

Yi-chuan

Jan Kallenbach

Inleiding

de kennismaking met Yi-chuan liep in eerste instantie via het Tai-ki-kenpo van Sawai sensei



Sawai sensei demonstreert in Mas Oyama's honbu dojo 1968

Gedurende mijn allereerste verblijf in Japan in 1967 hoorde ik mijn kempo leraar **Sawai sensei** (1903-1988) vaak spreken over het budo in China.

Sawai sensei heb ik tijdens mijn training in het Kyokushin karate in Mas Oyama's honbu dojo in Tokyo ontmoet en onder zijn leiding heb ik kennis mogen maken met het wushu.

Sawai sensei heeft zelf lange tijd in China gewoond er veel gereisd en overal getraind. Hij sprak bovendien vloeiend chinees en kende de belangrijkste meesters. Hij was daardoor zeer goed op de hoogte van het chinese wu-shu..

Het gebeurde overigens in 1967 niet of nauwelijks, dat japanse budo leraren over chinese budo collega's of over hun wushu spraken en wanneer men er over sprak was het meestal niet in lovende zin.

Een van de redenen was waarschijnlijk dat destijds in 1967 het japanse budo zó in de belangstelling stond en met zichzelf bezig was - net als wij (de beoefenaren) trouwens - dat men op een enkel individueel contact na, nog weinig tijd had om zich te verdiepen in de chinese variant van de martial arts.

Wanneer men het er over had, dan werd er meestal over Tai Chi gesproken en daarvan vond men toch dat het niet in de schaduw kon staan van de japanse evenknie het karatedo of kenpo.

Bovendien was China in die tijd door de toenmalige politieke ontwikkelingen, waarvan ik met name 'grote sprong voorwaarts' en vooral de culturele revolutie (1966-1976) wil noemen, niet toegankelijk en konden we er ook niets over horen of zien om het te kunnen vergelijken.

Daar kwam nog bij, dat ik zelf bijvoorbeeld tot die tijd inderdaad met weinig anders kennis had gemaakt

dan Tai-chi beoefenaren en dat waren in die tijd zeker niet van die vigilante mensen dat ze op ons jonge jongens indruk konden maken.

In **Frankrijk** hadden we ondertussen al wel kennis gemaakt met **Hoang Nam** (overleden in 1992) een sino-vietnamees die het kung-fu en wushu daar als een van de eersten introduceerde.

Hoewel hij mooi kon bewegen, verloor zijn kenpo bij voorbaat al aan geloofwaardigheid als hij alleen al naast ons stond.

Deze opinie over de superioriteit van het japanse budo zou overigens in 1967 en 1968 gedurende mijn eerste verblijf in Japan door moderne budo-leraren als bijvoorbeeld Mas Oyama alleen maar versterkt worden.

Het was daarom zeker opmerkelijk te noemen dat Sawai sensei, als japans budoka een man van naam en notabene de budo tutor van Oyama, zich tegen over ons - japanse en europese kenpoka, veelal met een Kyokushinkai achtergrond- toch veel positiever en genuanceerder over het chinese budo uitliet.

Hij roemde zijn leraar -waarvan we het bestaan tot die tijd niet eens wisten- en gaf aan dat hij wel een hoge dunk had van het chinese budo en wushu leraren.

Hij onderrichtte de seniors in zijn Tai ki kenpo trainingen in de kwaliteiten van het chinese wushu en stuurde hen daarbij vooral in hun studie van het chinese Yi-chuan nei chia concept.

Deze benadering was voor mij nieuw en ik vond het een openbaring.

Zijn eigen budo achtergrond stond borg voor de externe momenten van het Taiki en anders was de externe kant bij de meeste leerlingen in hun vooropleiding wel zodanig aan bod gekomen, dat onze trainingsaanpak (ondanks deze voor mij 'soepelere' budo benadering en geheel andere aandacht voor het krachtenspel en de aandacht voor de meditatief-mentale momenten van het budo) ...in de contacten met andere budoka uiterst effectief en realistisch bleek.

Hoe Sawai sensei kennis maakte met het chinese wushu en met name Yi-chuan.

Sawai sensei kreeg van het toenmalige militaire regiem van zijn superieuren de opdracht de officieren van de japanse troepen in Masjoekwoe (Manchoerije) te trainen en te onderrichten in wat toen heette **Kodokan jujutsu**.

Hij gaf overal les en demonstraties en kon tijdens deze periode in China van 1931 tot 1946 veel reizen.

Sawai was afkomstig uit een traditionele bujutsu familie uit Satsuma in zuid japan en was opgeleid in iai-jutsu en het klassieke kenjutsu en ju-jutsu. Hij ging al vrij snel naar de Butokukai in Kyoto waar hij zijn verdere opleiding zou krijgen. Onder leiding van Tokusambo en Mifune sensei werd hij Kodokan jujutsu leraar en o.l.v. Naito Takaharu sensei: kenjutsu leraar.

Daarna ging Sawai nog naar de militaire academie in Tokyo.

Eenmaal in China zocht hij overal waar dat kon het chinese wushu op om het te bestuderen en te testen.

