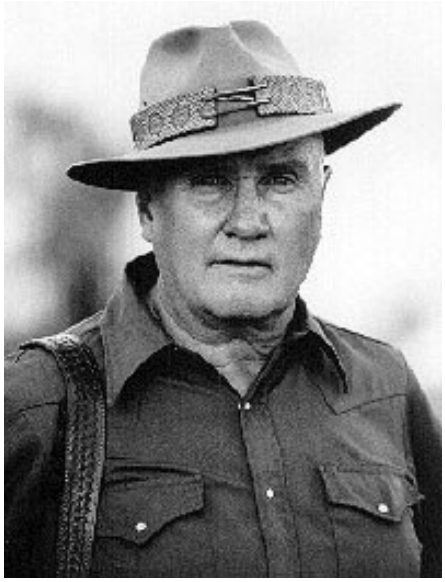
MASARYKOVA UNIVERZITA BRNO
FAKULTA SPORTOVNÍCH STUDIÍ
ASEBS

Seminární práce
Teorie sebeobrany

téma: Jeff Cooper

Bc. Karel Kadečka
Učo: 403519

Brno, 2012



John Dean Cooper se narodil 10. května 1920 v Los Angeles v Kalifornii a zemřel ve věku 86 let 25. září 2006 poblíž svého domova v Gunsite v Arizoně. Přátelé a později i široká veřejnost mu neřekli jinak než **Jeff**. Jeho pravé jméno John Dean se používalo minimálně a i v současnosti je známý především jako Jeff Cooper.

Jeff Cooper byl za svého života především plukovníkem u námořního sboru Spojených států amerických. Zúčastnil se bojů na Pearl Harbor, bojoval ve II. světové válce, v Koreji a jihovýchodní Asii. Dále získal bakalářský titul v oboru politické vědy na Stanford University a v polovině roku 1960 magisterský titul z oboru historie na kalifornské univerzitě v Riverside.

Jeff je považován za otce takzvané **„Moderní techniky střelby“**. Tato „Moderní technika střelby“ se zabývá hlavně praktickou střelbou. To znamená, že se jedná především o používání střelných zbraní v rolích, pro které jsou primárně určeny, a to jako nástroje pro osobní ochranu a lov a ne jako nástroje pro rekreační střelbu. V roce 1976 založil Jeff Cooper **„Americký střelecký institut“** (American pistol institut – API). Následně začal vyučovat techniky používání zbraní ve svém tréninkovém centru v Gunsite (**„Gunsite training centrum“**). Cooper zahájil s výukou používání brokovnic a kulovnic, a to především pro vojenský personál, policisty, ale i pro civilisty pro vymáhání práva. Školení byla prováděna jak pro jednotlivce, tak pro skupiny z celého světa. Jeff byl známý také tím, že celý svůj život obhajoval a prosazoval používání zbraní velkých ráží, jako byly např. Kolt M1911 nebo 45ACP. Jeff Cooper prodal své tréninkové centrum v roce 1992 a přestěhoval se na ranč do Paulden v Arizoně. Dále byl Cooper zakládajícím a čestným doživotním předsedou Mezinárodní konfederace tréninku střelby (International Practice Shooting Confederation).

Cooperova tzv. „Moderní technika“ definuje pragmatické používání pistole pro osobní ochranu. Moderní technika zdůrazňuje obouruční střelbu v tzv. postoji „Weaver“, s čímž chtěl Cooper nahradit do té doby převládající střelbu jednou rukou.

Moderní technika měla tedy několik základních tezí, které Jeff prosazoval. A to hlavně používání zbraní velkých ráží (nejlépe poloautomatické), postoj při střelbě – Weaver, používání pojistky apod.

Jak již bylo řečeno, hlavním favoritem Jeffa Coopera byl Kolt M1911 a jeho různé varianty. Dle Coopera existuje několik druhů okolních podmínek, na základě kterých má být zbraň a její nositel v určité pohotovosti. Jednotlivé druhy podmínek rozdělil do pěti skupin a označil je čísly 4 až 0.

4 – komora prázdná, zbraň bez zásobníku, kohout nenatažen
3 – komora prázdná, plný zásobník ve zbrani, kohout nenatažen
2 – náboj v komoře, plný zásobník ve zbrani, kohout nenatažen
1 – náboj v komoře, plný zásobník ve zbrani, kohout natažen, zapnutá pojistka
0 - náboj v komoře, plný zásobník ve zbrani, kohout natažen, vypnutá pojistka

Některé z těchto druhů připravenosti jsou samozřejmě bezpečnější než druhé. Nemusí záležet jen na okolních podmínkách, ale také na druhu zbraně, kdy pro některé typy zbraní může být bezpečnější jiný stav než pro jiné.

Nejdůležitějším prostředkem jak přežít případnou smrtící konfrontaci ovšem podle Jeffa Coopera není ani zbraň, ani bojové dovednosti. Hlavním nástrojem je doslova „boj myšlení“, jak uvádí mimo jiné ve své knize „Principy osobní obrany“. V kapitole o vědomí Cooper rozlišuje tzv. stavy pohotovosti. Tyto stavy rozlišil na **barevné kódy**. Jeff Cooper uváděl, že se jedná o něco jako je stav mysli a učil, že ta by měla být závislá na stupni možného ohrožení. Mysl by měla být připravená se přesunout z jedné úrovně do druhé v závislosti na okolí a to má člověku umožnit správně zvládnout danou situaci. Cooper netvrdil, že se svým barevným kódovým systémem vynalezl něco nového, ale uváděl, že on byl zřejmě první, kdo tuto problematiku začal směřovat na duševní stav jedince.

