

# Norbert Wójtowicz

---

## In pursuit of perfection

---

Idō - Ruch dla Kultury : rocznik naukowy : [filozofia, nauka, tradycje wschodu, kultura, zdrowie, edukacja] 2, 40-45

---

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.

Autorem artykułu jest mgr Norbert Wójtowicz, doktorant w IH UW<sup>r</sup>., z wykształcenia historyk i teolog. Z systemem opracowanym przez Young Ku Yun'a po raz pierwszy zetknął się na początku 1996 roku. Jest współautorem książki „Combat Kalaki. Alternatywna sztuka walki wywodząca się z tradycji wojowników filipińskich” (red. J. Nycek, Olejnicza 2002).

Pracę zrecenzował prof. zw. dr hab. Zbigniew Kravczyk (AWF Warszawa), oceniając pozytywnie, jako „artykuł informacyjny o założeniach filozoficznych i aksjologicznych sztuki walki mistrza Yun'a – teoretyka i praktyka Yun Jung Do.”

NORBERT WÓJTOWICZ

Instytut Historyczny, Uniwersytet Wrocławski

## In pursuit of perfection\*

„Przybyliśmy z Australii, aby pokazać historię sztuki walki, która być może stanie się waszym systemem życia” – tymi słowami Grandmaster Young Ku Yun rozpoczął swój wykład podczas seminarium które miało miejsce w Oleśnicy 7 maja 1995 [kad 1995]. Wielu z tych, którzy zetknęli się z Mistrzem Yun'em mogłoby powtórzyć, iż „pokazał nam sztukę walki z zupełnie innej strony” [Dziedzic K. 1997, s. 17]. Często moment pierwszego kontaktu z Yun Jung Do oceniali oni jako wyraźny przełom w tym co dotychczas robili. W tej sytuacji nie można nie zadać sobie pytania: kim jest ten człowiek i czemu ktoś miałby przyjąć propagowany przez niego system za swój? Ba, co więcej, dlaczego ktoś miałby uznać ten system za „system swojego życia”?

Posiadający obecnie 9 dan Mistrz Yun ćwiczy sztuki walki od blisko 50 lat<sup>1</sup>. Zaczął trenować w 1953 roku w wieku 12 lat, kiedy to za sprawą swego brata Suk Keun Yun'a trafił na zajęcia Tae Kwon Do. W 1964 roku, podczas służby w Armii Koreańskiej, otrzymał on propozycję otwarcia pierwszej szkoły TKD. W latach 1966–1986 w imieniu International Tae Kwon Do Federation zakładał szkoły w Australii, Nowej Zelandii, Hong-Kongu, Tajlandii, Malesji, Papui Nowej Gwinei, Fidzi, na Wyspach Salomona i Wyspach Cooka. W ponad dwudziestoletnim okresie działalności w ITF Young Ku Yun pełnił m.in. funkcje: przewodniczącego Komitetu ds. Techniki, Przewodniczącego Komitetu ds. Scalania i Rozwoju, przewodniczącego Połączonego Komitetu, członka wykonawczego Rady Dyrektorów oraz był głównym reprezentantem ITF dla regionu Oceanii. W 1987 roku, ku zaskoczeniu wielu dotychczasowych współpracowników, oficjalnie wystąpił z organizacji, by, jak podkreśla, „szukać stylu, który byłby logiczny, efektywny, wolny od ingerencji polityki i zachowujący w pamięci prawdziwie filozoficzne aspekty autentycznej sztuki” [Yun Y.K. 1997b, s. VII]. W trzy lata później wylansował nowy system Yun Jung Do, co należy tłumaczyć jako – „Pierwsza Droga Prawdy”. System ten stosunkowo szybko znajduje zwolenników w wielu krajach m.in. w Nowej Zelandii, Fidzi, Nowej Gwinei, na Wyspach Salomona, w Sri Lance, Indonezji, Filipinach, Indiach, Katarze, Zjednoczonych Emiratach Arabskich, Wielkiej Brytanii, Irlandii i Niemczech [Nycek 1997b, s. 41; Nycek 1997a, s. 26], a w 1995 roku pojawił się również w Polsce [kad 1995; Dziedzic S. 1995; Bogucki, Nycek 1995; Nycek 1998a, s. 20]. Aktualnie koordynatorem tego systemu w Polsce jest Maciej Bogucki, zaś funkcję przedstawiciela Y.J.D. na Europie pełni również Polak Artur Zdrzałka [Teodorczyk 2001a, 2001c].

