



Nota van de uitgever & auteur:

Dit boek is opgemaakt als geheugensteun en hulp voor een ervaren beoefenaar. De hedendaags beoefende technieken kunnen afwijken van de gepubliceerde illustraties. We beoefenen geen dode stijl, maar bekwamen ons verder door het ontleden van de technieken. Lezers kunnen gekwetst geraken bij het onkundig beoefenen van de geïllustreerde technieken. Om risico's op letsels te vermijden is het aangeraden om deze technieken aan te leren bij een ervaren leraar.

De uitgever & auteur zijn niet verantwoordelijk voor verkeerd (wettelijk) gebruik van de geïllustreerde technieken.

De foto's kwamen tot stand met medewerking van Van Passenhove Eric, Lievens Sylvie en Le Bacq Johnny, waarvoor mijn dank.

Copyright © 2013 Van Loo Herman
Gedrukt in Nederland
Tweede druk, 2022

INHOUD

Deel 1

- Voorwoord 5
- Geschiedenis van de stok 7
- Afrika 9
- Europa 12
- Azië 17
- RyuKyu koninkrijk – Okinawa 21
- Japan 31
- Verhalen & legendes 61

Deel 2

- Naigai Ryu Aiki Bojutsu 65
- Mudansha - kyu programma's 83
- Japans - Nederlands woordenlijst 195
- De auteur 202



NIPPON BUDO DOJO

School voor traditionele Japanse cultuur

Voorwoord

Deze school is opgericht op 1 januari 1997 door Sensei Van Loo Herman, met als doel de traditionele waarden in budo te herstellen en tevens de mensen te laten kennis maken met de rijke Japanse cultuur en geschiedenis.



ZANSHIN

Ons doel is het creëren van een *zanshin* omgeving, een staat van bewust ontspannen zijn. Tijdens de lessen is er een atmosfeer van beleefdheid en respect voor elkaar. De aangeleerde technieken gaan we enkel gebruiken indien nodig en niet tegen elkaar. We streven ernaar om te allen tijde de eenheid van lichaam en geest te bewaren.

De technieken worden aangeleerd, met kennis van hun oorsprong, inhoud en het waarom. Men kan bijvoorbeeld geen “aiki” beoefenen zonder kennis van “ki”. We willen iedereen de mogelijkheid geven om zich te verdiepen in de achtergrond van zijn discipline. Er wordt vooral aandacht besteed aan het begrijpen van de basistechnieken en het maken van de link met andere krijgskunsten.

In onze school kan men terecht voor o.a.: koryu jujutsu, naigai ryu jutsu, naigai ryu aiki bojutsu, muso jikiden eishin ryu iaijutsu, shiatsu (drukpuntmassage), ki technieken (ademhaling & energie opwekken/sturen), zen stretching (Masunaga stretching en algemene stretching).

In dit boek bekijken we in het kort het bojutsu van oorsprong tot heden, het Naigai Ryu Aiki Bojutsu en beschrijven we de mudansha programma's. De illustraties kunnen dienen als extra hulp of geheugensteun.

Van Loo Herman



Geschiedenis van de stok

Gedurende het bronzen tijdperk maakte de mens reeds zijn eigen wapens met stokken en stenen. Men kan eigenlijk stellen dat de wapens er waren voor de mens er was.

Het gebruik van wapens heeft ook mede de evolutie van de mens bepaald, zowel positief als negatief. In de laatste 5000 jaar, is er dan ook maar 280 jaar vrede geweest.



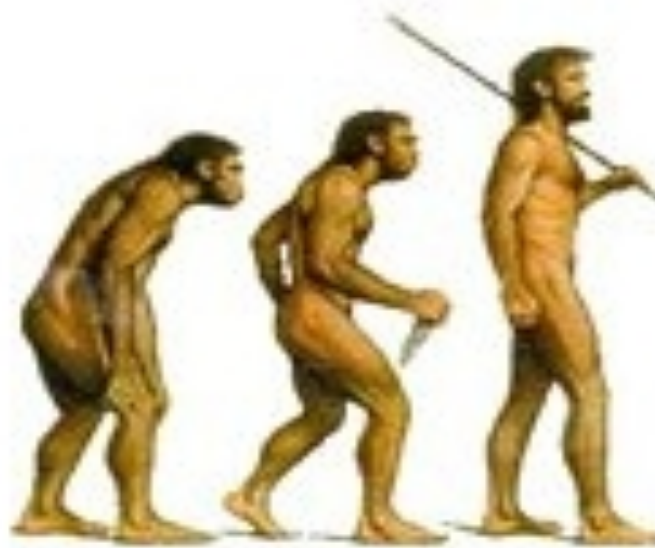
Een stok is waarschijnlijk het eerste wapen dat de mens gebruikte om te jagen. Het kon gemakkelijk gevonden worden, was niet moeilijk te hanteren en kon voor meerdere zaken gebruikt worden. Een nadeel was echter dat men zijn prooi tot op zeer korte afstand moest naderen. De stok diende zowel als aanval als verdedigingswapen.

