



# Kendo: de weg

Of: waar geen wil is, is een weg

**KENDO, HET JAPANSE ZWAARDVECHTEN, lijkt op het eerste gezicht niet meer dan een gewelddadig met stokken op elkaar inhakken. Of hoogstens een spel van het behouden van het eigen midden en het verstoren van dat van de ander. Filosoof en kendokampioen Henk Oosterling doordenkt de grondbegrippen van het kendo als zen in beweging.**

winer 2003

20



kwartaalblad boeddhisme

**H**et is 1980, 9.30 uur 's morgens ergens midden in Tokio. De vochtigheidsgraad is 96%. Buiten is het 40° Celsius, binnen 40° koorts. De bovenverdieping van het hoofdbureau van politie heeft zoals nagenoeg ieder bureau in Japanse steden, één verdieping met een judo-*dojo* (trainingshal) en één met een *dojo* voor het zwaardvechten. Daar word ik, tollend van de koorts en nauwelijks in staat me staande te houden, door een 70-jarige man, een van de *sensei* (leraren), van de ene hoek van de *dojo* naar de andere gejaagd.

Er is geen wil, dus is er geen weg. Eigenlijk wil ik alleen maar weg. Om mij heen klinken de ijselijke kreten van mijn mede-kendoka: allen 'bewandelen' ze de weg (*do*) van het zwaard (*ken*). De zwaardvechters,

stevig ingepakt in kendo-uitrusting met handschoenen (*kote*), borstplaat (*do*) en masker (*men*) en gekleed in de traditionele rok (*bakama*) en jas (*gi*), gaan elkaar ogenschijnlijk chaotisch te lijf met bamboezwaarden. Ze slaan door zonder door te slaan. Er komt geen eind aan de jacht van de *sensei* op mijn getormenteerde lichaam, dat tussen de koortsrillingen door alleen nog maar automatisch reageert. Het lichaam waaruit iedere intentie is verdwenen, doet het werk. Het enige wat 'ik' op kan brengen is: blijven gaan. De *sensei* kijkt voor de verandering nu niet eens nors en verveeld, ook al heeft mijn schutterige overmoed plaatsgemaakt voor een door volstrekte belangeloosheid ingegeven onverschilligheid. Er is geen redden meer aan. Als de *sensei* na 15 minuten een eind aan de marteling maakt, ik



# van het zwaard

wezenloos afgroet en naar mijn plaats terugstompel, dribbelt de sensei achter mij aan en glimlacht hij door het ijzeren raster van zijn masker: 'Very, very good!!' Achteraf heb ik veel over deze opmerking nagedacht. Langzaam drong zich het fysieke inzicht aan mij op dat er juist daar waar geen wil is, een weg is.

## Korte geschiedenis

De gemiddelde kendoka die tijdens deze beproeving om mij heen wervelt, beoefent het kendo al zo'n twintig jaar. Als politieagent hebben deze kendoka formeel een bureaubaan. Maar in feite zijn ze vrijgesteld om zich geheel aan deze oer-Japanse sport te wijden. De Keishicho levert al jaar en dag nationale en wereldkampioenen af, wat vanzelfsprekend veel prestige oplevert. Kendo is groot in Japan. Het wordt niet alleen bij de politie en in het keizerlijk paleis door semi-beroepssporters beoefend. Het is ook een 'vak' op lagere, middelbare en hogescholen en kent een eigen cultuur op universiteiten, waar de bestudering van haar geschiedenis, bewegingsleer en (neuro)fysiologie een wetenschappelijk statuut heeft.

Kendo komt voort uit de Japanse samoerairtraditie. Het was als levensweg (*do*) van de krijgerkaste (*bu* of *bushi*) verankerd in de politieke structuur van het feodale Japan en gaat terug tot de 11e eeuw. Bushido of budo hield tot de pacificatie van Japan in de 17e eeuw een ridderlijke 'levensstijl' in, met een bijbehorende ethiek en spiritualiteit, onder andere beschreven in Jocho Yamamoto's *Hagakure*. Als spirituele levensweg vond het zijn ultieme uitdrukking in absolute zelfverloochening, culminerend in de *harakiri* – het buik snijden – of *seppuku*. Kendo is de sportvariant van het daadwerkelijke zwaardvechten, het *ken jutsu*.

