



Józef Szargut
Kędzierzyn-Koźle, 2025

Kwoon

Szkoły Viet Chun Białego Tygrysa w Koźlu



Fot.1. Ośrodek treningowy Szkoły Viet Chun Białego Tygrysa przy ul. Roosvelta nr 12 w Koźlu

„Kwoon” (館), lub według tłumaczenia z pinyin „Guan” (馆), to miejsce przeznaczone do ćwiczeń fizycznych, qigong i praktyki medytacji. Sala treningowa, szkoła do nauki tradycyjnego kungfu i szerzej chińskich sztuk oraz sportów walki.

W języku japońskim odniesieniem będzie tzw. „miejsce drogi” nazywane „Dojo” (道場), a w koreańskim Dojang (도장). I choć jest to przestrzeń do regularnej praktyki, termin ten ma głębsze zaangażowanie w rozwój fizyczny, psychiczny i duchowy człowieka - w ramach współistniejącej z tą przestrzenią myśli i kultury chińskich sztuk walki.

To nie tylko nauka technik, ale też kultywowanie danego stylu walki, nauka pokory jak i szacunku do innych uczestników zajęć, a przede wszystkim do swojego nauczyciela - mistrza zwanego „Sifu” (師傅; 師父), bądź Lao Shi (老師).

To wielki proces samodoskonalenia na drodze rozwoju osobistego. „Filozofia Kwoon” - dorozumiana jest jako filozofia danego stylu walki, czy też systemu kungfu.

W przypadku mojej „SZKOŁY VIET CHUN BIAŁEGO TYGRYSA”, to dążenie do „oczyszczenia” stylu ze zbędnych elementów, które nazywam „ozdobnikami” i skupienie się na najprostszych, a zarazem najskuteczniejszych metodach walki obronnej.



Fot.2-3. U góry „Ściana Wietnamska” w szkole Viet Chun. Na zdjęciu poniżej przybory treningowe służące do doskonalenia umiejętności samoobrony i walki

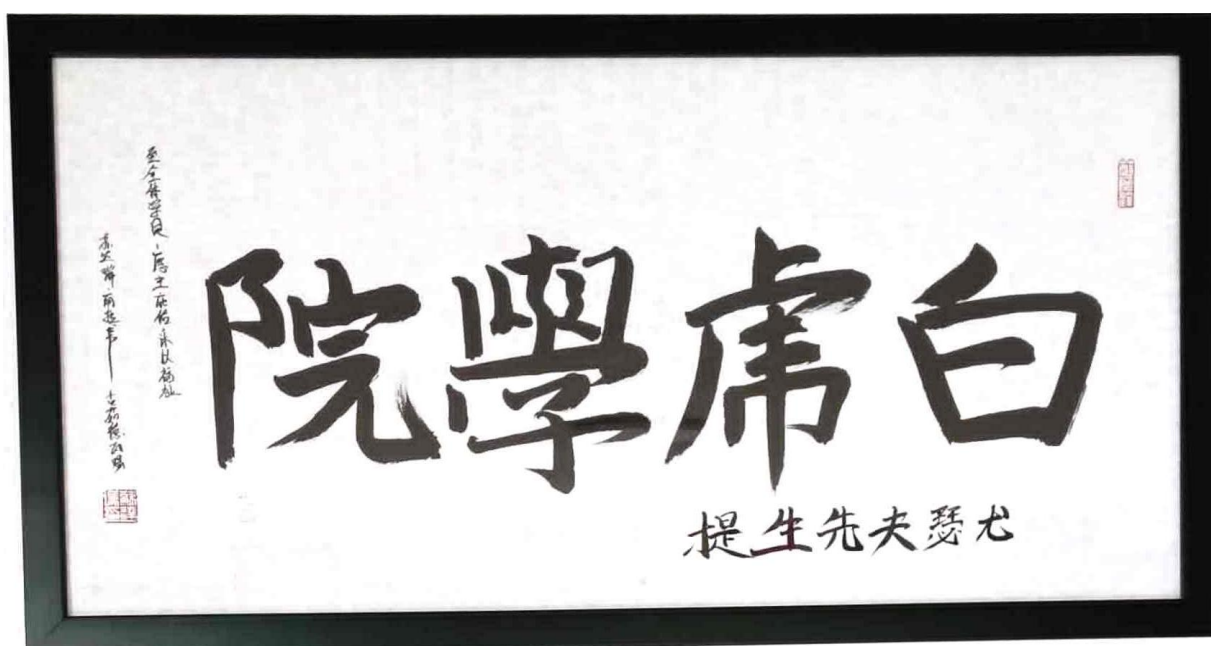
Uprawiane techniki powinny być niezależne od warunków fizycznych osób ćwiczących. Stworzenie ich esencji miało na uwadze użyteczność, doskonałość ruchową oraz kwestie prozdrowotne.

Kluczowymi aspektami mojej filozofii są: praktyczność, efektywność i prostota. Idea programu Viet Chun Białego Tygrysa zakłada eliminowanie niepraktycznych, jak i bardziej skomplikowanych technik, które w żaden sposób nie przekładają się na realną samoobronę, ani na walkę bezpośrednią.

Skuteczność tych technik ma być całkowicie niezależna od postury człowieka i jego siły - co czyni ten proces dostępnym dla każdego.

„Kwoon” - to przede wszystkim centrum edukacyjne dla ciała i umysłu. Tu wizją jest organizacja przestrzeni, w której ich harmonia staje się fundamentem prowadzącym do rozwoju indywidualnego, utrzymania dobrego samopoczucia oraz zdrowia.





Każdy ma własny potencjał, aby się rozwijać i przekraczać kolejne granice. Tu wspieramy tych, którzy chcą poprawić swoją sprawność, wzmocnić budowę ciała, koordynację i wytrzymałość. Realizowane wykłady i warsztaty pomagają jak radzić sobie ze stresem, dekoncentracją i odnaleźć wewnętrzny spokój.

Kozielskie „Kwoon” to miejsce spotkań i wymiany doświadczeń ludzi w różnym wieku, o różnych poglądach i pochodzeniu.

„Kwoon” - należy postrzegać jako coś więcej niż tylko zwykłe miejsce treningowe. Widzieć je jako wielką podróż w głąb siebie, gdzie cisza medytacyjna, techniki sztuk walki i zapach kadzidełek łączy się z dźwiękami tradycyjnej muzyki chińskiej.

Tu spotkasz się z różną bronią, charakterystyczną dla danego stylu czy szkoły walki, przyborami i przyrządami. Również z portretami mistrzów - przodków, tekstem przysięgi i regulaminem sali. W naszym „Kwoon” znaczące miejsce zajmuje logotyp szkoły, oraz tablica ideogramów chińskich z nazwą szkoły i certyfikaty.

Z tego miejsca zapraszam do Koźła, odwiedzajcie nas i ćwiczmy razem - sifu Józef Szargut

Fot.4-5. Powyżej kaligrafia z napisem „Szkoła Białego Tygrysa Polska”. Mniejsze napisy po lewej stronie stanowią przesłanie skierowane do ćwiczących „Niech Budda ma Was w swojej opiece i błogosławi wszystkich ćwiczących w tej szkole. Na zdjęciach poniżej logotyp szkoły i drewniany manekin z nożami motylkowymi.