

## **Interview met Edgar Kruyning (2004)**

### ***1. Hoe ben je zo, als Sensei in de traditionele krijgskunsten, in de ringsporten verzeild geraakt?***

Rond mijn 16e ben ik met kickboksen gestart, mede omdat ik tijdens Karatewedstrijden vaak gediskwalificeerd werd. Daarnaast trok het fullcontact mij aan en was het mijn streven om all-round te worden. Ik ben dan ook voor het Thaiboksen naar Thailand gegaan om in de bakermat het Thaiboksen te bestuderen.

Het Yoseikan, dat ik vertegenwoordig in Nederland, is een open stijl die permanent in ontwikkeling is. Dit gebeurde vroeger door mijn leraar in Japan, Minouru Mochizuki de grondlegger van het Yoseikan. Deze lijn zet ik voort in Nederland met mijn leerlingen. De traditie of het verleden heeft ons gebracht waar we nu zijn en heeft dus direct een verband met het heden. De toekomst is datgene wat komen gaat en daar is alles mogelijk. Het heden of het nu-moment omvat je verleden maar ook je potentiële toekomst met alle mogelijkheden nog in zich. Mijn visie is dat je altijd je grenzen moet blijven verkennen en verleggen zowel individueel en als stijlgroep.

Vanuit het Yoseikan doen mijn leerlingen dus mee aan diverse wedstrijdssystemen waaruit blijkt dat hun allroundheid ook functioneel is. Het is dus niet zo dat ik eerst enkel traditioneel Budo en Bu-jitsu beoefende. Thaiboksen heb ik dus altijd beoefend en na mijn verblijf in Thailand in 1991 ging ik vele jaren voor 3 maanden naar Japan.

### ***2. In welke disciplines geef je onderricht?***

Ik geef les in: Yoseikan – Jujutsu – Aikido – Kobudo – Aikibudo – Judo – Free-style/MMA – Kickboksen, zelfverdediging en Iaido.

In het, Aikido, Yoseikan, Ju Jutsu, Judo, Iaido ben ik allen 5 e Dan. In het Aikibudo en Kobudo 4 e Dan (Katori Shinto Ryu) en Karate 2 e Dan (Wado ryu).  
*(Anno 2010: 7<sup>e</sup> dan Yoseikan Jujutsu, 6<sup>e</sup> dan Yoseikan Aikido + Judo, 5<sup>e</sup> dan Yoseikan + Iaido + Kobudo + Aikibudo, 2<sup>e</sup> dan Karate)*

Op mijn Budo Academy Physical worden elke dag lessen verzorgd, ik ben dan ook professioneel fulltime Budo leraar.

### ***3. Welke kennis van de klassieke krijgskunst pas je toe in de ringsporten?***

Alle kennis, want bijvoorbeeld de armklemmen uit het Judo (2 stuks gestrekt en gebogen) passen we toe tijdens Grappling- en MMA-wedstrijden. Bewegingsprincipes en ontwijkingen uit het Aikido zijn ook toepasbaar. De kunst is dat je de transfer kunt maken naar het specifieke wedstrijdssysteem waar je aan deel neemt. Principes, zoals timing, afstand, balans, totaliteit en continuïteit, waar ik mee werk, zijn voor alle traditionele en moderne wedstrijdssystemen toepasbaar, je moet alleen verder dan het 'truukje' kunnen kijken. Veel mensen

zien de technieken als iets los en zien niet de achterliggende elementen die bepalend zijn om een techniek effectief en efficiënt te maken. Daarnaast valt er veel te leren van de tactiek en strategie, zoals dat vroeger door zwaardvechters (Samurai) werd toegepast op het slagveld. Traditionele scholen die zijn blijven bestaan in Japan, doceren deze kwaliteiten naast de technische kant gezamenlijk met het mentale element.

#### **4. Zijn er volgens jou grote verschillen tussen beide disciplines als het gaat om het spirituele aspecten?**

Dit ligt niet zo zeer aan de krijgskunst maar aan het individu (leraar en leerling). Natuurlijk zijn er stijlen waar overdreven de nadruk op spiritualiteit wordt gelegd. Het spirituele aspect zou ik koppelen aan het mentale aspect van de mens c.q. vechter, Budoka. Wanneer iemand de ring ingaat krijgt hij automatisch te maken met zenuwen, onzekerheid, angst, faalangst, twijfel, verlamme spanning, overmoed etc.