„Jednym z najważniejszych problemów, jakim sztuki walki muszą stawić czoła dzisiaj jest rosnący nacisk na ilość – kosztem jakości. Nic tego jawniej nie okaże jak rosnąca ilość bardzo niskiej jakości instruktorów i obniżenie się standardów na całym świecie. Ale jeszcze smutniejsze jest, że można zaobserwować rosnącą akceptację tego faktu, jako że instruktorów wielkiego kalibru spotkać można coraz rzadziej” – czytamy zaraz na wstępie „The Human Art” [Yun Y.K. 1997b, s. 4; Yun Y.K. 1998b, s. 11]. Myśl ta nie jest może niczym odkrywczym, bo przecież, jak podkreślał w jednym ze swoich artykułów Janusz Szymankiewicz

\* (Ang.): W dążeniu do perfekcji

<sup>1</sup> Dane biograficzne w oparciu o: Yun Y.K. 1997b, s.VI-VII; Nycek J. 1999, s.33; oraz ścieżkę dźwiękową propagującą system kasety video „Yun Jung Do – A Man of Inspiration”.

„od początku lat siedemdziesiątych istotę szkoły zdominowała pogoń za coraz to wyższym »numerkiem« noszonego pasa” [Szymankiewicz 1997, s. 16-18]. Tym niemniej warto na nią zwrócić uwagę w sytuacji, gdy widzimy wyraźnie, iż zjawisko to krytykowane coraz bardziej zdecydowanie przybiera na sile. Nie bez powodu w liście jednego z czytelników do redaktora naczelnego Magazynu Sztuk Walki „Samuraj” czytamy pełne niepokoju wyznanie: „Zdecydowałem się »na stare lata« na uprawianie sztuki walki z natury rzeczy nie dla sukcesów sportowych, ale dla korzyści własnych – dla zdrowia i osiągnięcia wewnętrznej równowagi. Z tego punktu widzenia powinno mi być obojętne czy publicznie reklamuje się prawdziwy mistrz, czy fałszywy prorok. Jednakże moja druga natura – natura pedagoga – wychowawcy nie pozwala mi przejść obok tego problemu obojętnie, bo nie jest bez znaczenia kto przyciągnie do siebie najmłodszych czytelników »Samuraja«, kto będzie ich wychowywał: mistrz – czy cwaniak szarlatan, a tak się jakoś w dzisiejszym świecie dzieje, że najgłośniejsi, najbardziej atrakcyjni z pozoru są ci drudzy” [Gliński 1999, s. 14].

„Niestety, większość obecnie praktykujących sztuk walki nie zdaje sobie nawet sprawy z tego rosnącego dylematu” – podkreśla Mistrz Yun [Yun Y.K. 1997b, s. 4; Yun Y.K. 1998b, s. 11]. Winą za to obarcza m.in. tradycyjny system oparty na niepodważalnym autorytecie nauczyciela. Podkreśla on, iż dzisiaj „wraz ze wzrostem komercjalizacji światowy standard zaczął spadać, kiedy instruktorzy o bardzo niskiej wiarygodności wkroczyli na arenę” [Yun Y.K. 1997b, s. 2; Yun Y.K. 1998a]. Tradycyjne podejście do autorytetu mistrza napotyka więc coraz częściej na barierę nie do przebycia. Problem ten jest dodatkowo zaciemniany przez „pośredniej klasy instruktorów, którzy wołają przymknąć oko na sytuację bardziej we własnym interesie niż w interesie studentów” [Yun Y.K. 1997b, s. 5; Yun Y.K. 1998b, s. 12]. Niejednokrotnie wiąże się to z sytuacją, o której wspominał Jacek Wysocki, pisząc: „Czasami czytałem o stażu, który prowadził pan X z Belgii czy Francji z tytułem SOKE z 9 danem. Z dobrze poinformowanych źródeł wiem, że 5 lat wcześniej miał 2 dan nadany przez mojego kolegę, odszedł z jego organizacji i nadał sobie 9 dan, tworząc swoją szkołę walki. Tak się często zdarza” [Wysocki 1999, s. 32]. Pisząc o powszechnej „danomanii” Ryszard Józwiak użył węższ, nieco złośliwego, określenia „mistrzowie naDANI przez sołtysa” [Józwiak 1999, s. 11]. W tej sytuacji Grandmaster Young Ku Yun zauważał „smutne, ale wielu studentów zostało przyciągniętych powabem czarnego pasa” [Yun Y.K. 1997b, s. 2; Yun Y.K. 1998a]. Swego rodzaju symbolem owej degradacji czarnego pasa miało w zamierzeniu Mistrza Yun’a stanowić oznaczenie tym kolorem najwyższego stopnia uczniowskiego. W Yun Jung Do pas mistrzowski jest barwy szarej. Grandmaster argumentował tę zmianę w słowach „jedyną w swoim rodzaju cechą systemu pasów w Yun Jung Do jest szary pas, który ustanawia nowe standardy wiarygodności i szacunku. W przeciwieństwie do haniebnej eksploatacji i komercjalizacji Czarnego Pasa w sztukach walki, Szary Pas służy jako ciągłe przypomnienie o potrzebie jakości, a nie ilości” [Yun Y.K. 1997b, s. 404].

