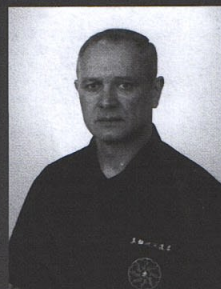


Shinyo shinden-ryu

Shinyo shinden to jedna z pierwszych w Polsce rodzimych szkół jujutsu opartych na Nihon koryu bujutsu. Jej główną specyfikacją jest yawara, ale adepci stylu szkolą się także w battojutsu (iaijutsu i kenjutsu), bojutsu, hojojutsu, tantojutsu i taiho yawara (ostatni dział to wydzielony zakres technik przeznaczonych dla osób zawodowo zajmujących się bezpieczeństwem, np. przedstawiciele służb mundurowych). W szkole poznaje się metody władania kilkoma rodzajami broni: uchigatana, kodachi, bo, hanbo, manriki, nawa, tanto. Techniki ćwiczone są w formach kata i kumite, zarówno z bronią jak i bez broni. Część form kata służy wyłącznie do zachowania pewnej tradycji i dziedzictwa koryu, natomiast inne stanowią podstawę do niezliczonych scenariuszy mogących zaistnieć w realnej sytuacji.

Podobnie jak w innych systemach, tak i w shinyo shinden ocenia się umiejętności ćwiczących. Istnieje pięć poziomów wyszkolenia, jednak bez analogii do powszechnie stosowanych stopni kyū i dan. System opiera się na prostych technikach zmierzających do znutralizowania przeciwnika poprzez atak na jego system nerwowy, przy czym każde działanie opiera się na trzech podstawowych zasadach: wychyleniu i kontroli. Oczywiście, każda z tych zasad obejmuje wiele różnych zachowań i działań, jak chociażby specyficzne kuzushi, uderzenia dłonią, ućski oraz blokki, ale są to już elementy, które poznaje się podczas treningu. Shinyo shinden różni się dość znacznie od pozostałych szkół jujutsu czy też modych ostatnio systemów combat. Nie jest także nastawiony na rywalizację sportową.

Treningujący mają do czynienia z różnymi formami sparingu, również w parterze, jednak podstawowa metoda treningu opiera się na koordynacji rąk i odpowiednich wychyleniu ciała przeciwnika (ku-



Założycielem szkoły shinyo shinden jest Eryk Murlowski (shodai soke, godan yawara). Jej początki sięgają 1991 roku, kiedy na grupowaniach jujutsu w Sosnowcu i we Wrocławiu, a następnie w Bielsku-Białej prowadzonych przez Eryka Murlowskiego zostały po raz pierwszy zaprezentowane formy kata Nihon jujutsu oraz techniki hojojutsu. Dopiełaniem były wtedy techniki yawara oraz formy battojutsu ze stylu Toyama.

Kolejne lata to dalsze poszukiwania, próby zdefiniowania systemu oraz opracowania jego podstaw, m.in. na podstawie materiału ze szkół Yoshin, Shidare Yamagi, Hontai Yoshin, Nakamura, Toyama, a nawet Ikkko. Zdecy-

dowanie jednak główną bazą szkoły jest widać pochodząca w prostej linii od Terry'ego Wingrova a i jego nauczyciela dr Kinbeia Sato. Pełne skodyfikowane zasady systemu nastąpiło dopiero na przełomie lat 2008/9 po powrocie Eryka Murlowskiego z Japonii. Podstawą było dwadzieścia pięć lat doświadczenia w treningach i nauczaniu jujutsu oraz ponad dwadzieścia lat studiowania yawara pod okiem hanishi Terry'ego Wingrova.

Shinyo shinden nie jest kolejnym z wielu systemów opartych wyłącznie na połączeniu wybranych technik judo, samobrony i karate, w których zastosowano przeniesienie nazwy z tychże systemów oraz zawiłe wymagania egza-



Jedną z klasycznych form obrony przed obchwytem tułowia z tyłu. Polega na wykonaniu dzwigni na nadgarstek, następnie dzwigni na łokieć, założeniu klucza na ramię i zablokowaniu ruchów napastnika poprzez odpowiednią kontrolę jego szyi. Bardzo ważnym elementem jest odpowiednia synchronizacja: wychylenia, prawidłowo wykonanego obrótu ciała i zachowania przez broniącego się równowagi.



minacyjne na stopnie kyū i dan. Wiele dziesiętych szkół bazujących na takich założeniach daje swoim adeptom możliwość „rozwoju umysłu i ciała”, jednak głównie dla potrzeb rozwoju własnego ego i zadziwiania reszty widzów nie obeszanych ze sztukami walki.