Net als hij oriënteerden zich in China trouwens nog wel meer budo mensen. Bekend is dat **So Doshin** (Shaolin kenpo) en **Ueshiba** (aikido) en **Yamaguchi Gogen** (Goju ryu karatedo) ook naar China zijn gegaan.

Sawai had de militaire rang van kolonel en was naast zijn opleidingstaak mogelijker wijze ook belast met het onderzoeken van bronnen van mogelijk chinees verzet in de chinese samenleving. Hij kon daardoor vrij reizen en deed dit incognito en meestal alleen.

Op een van zijn reizen hoorde hij van de fameuze Yi-chuan master **Wang Chang Chai** uit Beijing.

Hij besloot hem op te zoeken en uit te dagen.

Dit soort uitdagingen deed Sawai wel vaker en overigens geheel op persoonlijke titel. Dit moet in 1940 geweest zijn.

De chinezen wisten direkt met wie ze te doen hadden, toen Sawai master Wang ontmoette en uitdaagde. Wang kon de uitdaging dus niet vermijden of aan zijn senior-leerlingen uit besteden, zoals ook nog wel eens gebeurde.

Master Sawai was, naar wat ik begrepen heb, destijds kennelijk voorzien van een meer dan normale overtuiging van de superioriteit van zijn vechtkunst en daarbij zeker ook nog eens uitgerust met een zo mogelijk nog groter persoonlijk charisma om zijn bujutsu persoonlijk met anderen te meten en te testen. Sawai sensei moet dan ook beslist in ruime mate over deze laatste eigenschap hebben beschikt, want niemand dwong hem om dit soort persoonlijke (en laten we duidelijk wezen: in voor japanners vijandig gebied en dus levens gevaarlijke) uitdagingen aan te gaan!

Da Cheng Chuan

Sawai die over de fameuze Yi-chuan meester had gehoord en daar master Wang in de Shibao (Truth daily of China) het bericht had laten plaatsen dat hij bereid was om iedere zondagmiddag met een ieder -die zich daartoe in staat achtte- zich te meten in wat men toen noemde Da Cheng Chuan, zocht Wang op.

De chinese wushu literatuur heeft de legendarische ontmoeting van “deze gevreesde japanse kolonel” met hun nationale held Wang Chang Chai -ook wel de ‘chinese nationale hand’ genoemd- later uitgebreid weergegeven en daarbij uitvoerig melding gemaakt van de superioriteit van Wang.

Want... master Sawai kon Wang namelijk niet verslaan, noch met zijn ‘grappling techniques’ (vechtjujutsu), noch met zijn kenjutsu, waar hij een bo-ken zwaard voor gebruikte.

Sawai sensei vertelde ons later dat hij onder de indruk was geraakt van deze Wang. Voornamelijk omdat hij met zo’n grote reputatie er eigenlijk helemaal niet indrukwekkend uitzag en zeker geen gevaarlijke indruk op hem maakte.

Wang liep ogenschijnlijk heel nonchalant met een hand op z’n rug naar Sawai toe en liet Sawai de eerste aanval maken.

Sawai kon Wang nergens vastpakken en werd op zijn beurt tegengehouden door een verlamme pijn in zijn borststreek, daar waar Wang hem toucheerde.

Sawai sensei zei later, dat hij nog nooit met zo’n bijzondere strategie te maken had gehad en verbaasd was geweest door Wang’s combinatie van uiterlijke ontspannenheid en gigantische innerlijke kracht.

“Wang’s tien-hsue (atemi) power werkte verlamme en ik dacht dat ik hem hooguit nog de baas zou kunnen met mijn bo-ken.

Maar Wang weerde zich zo doeltreffend en effectief met zijn stok, dat ik inzag dat dit ook geen effect zou hebben!”

En... dit is zeer vermeldenswaard...Sawai sensei was uiteindelijk zó onder de indruk van Wang’s kwaliteiten en diens bijzondere vechtkunst, dat hij hem na afloop openlijk zijn eerbied betuigde, hem bedankte voor de strijd en vroeg of hij met hem kon trainen.

Dit werd meerdere keren geweigerd, maar uiteindelijk stemde Wang toe en Sawai sensei bleef van af toen in Beijing en werd zijn leerling.

Heeft iemand anders wel eens gehoord dat in een als hierboven beschreven situatie en in het toenmalige tijdsbeeld een japanse meester zo’n keuze maakte?

Ik denk dan ook dat het de onafhankelijke grootheid van geest is geweest van mijn leraar, die hem ertoe in staat stelde om te doen wat hij belangrijk vond. Sawai sensei stelde zich namelijk van af toen het doel naast kenjutsu en jujutsu zich ook serieus in het Yi-chuan te bekwamen.

Voor mij typeert dit niet alleen het karakter en de persoonlijkheid van mijn leraar, maar het is voor mij ook duidelijk dat Sawai echt onder de indruk was geraakt van de grote mentale mogelijkheden van dit nei-chia-budo.

