
**O PRZEMOCY I SZTUKACH WALKI – WYWIAD
Z PROFESOREM WOJCIECHEM CYNARSKIM
(ŚWIATOWEJ SŁAWY MISTRZEM SZTUK WALKI,
NAUKOWCEM I PEDAGOGIEM)**

*VIOLENCE AND MARTIAL ARTS – AN INTERVIEW WITH
PROFESSOR WOJCIECH CYNARSKI,
(A WORLD-FAMOUS MARTIAL ARTS MASTER, SCIENTIST
AND EDUCATOR)*

Streszczenie: Walka nie musi kojarzyć się jedynie z brutalnością i przemocą. Może być szlachetną sztuką zwalczania wszelkiego zła, drogą do rozwoju wartościowych cech charakteru, formą skutecznej obrony wielu wartości.

Słowa kluczowe: przemoc, walka, sztuka.

Summary: Fighting does not have to be associated only with brutality and violence. It can be a noble art of combating all evil, a way to develop valuable character traits, a form of effective defense of many values.

Keywords: violence, martial, arts.

Prof. dr Wojciech J. Cynarski is Full-Professor. University of Rzeszow, College of Medical Sciences, Towarnickiego str. 3, PL - 35-959 Rzeszow, Poland



He has been the founder and president (since 1993) of Idokan Poland Association and IMACSSS (International Martial Arts and Combat Sports Scientific Society, since 2010), and is editor of the *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*. He published over 700 scientific works, including his own 17 books (monographs and manuals). His major scientific interests concern sociology (of culture, tourism, sport and leisure), physical culture and pedagogy.

Since 2005 – Professor at the University of Rzeszow, Head of the Chair of Social-Cultural Foundation for Physical Education and Sport, Institute of Physical Culture Studies.

Ex Vice-Dean for Science and International Cooperation.

Prof. zw. dr hab. Wojciech J. Cynarski – Uniwersytet Rzeszowski, Kolegium Nauk Medycznych, ul. Towarnickiego 3, 35-959 Rzeszów

Założyciel i prezydent (od 1993) Stowarzyszenia Idokan Polska oraz IMACSSS (International Martial Arts and Combat Sports Scientific Society, od 2010 r.), wydawca kwartalnika „Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology”. Opublikował ponad 700 prac naukowych, w tym 17 książek własnych (monografii lub podręczników). Jego główne zainteresowania dotyczą – według wykształcenia – socjologii (kultury, turystyki, sportu), kultury fizycznej i pedagogiki.

Od roku 2005 – profesor Uniwersytetu Rzeszowskiego, kierownik Katedry Społeczno-Kulturowych Podstaw Wychowania Fizycznego i Sportu, w Instytucie Nauk o Kulturze Fizycznej.

Były prodziekan ds. nauki i współpracy z zagranicą.

Pytania i odpowiedzi

(pytają: Barbara Czuba i Wojciech Błażejowski)

1. Kto lub co wpłynęło na Pana zainteresowania, a później praktykowanie sztuk walki?

Byłem chudym 13-latkim. Chciałem się wzmocnić, zmęźnić, zdobyć umiejętności samoobrony. Sztuki walki były jeszcze mało znane. Źródłem wiedzy były jedynie artykuły dra Krzysztofa Kondratowicza z *Żołnierza Polskiego*, ja-

kieś książki o samoobronie i *jujutsu*, oraz pirackie kserokopie zachodnich książek, a później także filmy sztuk walki. Najbliższe sekcje i kluby zaczęły powstawać w Rzeszowie. Zanim tam trafiłem, ćwiczyłem już regularnie samemu (indywidualnie) i w gronie kilku kolegów. Nie bez znaczenia był fakt, że mój starszy kuzyn był już wówczas instruktorem *judo* i opowiedział mi kiedyś o bojowym *jujutsu*. On także do dziś uprawia kilka odmian sztuk walki.

2. Jak długo Pan trenuje?

W sumie mija 42 lata regularnych ćwiczeń. Minęły już lata mojego treningu intensywnego, wyczynowego. Teraz pracuję jako trener i *sensei* – nauczyciel, przekazując wiedzę innym. Tę wiedzę zdobywałem m.in. na zagranicznych szkoleniach, głównie w Niemczech i we Francji, ale także w Japonii.

3. Czy od zawsze jest Pan wierny jednej sztuce walki? Czy też te zainteresowania się zmieniały? Jeżeli tak, to z jakich powodów?

