



Wado Ryu Academy Sei to Do

Wado Ryu bij de IMAF

Als één van de vertegenwoordigers en examinatoren van de Wado Ryu Karate Do binnen de IMAF Nederland wil ik het Wado promoten in artikelen en columns. De kennis die ik heb opgedaan in mijn lange loopbaan als Wado instructeur wil ik graag delen.

In mijn vorige column schreef ik over veel trainen brengt vooruitgang in niveau. Wat houdt dat in? Hoe meet je vooruitgang, wat moet je precies doen of kunnen?

In veel karateboeken lees je over het begrip SHU-HA-RI. Wat betekent Shu-ha-ri precies en past de betekenis cq inhoud bij iedereen? Ik zal proberen dit uit te leggen met mijn visie en achtergrond en verwijs daarnaast graag naar andere bronnen.

Shu-ha-ri, zijn drie training leerstadia en die betekenen afzonderlijk: **(SHU)** correct aanleren en volgen: **(HA)** omarmen, Leren beschermen en eigen maken: - **(RI)** breken met de vorm. Correct aanleren is letterlijk de leraar volgen en kopiëren. (Omote)
Leren de vorm beschermen en eigen maken is zelfstandig trainen. (Ura)
Breken met vorm is: de vorm loslaten en kunnen combineren naar eigen kunnen. (Henka)
Omote, Ura en Henka zijn de begrippen binnen de uitvoerende stadia van de ontwikkeling.
Om toch enige richting te geven aan de betekenis van deze begrippen waag ik mij aan een uitleg.

Shu-ha-ri in verhouding tot - Omote – Ura – Henka

De drie begrippen Omote, Ura en Henka zijn sterk verbonden met het begrip Shu-ha-ri.

Letterlijk vertalen doet geen recht aan de volledige inhoudelijke betekenis van het begrip Shu-ha-ri. Wat Shu-ha-ri en de inhoudelijk aangegeven niveaus van Omote, Ura en Henka werkelijk betekent ligt meer in de culturele werkelijkheden van de Japanse Budo cultuur. Individualiteit is niet iets dat vanzelfsprekend in de Japanse Budo cultuur. Hiërarchie is belangrijker en werd/wordt vaak bepaald op basis van afkomst, leeftijd, anciënniteit en oudste rechten.

De Japanse Samoerai klasse, ook wel als Bushido aangemerkt, stond lange tijd hoog in aanzien en was verdeeld in verschillende sociale klassen. Afkomst en rangorde waren binnen de Bushido en de Koryu*, waar men deel van uitmaakt, onderdeel van de anciënniteit. De koryu, waar je deel van uitmaakte trainde voornamelijk de klassieke Jujutsu en Ken-jutsu vormen. Deze vormde de basis voor de modernere vormen van Bushido vechtsporten die later ontwikkeld werden en waarvan de naam eindigt met Do. Judo, aikido, kendo, karate-do enz. Allen ontwikkelden vormen zoals wij die kennen van diverse Japanse grootmeesters van het eerste uur. Jigoro Kano voor het Judo, Morihei Ueshiba voor het Aikido en Gichin Funakoshi de grondlegger van het moderne Karate do. Iets later volgde andere grootmeesters die karatestijlen ontwikkelden. Hironori Otsuka is de grondlegger van het Wado Yoshin Ryu jiu jitsu kempo nu bekend als Wado Ryu.

(*Koryu is de clan/stam waartoe Samoerai behoorden)

SHU 守
HA 破
RI 離

SHU (Omote) *Is de uitvoering van kata en kumite in de precieze correcte vorm voortkomend uit de koryu, de leer die blindelings gevolgd moet worden. Kopie van de leraar. Dit is een fase die iedere leerling doorloopt en deze kan lang duren. Soms wel een leven lang zoals je vaak tegenkomt in sportscholen. Leerlingen blijven de leraar of leraren volgen en kopiëren.*

HA (Ura) *Is de uitvoering van kata en kumite in toepassing op de niet logische vorm voortkomend uit de Koryu. Binnen en buitenkant verdedigen (met de andere voet voor staan). Gyaku hanmi ipv Ai-hanmi. Ura is dus het begrijpen van de bewegingen en deze op verschillende manieren kunnen toepassen. (Jodan, chudan, gedan, soto en uchi) dit is een stapje hoger waarmee de leerling werkt met de lesstof verkregen in een eerder stadium. Ook dit niveau zie je vaak in de dojo. Goede karateka's die strak in de leer zitten van hun leraar.*

RI (Henka) *Is een variatie van persoonlijke ontwikkelde vormen van kata en kumite verkregen door inzicht door oefenen. Een lastig en moeilijk te behalen stadium waarin je alles wat je geleerd hebt naar eigen inzicht gebruikt en of aanpast. Het los laten van je leraar. Je past technieken toe die jij goed kan. Daar komt het gezegde 1000 (duizend) herhalingen en dan komt de ware ik naar boven. Volgens mij is dat het niveau waar Otsuka sensei je naar toe wil brengen met zijn Wado systeem. Uitvoering op de beste manier is niet voorbehouden aan één vorm.*

