

Od z górą dziesięciu lat rozwija się szybko na całym świecie dyscyplina sportowa do niedawna jeszcze absolutnie u nas nie znana. Mam na myśli karate, które ujrzało w Polsce światło dzienne dzięki garstce młodych ludzi zrzeszonych w warszawskiej sekcji AZS SGPiS.

Karate znaczy „gołe ręce” i nie ma nic wspólnego z dżudo czy jiu-jitsu. Narodziło się w Chinach, ale jego rozwój związany jest nierozłącznie z wyspą Okinawa. Dopiero w pierwszych latach naszego stulecia współczesna Japonia poznała technikę karate, znaną bardziej pod nazwą Okinawa-te (ręce Okinawy), która do tej pory otoczona była wielką tajemnicą.

Legenda głosi, że za dynastii Liang mnich hinduski Bodhy Dharma zawędrował do Chin, gdzie zaczął głosić nauki Buddy. W klasztorze Shaolin-szu, gdzie osiadł, zaprowadził surową dyscyplinę fizyczną. Wkrótce rozeszła się fa-

# Karate czyli „gołe ręce”

ma o nadzwyczaj skutecznych technikach samoobrony mnichów owego klasztoru. Dziś traktujemy ową sztukę walki na gołe pięści za załazek narodowego sportu chińskiego, zwanego kempo.

Okolo 1600 roku cywilna administracja Okinawy, będącej pod panowaniem Chin, została zastąpiona przez administrację wojskową. Okupant zabronił posiadania jakiegokolwiek broni. Potrzeba obrony przed najeźdźcą sprawiła, że mieszkańcy wyspy zaczęli udoskonalać techniki kempo, stając się z biegiem czasu niepokonanymi mistrzami karate. Zdając sobie sprawę z przewagi techniki w walce na gołe ręce, karatecy przez długie stulecie utrzymywali w tajemnicy metody nauczania. Dopiero na początku naszego wieku pierwsi mistrzowie karate rozjechali się do Japonii, a potem stopniowo we wszystkie zakątki świata.

Formę sportową karate zawdzięcza Gichin Funakoshi, który w 1917 roku wystąpił z pierwszym publicznym pokazem karate. Do 1922 roku karate było praktykowane jedynie jako sztuka obrony, bez możliwości umieszczenia go w sportowych ramach. Dopiero Funakoshi udowodnił, że karate może z powodzeniem stać się nową dyscypliną sportową o niepowtarzalnej atmosferze, wyrabiającej siłę woli, prawość, odporność na wysiłek, kształtującą charakter i samokontrolę, która odgrywa największe znaczenie w sportowym karate.

Dokończenie na str. 12

## Karate czyli „GOŁE RĘCE”

Dokończenie ze str. 11

W 1948 roku utworzono Japan Karate Association, w dziewięć lat później rozegrano w Japonii pierwsze mistrzostwa kraju. Od 1966 roku organizowane są mistrzostwa Europy.

Powiedzieliśmy, że sportowe karate to samokontrola. Na czym zatem ona polega? W walce należy przekonać sędziów, że gdyby nie samokontrola przy zadawaniu ciosu, to przeciwnik otrzymałby „uderzenie śmiertelne”, czyli na twarz, szyję lub pierś. Cała sztuka polega na tym, aby błyskawiczny cios, nienaganny technicznie, powstrzymać tuż przed ciałem przeciwnika. W przypadku uderzenia zawodnik atakujący zostaje zdyskwalifikowany.

nie sposób mówić o karate, nie wspominając o jego filozofii. Obserwatora uderza szacunek dla przeciwnika, powaga i koncentracja w trakcie treningu lub zawodów, ten wewnętrzny spokój tak bardzo nie pasujący do nerwowego rytmu naszej epoki.

Warszawska sekcja AZS istnieje dopiero od roku, a pochwalić się już może dużymi sukcesami. Dzięki staraniom Zarządu Środowiskowego AZS wakacyjny obóz prowadził znany zawodnik włoski Isidoro Volpe. We wrześniu dyrektor techniczny Europejskiej Unii Karate, Augusto Basile, przeprowadził kurs szkoleniowy, nadając najlepszym zawodnikom stopnie. Warto by przedstawić pierwszych polskich karateków: Marek Stefaniak 1 Dan i uprawnienie instruktorskie, Lech Drewniak 1 Dan i uprawnienie instruktorskie, Aleksander Trofimow i Jerzy Koszaliński 2 kyu, Jacek Palkiewicz 3 kyu, Jacek Mann 4 kyu, Jacek Cybulski, Jan Kozłowski, Artur Patryka wszyscy 7 kyu. Sekcji przewodniczy red. Jacek Palkiewicz, delegat Międzynarodowej Akademii Karate.

W najbliższym czasie mają się odbyć w Warszawie pierwsze zawody karate z udziałem drużyn zagranicznych. Sekcja AZS została zaproszona do udziału w Międzynarodowym Turnieju Karate w Padwie.

Zanosi się też, że już niedługo przy Polskim Związku Judo powstanie Komisja Karate, której zadaniem będzie propagowanie tej interesującej dyscypliny sportowej.

JACEK E. PALKIEWICZ