Szkola Shinyo shinden działa w ramach Centrum Kobido Kenkyukai, a jej główne dojo Sakura-no Yama mieści się w Chrzelicach. Główni instruktorzy szkoły i najstarsi uczniowie Eryka Murlowskiego to Waldemar Pschemis (go-mokuroku) i Robert Bober (go-mokuroku), którzy włożyli w budowę nowego systemu wiele wysiłku, energii oraz sporą dawkę wyrzeczeń i bólu.

zushi) połączonych z ruchem ciała (taisabaki). Kata są mało skomplikowaną formą zaprojektowaną tak, by nauczyć ciało tych podstawowych zasad. Jest ich osiem: kihon hapo tai. Do tego dochodzą podstawy anatomii oraz wiedzy o systemie nerwowym człowieka. Dla zaawansowanych dodatkowym elementem wiedzy jest kuatsu, czyli sposoby przywracania przytomności. Jest to ważny element bezpiecznego nauczania, gdyż na wyższych poziomach studenci wykonują często techniki, których efektem końcowym jest szok dla organizmu na granicy tzw. nokoutu. To niezbędna praktyczna weryfikacja umiejętności adepta szkoły, bez której jego techniki byłyby pustymi formami. Adepci posiadający już odpowiednią wiedzę są w stanie ocenić fizyczną stronę swej techniki oraz przedstawić poziom opamiętowania siły poprzez umiejętną pracę rąk, odpowiednią pozycję, poruszanie się i dystans.

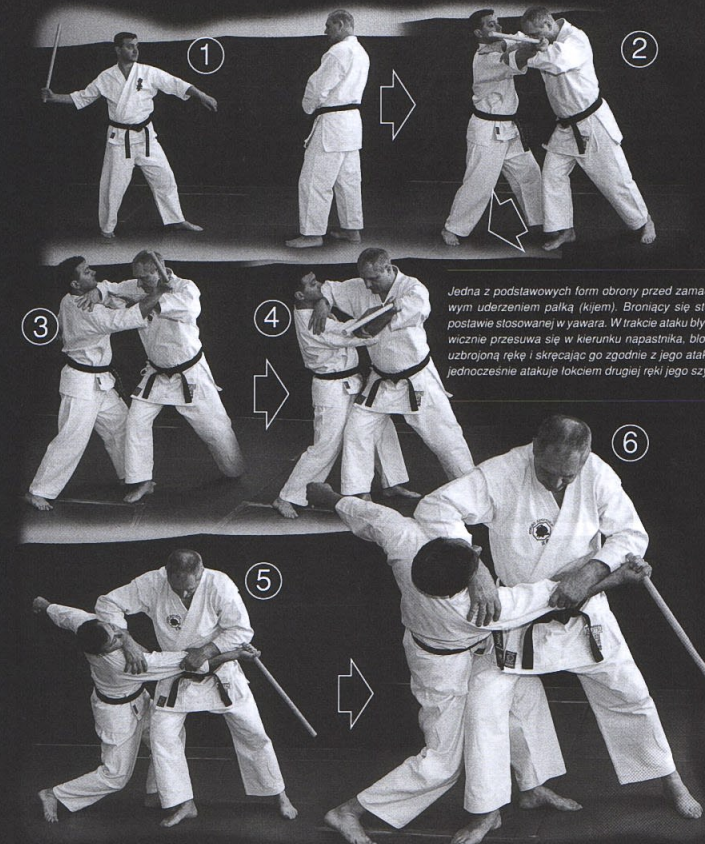
Trening w szkole shinyo shinden jest przeznaczony głównie dla osób cierpliwych i wytrwałych oraz

doświadczonych, tak pod względem wieku jak i techniki (oczywiście nie znaczy to, że młodzi ludzie nie mają doń dostępu, jednak z doświadczenia wiadomo, że szukają oni czegoś „szyb-

kiego” i skutecznego natychmiast). Jest to system dość hermetyczny i przeznaczony dla wąskiego kręgu osób posiadających już doświadczenie w sztukach walki. Można go zaliczyć do

nowej formy szkoły tradycyjnej, gdzie występują m.in. odpowiednie reicho, formy kata i techniki zacerpniete z koryu jujutsu oraz elementy z bronią tradycyjną.

真 Shin prawda, prawdziwy 柳 Yo wierzba 心 Shin serce, dusza 伝 Den przekaz, nauczanie



Jedną z podstawowych form obrony przed zamachowym uderzeniem pałką (kijem). Broniący się stoi w postawie stosowanej w yawara. W trakcie ataku błyskawicznie przesuwa się w kierunku napastnika, blokuje uzbrojona ręką i skracając go zgodnie z jego atakiem jednocześnie atakuje łokciem drugiej ręki jego szyję.