

DANS en (GEWELDLOZE) KRIJGSKUNST

*Peter Van de Ven
Mei 2013*

Inleiding

Het is heel erg begrijpelijk dat velen dans (verbeeld als "flauw getrippel in tutu en op pointes") en krijgskunst (gezien als "brutale vechtfilms en bloederige bokswedstrijden") als volledig verschillend en zelfs strijdig ervaren. In deze korte tekst wil ik tonen dat die ervaring het gevolg is van een misverstand ten gevolge van de algemene beeldvorming hierover.

Belangrijk is om het onderscheid te maken tussen krijgskunst en vechtsport. Tussen beide bestaat een dubbele tegenstelling. Krijgskunst gaat niet om vechten, maar om het beëindigen van geweld. Krijgskunst is ook geen sport, is geen spel en kent geen competitie, maar is de kunst van het beschermen en het bevorderen van leven. Kortom, niets is zo onkrijgskunstig als een vrijwillig gekozen bokswedstrijd met het oog op financiële winst of op het voldoen van ijdelheid.



In sommige krijgskunsten wordt de nodige energie innerlijk opgewekt. Die benadering maakt het mogelijk om de technieken tevens te gebruiken als gezondheidsbevordering, als helende technieken. Daarom noemt men ze "innerlijke krijgskunsten". Deze benadering kan nog verder worden doorgedacht waarbij ook het welzijn van de aanvaller zo veel als mogelijk wordt beschermd, en waarbij schade wordt

vermeden waar het kan. Zo wordt vredescultuur aan de wereld van de krijgskunsten gekoppeld. Voor die benadering heb ik in 1998 de naam "geweldloze krijgskunst" voorgesteld.

Krijgskunst is geen dans omdat het geen uitvoerende podiumkunst is. Maar als bewegingskunst hebben dans en krijgskunst veel gemeenschappelijks, en dat wou ik graag toelichten aan de hand van enkele concrete voorbeelden.

Waar dans en krijgskunst elkaar raken...

Cheng Pei-Pei



Cheng Pei-Pei (1946) is een zeer bekende Chinese Martial Art-film actrice, en de eerste die zeer krachtige vrouwelijke "vecht-rollen" op het doek bracht. Zij was niet opgeleid in één of andere kungfu-school, integendeel, zij was danseres, zoals in dit filmfragment:

<http://www.youtube.com/watch?v=x-R74vHffRo> . De regisseur van haar films vond het gemakkelijker om danseressen-actrices kungfu te leren dan om kungfu-meesters te leren acteren. Na de nodige spoedcursussen was dit het resultaat: <http://www.youtube.com/watch?v=9u-odPv-Dkw> .

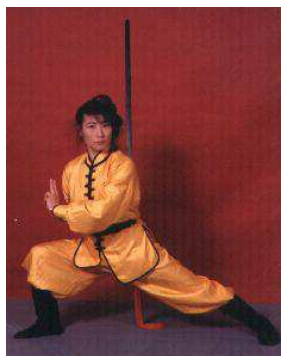
Zhang Ziyi



Hetzelfde is waar voor de hedendaagse Zhang Ziyi (1979) die verschillende boeiende "gewone" films speelde, maar ook verschillende Martial Art-films zoals het bijzonder mooie "Hero"

en "The House of the flying daggers". Ook zij is danseres en actrice (op 15-jarige leeftijd won ze de Chinese nationale wedstrijd voor jonge dansers), en wordt gecoached voor de vechtcènes met zulke fragmenten als resultaat: <http://www.youtube.com/watch?v=ChJpyG5XsZs> .

Gini Lau



Wie enigszins thuis is in Martial Art-films, kent ongetwijfeld Jackie Chan. Het valt erg op dat zijn films en acteerstijl sterk verschillen van andere "vechtfilms". Niet verwonderlijk, want hij kreeg zijn kungfu-lessen in de Peking Opera. De opleiding was er bijzonder hard, maar de jonge atleten kregen er

onderdak en eten. Een mede-atlete van Jackie Chan was Gini Lau, dochter van een bekende kungfu-meester. Nu ze bijna zestig is, zien haar demonstraties er zo uit: <http://www.youtube.com/watch?v=MU7ds2MxLrE> ; <http://www.youtube.com/watch?v=WCONF7ydPyc> .

Taichi Saotome



De jonge Japanse Taichi Saotome (1991) komt uit een acteursfamilie, en is evenmin opgeleid in een krijgskunst of vechtsportschool. Desondanks brengt hij deze stukken:

<http://www.youtube.com/watch?v=EglCT1G4YRg>

http://www.youtube.com/watch?v=652IHqA-_0Q

Naast impressies van samoerai, zie je hem hier in de geliefkoosde rol van deze man, nl. de vrouw:

http://www.youtube.com/watch?v=_EYxaoSR-s

<http://www.youtube.com/watch?v=uG8RSri7Grc>

In die hoedanigheid speelde hij een hoofdrol in de bekende "samoerai-film" Zatoichi.