En... zoals later zou blijken toen ik hem in 1967 voor het eerst ontmoette: het Yi-chuan /Tai-ki-ken verschaftte hem het juiste persoonlijke en geestelijke raamwerk waarin hij zich goed voelde, dat helemaal bij hem paste en hem toen ik hem jaren later ontmoette nog steeds inspireerde en waarmee hij -zoals hij zelf ook aangaf- dacht dat hij zich ook nog steeds verder dacht te kunnen ontwikkelen!

Als ik aan hem terugdenk en weer voor de geest probeer te halen hoe hij ons toen probeerde te inspireren en ons voordeed hoe je diende te bewegen, denk ik dat ik me goed kan voorstellen hoe Wang sensei moet zijn geweest en moet hebben bewogen.

Een stukje algemene geschiedenis, van Hsing-i tot Yi-chuan

Hsing-i noemt men wel een intern georiënteerde bokskunst. Het maakt deel uit van een drietal oude interne bokstradities, t.w. Tai-chi-chuan, Pa-kua-chuan en Hsing-i-chuan.

Het is dus een nei-chia bokskunst en vrij vertaald betekent **hsing** = vorm /materie /body, **i** = mind /gedachte / non-materie, **chuan** = vuist of methode

en zo zou je het Hsing-i, net als Robert Smith in zijn boek over Hsing-i: '**Body-mind Boxing**' kunnen noemen.

Het mag duidelijk zijn dat de kunst van deze methode doelt op de doeltreffende synthese tussen deze twee begrippen: body en mind.

De **i** en de **yi** worden nog wel eens door elkaar gebruikt en dat zou verwarring kunnen geven.

De chinese karakters doen dat niet. Die geven veel preciezer aan waarover de gebruiker het heeft en men schrijft in het chinees gecalligrafeerd de **i** dan ook anders dan **yi**.

'I' of 'yi' kunnen allebei 'mind' betekenen in algemene zin. 'Yi' in speciale zin kan behalve mind, ook betekenen dat het gaat om dat deel van de geest dat de ki aanzet en stuurt, laten we zeggen: de intentie waarmee je dingen doet.

Dan heeft **yi** ook de betekenis van wil of wilsinzet/ wilskracht/ intentie en zo kunnen we Yi-chuan vertalen als **Mind** (intention) **Boxing** zoals Wang sensei het graag wilde.

Iedereen heeft ondertussen toegang tot de wushu literatuur en kan zelf tot in de details lezen hoe Hsing-i Chuan is ontstaan. (lees bijv. Robert Smith, Hsing-i, Chinese Body-Mind Boxing):

Traditionalisten stellen dat het hsing-i zelfs tot **Ta Mo** en generaal **Yueh Fei** (960 - 1127) terug gaat, maar daar is toch te weinig historisch bewijsmateriaal voor.

Alhoewel ideeën en legendes altijd voortleven en worden doorgegeven en later wel is aangetoond dat Yue Fei de ontwerper is geweest van wat later een heel bekende en typerende nei-chia vorm is geworden, het **Ba-duan Chin** (de acht gouden zijde/brokaat oefeningen) die deel zijn gaan uitmaken van de Taiki en Yi-chuan training.

Via **Chi Lung-feng** de 'vader' van Hsing-i zullen er in de chinese provincies qua verspreiding twee scholen ontstaan: de Shansi-Hopei school en de Honan school.

Li-Neng-jan uit Hopei werd de bekendste vertegenwoordiger van die Hsing-i richting.

Hij kreeg een aantal volgelingen waarvan **Kuo Yun Shen** (Kaku Un Shin in het japans, overleden in 1892) de bekendste zou worden.

Hij kreeg de bijnaam '*Divine Chrushing Hand*' (lees Asian Fighting Arts:Draeger/Smith) en wordt voor ons interessant omdat hij Wang Chang Chai heeft opgeleid.

Ná **Kuo Yun Shen** zou het Hsing-i zich in drie richtingen verder ontwikkelen en verspreiden:

- a: **een traditionele richting en stijl**, die de traditionele poses hoofdzakelijk gebruikten,
- b: **een synthetische stijl** van Sun Lu-t'ang (overleden in 1933) die over al de drie contribuerende

- nei-chia vormen boeken schreef en daardoor o.a. grote bekendheid zouden krijgen,
c: **een natuurlijke stijl** die ontwikkeld werd door Kuo Yun Shen's leerling: **Wang Chang Chai**.
Wang benadrukte de ontwikkeling van 'yi' door zijn Zhang Zhuan training en noemde zijn richting **Yi-chuan**

De grondlegger van het Yi-chuan, O-sensei Wang-Chang-Chai (1885-1963)

Master Wang, geboren **Wang Yu sen** (japans: **O ko Sai**) was afkomstig uit de provincie Hebei in noord China.

Hij was een zeer druk en bezet en in de volle maatschappelijke belangstelling staand mens.