Er werd toen aan de stok een scherpe punt gemaakt, waardoor men hem kon gooien en zo een groter bereik had.

Als we kijken hoe de mensen leefden met behulp van een stok, dan is *bojutsu* iets wat origineel gegroeid is vanuit de natuur. In wezen is de essentie van een stok als wapen niet veranderd. Het is de lengte van de stok die varieerde naar gelang de noden van de gebruiker.

Stoktechnieken vindt men dan ook over de hele wereld. Ze variëren in stijl naargelang het klimaat en de gedragen kledij.

Een stok of *bo*, was van levensbelang voor de gewone man. Verschillende technieken werden beoefend en bestudeerd voor zelfverdediging en de goede technieken werden doorgegeven.



De evolutie van de stok brengt ons onder anderen naar Afrika, waar de stok nog duidelijk aanwezig is bij enkele stammen. Het gebruik is van generatie tot generatie doorgegeven, hetzij als symbolische waarde of als praktisch nut.

De stok is ook een symbool van status voor de man, de krijger, de jager, enz ...



Afrika

De jagers van verschillende Afrikaanse stammen gebruikten een lange stok, om te jagen en om zich te verdedigen. Tot op heden ziet men de lange stok nog veel bij afgelegen stammen. Het heeft ook een status en symbolische waarde.

De oer-stammen in de Omo Vallei

De Omo vallei is een ietwat moeilijk bereikbaar gebied in het zuiden van Ethiopië. Mede hierdoor leven hier nog diverse oer-stammen, waarvan velen nog zelden of nooit een blanke hebben gezien. Deze stammen kleden zich nog in dierenvellen, gedecoreerd met schelpen of kralen, hun hardos gedecoreerd met rode oker en kleikappen.

De mursi stam

De meest bekende stam zijn de Mursi. Deze, zelfs voor de Omo vallei afgelegen wonende stam staat meer bekend als de lipschotel stam, vanwege de enorme schotel van klei die vrouwen als decoratie in hun onderlip dragen. De Mursi is een primitieve stam, iets wat schuw voor buitenstaanders. Zij vertonen vaak agressief gedrag en het stokvechten vormt een onmiskenbaar onderdeel van hun cultuur.

De Mursi krijgers hebben hoefvormige littekens op hun lichaam. De inkepingen worden op de rechterarm geplaatst bij een mannelijk slachtoffer en op de linkerarm voor een vrouwelijk slachtoffer. Als ze heel succesvol zijn, dan kunnen ze deze op hun dijen plaatsen.



De Mursi stam.

De Suri stam

Bij de Suri stam in Ethiopië, worden er hedendaags nog gewelddadige stokgevechten gehouden. Deze worden traditioneel ingezet om de orde te bewaren en de mannelijkheid te tonen. De jonge mannen uit het dorp drinken hierbij volgens traditie een kommetje vers koeienbloed.

Het enorme geweld dat daarbij komt kijken, is ongelooflijk. De mannen zijn extreem gewelddadig en slaan elkaar bijna de hersens in. Dit kan gaan van een gat in het hoofd, de ogen uitsteken en soms vallen er zelfs doden. Het gaat zo de hele dag door. Hoe meer littekens en wonden je hebt, hoe beter het is.

Hedendaags wordt dit oude gebruik langzaam verdrongen door geweren.



De Suri stam uit Ethiopië

De Masai stam

De Masaï geloven in de god Engai als het begin van hun cultuur.