Propagując swój system Mistrz Yun gorąco pragnie wykreślić spośród jego określeń słowo sport. Nie chodzi tu bynajmniej o próbę przeciwstawiania sobie sportu i sztuki walki, lecz o wskazanie, że nie o samą walkę tu chodzi. „Tak długo jak będziemy kontynuować promocję obrazu »sporty walki« – pisze – opinia publiczna nie przestanie postrzegać sztuk walki jako zaledwie walczące narzędzie, oparte na fizycznej agresji i współzawodnictwie” [Yun Y.K. 1997b, s. 8; Yun Y.K. 1998c, s. 33]. Uważa on, że w związku z tym w nowoczesnych systemach należy odejść od jakichkolwiek turniejów i zawodów [Yun Y.K. 1997b, s. 28], gdyż to one „zamiast promować ducha miłości i opieki, aktywnie popierają ducha agresji i nienawiści. [...] One nie robią nic poza podżeganiem gwałtowności pomiędzy ludźmi” [Yun Y.K. 1997b, s. 9; Yun Y.K. 1998a]. Tymczasem, wskazuje, coraz więcej ludzi poszukuje nie tyle samej walki, co raczej pełnego systemu wspartego na filozofii, która „powinna propagować autentyczną troskę i miłość do istot ludzkich, a nie tylko zachęcać do agresji i ciągłej chęci bycia zwycięzcą” [Yun Y.K. 1997a, s. 24; Yun Y.K. 1997b, s. 18]. Young Ku Yun określił swój system mianem „sztuka człowieczeństwa”, a nie „sztuka walki”, gdyż jak

podkreśla „Yun Jung Do jest sztuką całościowego rozwoju człowieka. Jest to dokładnie przygotowany program rozwijający fizyczną, mentalną, emocjonalną i duchową stronę wraz z ostatecznym celem wzbogacenia i podniesienia poziomu życia” [Yun Y.K. 1997a., s. 24; Yun Y.K. 1997b, s. 18, 23; Nycek 1997a, s. 28].