Moje pierwsze lata, to było po prostu *karate* oraz elementy *jujutsu* – samoobrony. Następnie przez 8 lat intensywnie trenowałem *Kyokushin karate* – w sekcji AZS Politechniki Rzeszowskiej i w Rzeszowskim Klubie Karate Kyokushinkai. Równolegle, pod kierunkiem wspomnianego wcześniej kuzyna Stanisława – także *judo* i *jujutsu*. Zostałem instruktorem sekcji *karate* przy AZS Politechniki i uzyskałem uprawnienia instruktorskie w *jujutsu* ze stopniem wówczas 1 kyu (brązowy pas). Jednak z powodu dość poważnej kontuzji kolana musiałem zrezygnować z kontaktowego *karate*, jakim jest styl *Kyokushin*. Dzięki kuzynowi i na zaproszenie mistrza Alaina Floquet’a wybrałem się do Francji, gdzie trenowałem przez trzy miesiące. To był rok 1989, rok zmiany systemowej. W krótkim czasie zdobyłem stopnie mistrzowskie w *jujutsu*, *aikibudo* i *kenjutsu* (sztuka miecza) według szkoły *Tenshinshoden Katorishinto-ryu*. Ten mój czarny pas tej XV-wiecznej japońskiej szkoły był pierwszym w tej części Europy. Z kolei – aby uprawiać kompletny system uzupełniających się metod tradycyjnych sztuk walki – trafiłem jeszcze do dwóch mistrzów. Jednym z nich jest dr Roland Maroteaux, także Francuz, który reprezentuje szkołę *Takeda-ryu* (szabla japońska, władanie kijem i walka wręcz). Drugim – niemiecki wielki mistrz (10 dan) *karate* i *jujutsu*, Lothar Sieber. Do monachijskiej szkoły pana Siebera jeżdżę od roku 1992 do dziś. Tu zdobyłem nową wiedzę o *karate*, *jujutsu*, *iaido*, kickboxingu i *kobudo* (tradycyjne bronie). Czyli dla wszechstronności w wyszkoleniu w sztukach walki.

4. Ogólnie wiadomo, że sztuki walki, to nie tylko idealny trening fizyczny, ale niekiedy i psychiczny. Już adepci sztuki zauważają, że o ile nad tym fizycznym można mieć szybciej kontrolę, tak ten psychiczny wymaga

dodatkowo większej siły. Ma to swoje dobre i złe strony. Co powiedziałyby Pan np: rodzicom, którzy zastanawiają się, jaki sport dla ich dziecka byłby odpowiedni? Czy sztuki walki są bardziej kontuzyjne niż inne sporty?

Sztuki walki rozwijają wielokierunkowo. Nie tylko fizycznie wzmacniają najbardziej wszechstronnie spośród wielu odmian kultury fizycznej, ale doskonalą charakter, wzmacniają psychikę, kształtują postawy prospołeczne. Z moich badań wynika, że odmiany wymagające pełnej kontroli stosowanych technik lepiej uczą samokontroli emocjonalnej i obniżają poziom agresywności, niż odmiany pełno kontaktowe. Urazowość jest tu generalnie mniejsza niż w wielu popularnych sportach (piłka nożna, piłka ręczna, narciarstwo).

5. Kto był/jest Pana Mistrzem? To jedna osoba, czy też jest ich wiele?

Pierwszymi moimi instruktorami byli Jerzy Świdorski (karate Kyokushin) i Stanisław Cynarski (judo i jujutsu), który dziś posiada wysoki stopień 9 dan. Później byłem *uchi-deshi* – „wewnętrzny uczeń” – m.in. Alaina Floquet (dziś 9 dan) i Rolanda Maroteaux (także 9 dan). Od roku 1992 moim najważniejszym mistrzem jest Lothar Sieber (10 dan). Od niego lub z jego rekomendacji otrzymałem swoje najwyższe mistrzowskie.

6. Jak Pan sądzi, jaka jest najbardziej znacząca różnica pomiędzy dzisiejszym treningiem sztuk walki, a treningiem odbywanym np.: 20 lat temu? Jak zmieniły się techniki, metody przez te lata?

Przed laty była wielka moda na sztuki walki. Trening był ciężki, wyczerpujący. Pozostawali najmocniej zmotywowani. Trenowaliśmy wyczynowo, kosztem przetrenowania i urazów. Czasem było to w trudnych warunkach (np. techniki rzutów bez profesjonalnej maty). Dziś trening jest najczęściej rekreacyjny, a nieliczni adepci nie są najczęściej skłonni do poświęceń. Natomiast proces treningowy prowadzony jest mniej żywiołowo, z większą dbałością o zdrowie ćwiczących.