Hij had in zijn jonge jaren na zijn opleiding bij **Kao Un Shen** in het Hsing-i-chuan, van af zijn twintigste veel gereisd en zijn wushu met vele andere meesters vergeleken om zijn kennis en kunde te perfectioneren. Hij had zelfs met de monnik boxer **Xin Lin** van het Shaolin klooster getraind en met diens leraar Ben Hong gefilosofeerd over de oorspronkelijke trainingmethoden. Kortom Wang was niet alleen een veelzijdige en bekwame wushu atleet, hij was ook heel erudiet en zo geschoold dat hij met monnikken op het hoogste niveau kon discussiëren en filosoferen over de essentie van het wushu.

In 1913 wordt hij militair instructeur en vanaf 1918 gaat hij weer lange reizen maken om met beroemde Pa-kua en Tai-chi meesters in heel China te kunnen trainen.

In 1920 vestigt hij zich in Sjanghai en spreekt hij voor 't eerst van: Yi-chuan.

Wanneer hij zich in 1938 in Beijing vestigt is zijn reputatie zo gegroeid dat hij vindt dat hij zijn wushu als 'een erfgoed van de chinese martiale cultuur' aan den volke kan tonen om de mensen te inspireren.

Daarbij heeft hij zich zeker ook laten leiden door patriottische overwegingen, waarmee hij zijn chinese mede burgers wilde motiveren om gezonder te gaan leven en zijn collega's om hun wushu te vitaliseren.. Zo had Wang bijvoorbeeld in de krant de Shibao (Thruth Daily) een advertentie laten plaatsen, waarin hij aanbood dat hij iedereen die 'zijn wushu wilde proberen' op de zondagmiddagen de gelegenheid daar toe wilde geven.

Nu, daar kwamen nogal wat mensen w.o. ook buitenlanders, net als Sawai sensei, op af!

Door zijn persoonlijke successen en de effecten die zijn Yi-chuan op een ieder had, werd zijn naam hiermee voorgoed gevestigd en zijn reputatie was op een zeker ogenblik zo gegroeid dat collega wushu-masters zijn Yi-chuan in 1940 de erenaam **Da-Cheng-Chuan** gaven.

Wang kreeg persoonlijk de bijnaam: "**National Hand of China**"

Wang onderwees zijn Yi-chuan op latere leeftijd soms aan heel grote groepen beoefenaren te gelijk.

Hij noemde dit zijn 'algemene alledaagse Yi-chuan' geschikt voor allen die er voor open stonden.

Het was een soort bijzonder op Yi-chuan gebaseerd chi-kung (Yang Sheng kung) dat sterk gericht was op gezondheid en het mobiliseren van de geestkracht en vitale energie circulatie.

Aan een kleine en veel selectere groep van mensen die hij als leerling had aangenomen en met name aan die mensen die zich echt wilden specialiseren, onderwees hij zijn wushu vorm van Yi-chuan.

Van wege zijn successen had hij veel aanloop van mensen die van hem gehoord hadden, vooral toen hij zoals vermeld op zondag van één tot zes uur 's middags zelfs een inloop uur creëerde, waar hij via de krant 'masterhands' van alle stijlen welkom heette.

Veel wushu leraren wilden zich bij hem bewijzen en probeerden hem uit te dagen om zelf naam te kunnen maken.. Zo ging dat trouwens van oudsher in het klassieke wushu in China, maar heel vaak kwam men ook langs om Wang zelf te zien en met hem te discussiëren.

In feite had Wang nog veel meer succes met zijn alledaagse Yi-chuan lessen. Hij bleek in staat grote groepen mensen tegelijk het heilzame effect van zijn Yi-chuan bij te kunnen brengen.

Op latere leeftijd zou hij zich daar ook steeds meer aan weiden en zou zijn rechter hand **Yao Zong run** de

wushu trainingen onder zijn verantwoordelijkheid krijgen.

Wang kreeg een aanstelling aan een ziekenhuis in Beijing: de 'Academy of Traditional Chinese Medicine', waar hij mensen behandelde en Yang Sheng chi-kung gaf.

Ook al suggereert de bovenstaande tekst misschien het tegendeel, Wang was zelf zeker niet het prototype van een vechtersbaas of iemand die zich altijd moest waarmaken en aan de weg timmerde.

Integendeel, hij had meer weg van een gentleman, maar omdat hij in alle uitdagingen ongeslagen bleef en als hij eenmaal in actie kwam over ongekeerde krachten en een superieure techniek bleek te beschikken, beschouwde men hem van absolute en unieke klasse.

Wang's Yi-chuan vechters zouden op hun beurt ook bekend worden door hun Yi-chuan en faam verwerven. Senior leerlingen als Yao sensei waren niet alleen vechttechnisch heel goed en niet te verslaan, maar stonden daarnaast ook als goede burgers bekend.

Sommigen, zoals master **Li yuan ju** werden door Wang sensei aangewezen en gestimuleerd om zich te specialiseren. Li studeerde bijvoorbeeld - naast het wushu- traditionele chinese heelkunde bij een arts en vriend van Wang sensei.

Wang was zo intellectueel onderlegd dat hij zijn vechtkunst en ideeën kon staven met zowel klassieke als wel moderne inzichten en hij publiceerde regelmatig.