W niektórych wschodnich systemach walki można spotkać się z opinią, że np. „karate nie jest sportem, a raczej sztuką zabijania” [Chmielewski 1999, s. 37]. Young Ku Yun wskazuje, że również Yun Jung Do nie jest sportem. W jednym z wywiadów mocno podkreślał – „to nie jest sport, to jest sztuka, to jest rozwijanie własnej osobowości i doskonalenie wewnętrzne, duchowe” [Dziedzic S. 1995]. System ten daleki jest od wszystkiego co można by próbować określić mianem „sztuki zabijania” jako że „praktykujący Yun Jung Do nie trenują z celem bicia innego praktykującego. Nie ma zwycięstwa w zniszczeniu pewności siebie przeciwnika” [Yun Y.K. 1997b, s. 29]. Young Ku Yun wskazuje, iż „zaletą Yun Jung Do jest unikalny bezkontaktowy i bez współzawodnictwa system nauczania, który pozwala studentowi uczyć się efektywnej samoobrony bez zagrożenia i obawy uszkodzenia ciała” [Yun Y.K. 1997b, s. 20]. Podczas pierwszego pobytu w Polsce w 1995 roku Grandmaster zaprezentował swój system również policji i wojsku. Wspominając to zauważał m.in. „Sam byłem kiedyś żołnierzem, a obecnie wśród moich uczniów są także policjanci. Na Wyspach Salomona byłem instruktorem w akademii policyjnej, w której bez zastrzeżeń zaakceptowano moją sztukę. Policjanci mają mocno ograniczone prawa w stosowaniu przemocy, zwłaszcza uszkodzeń ciała, obrażeń. Moja sztuka daje im możliwość unieszkodliwienia przestępcy bez powodowania urazów, co oleśnickim policjantom bardzo się podobało” [Dziedzic S. 1995]. Wprowadzenie przez Mistrza Yun’a takiej właśnie formy treningu wiąże się z tym, że jak podkreśla „ciało nasze jest świątynią duszy i powinno być traktowane z największą troską, miłością i szacunkiem” [Yun Y.K. 1997b, s. 80]. Ale Grandmaster Young Ku Yun idzie dalej i w szacunku do tej świątyni wskazuje – „zerwij z przyzwyczajeniami, które są szkodliwe dla twojego zdrowia, jak np. palenie, picie, odpoczywanie i spanie w nieodpowiednim wymiarze godzin i nieregularne ćwiczenia” [Yun Y.K. 1997b, s. 80].

Wskazywana powyżej bezkontaktowość Yun Jung Do wiąże się z tym, że system ten „kładzie raczej nacisk na współzawodnictwo z samym sobą, niż z przeciwnikiem” [Yun Y.K. 1997b, s. 22]. Mistrz Yun podkreśla z naciskiem, że „współzawodnictwo w mojej sztuce to walka z samym sobą, z własną słabością” [Dziedzic S. 1995]. Jest to niezwykle istotny element. Dzisiejszy człowiek niejednokrotnie próbuje skwitować wszelkie swoje niedociągnięcia stwierdzeniem, że przecież inni robią jeszcze gorzej. Tu szkoła jest zupełnie inna. „Celem Yun Jung Do jest uczynić maksymalnym twój własny potencjał, więc spróbuj zrobić wszystko co w twojej mocy” (Wstęp do druku pytań egzaminacyjnych Y.J.D.). Nie jest ważne co robią inni, lecz to co ty robisz. Ważne jest jaki byłeś wczoraj, a jaki jesteś dzisiaj, co już osiągnąłeś, a co jeszcze pozostało ci do zrobienia. W Yun Jung Do nie chodzi o to by być lepszym od innych, lecz by być lepszym niż było się wczoraj. Podkreśla się więc nieustannie, że „twoim największym rywalem nie jest inna osoba lecz ty sam” [Yun Y.K. 1997b, s. 28, 34; Nycek 1997b, s. 41].

Propagowany od dziesięciu lat system Yun Jung Do, bazujący na przeświadczeniu, że „sztuki walki powinny być dla wszystkich ludzi niezależnie od ich płci i wieku” [Yun Y.K. 1997b, s. 30]. Tworząc swój system Mistrz Yun podkreślał, że ta nowa sztuka „jest dostępna dla wszystkich, w każdym wieku. Nie ma w niej zbędnych ruchów, jest prosta, efektywność, delikatność i ekskluzywność” [Dziedzic S. 1995, s. 19]. Propagując możliwość realizacji w tym systemie własnej potrzeby ruchu bardzo mocno akcentuje on fakt, że „nawet jeśli ma się 90 lat, to dobry czas żeby zacząć” [kad 1995]. Jan Nycek mówiąc o nim zauważał, iż „jego marzeniem jest aby pewnego dnia przyjechała na trening 80-letnia osoba na wózku inwalidzkim i zapisała się na zajęcia” [Nycek 1998b]. Niezależnie jednak od tych marzeń nie sposób nie zauważyć, że niejednokrotnie w seminariach Yun Jung Do obok nastolatków biorą również osoby 60-70 letnie [Bogucki, Nycek 1995, s. 10; Teodorczyk 2001b, s. 15]. Tak duża różnica wiekowa w niczym nie przeszkadza tym osobom, by wykonywać wspólne ćwiczenia dostosowane do możliwości każdego z nich.

