

## **GDY ZBLIŻA SIĘ ZAGROŻENIE...**

*Dariusz Muraszko*

Trening sztuki walki zaspokaja spośród wielu potrzeb także jedną z najważniejszych - potrzebę bezpieczeństwa. Nabiera to szczególnego znaczenia w dobie przemocy na skalę dotąd niespotykaną. Jako były "bramkarz" dyskotek w mieście nie cieszącym się dobrą sławą, obcowałem z przemocą, która szokowała swoją bezwzględnością i wyrafinowaniem metod. Wspomnę tylko, że forsowanie drzwi do lokalu przy pomocy siekiery nie było przez młodych ludzi jedyną metodą na upust agresji. Potem pojawiło się pytanie: "W jaki sposób przeciwstawić się złu i uniknąć ataku terroru?".

W ostatnich latach powstała w naszym kraju niezliczona liczba szkółek sztuk walki. Bez wątplenia jest to szansa dla części społeczeństwa na zaznajomienie się z metodami radzenia sobie w krytycznych sytuacjach. Jednak nie wszyscy instruktorzy wyjaśniają swoim uczniom, jaka jest geneza przemocy i jak można jej uniknąć. Wykształcony adept wie, jak obezwładnić napastnika, ale nie zawsze potrafi rozładować napiętą sytuację w sposób bezpieczny dla siebie i innych. W wielu przypadkach wystarczy rozszyfrowanie prawdziwych pobudek drugiej osoby, aby przez dialog zażegnać konflikt. Ćwiczącym sztuki walki znana jest słynna "strategia unikania" G. Funakoshiego, czy maksyma "ustąp, aby zwyciężyć". Poniżej przekażę kilka informacji (zdawałoby się oczywistych), które mogą być inspiracją do wnikliwej analizy otaczającej nas rzeczywistości.

Osoby, którym udało się uniknąć niebezpieczeństwa, często zawdzięczają ten fakt tajemniczemu "podszeptom" dyktowanym przez jakiś wewnętrzny głos. Głos ten można określić przecuciem, intuicją czy informacją podświadomą. Z pewnością wiele osób doświadczyło uczucia niepokoju w różnych sytuacjach, mimo, iż pozornie nie było ku temu powodów. Często nieświadomie odebrane sygnały są jedynym ostrzeżeniem przed zbliżającym się zagrożeniem. Ważne jest to, aby ich nie lekceważyć i spróbować zastanowić się, dlaczego ogarnia nas w danej chwili niepokój. Dokładna analiza dostępnych danych z pewnością pozwoli na uspokojenie się lub przygotowanie do obrony. Poniżej przytoczę kilka klasycznych przykładów, które mogą, lecz nie muszą stanowić intuicyjne sygnały przedwypadkowe. Należą do nich: niepokój, zaciekawienie, domysł, przecucie, wątpliwość, wahanie, podejrzenie, obawa, strach. Daleki jestem od skrajności polegającej na dostrzeganiu niebezpieczeństw wszędzie i zawsze, niemniej nagminna beztroska też nie jest rozwiązaniem.

Historia wykazała, że większość przestępstw poprzedzona jest mozolnymi przygotowaniem, a także precyzyjnym planem. Daje to czas na wykrycie pewnych symptomów zagrożenia, pod warunkiem zachowania minimum czujności. Osoba o niecznych zamiarach może się łatwo zdradzić postępując według utartych schematów. Wymienię kilka klasycznych zachowań, mogących być wstępem do aktu przemocy wobec drugiego człowieka.

### **1. Narzucanie wspólnoty interesów.**

Często przestępca stara się "zaprzyjaźnić" z potencjalną ofiarą przekonując ją, że oboje mają te same cele do osiągnięcia. Np. w czasie jazdy pociągiem złodziej pyta upatrzoną wcześniej osobę o stację docelową jej podróży, by w odpowiedzi z entuzjazmem krzyknąć: "To świetnie. Ja również tam jadę!"

### **2. Złożenie nie wymuszonej obietnicy.**

Znane są przypadki, gdy jakiś mężczyzna proponuje kobiecie zanieśenie do domu zakupów, a u progu informuje: "Tylko wejdę, zostawię siatkę i już mnie nie ma. Obiecuję!"

3. **Obsadzenie kogoś w charakterystycznej roli.**

Metoda ta polega na subtelnym skrytykowaniu potencjalnej ofiary, celem zachęcenia jej do odparcia zarzutu. Oczywiście może to być wstęp do długiej rozmowy z nieznanym. Często słyszy się zdanie: "Niektórzy są zbyt dumni, aby porozmawiać z kimś takim jak ja". Niejedna kobieta nawiązała dialog z obcym mężczyzną po usłyszeniu tej lub podobnej wypowiedzi. Różnie się to kończyło.

4. **Nie przyjmowanie do wiadomości odmowy.**

W wielu sytuacjach słowo "nie" należy traktować jako zdanie kompletne. Jeżeli stanowcza odmowa nie przynosi rezultatu, to należy się zastanowić, dlaczego ten ktoś jest tak nachalny. Powiedzenie "tak" dla świętego spokoju może wiele kosztować.

Wspomnę jeszcze o charakterystycznych cechach niektórych przestępców, które ułatwiają rozpoznanie w kimś potencjalnego wroga. Oto one:

1. **Powierzchność sądów;**
2. **Egocentryzm i pretensjonalność;**
3. **Brak poczucia winy i skrupułów moralnych;**
4. **Kłamliwość i manipulatorstwo;**
5. **Impulsywność;**
6. **Nieodpowiedzialność;**
7. **Płytkość emocjonalna;**

Przewidywanie ludzkich zachowań zależy od umiejętności rozumienia emocji drugiego człowieka czyli tego, co określane jest mianem empatii. Obserwując czyjś "język ciała", przysłuchując się temu, jak i co mówi, można trafnie przewidzieć rozwój wydarzeń. Na przykład, gdy ktoś zjawia się na dworcu kolejowym tuż przed odjazdem pociągu, będzie postępował w sposób charakterystyczny dla tej sytuacji. Opierając się na doświadczeniu łatwo ustalić niektóre myśli, emocje, a zatem również zachowanie takiej osoby. Czy przepuści kogoś przed sobą do kasy? Czy pójdzie do "Warsu" na kawę?

Sądzę, że można wyćwiczyć zmysły do takiego stopnia, aby w porę rejestrowały sygnały o zbliżającym się zagrożeniu. Bez wątpienia trening sztuki walki służy wyostreniu percepcji człowieka. Jednak pisząc słowo trening mam na uwadze pracę nad sobą w ujęciu holistycznym. Prócz doskonalenia technik walki należy dużo czasu poświęcić koncentracji, medytacji, a także ćwiczeniu tzw. energii wewnętrznej Qi. Nieoceniona wydaje się praktyka Taiji, a w szczególności różne warianty "pchających dłoni". Z założenia ćwiczenia te uczą wrażliwości oraz wyczuwania intencji przeciwnika. Może z tego powodu, ilekroć spotykam eksperta Taijiquan, mam wrażenie, że takiemu człowiekowi wystarczy jedno spojrzenie, aby trafnie kogoś ocenić.

*Autor prowadził zajęcia walki wręcz w Szkole Detektywów i Pracowników Ochrony.*