

Jak chciałem napaść na kobietę

Ciemny zaułek. Ona sama, w kusej mini, głębokim dekolcie. Przed chwilą, gdy wysiadła z taksówki, widać było, że w portfelu ma za myśli kobieta? Najczęściej panikuje. Ale panie, które zapraszałem na kurs samoobrony, mówiły: przecież przed wielkim facetem i tak

Wysoki Sądzie. Obiecuję, że już nigdy, absolutnie nigdy nie podniosę ręki na kobietę. Naprawdę. Że niby ja się karyboję, to tak gadam? Prawda. Ale niech Wysoki Sąd mnie już skąże na jakieś więzienie. Tam nie ma przynajmniej kobiet... – tak pewnie mówiłbym, gdyby kiedykolwiek przyszło mi do głowy napaść na przeszkoloną w samoobronie kobietę.

Jestem prawie dwa razy większy od przeciętnej kobiety. Jestem też dwa razy silniejszy i mogę być dwa razy agresywniejszy. Panie, dla których przez dwa dni byłem tym strasznym zbieciem, z którym musiały sobie poradzić, nie były zaś żeńskimi odpowiednikami Rambo. Większość z nich nigdy w życiu nie ćwiczyła żadnej sztuki samoobrony. I przed tym szkoleniem poradziłbym sobie z każdą z nich.

Po szkoleniu... po tym szkoleniu wiem, że spotkanie z kobietą, która wie jak się bronić, może bardzo, bardzo boleć. A mężczyznę w szczególności może boleć jeszcze bardziej.

Aiść

Zaczyna się niewinnie. Taniec w dyskotekce, niewinny flirt i kobieta, która mówi: nie. Ale facet nie myśli już głową, on żadnego „nie” nie przyjmuje do wiadomości. Chwyta drobną, ważącą jakieś 50 kilogramów dziewczynę, obejmuje ją od tyłu, unieruchamia. I jest pewien wygranej. Przez chwilę. Później zaczyna wrzeszczeć. Z bólu.

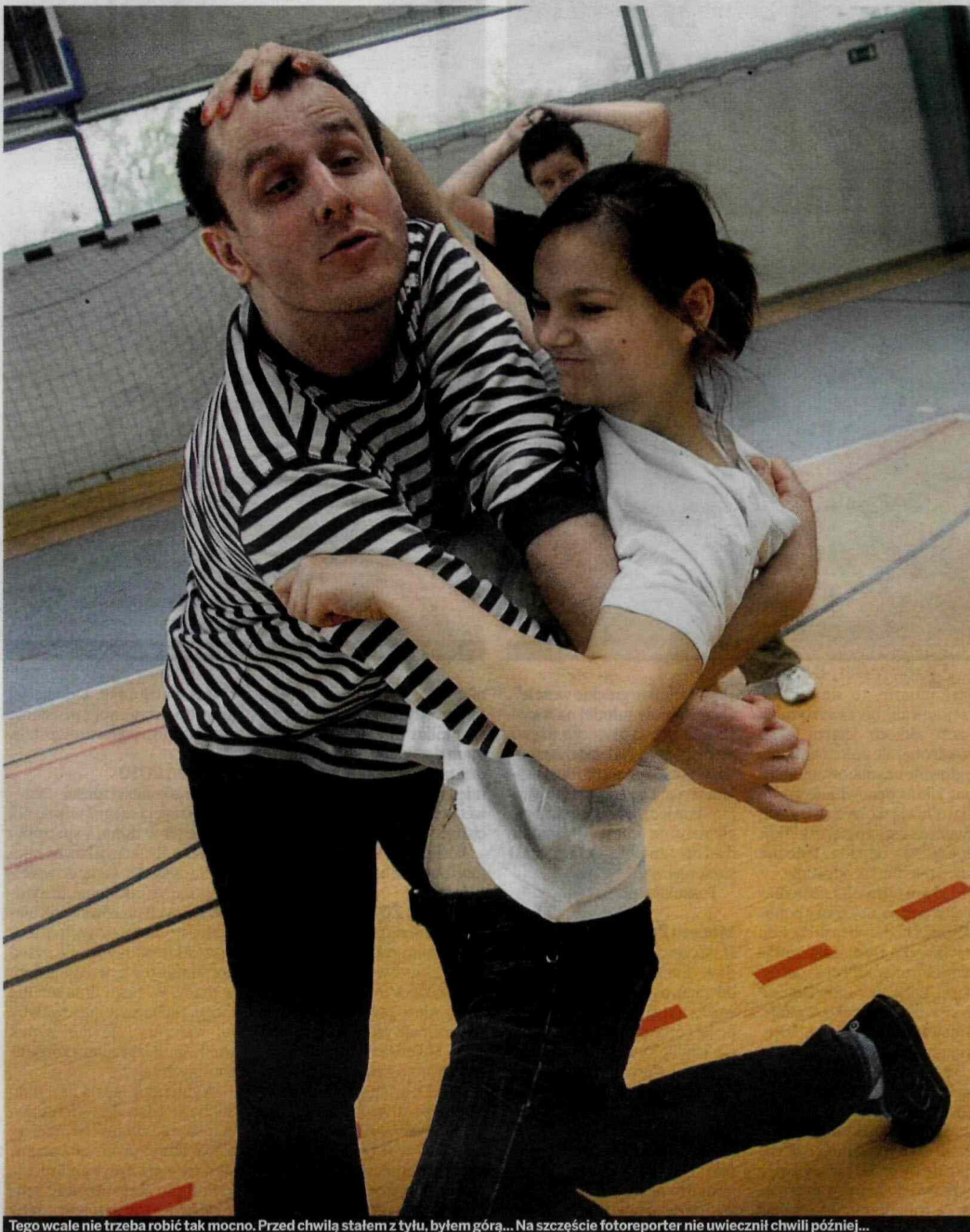
Ja wrzeszczałem. Co prawda wiedziałem, że będzie boleć, ale nie spodziewałem się, że aż tak. Inie spodziewałem się, że w tym miejscu. Nie, wcale nie chodzi o czuły punkt, w który walnęłaby każda kobieta, myśląca o wystaniu napastnika do krainy wiecznego bólu. Ja poczułem ucisk nieco niżej i bardziej na lewo. To strasznie głupio musiało brzmieć i wyglądać, kiedy skacząc na jednej nodze darłem się: Jezus Mariaaaaa!