Grandmaster mówiąc o celach przyświecających adeptom wskazuje – „praktykujący trenują ponieważ chcą wyzwania i popchnięcia ich samych ku nowym wspanialszym poziomom osiągnięć” [Yun Y.K. 1997b, s. 29]. Prowadząca na te poziomy drogą jest w przypadku każdego jego drogą indywidualną. „Ludzie trenujący w klubach Yun Jung Do nie czują się zastraszeni, ponieważ nacisk położony jest na całkowity rozwój ich samych. Zachęceni są do uczenia się na ich własnym poziomie oraz w ich własnym tempie” [Yun Y.K. 1997b, s. 31; Nycek 1997a, s. 28]. Podkreśla się przy czym, że „nieważne czy robisz szybki czy wolny postęp” (Wstęp do druku pytań egzaminacyjnych Y.J.D.). Nie jest to ważne gdyż „ostateczne zwycięstwo i osiągnięcie stanu samodoskonalności nie jest tak ważne, jak nasz rozwój w dążeniu do tego celu. Czego się uczymy, jak bardzo wzrastamy i kim stajemy się jako ludzie w tym procesie, jest kluczem w odkrywaniu celu i kierunku naszego życia” [Yun Y.K. 1997b, s. 34]. Dlatego też „naucz się akceptować siebie samego takim, jakim jesteś i postaraj się stworzyć lepszego siebie na tym fundamentcie” [Yun Y.K. 1997b, s. 64].

„Yun Jung Do jest oparte na mojej osobistej wierze, że sztuka walki powinna koncentrować się na indywidualnym rozwoju człowieka. Ostatecznym celem jest wydobyc i rozwinąć pozytywne wartości każdego z nas. Są to: samodyscyplina, cierpliwość, współczucie, pokora, wewnętrzny spokój i ciągła motywacja w pozytywnym mentalnym rozwoju” – czytamy w „The Human Art.” [Yun Y.K. 1997a., s. 24; Yun Y.K. 1997b, s. 19]. Young Ku Yun podkreśla, że w przypadku dzieci system ten „pomaga wzmocnić rozwój dyscypliny, pewności siebie, dobrego dostosowania społecznego, siły moralnego i umysłowego charakteru oraz umiejętności koncentracji, wraz z praktyczną umiejętnością samoobrony i promocją dobrego zdrowia” [Yun Y.K. 1997b, s. 38]. Wskazuje on, że „ćwicząc Yun Jung Do nie tylko ulepszysz swoje zdrowie fizyczne, ale również duchowe i umysłowe. Yun Jung Do oferuje ci lepszą dyscyplinę, koncentrację, siłę, sprawność fizyczną i czujność umysłu” [Yun Y.K. 1997b, s. 160]. Ten aspekt psychiczny treningu jest bardzo ważny, gdyż Mistrz Yun podkreśla z naciskiem, że „jednym z założeń mojej sztuki jest wytworzenie w człowieku pewności siebie, przekonania, że niekiedy nawet w sytuacjach skrajnych może obyć się bez walki. Jest to także kwestia trenowania własnej psychiki” [Dziedzic S. 1995].

„Sztuka człowieczeństwa” to w szerszej perspektywie również sztuka życia w społeczeństwie. W dzisiejszych czasach „potrzebujemy zbudować świat oparty na silnej kulturze moralnej i odpowiedzialności. Nasze indywidualne zobowiązania jako członków społeczności nigdy nie były tak pilne” [Yun Y.K. 1997b, s. 43]. W związku z tym „jako istoty ludzkie powinniśmy podtrzymywać w nas wszystkich dary troskliwości, uwagi, przywiązania, uznania, modlitwy i miłości. Poprzez okazywanie innym tych cennych darów, w zamian będziemy tysiącrotnie wynagrodzeni większym spokojem wewnętrznym, zadowoleniem i zrozumieniem prawdziwego znaczenia szczęścia” [Yun Y.K. 1997b, s. 84]. Stąd też Young Ku Yun wskazuje ćwiczącym, że „poprzez zrozumienie sztuki i jej filozofii, praktykujący Yun Jung Do posiada ciągle wyzwanie w rozszerzaniu swych horyzontów. Kulturowane są zarówno wiedza i praktyka, jak i najwyższe zasady etyki i moralności” [Yun Y.K. 1997b, s. 34]. We wszystkich publicznych wypowiedziach stara się on akcentować fakt, iż „moja sztuka uczy nie tylko sprawności fizycznej, ale i pewnych zasad etycznych – jak być dobrym człowiekiem” [Dziedzic S. 1995].