Doordat een ringsporter op full-contact regels een gevecht aangaat, komt hij zichzelf heel duidelijk tegen. Het mentale aspect moet hierbij niet onderschat worden. De angst, waar ik het over had, heeft te maken met de angst om te verliezen in wat dan ook. Juist bij Martial Arts is er sprake van een soort gevecht welke direct te maken heeft met onze diepste bestaansdrang. Een mens wil in leven blijven en moet daarom anderen kunnen overwinnen en heeft daar fysieke kwaliteiten voor nodig naast zijn intelligentie.

Tevens zit er in de natuur ingebakken dat de mens zich wil voortplanten om de evolutie van de mensheid veilig te stellen. Daarom is Combatsport confronterende dan andere sporten omdat de deelnemer direct geconfronteerd wordt met zijn primaire overlevingsdrang. Wellicht is dit één van de redenen dat velen zich in het leven druk maken over sterk en groot gevonden worden door de buitenwereld en sex!!

Ik denk dat het onjuist zou zijn om te veronderstellen dat de krijgskunst direct gekoppeld zou moeten worden aan een geloof. Juist de ontwikkeling van de mens staat in het Budo centraal en als een geloof een individu zou kunnen helpen vind ik het goed, als het maar niet opgelegd wordt aan derden. Ik zelf ben voorstander van open systemen in wat dan ook. Juist vele kerken, stromingen, e.d. welke door mensen ingestelde instituten zijn, kenmerken zich met strak omschreven starre regels en ideeën. Ik denk dat de mens altijd moet groeien en Mohammed Ali vond zijn geloof net als George Foreman en Mike Tyson en zo is het in de Budo wereld waarschijnlijk ook gegaan met vele kopstukken dat is verder niets bijzonders. De link met oosterse krijgskunsten en haar mystieke krachten met Zen en boeddhisme is altijd geweest. Ik denk dat de huidige Budo beleving vele verschijningsvormen kent zoals: wedstrijdsport, zelfverdediging, lichamelijke beweging, streven naar lichamelijke en mentale balans enz. Op het moment dat de mens het maximale uit zichzelf wil halen komt spiritualiteit bijna altijd om de hoek mee kijken in wat voor vorm dan ook. Juist in de oosterse krijgskunsten is de aansluiting met de daar actieve geloofstromingen snel gemaakt. Ik denk dat je een beginnende Budoka of MMA beoefenaar daar in het begin zeker niet mee moet lastig vallen maar als hij er om vraagt dan is het aan de deskundigheid van de leraar of hij zijn leerling ook in die richting kan ondersteunen en begeleiden.

## **5. Wat zouden klassieke vechtsporters van de ringsporten kunnen leren?**

De transfer naar de realiteit zonder te zeggen dat MMA-wedstrijdsport die realiteit is. Ik bedoel hiermee dat in wedstrijdsport wordt gewerkt met tegengestelde belangen. Beide willen elkaar overwinnen binnen de geldende regels. Door de wedstrijd moet men fysiek in staat zijn om te kunnen anticiperen, combineren, incasseren, overnemen enz. Hierdoor wordt de deelnemer gedwongen om functioneel en realistisch te werk te gaan. Deze kwaliteiten gelden ook in een zelfverdedigings situatie naast nog vele andere elementen. Daarnaast zie je dat de techniek en de methodiek vaak verward worden in klassieke stijlen waardoor de transfer naar de praktijk verloren gaat. Tevens wordt techniek of methodiek de kunst op zich of neemt het spirituele element zo'n belangrijke plaats in dat de functionaliteit uit het oog wordt verloren.