On, czyli kto?

Jak wygląda napastnik? – pyta Robert Moskwa, tego dnia pełniący wyjątkową dla siebie rolę instruktora.

- Panie wymieniają:
- Jest wielki.
- Umięśniony.
- Pijany.
- Łysy.
- Agresywny.

– A statystyki mówią, że napastnicy spełniają ten opis stanowiącą zdecydowaną mniejszość! – tłumaczy znany aktor, który oprócz tego, że gra w filmach, prowadzi również kursy samoobrony dla kobiet. Wspólnie z Maciejem Grubskim, siedmiokrotnym mistrzem świata w karate,



Tego wcale nie trzeba robić tak mocno. Przed chwilą stałem z tyłu, byłem górą... Na szczęście fotoreporter nie uwiecznił chwili później...



Maciej Grubski jako napastnik. Kobieta do takiej dźwigni nie potrzebuje siły



Kolejny czuły punkt... wystarczy wbić kłyckie.

stworzyli akademię „Obroń się sama”, w której uczą kobiety nie tylko, jak sobie poradzić z agresywnymi mężczyznami.

Grubski to niekwestionowany autorytet w samoobronie. Moskwa – niewiele mu ustępuje, bo sam był medalistą mistrzostw Europy. Trochę korzystając z medialnego rozgłosu (w rozpropagowaniu kursów pomogła Akademia Gwiazd – gdzie samoobrony uczyły się znane artystki) dwaj panowie ruszyli w Polskę uczyć.

Ale w kursach samoobrony nie chodzi tylko o to, jak się bić. Chodzi przede wszystkim o to, żeby wiedzieć, co zrobić, aby bić się nie trzeba było.

– Ponad 90 procent przypadków agresji wobec kobiet dopuszczają się osoby im znane. Nie jacyś tajemniczy napastnicy z ulicy, ale mężowie, ojcowie, koleżdy z pracy. To ataki w domu, na imprezach firmowych. I czasem nie chodzi nawet o atak w czystym tego słowa znaczeniu – ale jeśli na firmowej imprezie kolega oblatpia cię za biust – to wszyscy się śmieją, ale ty czujesz się zaatakowana – tłumaczy Maciej Grubski.

Wrzeszczałem!
Wiedziałem,
że będzie boleć,
ale nie sądziłem,
że aż tak bardzo

Pierwszym krokiem jest nauka rozpoznania intencji przeciwnika. Czy chce zaatakować (bardzo często sygnałem jest nagle czerwieniejąca twarz) czy wręcz przeciwnie – boi się (blednie).

Czy przeciwnika o niedwuznacznych intencjach nie lepiej zagadać? Czy jeśli w ciemnej uliczce widzimy szybko zbliżających się ludzi – nie lepiej uciekać? (przede wszystkim: nie chodzić takimi uliczkami! – alarmują instruktorzy). Czy może warto przeciwnika okłamać? Wyciągnąć telefon i udawać rozmowę: tak, już jesteś? Widzisz mnie? To czekam.

Co zrobić, gdy przeciwnik już biegnie, a w rękach torebka? (odpowiedź: rzuć mu tę torebkę w twarz – zapewniam, gdy sam zobaczyłem lecącą w stronę mojej twarzy przedmiot, zapomniałem o całym ataku).

A co by było gdyby...