7. Czy była jakakolwiek technika sportowa, z którą miał Pan trudności? Jeżeli tak, to jak udało się Panu ją „pokonać”?

Niektóre techniki kopnięć wymagają wykonywania tzw. szpagatu rozkrocznego. Udało mi się to osiągnąć dopiero po wielu latach ćwiczeń – w wieku chyba 23 lat. Z kolei zaawansowane formy z giewnią *naginata* (coś troszeczkę podobne do halabardy) wymagają doskonałej pamięci ruchowej i z tym mam problemy do dziś.

8. Jest Pan autorem ogromnej ilości publikacji, w tym książek. Jaki wpływ na Pana osiągnięcia naukowe miało trenowanie sztuk walki?

Duża część mojego dorobku naukowego wiąże się ze sztukami walki. W szczególności moja praca doktorska i rozprawa habilitacyjna były rezultatem badań sztuk walki, głównie z perspektywy społeczno-kulturowej. W jakimś stopniu w dorobku profesorskim – także. Ta wiedza i praktyczne doświadczenie zadziałały tu bardzo na korzyść, zaprocentowały.

9. Sztuka kojarzy się zwykle z pięknem i dobrem, a walka z bólem, cierpieniem, ranami, śmiercią – złem – jak zatem znaleźć piękno i dobro w walce (walkach)?

Wymiar estetyczny w sztukach walki występuje, ale nie jest konstytutywny. W większym stopniu istotny jest tu aspekt autoekspresji. A sama walka ma być zwłaszcza walką ze złem, z własną słabością, a nie z drugim człowiekiem. Z drugiej strony wojownik jest odwiecznym archetypem, zwłaszcza męskim. Świat bez odwagi i zdolności do poświęcenia byłby mdły, a cywilizacja bez męskiej siły nie mogłaby przetrwać. Każdy z nas ma też prawo do samoobrony. To nie wyklucza dzielnych kobiet.

10. Co jest Pana zdaniem ważniejsze w walce – sukces (bez względu na użyte środki), honor, etyczność, styl, cel?

W sporcie zwycięstwo nieuczciwe nie ma sensu, gdyż sport przestaje być sportem. Natomiast w realnej walce, takiej o życie, mamy prawo użyć wszelkich środków, aby się obronić. To tak, jak mały kraj napadnięty przez dużego sąsiada. Właśnie honor nakazuje stanąć do walki.

11. Jak Pan rozumie (na czym Pana zdaniem polega) tzw. szacunek dla przeciwnika (wroga)?

Tradycje wojowników różnych kultur, ale zwłaszcza rycerstwa chrześcijańskiego i samurajska, wykształciły kody honorowe. Szlachetny rycerz wstydział się i brzydził podstępnego działania. Zwycięstwo dawało chwałę, gdy było dokonane w równej walce. Zostało to zachowane w kanonie etycznym *fair play*.

12. Czy promocja sztuk walki ma sens społeczny?

Sztuki walki (tradycyjnie rozumiane) warto promować dla upowszechniania szlachetnych zasad postępowania, dla kultury fizycznej i zdrowotnej, i dla walorów użytecznych. Te ostatnie dają lepszego potencjalnie żołnierza i sprawniejszego obywatela. Ponadto sztuki walki kształtują postawy tolerancji wobec kultur obcych.

13. Czy mistrz w sztukach walki może w dzisiejszym świecie kryzysu autorytetów stać się idolem młodzieży, ideałem pedagogicznym wychowawców?

Wpływ mistrza może być często większy niż innych nauczycieli lub nawet rodziców. Jednak nie przeceniałbym tego. Byłem dla niektórych moich uczniów kimś w rodzaju zastępczego ojca lub opiekuna. Zwykle jednak po kilku latach młody człowiek pewny swojej siły przestaje być posłuszny i często szuka własnej drogi, popełniając życiowe błędy na własny rachunek. Gdy ten ktoś zrywa kontakt ze swoim *sensei*, nie ma już możliwości oddziaływania. Patrząc jednak bardziej ogólnie – tak, wielu wybitnych mistrzów staje się wciąż autorytetami dla młodych ludzi. Dzięki temu sztuki walki nie przestały inspirować kolejnych pokoleń.