In het Westen is kendo minder bekend. Rond 1980, het jaar dat ik voor het eerst naar Japan vertrok, waren er in Nederland een kleine honderd beoefenaars – waaronder overigens een aanzienlijke groep vrouwen – verspreid over een kleine zes dojo in Nederland. Vanaf 1985 komen er kaderopleidingen, begint Nederland in Europees verband tot de toppers te behoren en zet er een exponentiële groei in. Nederlands kendo stelde rond 1980 niet veel voor. De gemiddelde Japanse kendoka wiens zwaardpunt mij in Tokio tot rade-





loosheid dreef, was al gauw een kleine twintig jaar bezig. Sommige leraren hadden al meer dan vijftig jaar training achter de rug. Daarbij viel het luttele jaar dat ik er bij aankomst in Japan op had zitten, volledig in het niet.

### Het midden: *hara* & *ki*

Mijn eerste halfjaarlijkse verblijf was dan ook vooral een keiharde les in bescheidenheid. Naast veel vegen en schrobben, bestonden mijn bezigheden van 's morgens tot 's avonds laat uit het oneindig herhalen van een en dezelfde beweging: het technisch verfijnd zwaaien met een zwaard, zij het vertaald naar elke denkbare situatie en in elke denkbare combinatie, alleen of samen met een partner. Deze basisvormen komen terug in de gestandaardiseerde bewegingsreeksen – *kata*, of basisvormen – die we niet alleen in budosporten maar ook in bloemschikken (*ikebana*) en papervouwen (*origami*) terugvinden.

Wat op niet-getrainde toeschouwers overkomt als krijsend op elkaar inhakken, is voor de geoefende blik een eenheid (*itchi*) van mentale energieën of 'spirit' (*ki*), zwaardtechnieken (*ken*) en lichaamshouding en -bewegingen (*tai*). In de schreeuw (*kiai*) wordt de energie (*ki*) geharmoniseerd (*ai*). *Kikentai itchi* is een budofilosofisch groundbegrip, waarin de onschokbaarheid van het midden wordt uitgedrukt en daadwerkelijk gestalte krijgt. Dit energetisch centrum, evenals in de zazen *hara* (buik) of soms *tanden* genoemd, bevindt zich even onder de navel. De linkerhand aan de onderkant van het zwaard zit vóór de tanden, waardoor de punt van het zwaard (*ken sen*) zich steeds in het verlengde van de *hara* bevindt en alle energie kan worden gecentreerd in de slag.

De clou van het kendo-gevecht is simpel: het behouden van het eigen midden en het verstoren van dat van de ander. De daarmee overeenstemmende mentale houding heet *zan shin* of *fu do shin*, waarbij *shin* voor 'hart' (ook wel: *kokoro*), *zan* voor 'overblijvend' en *fu do* voor 'niet bewegend' staat. Beide begrippen drukken opperste concentratie uit zonder enige verstoring. De kendoka heeft de ogen (*me*) vastgezet (*tsuke*) als op een verre berg (*enzan*). Alles valt daarbinnen zonder er naar te kijken. De blik is zowel innerlijk (*kan*) als uiterlijk (*ken*).

Geen gefixeerde blik dus, maar een 'er helemaal volledig bij blijven' zonder aan specifieke zaken aandacht te schenken. Er is geen 'ik' dat naar 'iets' kijkt. Geen 'subject' dat zijn tegenstander al analyserend 'objectiveert'. Zodra het 'hart' (*shin*) 'stopt' (*shi*) is er sprake van *shi shin*, van een overconcentratie. Deze is even dodelijk als de vier (*shi*) ziektes (*kai*) van



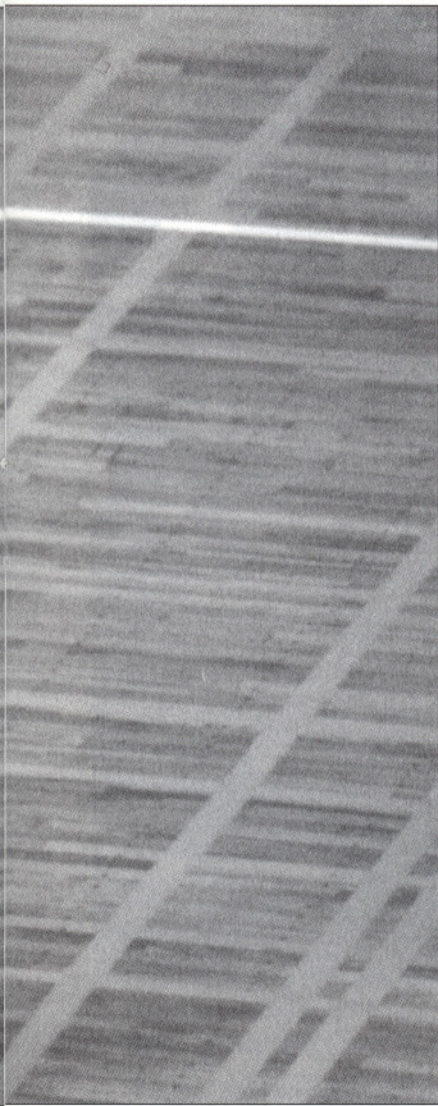
(*no*) het kendo (*kendo no shi kai*) – verbazing, angst, twijfel en aarzeling – die een 'open houding' blokkeren.