De god Engai had drie kinderen. Aan die kinderen gaf hij drie verschillende cadeaus. Het eerste kind kreeg pijl en boog. Van hem stammen de jagers af. Het tweede kind kreeg een ploeg. Zijn nakomelingen zijn de landbouwers. Het derde kind kreeg een stok. Met deze stok was hij de herder van het vee. Van dit derde kind stammen de huidige Masaï af.

Vanaf het moment dat de jongens kunnen lopen, gaan ze op pad. Op blote voeten, met slechts een lange stok als verdediging trekken de Masai met hun vee over de graslanden. De ogen van leeuwen en hyena's volgen de kudde. De Masai van Kenia zijn de koningen van de savanne. Een deel van de mannen zijn krijgers, die na lange en zware initiatieceremonies voor de veiligheid van de stam moeten zorgen.

Er zijn natuurlijk nog andere stammen in Afrika waar men de stok aantreft.

Egypte

Van de martial art 'Tahteeb' zijn er referenties naar deze stijl teruggevonden in oude Egyptische graven.



Ongeveer 60 à 70 jaar terug was dat een zeer gewelddadig spel en een halve eeuw terug kon tijdens een wedstrijd tussen twee mannen, de verliezer gewond of zelfs gedood worden. Hedendaags is het slaan niet langer meer toegestaan in deze vorm van stokvechten. In de stad Sohag, welke aan de rivier van de Nijl ligt in centraal Egypte, is er een school waar men deze krijgskunst levend houdt.



Zayed Abd El Naiem en Masry Abd El Fatha dansen met hun 'El Nabout' stokken als demonstratie van Tahteeb, een oude vorm van martial arts en dans, in Sohag, Egypte 2017

Tahteeb vereist veel vaardigheid en controle. Er zijn regels hoe men de stok moet vasthouden en welke slagen toegestaan zijn. Sommige slagen zijn bedoeld om te doden. Nu is deze martial art een niet-contact sport geworden.



Europa

In Europa gebruikte men verschillende vormen van stokwapens om zich te verdedigen. De lengte van de stok kon zelfs variëren van 2 tot 6 meter, met op het einde een steek- of snijwapen.



Stokwapens hadden een grote reikwijdte en waren meer dan andere wapens ook, geschikt om meerdere aanvallers op een afstand te houden. In de Europese middeleeuwen waren stokwapens de meest voorkomende wapens op het slagveld. Er zijn veel manuscripten teruggevonden, die technieken met deze wapens beschrijven.

Stokwapens waren uitermate geschikt voor de infanterie en ook zeer goedkoop om te produceren.

Het voordeel dat stokwapens hadden (ten opzichte van bijvoorbeeld het zwaard) was dat je de nodige afstand kon bewaren naar je vijand, terwijl je evengoed de capaciteit behield om iemand te doden.

Stokwapens werden echter ook massaal gebruikt in oorlogsapplicatie om slechts de vijand te verwonden...en niet te doden.

