bylo používáno násilí. Skutečnost je však bohužel jiná. Existuje určité nezanedbatelné procento lidí nezasažitelných reálnými výchovnými vlivy nebo obavou z trestu, kteří budou násilí používat buď ke zjevně kriminálním cílům, nebo bez patrného výslovného motivu. Proti těmto lidem je nutné se bránit.

Ve své práci jsem chtěl rozebrat problematiku sebeobrany z různých úhlů pohledu, hlavně hlediska etického, právního i praktického. Nejprve jsem vymezil pojem sebeobrana jako vědní disciplínu sindefendologie. Popsal jsem co jsou sebeobrané situace, jak vznikají. Rozčlenil jsem faktory ovlivňující výsledek střetnutí a principy, které obránce musí respektovat, aby maximálně zvýšil pravděpodobnost úspěchu obrany.

Ve druhé části práce, kterou jsem věnoval etice sebeobrany, bylo nutné nejprve definovat etiku obecně a význam a úlohu etiky, vysvětlit pojmy jako jsou např. svědomí, morálka, výchova ke spravedlnosti. Po analýze základních pojmů jsem se věnoval křesťanské etice a jejímu postoji k sebeobraně z historického pohledu, tedy Desateru, které podle mého názoru nelze vnímat jen jako Boží přikázání platné pro věřící, ale hlavně jako jeden z nejstarších mravních zákoníků celého lidstva. Pro zmapování současného křesťanského pohledu na sebeobranu jsem si vybral Římskokatolickou církev, jako u nás nejrozšířenějšího náboženského vyznání, a její Katechismus katolické církve, který aktivní sebeobranu schvaluje, vymezuje termín oprávněné obrany a uvádí, že za nechtěnou vraždu není člověk odpovědný.

Ústava České republiky ve svých ustanoveních deklaruje nejdůležitější práva a základní svobody, mezi které patří hlavně právo na život, osobní svoboda, právo vlastnit majetek a nedotknutelnost obydlí. Chrání-li občan tyto svá práva za cenu aktivní obrany s rizikem, že porušuje tyto práva někomu dalšímu, je chráněn ustanoveními Trestního zákoníku, které se věnují okolnostem vylučujícím protiprávnost. Tato problematika je popsána ve třetí části této práce, kde jsou zároveň uvedeny i jednotlivé příklady z kriminologické praxe.

Z praktického hlediska považuji za nutné rozebrat zásady prevence k předcházení reálně nebezpečných situací. K tomuto účelu jsem využil rozbor těchto zásad od JUDr. Zdeňka Náchodského, což je jeden z předních českých kriminalistů, který se touto problematikou zabývá již dlouhá léta. Dnešní doba skýtá velké množství možností, jak se může jedinec, pokud má zájem, aktivně připravovat na možné konfliktní situace. V poslední kapitole tedy některé zmiňuji. Jedním z nich je základní kurz sebeobrany, který nabízí jednoduché a účinné techniky, které lze velmi rychle pochopit a jsou ihned použitelné v praxi. Má-li jedinec zájem se dané problematice věnovat dlouhodoběji, jako velmi dobrou alternativu mohu z vlastní zkušenosti doporučit bojové umění Allkampf-jitsu, které právě mimo jiné stojí na jednotlivých modelových situacích, což slouží ke snazšímu pochopení jednotlivých prováděných technik.

Dnešní doba vyžaduje po jedincích, aby byli co nejvíce nezávislí a samostatní. V této souvislosti, právě co se sebeobrany týče, toto platí dvojnásob. Nelze čekat, že se nás při nenadálé konfliktní situaci někdo zastane a postará. Policie ani náhodní kolemjdoucí zrovna nemusejí být poblíž. Proto by každý člověk měl znát základní zásady bezpečnostního chování, vědět jak se vyhnout potenciálně nebezpečným situacím, vědět kam zavolat pro rychlou pomoc a alespoň tušit, jakým způsobem se ještě může bránit a jak už nikoliv, ať už z hlediska právního nebo etického. Cílem práce bylo poukázat na sebeobranu jako na etický a právní problém v současné společnosti a doufám, že tato práce bude přínosem pro všechny, které tato problematika zajímá.

Seznam použité literatury:

1. FORTUNE, D. *Psychická sebeobrana*, přeloženo z anglického originálu *Psychic self-defense*, Czech edition by, Alexandr Giertli – EUGENIKA Pbl., tisk Arimes 1. vyd., Bratislava 2008. 270 s. ISBN: 978-80-8100-039-3.
2. HEIDBRINK, H. *Psychologie morálního vývoje*, (z němčiny přeložil Ondřej Muller) 1. vyd. Portál, s.r.o., Praha 1997 Translation, Původní německé vydání: *Einführung in die Moralpsychologie* 1996. Psychologie Verlags Union, Weinheim. 1997. 175 s. ISBN 80-7178-154-1.
3. HRDLIČKA, J. *Věřím, Věříme*, 1. vyd., Olomouc: vydala Matice cyrilometodějská s.r.o., 1999. 141 s. ISBN: 80-7266-021-7.
4. PŘÍKASKÝ, J.V. *Učebnice základů Etiky*, nakladatelství Karmelitánské nakladatelství s.r.o. Kostelní Vydří 2000. 134 s. ISBN 80-7192-505-5.
5. NÁCHODSKÝ, Z. *Nebojte se bránit*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2006. 336 s. ISBN 80-86795-43-8.
6. NOVÁK, J., SKOUPÝ, O., ŠPIČKA, I. *Sebeobrana a zákon*, 2 publikace, Praha: nakladatelství Klavis, 1991. 78 s. ISBN 90-900338-0-6.
7. NOVÁK, M. *Jujutsu více než sebeobrana*, 1. vyd. Praha: vydala Grada Publishing, a.s. Praha, 2007. 115 s. ISBN 978-80-247-1884-2.
8. NOVÁK, T. *Psychická sebeobrana*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Grada Publishing. s.r.o. 2001. 92 s. ISBN 80-247-0123-5.
9. NOVOTNÝ, F. *Právo na sebeobranu*, 1. vyd. Praha: nakladatelství Jaroslav Šprongl, vydavatel LexikNexis CZ s.r.o., 2006. 114 s.
10. NUSSBERGER, J. *Budeme se bránit*, Praha: nakladatelství Sdružení MAC, s.r.o. 1995. 113 s. ISBN 80-901839-6-4.

