

# Lothar Sieber

---

## Charakterystyka idōkan karate

---

Idō - Ruch dla Kultury : rocznik naukowy : [filozofia, nauka, tradycje wschodu, kultura, zdrowie, edukacja] 2, 26-27

---

2001

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

# Typologia. Charakterystyki systemów, stylów i szkół sztuk walki

*Dla określenia dziedziny wiedzy dotyczącej różnych odmian sztuk walki przyjmujemy termin 'typologia', który odpowiada niemieckiemu 'Stilskunde' (stylistyka?) a dotyczy specyfiki różnych systemów, metod, stylów i szkół walki. Przedstawione w tym dziale charakterystyki stanowią wprowadzenie do bardziej dogłębnych analiz i badań porównawczych w zakresie opisu i typologizacji bogatego w swej różnorodności fenomenu sztuk walki.*

Autorem zamieszczonego niżej tekstu jest wybitny ekspert sztuk walki, shihan Lothar Sieber 10 dan, docent w zakresie medycyny sportu i *Stilkunde* (nauki o stylach, „stylistyki” sztuk walki) w DDBV e.V. w Monachium. Jest światowym liderem *idōkan karate*, a także *zendō karate tai-te-tao* (jako oficjalny *sōke* – sukcesor, spadkobierca).

Recenzentem jest prof. dr hab. Kazimierz Obodyński (dyrektor Instytutu Wychowania Fizycznego i Zdrowotnego UR), który od kilku lat interesuje się i prowadzi (wraz z dr W. J. Cynarskim) badania w zakresie dalekowschodnich sztuk i sportów walki. Prof. Obodyński stwierdził m. in., że „autor w sposób skondensowany przedstawia charakterystykę *idōkan karate* i jako znawca tematu precyzuje niektóre jego elementy”, i ocenił tekst *shihana* Siebera jako bardzo dobry.

LOTHAR SIEBER  
DDBV e. V., Monachium

## Charakterystyka *idōkan karate*

Opracowane przez prof. Wally`ego Straußa (10 dan) *idōkan karate* służy kształtowaniu ducha i ciała. Jego techniki zostały rozwinięte i sprawdzone w celu efektywnej samoobrony. Prof. Wally Strauß uczył się i nauczał przez wiele lat w Chinach i innych krajach azjatyckich. Umiejętności zdobyte przez niego w różnych twardych i miękkich sztukach walki i jego wieloletnie doświadczenie zostały połączone w system *idōkan karate*. W ten oto sposób stało się *idōkan-karate* jedną z najsukuteczniejszych sztuk walki.

Wally Strauß współpracował z mistrzami *wushu*, *qigong*, *taichi*, *karate* okinawskiego i japońskiego, *jūjutsu* i *jūdō*. Tworząc *idōkan karate* czerpał z tych wszystkich sztuk. Powstał więc system, który charakteryzuje się dużą otwartością i realizmem. Daje on każdemu możliwość indywidualnego rozwoju: fizycznego i psychicznego. Nie są też do tego stylu przypisane żadne *kata*, lecz jedynie miękkie i twarde formy wywodzące się z innych stylów (chińskich, japońskich, okinawskich i innych).

Formy są ćwiczone z partnerem według zasady ciągłego ruchu, którą można odnaleźć w każdej akcji i technice tego stylu<sup>1</sup>. W *idōkan karate* akcje są ze sobą ściśle połączone. Zawsze stosowana jest kombinacja technik: obrona – natarcie, uderzenie – kopnięcie; także kombinacje potrójne i kombinacje z wykorzystaniem dźwigni i rzutów. W trakcie ćwiczeń traktuje się atakującego jako partnera, ale też jako wsparcie własnych postępów. Na ulicy natomiast jest on agresorem, którego należy pokonać wszelkimi możliwymi sposobami.

W *idōkan karate* nie organizuje się walki sportowej. Sprzeciwiałoby się to duchowej zasadzie jego techniki, ponieważ w tak mało ważnym starciu partner stawałby się lub też mógłby się stać wrogiem. Uczeń prowadzony w kierunku rywalizacji sportowej dążyłby do zdobycia pucharów i tytułów, a przez to oddalałby się od prawdziwych wartości sztuki walki, którymi są dojrzała szkoła życia i pokojowa osobowość<sup>2</sup>.

Z drugiej zaś strony poddanie się stylowi walki sportowej grozi zmniejszeniem funkcjonalności techniki. *Idōkan karate* rozwija płynne reakcje, dzięki którym w mgnieniu oka możemy atakować punkty vitalne przeciwnika. Reguły sportu zabraniają ataku na ważne anatomicznie punkty (np. podbrzusze, oczy, szyja, stawy). Prowadzi to do nawyku lekceważenia ochrony tych części ciała i zapominania o nich w czasie ataku. W przetrwaniu

<sup>1</sup> W. J. Cynarski, *Techniki in-yang w idōkan karate*, „Karate – Kung Fu”, 1998, nr 4, s. 12-13.

<sup>2</sup> Por.: L. Sieber, *Entstehung des Zen-Do-Karate „Tai-Te-Tao”* [w:] Bachmeier J., Uebrück F., *Zen-Do-Karate Tai-Te-Tao Kata's*, Sanjuro Selbstverlag, Regensburg 1999, s. 10-12.

sytuacji kryzysowej pomaga nie ładny, akrobatyczny sposób poruszania się, lecz prosta, naturalna i efektywna technika.

Techniki *idōkan karate* są naturalne, mocne i szybkie. Koncentrują się na błyskawicznym ataku wymierzonym w najbardziej czułe miejsca przeciwnika (*atemi-waza*). Przy tym istotna jest nie pojedyncza technika, lecz szybko po sobie następujące uderzenia w wiele części ciała agresora. W obronie zalecane są ruchy wymijające i miękkie przybranie pozycji obronnej z gotowością do natarcia. *Idōkan karate* żyje w swoich mistrzach, którzy je nieustannie nadal rozwijają i uzupełniają.

Zasada ciągłego ruchu nie może zostać złamana podczas dalszego rozwoju tej dyscypliny.

*Tłumaczenie z języka niemieckiego: Justyna Zagrodzka. Opracowanie: Wojciech J. Cynarski i Rafał Rżany*



Sihan L. Sieber (10 dan) oraz F. Uebrück w centralnym dōjō stylu zendō karate w Monachium. Fot. W. J. Cynarski.

### **Characteristic of *idōkan karate***

*Idōkan karate* is the system based on many-years experience of prof. Wally Strauss, which studied several martial arts: Okinawan and Japanese *karate*, Chinese *wushu* and *tai-chi*, Japanese *jūjutsu* and others. One of *idōkan karate*'s foundations is the permanent movement rule, that should be kept in each technique and each form.

*Idōkan karate* accentuates cooperation with dōjō-partner and avoids sport competition, because it make students` technique deformed. This style prefers fighting by with lighting speed series of hits and kicks, especially upon most sensitive organs and body parts; also with using throws and mainsprings. This style really lives in its masters, which still improve and develop it. But the permanent movement rule cannot be broken any time.