## **6. Zou het voor ringsport docenten/coaches goed zijn om zich in een klassieke discipline te verdiepen?**

Ik denk dat het altijd goed is om je horizon te verbreden. In sommige disciplines wordt het natuurlijk bewegen, ontwijken en werken met afstand heel duidelijk onderwezen. Dat kan natuurlijk, als je het kunt vertalen naar je eigen discipline, een verrijking zijn. Daarnaast siert het een leraar, trainer of coach als hij meer weet over de historie van de huidige krijgskunsten. Door te bestuderen waar de krijgskunsten vandaan komen en de bij behorende spirit van de krijger (Bushido) wordt een hoop van de huidige krijgskunst duidelijk. Tevens leer je hierdoor meer over de Japanse cultuur, mocht je daar voor wedstrijden terecht komen. Vanuit de historie wordt het heden zichtbaar en het heden is niets anders als een beweging naar de toekomst.

## **7. Pas je de klassieke groetceremonies toe in de ringsportklassen (zoals het veelvoudig uso roepen)?**

We groeten niet anders als bij de andere Budo lessen. We zitten langs de kant met mij als leraar voor de groep en de assistent leraren links van mij voor aan de groep. Er is een onderverdeling in de school tussen Yudansha (Dan-graad houders, zwarte band) en Mudansha (Kyu-klasse, gekleurde banden). We starten de les als volgt:

- 1) Mokuso korte concentratie of je open stellen voor datgene wat komen gaat, bewust worden van jezelf en met aandacht de dingen doen die je moet doen.
- 2) Mokuso – Yame: einde concentratie. Ogen weer open.
- 3) Rei, groeten.

## **Dit is alles, geen Shihan en Sensei?**

Wel als er: Assistent Teacher, Teacher en Master Teacher maar dat zijn geen aanspreek titels. Uso roepen wij niet tijdens de les. Soms na het afgroeten van de les als afsluiting. Respect zit hem in het gedrag, niet in de ceremonie of opgelegde regels. Respect moet "natureel" zijn. Ik ben veel in Japan geweest en heb daar in vele Dojo's getraind. Mij viel op dat de meest hoog gegradueerde leraren, die ook in Japan erg gerespecteerd werden het minst fanatiek waren met name naar mij toe met dit soort zaken. Het respect tussen mij en mijn leraren ervaarde ik als iets natuurlijks zonder voorschriften en als wederzijds. Dit terwijl zij zeer oud waren en erg hoog in graad (beide 10 e dan).

## **8. Er zijn veel verschillende soorten freefight, zoals MMA, Pancrase, Shooto etc. etc.?**

**Wat vind je daarvan?**

**Heb je een voorkeur?**

**Zo ja, welke en waarom?**

Mijn jongens draaien in meerdere systemen mee dus heb de vele systemen direct mee gemaakt. Het is goed dat er verschil is want er zijn ook verschillende vechters en afhankelijk van de vaardigheden van mijn vechters zoek ik naar wedstrijden in een systeem wat het beste bij hun past. Een vechter die vanuit een goede Kickboks achtergrond wil meedoen met MMA wedstrijden laat ik eerder mee doen met free fight wedstrijden i.v.m de beperkte tijd voor het grondgevecht. Maar een goede Judoka die wil mee doen in MMA heeft daar weer niets aan.

Daarnaast vind ik dat de regels functioneel moeten zijn. Als er een goed grondgevecht gaande is dan moet je dat omwille van de regels niet stoppen na 30 seconden of 1 minuut. Als de vechters aangeven niets te willen doen op de grond dan moet je ze gelijk laten opstaan. Deskundigheid van het scheidsrechterskorps is dus in deze heel belangrijk. De IMA- en Shooto-regels spreken mij enorm aan en met name de opstap vanuit hun amateur-systemen. Als eerste amateurshooto heeft als voordeel dat de regels je dwingen goede grondposities te bemachtigen die dan punten opleveren Deze posities zijn in het professionele MMA gevecht dan ook heel belangrijk. Nadeel is de verplichte helm, met name in het grondgevecht, die overigens door beginners wel drempelverlagend werkt. IMA heeft als voordeel dat er geen helm verplicht is en je mag stoten op het lichaam op de grond. Dit is weer net een stapje verder. Bij Budo Academy Physical laat ik mensen eerst deelnemen aan ons eigen Grapplingcompetitie, dan amateur Shooto, dan amateur IMA en dan het prof-circuit. Op het prof-niveau ligt alles vrij dicht bij elkaar (exclusief tijdlimiet op de grond).