Yoon Ja Kyung



In Korea bestaat er een grote traditie van "Zwaard-dans". Vandaag vindt men die enigszins gemoderniseerd terug in de krijgskunst "Haidong Gumdo". Yoon Ja (Jae) Kyung (1977 ?) is er een bekende topper van:

<http://www.youtube.com/watch?v=n9tkq1yzcg0> ,

maar zij is zeker niet de enige:

<http://www.youtube.com/watch?v=nx7ZMLVWbdM>

http://www.youtube.com/watch?v=s-_bEET7Xzg

Ook in andere culturen bestaat er een belangrijke traditie van zwaard- of sabeldansen (zoals deze <http://www.youtube.com/watch?v=H2lyV4K4SiU>) die zelfs Westerse klassieke componisten geïnspireerd hebben tot balletmuziek: <http://www.youtube.com/watch?v=NrLumJpL5zs> . Verder zijn er nog talrijke krijgskunsten met een sterk dans-karakter, zoals Capoeira, de "krijgskunst-slavendans": <http://www.youtube.com/watch?v=Z8xxgFpK-NM>

Bewegend-helende meditatie of meditatief-helend dansen ?

Net zoals dans en krijgskunst tegelijk verschillen en overlappen, net zo is meditatie tegelijk tegengesteld en verwant aan dans en krijgskunst. In meditatie immers beweegt men niet, maar meditatie kan wel met beweging gecombineerd worden. Het "intreden van rust" is de eerste stap van drie in innerlijke krijgskunst en in Chinese gezondheidsoefeningen (Qi Gong), waar door het samengaan van ademhaling, vorm en een rustige geest een helende beweging tot stand komt.

In innerlijke krijgskunst wordt dit tevens gecombineerd met een notie van bescherming, niet noodzakelijk tegen fysieke agressie, maar vooral tegen stress en andere uitdagingen van een drukke moderne samenleving. Na toevoeging van elementen van vredescultuur, komt daar zoals in de inleiding vermeld, ook de bezinning over agressiehantering bij, agressiehantering (indien mogelijk) zonder schade. "Geweldloze Krijgskunst" wordt zo een combinatie van beweging ("dans"), meditatie, gezondheidsbevordering en conflicthantering.

Hier volgen nog enkele voorbeelden uit de innerlijke krijgskunst.

Sophia Delza



Sophia Delza Glassgold (1904-1996) was zowel dans-experte als Tai Chi-lerares. Gedurende de jaren 20 van de vorige eeuw toerde ze in de States rond met Spaanse en moderne dans. In 1948 woonde ze in Shanghai om er dansles te geven, en werd zo ook expert in Chinees theater-dansen.

Tijdens haar verblijf leerde ze de Wu-stijl Tai Chi Chuan kennen (in het volgende filmfragment

uitgevoerd door Shi Mei Lin, stiefdochter van een Wu-stijl-meester: <http://www.youtube.com/watch?v=Dru25N1-WCA>). Zo werd ze één van de eerste Westerlingen die er een boek over schreef. Het moet gezegd: in haar boek miskent ze het krijgskunst aspect van Tai Chi Chuan, en legt ze vooral de nadruk op criteria voor vorm-uitvoering, het zal wel geen toeval zijn... .

Helen Liang



Dochter van een bekend Tai Chi Chuan- en Qi Gong-leraar, ontpopte ze zich op haar beurt tot een "kampioene" tot ze ernstig ziek werd door bloedkanker. Wanneer Westerse therapieën geen genezing meer konden brengen, en de hoop zo goed als opgegeven werd, schakelde haar vader

vastberaden over op Chinese geneeskunde. Met een zin voor aanvaarding en na een zekere beterschap oefende ze elke dag Tai Chi Chuan en Qi Gong, tot ze uiteindelijk genas. Wanneer ze in een lezing zegt: "*Qi Gong is my Life, Qi Gong saved my life.*", laat dat niet onberoerd.

Zij is geen danseres, of heeft nooit een dansopleiding gevolgd, dwz haar training voltrok volledig in krijgskunstmilieu, maar haar uitvoering van "Water-stijl Boksen" (Liu He Ba Fa) is één en al sierlijkheid:

<http://www.youtube.com/watch?v=qYtq0TmGqGU>

Het verhaal van haar ziekte en haar genezing kan je hier nalezen: <http://www.kungfumagazine.com/magazine/article.php?article=353> .

Yang Tai Chi Chuan en HSR-aikido

In "De Rode Lotus" oefenen we onder meer Yang-stijl Tai Chi Chuan en HSR-aikido. In beide gevallen vullen we dit in als een helende bewegingsvorm, zoals hier kort werd omschreven.

Als besluit

Dans, krijgskunst, gezondheidsbevordering en meditatie zijn erg verschillende onderwerpen, die echter tegelijk veel gemeenschappelijks kunnen hebben. Ze kunnen elkaar verrijken, en in innerlijke en in geweldloze krijgskunst vinden ze elkaar op een heel eigen manier.

Helende beweging kan helpen beschermen tegen de uitdagingen en tegen de algemene belasting van het leven in een drukke, moderne samenleving, maar eveneens daarom is helend bewegen uiteraard niet volledig hetzelfde als een op expressie gerichte podiumkunst.