Grandmaster Yun podkreśla, że „jako dyscyplina Y.J.D. podąża za tradycyjnymi zasadami sztuk walki” choć od razu zaznacza, że znacznie od nich odbiega [Yun Y.K. 1997a, s. 24.; Yun Y.K. 1997b, s. 18; Nycek 1998c, s. 11]. Istotnie jest to system już u swoich korzeni dostosowany do mentalności zachodniej. „Gdy uczyłem w krajach azjatyckich, podejście do sztuk walki było inne, ludzie po prostu byli posłuszni i naśladowali instruktora. Styl życia ludzi Zachodu jest odmienny, zaczęli zadawać pytania. Niegdyś odpowiadałbym »To niegrzecznie pytać mnie o wszystko. Nie zadawajcie pytań dopóki to ja was nauczam«. Ale przemyślałem to: »Nie, przecież oni zadają logiczne pytania, a ja muszę dać im logiczną odpowiedź«” [Nycek 1997b, s. 41]. Dziś Young Ku Yun podkreśla więc, że propagowane

przez niego Yun Jung Do jest „australijską sztuką walki”. Podczas gdy w tradycyjnych systemach mamy niejednokrotnie do czynienia z niepodważalnym autorytetem mistrza Young Ku Yun wskazuje: „jako praktykujący nie powinniśmy ślepo naśladować swoich instruktorów jedynie przez wzgląd na tradycję” [Yun Y.K. 1997b, s. 26]. Podejście takie, choć nie wyklucza oczywiście podążania za mistrzem, kładzie nacisk na to by nie było to ślepe naśladowanie, a raczej czerpanie z wzorców, które na to zasługują. Nie bez racji Józef Pietras mówiąc o karate zauważał, że „źle interpretowane przez instruktora, na pewno nie pomoże uczniom szukającym oparcia i wzorca do naśladowania” [KKF 1998, s. 4].

„Jest wiele spraw, sytuacji, które chcielibyśmy zmienić, ale wmawiamy sobie, że to niemożliwe, że nie teraz, że nie pora. Ale kiedyś trzeba rzucić wyzwanie i zacząć. Światu przemocy też musimy wypowiedzieć zdecydowaną walkę. Ważną rolę mają do odegrania media. Ludzie wiedzą co jest złe, a co dobre, tylko trzeba ich zachęcić, mobilizować do działania” – wskazywał Mistrz Yun [Dziedzic S. 1995]. Jego system to swego rodzaju szkoła życia. Podczas prowadzonych przez niego seminariów, popołudniowe treningi techniczne poprzedzane są przez przedpołudniowe wykłady dotyczące m.in. „potrzeby powrotu do uniwersalnych wartości moralnych, tzn. miłości, troski i ochrony wszystkich istot, a także ich stosowania w życiu codziennym” [Michalak 1997]. W tym co mówi i czego naucza nie ma może nic odkrywczego, ale też i nie stara się on o to, zdając sobie sprawę, że „ludzie wiedzą”. Swoją działalnością stara się jedynie „zachęcać, mobilizować do działania” i chyba w znacznym stopniu mu się to udaje. „Yun Jung Do stawia sobie perfekcję i rozwój indywidualny na pierwszym miejscu” podkreślał Artur Zdrzałka [Teodorczyk 2001c]. Napis „In Pursuit of Perfection” widnieje na naszywce każdego adepta, bo pełne trenowanie Yun Jung Do jest właśnie dążeniem do perfekcji.