Het is dan ook heel jammer dat daar veel van is gestolen en vernield c.q. verloren gegaan door de culturele revolutie.

Ta-cheng is dus in feite een aanduiding van de grote kwaliteit van zijn gehele oeuvre.

Het staat voor: grote/ of boven alles verheven kunde ('*achievement*').

In het engels noemt men Ta Cheng Chuan daarom: '**Great Achievement Boxing**' ...

cheng = achievement = vervolmaking, een kwaliteit die men toekende aan Wang, zijn unieke gave van wushu en zijn leerlingen.



Wang's directe leerling master Li Yuan Ju 76 jaar in Bretagne

Yi-chuan

Yi-chuan

Om het Yi-chuan te begrijpen moet men de volgende essentiële uitspraak van Wang sensei kunnen plaatsen.

**“Big action is not as good as small action.
Small action is not as good as non-action
From non-action derives everything!”**

Daarnaast komen er een aantal kernwoorden achter elkaar aan de orde, achtereenvolgens:

* **Yi**

Het is daarbij verder van essentieel belang eens na te gaan wat sensei Wang met ‘yi’ bedoelde. Wang gaf aan dat: **yi = kracht**. Yi is een kwaliteit die volgens hem kon worden ontwikkeld door geestelijke disciplinerende in bepaalde staande meditatieve poses, waarbij men in staat moet zijn om te visualiseren.

* **Zhang zhuang pose**

De poses, houdingen die men moet innemen en aanhouden zijn absoluut voor een ieder toegankelijk, maar door hun eenvoud vergen zij een zekere toewijding en disciplinerende om ze te kunnen volhouden en om ze uiteindelijk te kunnen laten werken en de yi op te wekken.

* **Yu-gen**

Je moet je ‘actief stil’ kunnen houden en je daaraan kunnen overgeven.

Dit moet men overigens ook kunnen tijdens momenten van actie, waarin men naar ‘*stillness in motion*’ moet streven. Dit is een oud taoïstisch kerngegeven dat slaat op de ultieme beheersing. Men noemt dit principe dat door Wang sensei weer tot leven werd gebracht: **yugen**, ook wel ‘dynamic stillness’. Verder verwees Wang altijd naar zijn bovenstaande motto omtrent big action and small action.

* **Yuan chi.**

Diep kunnen ontspannen en je kunnen concentreren hoort hier ook bij en vormen samen met het ‘voelen’ de voorwaarden om te leren omgaan met de in ieder mens latent aanwezige ‘**yuan chi**’ (oorspronkelijke chi). Wanneer je deze yuan-chi kunt voelen, dan kun je leren om de chi te mobiliseren én door yi gestuurd te bewegen!

Wanneer een beweging door training de juiste ‘yi’ sturing heeft, is hij sterker. Daarom yi = kracht! Stil zijn of stil staan, kunnen de meeste mensen niet uit zichzelf, ook al vragen de meeste oefeningen niet meer dan dat je letterlijk ‘gewoon stil staat’. Dit is de disciplinerende die het Yi-chuan van de boefenaar vraagt.

Kenneth Cohen in zijn boek (Bantam books) ‘**the way of Qigong, the art and science of chinese energy healing**’ waarin hij uitgebreid over Sawai en Wang sensei schrijft noemt deze Zhang Zhuang trainings-principes en probeert ze te verklaren.

Hij schrijft:... ”**the Standing Meditation exercise is a one million dollar secret!**”

Wang sensei zegt zelf over zijn yi-chuan nei-chia geheim:” **the ordinary is the extraordinary...!**”

Het Yi-chuan was in feite zijn in 1920 uit de Hsing-i school ontwikkelde en verbeterde versie, waar de Zhan Zhuang poses als training (Ritsu zen training in ‘t japons) een belangrijke plaats innam.

Wang hanteerde overigens nog meer poses, maar deze ‘standing like a tree’ pose is de meest bekende geworden.

Het is heel trouwens boeiend om te zien hoe nú allerlei mensen (ook niet-budoka) er mee experimenteren en er a.h.w. bijna bij ‘zweren’, terwijl ze mij, toen ik deze trainingsprincipes bij mijn terugkomst in Nederland wilde introduceren

in '68 en de standing like a tree vorm liet doen, toen voor gek verklaarden.
Nu is er bijna geen Tai chi of chi-kung beoefenaar meer die deze vorm niet kent of gebruikt!

* **No forms,
use your original energy spontaneously.**

Wang sensei wilde met zijn yi-chuan een principieel nieuwe ontwikkeling inzetten met zijn wushu, omdat naar zijn mening alle andere wushu was verworpen tot louter fysieke training, waarbij het in feite alleen maar ging om puur uiterlijke vorm-beheersing. Vaak van ingewikkelde verplichte figuren zonder innerlijke betekenis of waarde voor de harmonische ontwikkeling van geest en lichaam.

Beoefenaren werden slechts beoordeeld op de hoeveelheid en ingewikkeldheid van de vormen die zij konden tonen, vond Wang.

Hun kung-fu ontbeerde iedere harmonische beheersing van innerlijke rust en spontane energie.

