



Swavek Dydiszko

TEXT: Marko Ervasti FOTO: Niklas Bernstone

Fighter träffade Swavek Dydiszko, polacken som blev svensk medborgare och coach för det framgångsrika ITF landslaget i taekwondo.

Som barn råkade Swavek bli nedslagen av en äldre grabb i skolan. Med ömmande ansikte och nedtrampad stolthet var han fast besluten att göra någonting åt saken och började med karate. Året var 1972 och på den tiden var karate och andra kampsporter sällsynta och mycket mystiska i Polen.

Swaveks far var en högt uppsatt militär inom fallskärmsjägarna. En kollega till pappan var en duktig judo- och karateinstruktör och Swavek påbörjade sin kampsportsträning för kollegan redan som 10-åring.

Några år senare dök det upp en kvalificerad instruktör i området. Swavek var 14 år och fastnade för kyokushinkai karate. Senare fick han upp ögonen för boxning och taekwondo ITF.

- Taekwondo visade mig den tekniska vägen och den imponerade på mig redan från början på grund av dess dynamik och mäng-

der av tekniker. Spark och handteknikerna blir en helhet, en enormt rolig och effektiv kamp. Personligen tycker jag att det är svårare att uppnå perfektion i taekwondo (ITF) än i många andra kampsporter, säger Swavek.

Fullkontaktstävling med slag och sparkar mot ansiktet var inte tillåtet på den tiden och Swavek minns att politikerna fruktade eventuella upprorsmakare som kunde sätta upp sig mot övermakten. Kommunismen styrde i Polen då, och Swavek som var en duktig utövare av kampsport blev utsatt för påtryckningar för att utbilda de polska säkerhetspolisstyrkorna.

- Jag var inte så politiskt aktiv, men att utbilda mer eller mindre mördare stred helt emot det som jag var tränad för. Särskild när man hade sett vad de hade gjort med folk vid demonstrationer, säger Swavek.

Året var 1984 då Swavek flydde från Polen till Sverige. Sex månader efter att Swavek kommit till Sverige som politisk flykting

dog hans far under mystiska omständigheter. Men Swavek vill inte prata om någon avrättning.

- Det är ingen idé att prata om det i dag, säger Swavek tyst.

När hans uppehållstillstånd gick ut två år senare blev det stor uppståndelse i pressen. Om han blev tvungen att åka hem igen väntade grova straff. Media ställde upp föredömligt under den utdragna processen och kampsportsinstruktör Swavek fick till slut stanna i Sverige.

- Det nästan så att man inte tror på det själv när man sitter här och berättar, säger han.

Pressen var stor på Swavek som fick hålla sig undan myndigheterna, en press som följde honom 24 timmar om dygnet.

Taekwondo blev hans stöttepelare och Swavek vet inte vad som hade hänt om han tvingats åka tillbaka.

- Någonstans inom mig tänkte jag "Jag är tillräckligt stark för att klara av det här".

1991 blev ett lyckosamt år för Swavek. Han blev vald till landslagscoach för ITF taekwondo och det var ett beslut som väckte många tvivel och frågor.

- Jag hade inte någon hög grad och dessutom kom jag inte från något asiatiskt land, berättar Swavek.

Beslutet kom underifrån, från de aktiva, som hade stort förtroende för Swaveks kunskaper i taekwondo. Redan påföljande år kom de första framgångarna. På EM kammade Sverige hem hela nio medaljer och på VM:et i Nordkorea blev det tre medaljer, varav lagsilvret i fighting mot ett Korea på hemmaplan skrällde högst.

Det årets VM blev en vändpunkt för hur man tränade och tävlade i organisationen. Sverige hade fått fram bra utövare på kort tid. Swavek hade fokuserat på enkla tekniker och konditionsträning.



Tyväre kunde Swavek inte vara på plats i Nordkorea, som är en kommunistiskt styrd stat, då han fortfarande var polsk medborgare och var rädd över att han eventuellt skulle bli gripen.

- Det blev telefonsamtal fram och tillbaka. Jag missade tävlingen live men jag såg den på video senare och jag tyckte att grabbarna klarade sig jättebra.

Sedan dess har det blivit 68 medaljer i internationella sammanhang som EM och VM, varav hela 25 st i fighting. Inom ITF taekwondo tävlar man i sparring, mönster, speciella tekniker (hopp tekniker) och krosstekniker. Svenskarna har varit långt framme vad det gäller fightingbiten. Nu senast i EM i Skottland fick Pernilla Johansson från Frölunda TKD Klubb äntligen till det och tog guld.

- Jag tror att det bara är början för henne. Hon har inga direkta problem att hantera den psykiska stressen, säger Swavek.

Enligt Swavek är Pernilla en fighter som blir bättre när det gäller.

- Är man en vinnare så är man, konstaterar Swavek.

När taekwondo först kom till Sverige på 70-talet var det svårt att få tjejer att tävla. Efter många års arbete och satsning finns det i dag ett tiotal utövare av världsklass på damsidan med bland annat lagsilvret i fighting från de två senaste EM som bevis.

Vad tror du gör svenskar så bra på fighting?

- Det har vi funderat och pratat mycket om i våra kretsar. Jag tror att det är mycket personligt och det är inte avgörande vilket land man kommer från. Är man tuff i hjärtat så spelar det ingen roll om man kommer från Kina, Sverige eller Tyskland.

Många har fighting-spirit naturligt i sig men Swavek menar på att det är instruktörens uppgift att kunna få fram den oftast undgängda egenskapen i vårt inre. Han väljer att kalla det för en "fysisk uppfostran".

Han har alltid sökt en kampsport som är hård, där man tränar både slag och sparkar.

- Tävlings är dock inte det viktigaste slutmålet i taekwondo träning. I dag kan man bli mästare men i morgon är det någon annan och så blir det alltid i livet. Jag avundas folk som är 80 år gamla, som



fortfarande tränar och mår bra. Det är det som är det viktigaste, anser Swavek som själv är fyllda 38 år.

Hur utvecklar du sporten?

- Intresse, öppenhet och nyfikenhet är nyckelorden. När jag är på stora tävlingar t ex, ägnar jag mycket av tiden till att tjuvtitta på våra konkurrenter, hur de tävlar

och inte minst hur de värmer upp. Redan där får jag idéer inför kommande tävlingar. Det är en ständig utbildning. En del tror kanske att tekniker som man gjort hela livet skall räcka i tävlings-sammanhang hur länge som helst, men så är det inte i dag. Jag tror hemligheten är att alltid vara öppen för nya tränings-system och problemlösningar, avslutar Swavek.