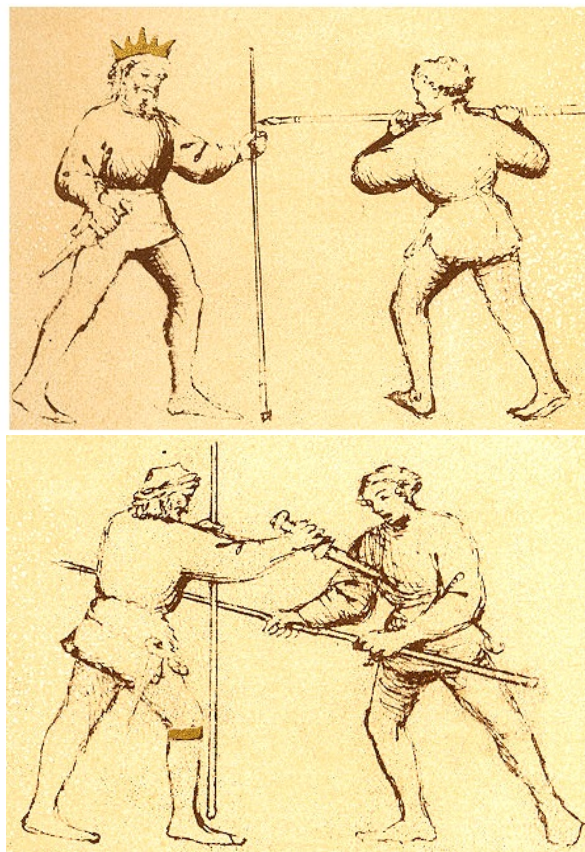
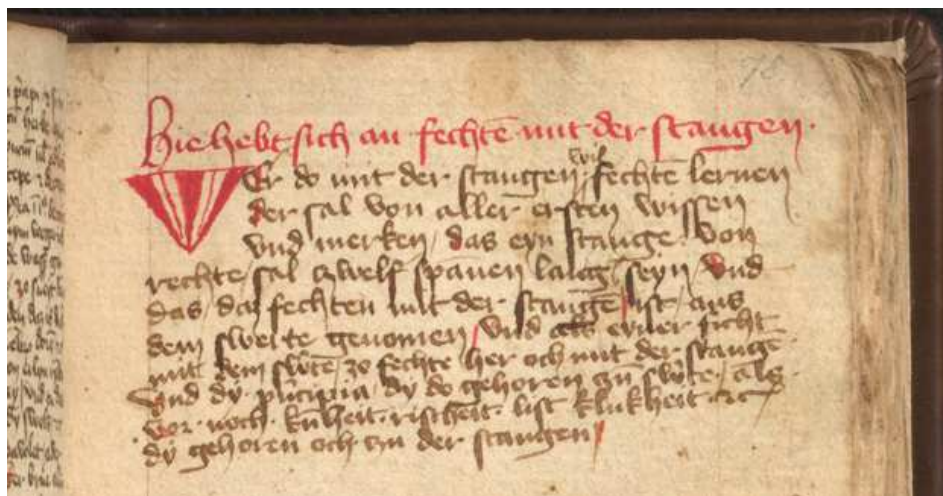


Duitsland

Het Germanisch Nationaal museum in Nuremberg (Duitsland) heeft een manuscript welke dateert van rond 1389, waarin de staf wordt beschreven. Onderstaande wordt o.a. beschreven:

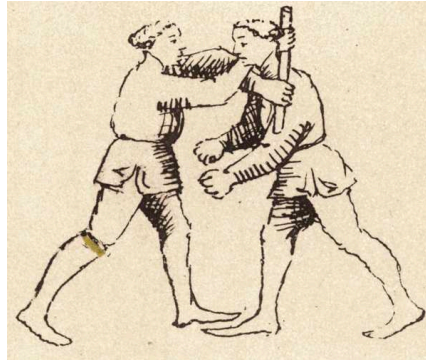
“Wie met de staf wil schermen, moet allereerst weten en opmerken dat een goede staf een lengte moet hebben van 12 span. De span is de afstand tussen duim en pink bij een uitgestrekte hand en ongeveer 20 cm. Het schermen met de staf komt voort uit het schermen met het zwaard. Men moet de staf gebruiken als een zwaard. Gebruik de principes zoals durf, snelheid, listen, intelligentie, enz ...”

Het hele werk vormt het begin van een gevechtsbeschrijving en in in tekstboekstijl die de leer van een echte meester vastlegd. De staf had een lengte variërent tussen 1,80 m en 2,40 m.



Ongeveer 20 jaar na bovengenoemd manuscript publiceerde Fiore dei Libere het *Flos Duellatorum* (in 1409 of 1410). Fiore had gestudeerd bij de Duitse schermmeester Johannes Suvenus (Johane dicto suueno), die hem beschreef als zijn belangrijkste leraar van de vele Duitse en Italiaanse meesters met wie hij aan het einde van de 14^e eeuw had gestudeerd. Fiore heeft één van de eerste geïllustreerde schermboeken opgesteld, die een mengeling van technieken laat zien. Hij beschrijft ook de korte staf in zijn boek:

“Met een korte staf bind ik je nek en als ik er niet in slaag je in de grond te krijgen, mag je jezelf gelukkig prijzen.”



Engeland

Quarterstaff of kwart-stok

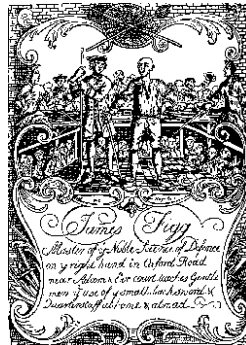
De oudste beschrijving van stoktechnieken, komt men voor het eerst tegen in Engeland rond de 15^e eeuw en dit in een Engels werk met technische informatie betreffende de *Quarterstaff*. De naam *quarterstaff* of kwart-stok verwijst waarschijnlijk naar het maken van de stok. De stok werd gemaakt uit hardhout en hiervoor werd een boom in vier gezaagd of gesplit. Een staf van lagere kwaliteit werd gemaakt uit een tak.