Gdyby on miał nóż? Albo pistolet? – pytają kobiety.

– To byś nie żyła. Proste – mówi Grubski. – Pamiętajcie: nie nauczymy was w ciągu kilku godzin obrony przed zawodowcami. Tego nikt was nie nauczy, ale prawdopodobieństwo, że za-

oietę i dlaczego mnie to boli

itek banknotów. Okraść, czy zgwałcić? Walnąć w głowę i zaciągnąć do bramy? – czy tak właśnie myśli napastnik? Być może. A jak się nie obronię. Nieprawa! Dostałem od maleńkich pań takiego łupnia, że następnym razem podziękuję – pisze Leszek Waligóra

atakuje was zawodowiec, prawie nie istnieje. Prędzej będzie to jakiś małolat, pijaczek, kolega z pracy. Ktoś, kto nie spodziewa się oporu.

Ja miałem być takim napastnikiem. Byłem. Czego sam się nauczyłem?

Kobieta ma broń

Po pierwsze: torebka. A raczej: latająca torebka. Przecież napastnik oczekuje, że kobieta będzie ją kurczowo trzymać.

Po drugie: klucze. Elementem szkoleń jest na przykład wykorzystanie kluczy przeciwko napastnikowi w samochodzie. Boli.

Po trzecie: paznokcie. Nie trzeba bić pięścią, paznokcie potrafią skutecznie uszkodzić twarz napastnika.

Dowiedziałem się też, że mężczyzna ma blisko 4000 czułych punktów rozsianych po całym ciele. Również w miejscach, w których absolutnie tego się nie spodziewa. Wcześniej wiedziałem, że mam te czułe punkty... teraz jednak je poczułem.

Bezbronna kobieta, której pokazuje się, gdzie nadusić kciukiem, uszczypnąć czy przytrzy-



Aktor Robert Moskwa to również instruktor samoobrony w akademii „Obronę się sama”

OBROŃ SIĘ SAMA

Akademia „Obronę się sama” organizuje kursy samoobrony dla pań w całej Polsce. Większość jest odpłatna, jednak

w Poznaniu duża część pań uczestniczyła w szkoleniach za darmo, dzięki zaproszeniom „Głosu Wielkopolskiego” i wsparciu

Justyny i Sławka Błaszczaków z Helpdesk, firmy Marka Niedbały, a także Komendy Miejskiej Policji w Poznaniu.

mać mężczyzną – natychmiast zaczyna to stosować. W efekcie od tygodnia mam sińce rozsiane w kilku punktach ciała. Panie delikatne były jedynie w uderzeniach między moje nogi... ale zapewniam: 6 innych miejsc boli co najmniej tak samo.

I tak raz za razem. Chwytam niższą o głowę kobietę za ramię. Z trzech możliwych wariantów obrony za pierwszym razem wybiera ten, który pozwala na szybką ucieczkę. Za drugim razem – wypracowaną już dźwignię na mój nadgarstek (działa, męska siła niewiele pomaga), dokłada jeszcze uderzenie. Za trzecim razem do uderzenia dochodzi chwyt za włosy. Znapastnika zamieniam się w ofiarę.

Duszenie? Duszę delikatnie, nie chcę zrobić przecież krzywdy. Kobiety delikatnie się bronią – przecież też nie chcą mi zrobić krzywdy. Przy następnym ćwiczeniu nie jestem więc delikatny. Na Kasję, która ma być moją ofiarą, tym razem rzucam się z wyciągniętymi rękami i ścisnę tak, że oczy wychodzą jej z orbit. Działa. Tym razem obrona, której była uczona już kilkanaście razy – wychodzi sama.

Mnie boli uderzone gardło, wykręcony kciuk. I leżę.

I tak raz za razem. Atak. Obrona. Im silniej atakuję, tym bardziej mnie boli. Nagle okazuje się, że pierścionki są poważną bronią. Nagle okazuje się, że umiejętnie uszczypnięty – wyjęty z bólu. Że jeśli mnie dobrze chwycić za mały palec – będę potulny jak baranek. Nagle okazuje się też, że te kobiety, które jeszcze przed chwilą mówiły, że obrona przed wielkim facetem nie ma sensu – wycierają mną podłogę. Tu decyduje fizyka i biologia. Fizyka: bo zasadę dźwigni można tu przeciwżyć w praktyce. A biologia... bo ona mówi, które miejsca ciała są najbardziej unerwione, jak pracują stawy, gdzie są cienkie kości.

Na koniec jeszcze jedna prezentacja: jak obronić się przed gwałtem. Ze skrzepowanymi rękami, nawet, gdy on jest wielki, ciężki, agresywny... Można.

Rada dla napastników: dajcie spokój kobietom. Naprawdę potrafią zadać ból. Rada dla kobiet? Warto uczyć się bronić. Ale najlepszą obroną pozostaje ucieczka. O ile można uciec.

Leszek Waligóra