14. Czy każdy może dążyć do mistrzostwa w sztukach walki, bez względu na swe poglądy religijne, społeczne, filozoficzne?

Sztuki walki uprawiają ludzie na całym świecie, zarówno buddyści, taoiści, muzułmanie, chrześcijanie (nawet niektórzy księża) i osoby innych światopoglądów. Generalnie, uprawianie sztuk walki nie jest powiązane z żadną praktyką religijną. Chyba, że mistrz-nauczyciel byłby jednocześnie buddystą i nauczał łącznie sztuki walki i buddyzmu.

15. Co Pana zdaniem powiedziałby na temat sztuk walki (jak by je ocenił) Mahatma Ghandi?

Ghandi zalecał odrzucenie broni, walki i przemocy. Powtórzył on ewangeliczne *non violence*. Pokojowa orientacja jest rozwijana w ideologiach *aikido* (Morihei Ueshiba), *taekwondo* (gen. Choi Hong Hi) i w stylu *Zendo karate Tai-te-tao*, czyli „Drogi ręki pokoju”. Pisałem o tym m.in. tu: Cynarski W.J. (2009), *Sztuki walki: Ido i Idokan*, Koraw, Rzeszów; Cynarski W.J. (2017), *The philosophy of martial arts – the example of the concept of Ido*, „AUC Kinanthropologica”, vol. 53, no. 2, pp. 95–106.

16. Jak Pan rozumie pojęcie filozofia (sztuk) walki?

Filozofia walki jest pojęciem szerszym. Jednak nie zawiera w swym zbiorze desygnatów filozofii sztuk walki. Są one, jako systemy psychofizycznej samorealizacji, więcej niż walką. Nie mieszczą się też w samej tylko kulturze fizycznej, gdyż obejmują cele i wartości sfery duchowej. Należy też rozgraniczyć ideologie różnych szkół i odmian sztuk walki od naukowej refleksji filozoficznej. Czym innym jest też filozofia w krajach Azji Wschodniej, a czym innym europejska, wyrastająca z tradycji starogreckiej. Najkrócej określając, chodzi o rozumienie sensu drogi sztuk walki, jako systemu edukacyjnego, aksjologii tu występującej, specyficznej symboliki, ontologii miejsca, filozofii człowieka uprawiającego sztuki walki, jego transgresji i transcendencji. Porównywałem kiedyś na przykład taoistyczną drogę cnoty z drogą wojownika i filozofią stoicką.

17. Proszę wymienić kilka najważniejszych cech mistrza sztuk walki, po których łatwo Go rozpoznać w grupie ludzi?

To może jest tak, jak z wzorcowym rycerzem. Nikt nie jest doskonały. Zasadniczo jednak mistrz sztuk walki powinien być zrównoważony, raczej łagodnego usposobienia, ale też wykazujący odwagę cywilną i stanowczy, gdy wymaga tego dobro wspólne. Znam wielu mistrzów najwyższej rangi. Są to zasadniczo normalni ludzie, niepozbawieni wad. Ponieważ jednak doszli do tych najwyższych stopni mistrzowskich, co kosztowało wysiłek kilkudziesięciu lat życia, mają zwykle ukształtowane silne osobowości.

18. Czego tzw. przeciętny, szary człowiek może nauczyć się od mistrza sztuk walki?

Może właśnie wytrwałości w dążeniu do celu? Albo, że warto pracować nad sobą, dążąc do szeroko rozumianego perfekcjonizmu.

19. Czego mogą się od Niego nauczyć pedagog, nauczyciel, psycholog?

Myślę, że dobry pedagog, nauczyciel lub psycholog umieją to samo i dużo więcej. Mistrz sztuk walki ma jedynie może więcej praktycznego doświadczenia w relacjach z innymi mistrzami, z uczniami, z innymi ludźmi. Prawdopodobnie lepiej radzi sobie z agresją, własną i obcą, bo potrafi ją ukierunkować, sublimować lub neutralizować.

20. Czy sztuk walki można nauczać w szkole (np. w ramach WF, etyki, innych przedmiotów)?

Jakieś elementy sztuk walki warto wprowadzać zwłaszcza w ramach lekcji wychowania fizycznego. Uczniowie powinni poznać pady i przewroty, co może ich uratować na śliskiej nawierzchni lub w innych szczególnych sytuacjach. Natomiast dla nauczania podstaw samoobrony potrzebny jest kompetentny instruktor. Nie powinno się uczyć dzieci technik niebezpiecznych. To powinien być proces edukacyjny, w którym dziecko dojrzewa do użycia technik sztuk walki, aby ich nie nadużywać; czyli tak, jak w tradycji sztuk walki.