### Martial arts: zen in beweging

Martiale kunsten hebben me al vanaf mijn jeugd gefascineerd. Op jonge leeftijd begonnen met judo en Wado-karate, raakte ik op mijn 27e in de ban van het zwaardvechten. Dit beschouw ik nog steeds als de ultieme vorm van budo. Reeds vóór, maar ook tijdens mijn filosofiestudie in Rotterdam en Leiden – waar ik na terugkomst Japans als bijvak nam – had ik me intensief beziggehouden met het bestuderen van het zenboeddhisme. Tegen de tijd dat ik voor het eerst met een zwaard zwaaide, was er al flink wat zennistisch gedachtegoed door me heen gegaan. Even sporadische als stuntelige pogingen om zazen te bedrijven hadden me echter doen inzien dat meditatie niet de aangewezen weg was om mijn energieën te concentreren. Aanvankelijk speelde de gedachte een grote rol gewelddadig gedrag van anderen adequaat te kunnen beantwoorden en daarnaast een beetje goede sier







maken. Door kendo werd mij voor het eerst duidelijk wat de 'kunst' van martiale sporten inhield en wat het begrip 'stijl' hiermee van doen had. In het aangaan van het gevecht met jezelf wordt een levensstijl ontwikkeld die de martialiteit ontstijgt of op een andere niveau brengt. Voor mij hebben filosofie en kendo nooit ver uit elkaar gelegen. Beide zijn uitdrukkingen van een geïntegreerde levensstijl.

Kendo bood mij de mogelijkheid om zen op een andere manier te begrijpen en te bedrijven: als zen in beweging. Door mijn filosofische begeerte gedreven en door het kendo-leraarschap verplicht verdiepte ik me in de budofilosofische achtergronden van het kendo. Door deze inzichten systematisch in de lessen te verwerken en vooral op mezelf toe te passen, werd het cartesiaanse dogma van de scheiding tussen lichaam en geest daadwerkelijk 'gedeconstrueerd', zouden we tegenwoordig zeggen. Nergens anders is voor mij zo duidelijk geworden dat denken een dynamische praktijk of een 'discours' is, waarin techniek (*ji*) en theorie (*ri*) een en het zelfde (*itchi*) zijn. Dit dynamische samenspel kan niet uitputtend worden verklaard vanuit opposities als lichaam-geest of subject-object. Het zwaard heeft een ziel, zegt de doorsnee Japanner.

“In het aangaan van het gevecht met jezelf wordt een levensstijl ontwikkeld die de martialiteit ontstijgt.”

Of in meer westerse, hedendaagse termen: *the medium is the message*. Het is geen instrument dat zich zomaar door de wilsgerichte handelingen van een denkend subject laat sturen.

#### Ma ai: tijd-ruimte interval

Zo kregen vrij zwevende filosofische problemen in de budopraktijk handen en voeten. Evenals zenuitspraken zijn deze begrippen én bijzonder concreet én hoogst abstract. Is *kikentai itchi* nog te begrijpen als een technische categorie waarmee in een wedstrijd in één oogopslag een correcte slag – dus een winstpunt – kan worden vastgesteld, andere kendotermen hebben een meer expliciete budofilosofische of zennistische kwaliteit. *Issoku itto no ma ai* slaat bijvoorbeeld op de afstand (*ma ai*) tussen twee kendoka, bepaald door een voetstap (*issoku*) en een zwaardslag (*itto*). Concreet is dit de afstand tussen twee kendoka waarbij de zwaardpunten elkaar raken en beiden aan het gevaar blootstaan door de ander aangevallen te worden. Afhankelijk van de techniek of de energie van de ander moet deze afstand soms worden aangepast: groter (*to maai*) of kleiner (*chika ma*).