De naam kan ook afkomstig zijn van de manier waarop men de stok gebruikt. Eén hand in het midden en het andere halverwege het midden en het uiteinde. Het vastnemen is echter niet voorgeschreven in de oude geschriften.

Een andere theorie koppelt de lengte van de stok aan de gebruiker, een kwart langer dan de gebruiker.



In Engeland werd de kwart-staf vooral gebruikt tijdens de middeleeuwen en tot in de 18e eeuw. De hardhout staf had een lengte van 6 tot 9 voet (1,8 tot 2,7 meter), soms voorzien van een metalen punt, eindhulzen of pinnen.



Begin de jaren 1700 was de *quarterstaff* bekend als een sport en zelfverdedigingswapen. In Engeland werden er toen wedstrijden gehouden met de *quarterstaff*. Deze vechtkunst werd onder anderen gepromoot door James Figg, een beroemd podium gladiator. Na zijn afscheid van het podium in 1735, onderwees hij deze stijl aan jonge aristocraten in zijn eigen wapenschool in Londen's Oxfordstreet. Hedendaags kan men de kunst nog steeds beoefenen.

Hieronder enkele voorbeelden van gebruikte technieken in Europa, met een lange stok.



Canarische eilanden

Lucha del garrote (stokvechten)

Voor Canarische herders was “*el garrote*” (lange stok) een handig gebruiksvoorwerp. Zowel om zich al steunend op de stok door het landschap te verplaatsen, als om zich in sommige situaties mee te verdedigen.

Het doel van deze manier van vechten is het verslaan van de tegenstander zonder deze pijn te doen.

De meest opvallende aspecten van deze sport zijn:

- De unieke “*enganches*”, techniek die de tegenstander zijn stok immobiliseert
- De “*revoleadas*”, een opening creëren om aan te vallen
- De “*zapatas*”
- De “*trabas*”, waarmee de tegenstander omver wordt geduwd
- De manier waarop de deelnemers tegenover elkaar staan
- De lange sterke stokken die net zo lang zijn als de deelnemers zelf of zelfs iets langer.

Overigens is het niet de lengte van de stok die de doorslaggevende factor is, maar de manier waarop deze bewogen wordt om een tegenstander te verslaan.

Hun tactiek bestaat uit het gebruik van de stok om het lichaam te beschermen en tegelijkertijd de tegenstander aan te vallen. Hierbij wordt het lichaam recht tegenover de tegenstander geplaatst. Dit is de meest stabiele houding, waarbij men zich goed door “*el garrote*” kan beschermen. Tegelijkertijd worden, met de beide uiteinden van de stok, de karakteristieke bewegingen uitgevoerd, zoals “*el braceo*” en “*mudar los manos*”.





Azië

In vele gevechtdisciplines worden stokken al eeuwenlang gebruikt als wapen. Gaande van eetstokjes tot stokken van bijna drie meter lang. De stok is dan ook ongetwijfeld het oudste en het meest bestudeerde wapen. Hieronder een overzicht van enkele Aziatische landen.

Zuid-India

Silambam

Silambam is een op wapens gebaseerde Indiase krijgskunst die zijn oorsprong vindt in Zuid-India op het Indiase subcontinent. Deze stijl wordt genoemd in de Tamil Sangam literatuur. Verwijzingen in de Silappadikkaram en andere werken van de Sangam literatuur laten zien dat Silambam al sinds de 4^e eeuw voor Christus werd beoefend. Het is afgeleid van het Tamil woord silam, wat heuvel betekent. De term silambambu verwijst naar een bepaald type bamboe uit de Kurinjimala heuvels, het huidige Karala. Zo werd de stijl silambam genoemd naar zijn primair wapen, de bamboe staf. De staf werd gebruikt voor zelfverdediging en om dieren in de Kurinji heuvels af te weren en is later geëvolueerd tot de huidige krijgsvorm.



De oude stad Madurai vormde het middelpunt van de verspreiding van Silambam. De Silambam staf werd overgenomen door de Egyptenaren, Grieken en Romeinen en werd verspreid naar het Midden-Oosten, Europa en Noord-Afrika. Het Tamil koninkrijk dat Zuid-India en Sri Lanka omvatte, verspreidde het door Zuidoost-Azië.