In Japan is het historisch gezien “enigszins” ondenkbaar dat de leer van de koryu werd doorbroken. Veranderen van technieken kwam niet voor. De traditie wordt gevolgd. Dat hebben de Japanners lang kunnen volhouden. Totdat het Judo, Aikido, Jiu-jitsu en Karate werden ontwikkeld (alle ontwikkeld uit verschillende Koryu's) en in het westen bekend raakte werden technieken soms wel degelijk verbeterd. Westerlingen waren in competitie soms beter dan Japanners. Zij wonnen grote toernooien zoals in het Judo, en werden daardoor hoog gegradueerd. Anton Geesink en Wim Ruska waren binnen het Judo op wedstrijdgebied de voorlopers.

De kern van mijn verhaal is dat Shu-ha-ri belangrijk is voor de ontwikkeling van in dit geval de karateka of Wado-ka. Shu-ha-ri is een leerweg in drie fase. Persoonlijk denk ik dat deze niet specifiek uniek is voor alleen deze groep, eigenlijk geldt dit principe voor iedere leerweg in het leven.

Het motto voor het trainen van Bushido is:

Shon gai Budo – *een leven lang Martiale Arts met als doel Jin Kaku Shuyo – het creëren van een gedisciplineerde, evenwichtige, eerlijke persoonlijkheid.*

Of SHINGI ICHINYO - *het lichaam traint de geest -- de geest traint het lichaam.*

Ook denk ik dat het helemaal doorlopen en eigen maken van Shu-ha-ri niet voor iedereen is weggelegd. Simpelweg omdat de wil er niet is, of dat de wil niet haalbaar is of. Kijkend naar het karate is het zo dat niet alle karateka's de zelfde ambitie, tijd of het fysiek hebben voor verdieping, maar wel met plezier naar de trainingen komen. En dat staat voorop en is het belangrijkste.

Trainen voor een hoger niveau met bijvoorbeeld als doel, kennis vergaren en dit over willen dragen kan een motivatie zijn om een hoge dan graad te behalen. Trainen op hoog niveau kan ook een doel op zich zijn om meer persoonlijke kennis en ervaring op te doen, leren van en door een ander, en dat is onderdeel van Shu-ha-ri.

Tot zover mijn beperkte uitleg van het begrip Shu-ha-ri. Er is meer te vinden in de Budo literatuur over dit begrip. (zie ook het boek: *Shindo yoshin Ryu (History and technique – van Tobin Treadgill and Shingo Ogami)*)

Opmerkelijk is dat ik in mijn zoektocht naar literatuur over het Wado (*expliciet*) van de grondlegger Otsuka Hironori weinig tot niets kan vinden dat door hemzelf is geschreven. Er zijn een paar historische documenten van de hand van Otsuka die in te zien zijn in Japanse universiteit bibliotheken. Maar niet allemaal vertaald in het Engels. Wel heeft hij twee boeken geschreven die nog steeds verkrijgbaar zijn. WADO RYU KARATE by Hironori Otsuka. (ISBN 0-920129-18-8) hierin beschrijft hij de eerste negen kata van het Wado. (*de vijf pinan kata, Kushanku, Naihanchi, Sheisan, en Chinto*)

Het andere boek (uit midden jaren '70) blijkt na een eerste oplagen te zijn uit verkocht en niet meer te verkrijgen.

Uit overlevering, schriftelijk of wel mondeling wordt gesuggereerd dat Otsuka niet graag schreef over zijn kennis van technieken. Hij vond dat het moeilijk was omdat volledig op te schrijven, dat schrijft hij zelf in zijn boek "Wado Ryu Karate Hironori Otsuka (ISBN 0-920129-18-8)"

Ik denk dat Otsuka al zijn kennis in het Wado systeem heeft verwerkt met de gedachten dat door training het ware inzicht komt. In het Wado is alles met elkaar verbonden. Niets is toeval: er is opbouw van lichaamsmechanica, techniek, van externe naar interne kracht en inzicht.

Dat is waarom SHU-HA-RI - mij erg aanspreekt, veel training brengt inzicht en hopelijk een goed niveau.

Daarnaast vind ik dat de uitleg over de drie stadia van SHU-HA- RI - (**SHU**) correct aanleren en volgen: (**HA**) omarmen, Leren beschermen en eigen maken: - (**RI**) breken met de vorm een goede basis vormen voor graduatie. Welke niveaus horen dan bij die drie individuele stadia? Daar wil ik in mijn volgende column graag op terugkomen. Thema - Graduatie of belonen?

Willem Bosma, 6° Dan Wado Ryu.