Ruimte is in het westerse denken een geometrisch te bepalen afstand tussen objecten, waartussen slechts lege ruimte bestaat. In Japan is ruimte een energetisch veld dat alleen in zijn metafysische kwaliteit als Leegte wordt aangeduid. Dit energetische midden resonanceert in het concrete begrip *ma ai*. Er ligt een hele filosofie in besloten over menselijke interacties en de rol van het individu. Zo is de harmonisering (*ai*) van de





afstand (*ma*) in maatschappelijk opzicht geen berekenbare aangelegenheid. Er bestaat in het Japanse leven geen absolute, universele maatstaf. Alles is contextbepaald en niets exclusief. Dit opportuniteitsprincipe geldt ook voor de godsdienst: een Japanner kan shintoïst, boeddhist en zevendedagadventist zijn. Elke situatie vergt een nieuwe afweging om positie te bepalen. Dit wekt bij westerlingen soms de indruk van opportunisme en willekeur.

De waarde van individuen blijkt een functie van de groep 'wezens' – naast mensen ook goden (*kami*) – waarin zij leven. Eerst is er de groep, dan pas de individuen. Eerst is er het tussen en dan pas de posities. Zelfverwerkelijking is niet zoals in het Westen afhankelijk van vrije autonome beslissingen en individuele verlangens, maar van het situeren binnen de harmonische verhoudingen (*wa*) in de groep. Dat deze mentaliteit in het huidige Japan aan verandering onderhevig is, laat zich raden.

Voor Japanners is de juiste afstand een dynamisch tijd-ruimte interval, die telkens weer opnieuw moet worden ingesteld. Dit inzicht is overigens niet in strijd met het ceremoniële, haast rituele karakter van dagelijkse sociale interacties in Japan. Het leven is zo ceremonieel complex gestileerd, juist om inschattingsproblemen te voorkomen. Deze gedachte van het midden is fundamenteel. Het neutrale woord 'persoon' – *nin gen* – incorporeert dit 'midden' al: *nin* betekent 'persoon' en *gen* 'tussenruimte'. Een persoon is voor alles een tussenruimte die, afhankelijk van de relatieve positionering, wordt ingevuld.

### Kendo als levensweg

De budofilosofische grondslag is terug te vinden in alle andere martiale kunsten. Voorbij de recreatie kan de beoefening ervan een vorm van dynamische meditatie worden. Het zal duidelijk zijn dat de budo niet ophoudt bij de deur van de dojo. Intensieve en langdurige beoefening van kendo, karatedo, judo, aikido of welke krijgskunst dan ook toont hoe deze in hun primaire vormen – de *kata* – zen in beweging zijn. Als integrale stileringen werken zij door in alle facetten van het alledaagse leven en scheppen ze een specifieke mentaliteit: *heijo shin*. Daar wijst de 17<sup>e</sup> eeuwse zwaardmeester Miyamoto Musashi op in de laatste zinnen van het laatste deel – *Leegte* – van *Het boek van de vijf ringen*: 'Maar als u zich bewust bent van deze mentaliteit, oprechtheid als uitgangspunt neemt, de ware geest van de Weg volgt, de krijgskunsten in de ruimste zin van het woord beoefent, en op de juiste



manier denkt, dat wil zeggen helder en grondig, dan neemt u leegte als uw Weg en dan ziet u de Weg als leegte. In leegte bestaat goed, maar geen slecht. Wijsheid bestaat, logica bestaat, de Weg bestaat, de geest is leeg.' Waar geen wil is, is een weg. ■

**Henk Oosterling** (1952) verbleef begin jaren tachtig voor langere perioden in Japan, leidde van 1980 tot 1986 kendo-school Fumetsu in Rotterdam, was in die periode lid van de nationale selectie, werd in 1983 Nederlands kampioen kendo en organiseerde in 1990 de Europese Kampioenschappen Kendo. Sinds 1985 is hij werkzaam aan de filosofische faculteit van de Erasmus Universiteit Rotterdam waar hij nu als universitair hoofddocent dialectiek, hedendaags Frans differentie-denken en kunstfilosofie doceert.

### Literatuur

#### Over kendo

Henk Oosterling & Louis Vitalis, *Kendo. Techniek, tactiek & didactiek*. Rotterdam 1985. (niet meer te krijgen, wel voorradig in alle grote bibliotheken)

#### Over Japanse filosofie

Henk Oosterling, "A Culture of the Inter. Japanese Notions of Ma and Basho" in: Heinz Kimmerle & Henk Oosterling, *Sensus communis in Multi- and Intercultural perspective. On the Possibility of Common Judgements in Arts and Politics*. Königshausen & Neumann, Würzburg 2000.

Henk Oosterling, *Radicale middelmatigheid*, Boom, Amsterdam 2000/2002, m.n. hfdst. 6 over 'ma'.