Kalarippayattu

Kalarippayattu is één van de oudste krijgskunsten met oorsprong in Kerala, zuid-India. Ze gebruiken onder anderen lange flexibele stokken in een complexe serie van sprongen en ritmische slagen.

Deze stijl zou 2000 jaar oud zijn en door Indische boedistische monniken naar de Shaolin monniken in China gebracht zijn.



China

Gunshu

Chinees stokvechten (gunshu) is een onderdeel van wushu. Dit is de naam voor alle Chinese krijgskunsten. De stok is het oudste wapen ter wereld en wordt daarom in China de grootvader van de wapens genoemd.

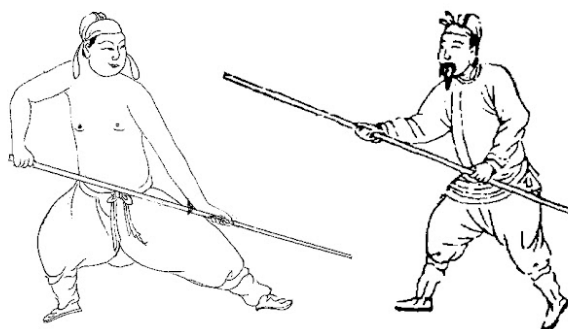
Chinees stokvechten is een zeer dynamische vorm van bewegen, waarbij het hele lichaam en vooral de schouders in actie komen. De bewegingen zijn sneller en krachtiger dan de Taiji handvorm en zwaardvorm. Toch werken ze in de stokvorm ook altijd vanuit de taiji principes: balans, concentratie, bewegen vanuit het centrum, ontspanning, afwisseling van yin en yang, vol en leeg.

Men leert een lange stok van ongeveer 180 cm hanteren, zowel in een solovorm als in duo. Hierbij komen aanval-, en verdedigingstechnieken aan bod.

Het verschil tussen de noordelijke en zuiderlijke stijlen is onder anderen zichtbaar aan de manier van het vastnemen van de gun 棍 (bo), zoals hieronder duidelijk zichtbaar is. De stijl van het zuiden (Nangun 南棍), komt overeen met onze manier van het vastnemen van de bo.