De meeste wushu atleten waren jaren achtereen alleen maar bezig met het bestuderen van een vorm en kwamen niet toe aan het voelen en ontwikkelen van hun potentiële energie.

Wang's Yi-chuan wushu was in feite een simplificatie van de essentiële elementen van het oorspronkelijke Ba-kua, Taichi, Hsing-i chuan en Shaolin chuan, waarbij hij alle franje en verplichte figuren weg had gelaten, maar bracht er een geheel nieuw en origineel uitgangspunt in: 'yi'.

Dat alleen, was op zich zelf uiterst vernieuwend en veel leraren waren het uiteraard niet met hem eens.

Het Yi-chuan en Taiki staan overigens nog steeds alleen in deze opvatting over de werkelijke essentie van wushu, en vinden dat de verplichte beheersing van vormen in feite alleen maar zullen afleiden van de echte persoonlijke groei van een budoka .

Master Li yuan ju legt het zo uit: **"...no need forms...why you need a form?...make your own form yourself!"**

Een andere uitspraak van hem aangaande dit zelfde probleem geeft misschien wel nog mooier weer waarom het gaat: **"...no need to teach a tiger tai chi chuan (to fight)..."** en tegen een leerling...**"you should become like a tiger!"**

Kent u overigens een budo/wushu stijl/school waar men géén verplichte figuren of vormen kent / moet trainen?

Ik denk 't niet. In dit opzicht is de Yi-chuan methode uiterst uniek, maar daardoor zonder goede motivatie of een goede leraar ook moeilijker vol te houden.

* **Body-mind discipline = Ta cheng chuan**

Wang vond dat het zaak werd terug te gaan naar de meest oorspronkelijke bronnen van alle nei-chia: het Chinese Taoïsme, het Boeddhisme en 't Yoga, die hij daartoe ook uitgebreid bestudeerd had.

Op basis van de spirituele trainingmethoden van deze bronnen en op basis van zijn ervaring in kung-fu en vecht-ervaring in het wushu, wilde hij veel meer en vooral veel directer (zonder de omwegen van vaste vormen) de *oorspronkelijke krachten* in mensen *mobiliseren en vrij maken*.

Hij creëerde daartoe een unieke methode die door zijn mentale trainings mogelijkheden boven de andere trainingvormen en stijlen kon uitgroeien en zich er boven zou verheffen: de methode van de vereniging van lichaam en geest de **'Zhan Zhuan Kong'** methode.

Heel bijzonder is dat hij de mensen door middel van deze methode eerst weer helemaal stil wilde leren worden, door stil te staan en zich te openen en leeg te worden (samadhi), om vanuit deze ervaring later des te energieke, alerter, spontaner te kunnen reageren, bewegen en vechten.

Alhoewel deze "chan" oefening in het oorspronkelijke boedhisme bekend was, wist Wang sensei hem heel deskundig te gebruiken en de juiste plaats in zijn training te geven en vooral zelf ook goed toe te passen.

Meerdere bronnen beschrijven dat de **"gentle looking mr.Wang more looked like a clergy man than a fighter, until the very moment he would come into action... He could become like a whirlwind or a**

fighting tiger!”

Het opwekken van yuan-chi zou de essentie worden van het Yi-chuan en omdat zijn Yi-chuan op andere nei-chia stijlen was gebaseerd, maar er absoluut niet op leek, had het een unieke veelzijdigheid en tevens zo'n grote eenvoud dat men vond dat men 't niet anders kon benoemen dan “Ta Cheng”.

Wang sensei heeft om allerlei redenen (en zeer waarschijnlijk ook politieke) deze erenaam lang naast het Yi-chuan gevoerd en laten bestaan.

Op een zeker ogenblik echter vond men (en met name Yao sensei) dat men na Wang sensei's dood in 1963 de oorspronkelijk naam Yi-chuan weer moest voeren, omdat dit naar hun mening de enige principiële juiste naam was.

Sawai sensei noemde in 1967 beide namen maar ging bij zijn japanse naamgeving uit van Ta-cheng-chuan, dat in het japans: als Tai sei ken werd uitgesproken.

Er is ondertussen veel literatuur ontstaan waarin men alleen de Ta-cheng-chuan aanduiding gebruikt.

Bovendien zijn er door de diaspora ten gevolge van de culturele revolutie en andere redenen een aantal externe leerlingen ontstaan, zoals **Wang Xuan Jie**, die de naam Ta Cheng Chuan wél blijven voeren.

Wang sensei richtte zich zoals gezegd op latere leeftijd sterk op de medische en mentale gezondheidskant van Yi-chuan.

Zo zijn er foto's bekend geworden van Wang en zijn senior students waar op openbare lesdagen honderden mensen in een bekende Yi-chuan pose staan, zoals op het Tien an Mien plein in Beijing.

Sawai sensei kwam in 1940 na zijn gevecht met Wang in Beijing wonen met zijn gezin om met Wang te trainen.