11. ŠPIČKA, I., KOLESÁM, I., HNÍK, V., NOVÁK J. *Krátké ruční palné zbraně v sebeobraně a zákon*, Praha: Alogodos, 1994. 99 s. ISBN 80-85317-06-0.
12. ŠPIČKA, I., Ing. NOVÁK, J. *Úvod do sebeobrany MS – 1.*, 1. vyd., Praha: vydavatel České vysoké učení technické 1990. 158 s. (Ediční středisko ČVUT Praha) ISBN 80-01-00430-9.
13. Katechismus katolické církve, z francouzštiny (Catéchisme de l'Église catholique) přeložil Josef Koláček SJ, vydal Zvon, české katolické nakladatelství a vydavatelství, spol. s.r.o. Praha 1995. 1. vyd.. 793 s.
14. Roman David, Ústava České republiky, Listina základních práv a svobod, Úplné znění doplněné poznámkami, úvodem do problematiky a výběrem ze soudních případů, vydalo nakladatelství Olomouc, s.r.o., 4. aktualizované, přepracované vydání (imprim srpen, tisk září), Olomouc, 2005. 263 s. ISBN 80-7182-200-0
15. Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, Úplné znění, Praha: nakladatelství Armex Publishing s.r.o., 2010. 1 vyd. 172 s. ISBN 978-80-86795-81-2
16. Prováděcí příručka Ministerstva vnitra k trestnímu zákoníku č. 40/2009 Sb. 2009. 145 s

Další zdroje:

17. ALLKAMPF-JITSU (online) 2009 (cit. 2009-11-13 18:00) Dostupné na WWW: <http://www.allkampf-jitsu-cb.ic.cz/>
18. WIKIPEDIA. *Etika*. (online) 2009 (cit. 2009-11-22 09:15) Dostupné na WWW: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Etika>
19. BUCHTELIK. *Sindefendologie, Filozofie, Alogodika*. (online) 2009 (cit. 2009-11-29 10:05) Dostupné na WWW: http://www.buchtik.eu/Revo/revo_filosof.htm

20. BRUNTON, P. články. (online) 2009 (ciz. 2010-01-20 19:58) Dostupné na WWW:
<http://www.paulbrunton.cz/index.php?id=clanky>

ABSTRAKT

VÍTOVEC, Z. Sebeobrana jako etický a právní problém v současné společnosti. Bakalářská práce. České Budějovice. Vysoká škola evropských a regionálních studií, o. p. s., 2010. Vedoucí práce ThDr. Rudolf Svoboda, Th.D.

Klíčové pojmy: sebeobrana, sindefendologie, etika sebeobrany, křesťanská etika, krajní nouze, nutná obrana, oprávněné použití zbraně, okolnosti vylučující protiprávnost, zásady prevence, kurz sebeobrany, bojové umění.

Práce popisuje problematiku sebeobrany jako vědní disciplíny sindefendologie. Zkoumá sebeobranu z pohledu současné křesťanské etiky, který řeší Katechismus katolické církve. Popisuje, jak je problematika upravena v právním řádu České republiky, tedy hlavně v Listině základních práv a svobod a Trestním zákoníku. Na praktických příkladech jsou vyloženy jednotlivé okolnosti vylučující protiprávnost a vybočení z mezí nutné obrany. Zdůrazněny jsou nejdůležitější zásady prevence k předcházení reálně nebezpečných situací jak je popisuje JUDr. Zdeněk Náchodský. V rámci aktivní přípravy předcházení konfliktním situacím analyzuje krátkodobý kurz sebeobrany a bojové umění Allkampf-jitsu.

ABSTRACT

VÍTOVEC, Z. Self-defense as an ethical and legal issue in contemporary society. Bachelor thesis. České Budějovice. Institute of European and Regional Studies, o. p. s., 2010. Thesis supervisor ThDr. Rudolf Svoboda, Th.D.

Key terms: self-defense, sindefendologie, ethics and self-defense, Christian ethics, extreme distress, needed self-defence, lawful use of a weapon, precautionary principle of dangerous situation, the principles of prevention, self-defense training, martial arts.

This thesis describes the topic of self-defense as a scientific discipline, sindefendologie. It explores self-defense from the perspective of contemporary Christian ethics, which addresses the Catechism of the Catholic Church. It describes how the issue is governed by the law of the Czech Republic, primarily in the Charter of Fundamental Rights and Freedoms and the Criminal Code. In practical examples, it sets out various circumstances excluding the unlawfulness of a deviation from the limits of legitimate self-defense. It highlights the key principles of prevention to avoid a real dangerous situation as described by JUDr. Zdeněk Náchodský. It also discusses the active preparation to prevent conflict situations, analyzing a short course of self-defense and martial art Allkampf-jitsu.