NORTHERN

SOUTHERN



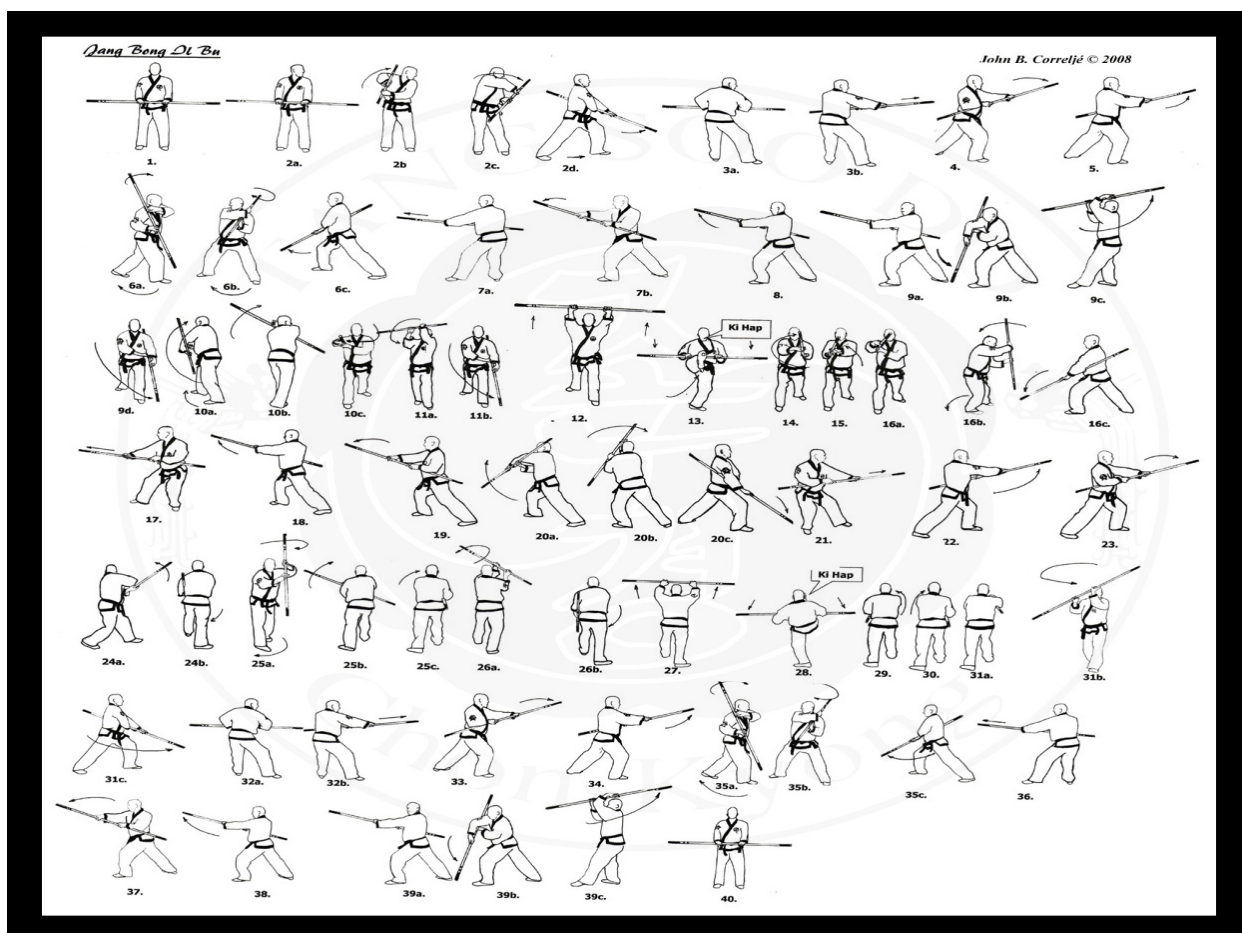
Er zijn verschillende kata's om het gebruik van de gun te oefenen. Hieronder een voorbeeld van een kata.



Korea

Jang Bong

In het Koreaans wordt de lange stok met “jang bong” aangeduid. Onderstaand een voorbeeld van een bo-kata.



Azië

In Chinese, Indiase, Indonesische en Filipijnse gevechtsdisciplines worden stokken in meerdere formaten als wapen gebruikt. We beperken ons hier echter tot de *bo*.



RyuKyu Koninkrijk – Okinawa

Okinawa

Okinawa is een eiland in de Oost-Chinese Zee en is het hoofdeiland van de Ryukyu-eilanden. Okinawa heeft een eigen taal en een eigen cultuur, die afwijkt van de Japanse cultuur. De inheemse taal heet *Uchinaguchi* en wordt door steeds minder inwoners gesproken.

In de 13e eeuw bestond Okinawa uit drie elkaar rivaliserende vorstendommen: Hokuzan in het noorden, Chuzan in het midden en Nanzan in het zuiden.

Sinds het eerste gezantschap van de Ming in 1372 Okinawa had bezocht, begon er zich tussen de eilandengroep en China een sterke relatie te ontwikkelen. In ruil voor de erkenning van de Chinese culturele suprematie (dit door een eed van trouw van de koning tegenover de Chinese keizer), kreeg het Koninkrijk Ryūkyū toegang tot handel met China, wat van groot belang was voor de rol die het zou gaan spelen bij de Aziatische handel.

Daarnaast kon het vorstenhuis zich door deze relatie legitimeren als onafhankelijke natie onder Chinese hegemonie, zolang de Ryūkyū zich maar schikte naar het Chinese ethische en culturele voorbeeld.

Eerste bezoek van Sapposhi, Chinese gezanten, aan Ryukyu.

Er wordt verondersteld dat begin de 15^e eeuw (1404) Sapposhi, Chinese missionarissen van hoge rang uit de Fuzhou provincie, de *bojutsu* technieken zouden hebben meegebracht naar de RyuKyu eilanden.

Sapposhi waren speciale gezanten van de Chinese keizer en een bron van cultuur uitwisseling tussen China en Okinawa.

Een twintigtal Sapposhi's kwamen met hun gevolg naar Okinawa. Bij hen zaten ook verschillende experts, waaronder verdediging experts.



Naast Okinawa werden er toen ook in Japan *bo* technieken geïntroduceerd vanuit China.