In feite zou hij met zijn voorliefde voor de martiale vorm en de effectiviteit van het Yi-chuan allengs steeds meer met Wangs' beste vechter: master **Yao Zong-run** (1917-1985) gaan optrekken en trainen. Beiden zouden budo vrienden voor het leven worden.

Dao Shi-ming (1921-1997) die wij in 1993 in Beijing mochten ontmoeten en nog de 'armen mee hebben mogen kruisen', vertelde ons dat hij door Wang werd aangewezen als Sawai sensei's trainingshulp om samen mee te trainen en om hem terzijde te staan..

Opmerkelijk is natuurlijk verder het gegeven dat Sawai in 1942 zelfs ontslag nam uit het leger.

Toen Japan gecapituleerd had en het -ondanks de hulp van O-sensei Wang en de Yi-chuan groep- niet langer veilig was in Beijing, ging Sawai met zijn gezin in 1946 geholpen door zijn chinese vrienden terug naar Japan.

Daar zou hij met toestemming van Wang het Yi-chuan onderrichten.

Om het voor de jappers begrijpelijk te houden noemde hij het **Tai Sei Kenpo**, de japanse equivalent en letterlijke vertaling van Ta Cheng Chuan.

Sawai wilde als japper met de autorisatie van Wang en met zijn eigen ervaring japs budo creëren en dit een eigen naam geven.

Hij verving later het karakter 'sei' voor 'ki' omdat dit volgens hem toch nog meer aangeeft dat het universele principe: "het leren omgaan en het leren beheersen van de twee grondkrachten yang en jin en ki sturing' het ultieme doel is".

Het oproepen van het spanningsveld van yang en jin wekt 'ki' op en het is nu eenmaal deze ultieme beheersing die het **Tai-ki-kenpo / Yi-chuan** ten ene male kenmerkt.

Zo kwamen wij in 1967 in feite als eersten in europa via onze japanse leraar Sawai in contact met het

chinese wushu en zouden wij er allengs steeds meer en beter begrip voor krijgen tot het ook ons niet meer los zou laten.

Dit begrip zou de nodige aanvulling krijgen van chinese vrienden en collega's die Sawai sensei kwamen opzoeken om met hem te trainen.

Zo kregen we contact met **Oshi Os** sensei, een van de eerste chinese Tai-chi leraren in Japan, die in Yokohama les gaf en natuurlijk de onvergetelijke master **Wang Shu chin** die zo nu en dan van uit Taiwan over kwam.

Wang Shu Chin die men in Japan **O-ju-kin** noemde, heeft veel met onze Taiki ploeg gewerkt en enkelen gingen Tai-chi bij hem trainen, zoals o.a. Royama Hatsuo en Saito.

Wang demonstreerde in de Tokyo Budokan voornamelijk zijn Pakua en Taichi en imponeerde ons vooral door zijn onkwetsbaarheid tegen trappen en stoten, die hij overal kon hebben en inderdaad moeiteloos leek te kunnen incasseren en verwerken.

Diegenen die in zijn buik probeerden te stoten, moesten nog oppassen ook dat Wang niet plotseling op het moment van raken zijn buik uitzette, want daarmee heeft menigeen zijn pols verstuikt.

Wang's antwoord op de vraag hoe hij dat allemaal kon...was stevast: "by Ki".

Wang had vroeger ooit bij O-sensei Wang Chang Chai getraind en was zo de brother boxer van Sawai geworden.



Master Dao Shi Ming 71 jaar tussen Marshall MacDonagh en Jan Kallenbach in Beijing '93

Directe leerlingen van Wang Chang Chai

Op studie reis naar onze roots in China vonden Marshall MacDonagh en ik in Beijing de Yi-chuan leraren Cui Rui Bin leerling van Yao sensei en Dao Shiming directe leerling van Wang sensei.

Tijdens mijn bezoek aan de Academie voor Lich.Opvoeding van de universiteit van Beijing (BIPE) in 1993 leverde privé onderzoek en de hulp van het **China Wushu Research Institute** ons de wetenschap op, dat er nog acht beroemde en directe leerlingen van O-sensei Wang in leven moesten zijn.

Met behulp van de toen nog levende leraar **Dao Shi ming** (1922 -1997) en master **Li Yuan ju** hebben we ze alle - op een na- weten te traceren, zodat we kunnen zeggen dat er nog zeker 7 lesgeven.

Ondertussen hebben we ook dat Wang's dochter (mrs. **Wang Yu Fong** 75 jaar nu) nog leeft en heel actief is en lesgeeft in Beijing.

Zij is onlangs naar Europa gekomen en heeft ons in januari 2000 lesgegeven in Parijs en Orgeval)

Er zijn vroeger 22 ‘oorspronkelijke deshi’ door O sensei Wang erkend en door hem gekwalificeerd om les te geven.

De meesten zijn al lang een natuurlijke dood gestorven of eerder overleden tengevolge van vervolging van het chinese regime. Het zoeken werd dan ook bemoeilijkt doordat veel leraren ten tijde van de communistische machtsovername naar veiliger oorden zijn gevlucht en daar zijn gebleven.

Yao Zong run werd als meest strijdbare en allerbeste leerling in 1940 de directe en *officiële opvolger* van Wang.