Barevné kódy rozdělil takto:

- **bílý** – jedinec nic nečeká a je absolutně nepřipravený. Pokud je jedinec v tomto stavu napaden, potom jediná věc, která ho může zachránit, je nešikovnost útočníka nebo nedostatečný útok.
- **žlutý** – jedinec je uvolněný, ale pozorný. V okolí se nevyskytuje žádná případná hrozba nebezpečné situace. Cooper přímo uvádí, že jedinec je ve stavu, kdy si říká: „Dnes by mohl být den, kdy se budu muset bránit.“
  Jedinec si uvědomuje, že svět je potenciálně nepřátelské místo a je, v případě potřeby, připraven se bránit. Jedinec využívá naplno svůj zrak a sluch a uvědomuje si, že může být den, kdy bude muset střílet. Dle Coopera nemusí být člověk ve žlutém stavu ozbrojen, ale pokud je ozbrojen, měl by být minimálně ve žlutém stavu. Žlutý stav by měl být v neznámém prostředí nebo mezi neznámými lidmi nezbytný. Jedinec ve žlutém stavu by měl mít přehled o informacích z vnějšího prostředí jdoucí ze všech stran (360 stupňů). Ve žlutém stavu pracujeme s okolními informacemi uvolněně, ale pozorně. Cooper o tomto stavu mysli uvádí "Dnes možná budu muset střílet."
- **oranžový** – jedinec je výrazně pozorný. Něco není zcela v pořádku a zasluhuje si zvýšenou pozornost. Mysl zaznamenala konkrétní možnost rizika. Pozornost je zaměřena na to, zda je hrozba klesá, stoupá, apod. Jedincovo

myšlení se přesouvá do stavu "Možná dnes budu muset zastřelit člověka" se zaměřením na konkrétní cíle, které způsobily eskalaci těchto upozornění. V oranžovém stavu je nastavena tzv. duševní spoušť, tzn. připravenost, že pokud někdo udělá „X“ jedinec musí být připraven ho zastavit. Pistole obvykle zůstává v tomto stavu zasunutá do pouzdra. Setrvání v oranžovém stavu může být psychicky náročné, ale je třeba v něm zůstat, dokud je třeba. Pokud se ukáže, že hrozba pominula, může jedinec přejít do žlutého stavu.

- **červený** – červený stav je již samotný boj. Duševní spoušť z oranžového stavu již byla sepnuta a nastává reakce na „X“.
- **černý** – tento stav zařadily některé organizace, přestože ho Cooper ve svém výčtu neuvádí. Jde o katastrofální stav a na něj reagující extrémní mentální a fyzický výkon. Obvykle je u jedince srdeční frekvence více než 175 tepů za minutu. Zrychlená srdeční činnost je ovšem kontraproduktivní. Myšlení ani pohyb nemusí pracovat správně. Tato situace může nastat při přechodu z bílého stavu rovnou do červeného.

Stručně řečeno výše uvedené barevné kódování Jeffa Coopera by mělo pomoci myslet v boji.

Cooper shrnul jednotlivé kódy takto: V bílé jste nepřipraveni a absolutně nečekáte smrtící akci. Pokud jste napadeni v bílém stavu, pravděpodobně zemřete, pokud útočník není úplně neschopný. V žluté barvě přichází srozumění s tím, že život může přinést různá nebezpečí, a že s tímto nebezpečím budeme muset třeba někdy něco udělat. V oranžové barvě jste zjistili konkrétního protivníka a jste připraveni přijmout opatření, která mohou vést k jeho smrti, přesto nejste stále ve smrtícím režimu. V červené barvě jste ve smrtícím režimu a budete střílet pokud to okolnosti dovolí a odůvodňují.

Dále Jeff Cooper sestavil čtyři základní pravidla bezpečné střelby, a to:

- Všechny zbraně jsou stále nabité. Přestože nemusí být, chováme se s nimi tak, jako by byly.
- Nikdy nezakrývat ničím ústí hlavně.
- Držet prst mimo spoušť, dokud není namířeno na cíl.
- Bezpečně identifikovat cíl a vědět co je za ním.

Jeff Cooper napsal mnoho knih o zbraních a osobní obraně. V originálních názvech uvedu jen několik nejznámějších titulů: *Fire Works* (1980); *Another Country: Personal Adventures of the Twentieth Century* (1992); *To Ride, Shoot Straight and Speak the Truth* (1998); *C Stories* (2004).

Jeho dcera, Lindy Wisdom, napsala o svém otci knihu: *Jeff Cooper: the Soul and the Spirit* (1996).

Některé z citátů Jeffa Coopera:

„Osobní zbraně pozvedly lidstvo z bláta, a puška je královnou osobních zbraní.“

„Jeden člověk se mne zeptal, zda souhlasím s tím, že násilí plodí násilí. Řekl jsem mu, že se ze všech sil snažím, aby tomu tak bylo. Byl bych rád – a párkrát jsem to už udělal – aby každý, kdo sáhne po násilí vůči bližnímu, dostal nazpátek mnohem víc, než by mu bylo milé.“

„Neozbrojený člověk může před zlem pouze utéct, ale zlo nelze přemoci útěkem.“

Použité zdroje:

http://en.wikipedia.org/wiki/Jeff_Cooper

http://jeffcooperfoundation.org/news/

http://dvc.org.uk/jeff/aboutjff.html

http://www.frfrogspad.com/cooper.htm

http://cs.wikiquote.org/wiki/Jeff_Cooper