#### BIBLIOGRAFIA

1. Bogucki M., Nyeck J. (1995), *W krainie kangurów*, „Panorama Oleśnicka”, nr 43, s. 9-10.
2. Chmielewski D. (1999), *Sport czy filozofia życia?*, „Nie z tej ziemi”, nr 1(100), s.34-37.
3. Dziedzic K. (1997), *Jak zostać mistrzem*, „Panorama Oleśnicka”, nr 8, s. 17-18.
4. Dziedzic S. (1995), *Walka i filozofia. Rozmowa z przebywającym w Oleśnicy mistrzem sztuki walki yun jung do Young Ku Yun*, „Panorama Oleśnicka”, nr 21, s.19.
5. Gliński A. (1999), [List do Redaktora Naczelnego Magazynu Sztuk Walki „Samuraj”], „Samuraj”, nr 3 (23), s.14.
6. Józwiak R. (1999), *Rycerze i rabusie*, „Samuraj”, nr 2(22), s.11-12.
7. kad (1995), *Walka to sztuka*, „Panorama Oleśnicka”, nr 20, s. 20.
8. KKF (1998), *Karate – szkoła charakteru. Wywiad z sensei Józefem Pietrasem*, „Karate Kung Fu”, nr 5 (31), s.3-4, 6.
9. Michalak S. (1997), *Seminarium Yun Jung Do*, „Samuraj”, nr 5(14), s.27.
10. Nyeck J. (1997a), *Dokąd zmierzają sztuki walki? Wywiad z Wielkim Mistrzem, Young Ku Yun – twórcą Yun Jung Do*, „Samuraj”, nr 5(14), s.26,28.
11. Nyeck J. (1997b), *Jak powstało Yun Jung Do*, „Samuraj”, nr 3(12), s.41-42.
12. Nyeck J. (1998a), *Początki Yun Jung Do w Polsce*, „Samuraj”, nr 1(15), s.20-21.
13. Nyeck J. (1998b), *To już czwarta wizyta*, „Panorama Oleśnicka”, nr 45, s.19.
14. Nyeck J. (1998c), *Yun Jung Do Sztuka Człowieczeństwa*, „Samuraj”, nr 2(16), s.11-12.
15. Nyeck J. (1999), *Yun Jung Do – Sztuka Człowieczeństwa*, „Samuraj”, nr 4(24), s.33.
16. Szymankiewicz J (1997), *Mistrz – Uczeń w tradycji Kung Fu*, „Karate Kung Fu”, nr 5(26), s.16-18.
17. Teodorczyk J. (2001a), *Mistrzowie Y.J.D. w Seulu...*, „Samuraj”, nr 4(36), s.8.
18. Teodorczyk J. (2001b), *W dążeniu do perfekcji...*, „Samuraj”, nr 3(35), s.14-15.
19. Teodorczyk J. (2001c), *Wywiad z Mistrzem Arturem Zdrzałką (IV dan)*, „Samuraj”, nr 5(37), s.11.
20. Wójtowicz N. (2001), *„Sztuka człowieczeństwa” w myśli Grandmaster Young Ku Yun’a [w:] Aksjologia sportu*, red. Z. Dziubiński, Warszawa, s.281-285.
21. Wysocki J. (1999), *Hierarchia w sztukach walki*, „Samuraj”, nr 1(21), s.32.
22. Yun Y.K. (1997a), *Co to jest Yun Jung Do*, „Samuraj”, nr 4(13), s.24-25.
23. Yun Y.K. (1997b), *Yun Jung Do. The Human Art*, Brisbane.
24. Yun Y.K. (1998a), *Yun Jung Do. Sprawy, jakim musimy stawić czoła*, „Samuraj”, nr 3(17), s.11.
25. Yun Y.K. (1998b), *Sprawy, jakim musimy stawić czoła. Cz. II*, „Samuraj”, nr 4(18), s.11-12.
26. Yun Y.K. (1998c), *Sprawy, jakim musimy stawić czoła. Cz. III*, „Samuraj”, nr 5(19), s.33.

### **In pursuit of perfection**

Yun Jung Do is a modern system created in 1990, which according to its founder should be recognized not only as a martial art but also as a way of human development. From this reason Grandmaster Young Ku Yun called YJD “the human art” in contrast to many “martial arts”. There are many things or situations, which we would like to change but we persuade ourselves that it is impossible or not right time has come. But someday we have to begin and challenge. We have to fight against world of violence. The media are also playing important role. People know what is good and what is wrong but they must be encouraged to actions- was pointed out by master Yun. His system is a kind of school of life. Perhaps there is nothing new in what Yun says or teaches but he even doesn't pretend accepting that “people know”. In his activities Yun only try's to encourage and stimulate for action and one may say that in significant extend is doing well. Inscription “In Pursuit of Perfection” which is visible on YJD emblem indicates students attitude to training because this is full meaning of this art.