Sawai Kenichi werd in 1946 zijn vertegenwoordiger in Japan en onderwees aldaar **Tai ki kenpo**.

You Peng shi, wordt beschreven in het boek van Jan Diepersloot (*Warriors of Stillness*)....evenals

Hang Xing Yuan die woonachtig is in Hongkong, beiden zijn in Amerika geweest.

Zijn broer **Han Xing Qiao** leeft ook nog.

Yu Yong Nian (geb.1920) is ondertussen al 2 maal in Frankrijk geweest. Deze leraar propageert meer de gezondheidskundige kant.

Yu is zelf blijven spreken van Da Cheng Chuan. Yu is tandarts en heeft voor en tijdens de W.O.2 in Japan medicijnen en tandheelkunde gestudeerd. Lam Kam Chuen in Londen heeft veel contact met hem.

Verder kennen we nog **Yang Shao geng...** ‘teaching *somewhere* in China’ en master **Zhang Zhong**, plus minus 75 jaar nu en nog steeds lesgevend in Beijing, net als **Zhao Hua Fang**.

Tot ons grote geluk hebben we sinds via Yu Yong nian in 1996 **master Li Yuan ju** in China opgespoord. Deze unieke leraar komt sindsdien regelmatig over naar Europa en is dan te gast in onze Taiki dojo in Amsterdam.

Master Li Yuan Ju, is nu 76. Hij is moslim en in leven en doen een waarachtig voorbeeld van Yi-chuan.

Hij heeft de afgelopen jaren veel lesgegeven bij mijn franse collega en Taiki leraar Jeanluc Lesueur.

Master Li, heeft O-sensei veel geassisteerd in diens therapeutische werk en daardoor veel gewerkt in ziekenhuizen. Hij is naast T.C.M. dokter ook professioneel schilder en calligraaf.

Hij heeft als jonge jongen vroeger een unieke opvoeding gehad en is o.a. naar een Amerikaanse kostschool geweest waardoor hij nu nog wat engels spreekt en we ons met hem kunnen verstaan..

Na deze direkte leerlingen zijn er een aantal *derde generatie leerlingen* die al grote bekendheid genieten



v.l.n.r. Jeanluc Lesueur, master Li Yuan Ju, Marshall MacDonagh en Jan Kallenbach
voor de shinden thuis

W.o. directe leerlingen van master Yao t.w.: master **Cui Rui Bin** die in 1995 een groot Yi-chuan gezondheids en trainings instituut ten noorden van Beijing heeft geïnstitutionaliseerd; de beide **Yao tweelingbroers**, zonen van master Yao Zon run, beide woonachtig in Beijing, zij onderhouden het contact met de Taiki scholen in Japan en zelfs in Polen.

In Gothenborg in Zweden werkt Tai ki kenpo leraar **Marshall MacDonagh**. Hij heeft les gehad van Sawai sensei en Dao Shi ming en Cui Rui Bin, die al een traingingsstage verzorgd heeft in Zweden en Londen..

In Italië geeft op uitnodiging **Sun Li** les. **Mr.Agostini** in de Budokan in Florence nodigt hem vaak uit. Hij is 46 jaar en vanuit Beijing naar Tokyo geïmigreerd. Hij is een leerling geweest van Dao Shi Ming en werkt samen met **Hatsuo Royama** technisch directeur van het japanse Kyokushinkarate en Taiki leraar. Sun Li geeft in Japan les onder de naam '**I-ken**'.

In Frankrijk geeft **Jeanluc Lesueur** les in Yi-chuan als leerling van master Li en in Taiki als leerling van master Sawai en in Boulogne Billancourt geeft **Jaques Legree** les in een van de grootste dojo's van Frankrijk: de A.C.B.B. dojo in Taiki kenpo.

In Frankrijk is daarnaast nog **Ilias Calimintzos** als Yi-chuan leraar actief. Hij heeft de 'Academie Nationale de Kungfu Wushu en QiGong' (ANKF) opgericht. Calimintzos heeft bij Yao Zong Run getraind en heeft een Yi-chuan videoband geproduceerd.

Jan Kallenbach

Verder heeft de schrijver dezes destijds de opdracht op zich genomen om als hoofdleraar Sawai sensei's Taiki kenpo discipline te demonstreren en waar mogelijk te onderwijzen. Bovendien is hij als leerling van master Li Yuan ju, door hem bevoegd Yi-chuan leraar geworden en met diens hulp derhalve sterk betrokken bij en verantwoordelijk voor het onderwijs in het nei-chia wushu en met name het Yi-chuan.



‘...it all started here...’

**Sawai sensei en Jan Kallenbach met Royama Hatsuo op achtergrond in hay-training
in de Meiji jingu schrijn in Tokyo 1967**

Jan Kallenbach

p/a Academie voor Lich. Opvoeding

Willinklaan 5 1076 SL Amsterdam

**tel. 020 - 5995 800/ 822
privé 020 - 6313124**

**email J.H.Kallenbach@alo.hva.nl
email kallenbachdejong@hetNet.nl**