## **9. Heb je zelf wedstrijdvechters?**

Ja.

## **10. Hoe is hun niveau?**

Beginners, amateurs en profs. We doen nationaal en internationaal (Japan, Denemarken, Finland, Frankrijk enz:) mee aan diverse wedstrijdssystemen.

## **11. Kun je in hen je specifieke methodiek terugzien en geef daarvan een voorbeeld?**

Ik denk dat we no-nonsens-vechters zijn, zonder poeha, die weten dat ze kunnen winnen en verliezen. Daarnaast vechten we erg solide, zoeken naar een goede grondpositie om van daaruit een submission te maken. Mooi compliment stond in de ringsport van april dit jaar, dat de vechters van Budo Academy Physical stuk voor stuk supertechnisch en "clean" hun tegenstanders naar de grond brachten en op klassieke wijze, voortijdig, konden submitten (Almere – Milton Felter).

## **12. Vind je het grondwerk in de ringsporten, in algemene zin en specifieke zin, van een goed of slecht niveau?**

Ik vond Nederland altijd erg ver achterlopen op Japan, Brazilië, Scandinavië, USA. Juist door het beperkt grondniveau is internationale doorstroming en

aansluiting in de breedte moeizaam. Nu zie ik dat vele scholen zich daar bewust van zijn en zijn nu bezig om een inhaalslag te maken. Elk jaar organiseer ik in Ede de Nationale Grapplingcompetitie met als doel het grondniveau landelijk omhoog te krijgen. En vele toppers hebben al deelgenomen, zoals Martijn de Jong, Raffles La Rose, Allister Overeem, Francis Cadu, Mike Pyle (USA) en nog veel meer. Het niveau stijgt per competitiedag (4x per jaar) en ook het aantal deelnemers groeit. Aan het eind van het jaar op de 4e competitiedag wordt de uitslag van het jaaroverzicht bekend gemaakt. Juist door regelmatig wedstrijden te maken in Grappling groeit je grondwerk. Dit is de enige manier. Je ziet nu ook dat je met beperkt grondwerk niet meer verder komt. Je moet je blijven ontwikkelen en verbeteren. Dit proces is nu gaande.

### **13. Is er een specifieke Edgar Kruyning stijl van freefight/kickboksen?**

Ik denk het haast wel, maar ik dring nooit een stijl op aan de vechters. Ik kijk naar het individu en pas dan de stijl aan op hem, nadat hij een goede all-round basis heeft ontwikkeld. De all-roundheid is mijn handelsmerk naast het hebben van een 'open mind'. Open staan voor nieuwe ideeën en ontwikkelingen. Niet alleen dat doen waar je al goed in bent maar juist de vechters stimuleren om ook andere zaken/technieken te bestuderen binnen hun spel en grenzen te verleggen. Dit geldt natuurlijk voor een actieve wedstrijdvechter, maar ook voor overige Budoka's of ex-wedstrijdvechters.

### **14. Mogen we hier in de toekomst ook nog een boek over verwachten?**

Heel veel van mijn visie heb ik al beschreven in mijn boeken Dynamic Budo, deel I en II. Deze visie geldt, zoals je daarin kunt lezen, voor alle Budo of MMA-beoefenaars. De all-roundheid is ook op het technische vlak te zien door meer dan 2500 foto's. In deze boeken is MMA, Judo, Freestyle, Aikido, Kobudo en zelfverdediging te zien. Dus voor iedereen, eigenlijk meerdere boeken in één. Ja, ik ben alweer bezig met een Yoseikan boek en een MMA-boek en een DVD Yoseikan en DVD Aikido.

### **15. Is er nog een vraag die je graag gesteld had willen zien en wat is het antwoord?**

Niet echt een vraag maar meer een opmerking. Mensen realiseren zich soms niet dat Budo Academy Physical te Ede en omstreken één van de meest uitgebreide Martial Arts center is in Nederland. Naast de moderne MMA systemen en ringsporten doceren wij modern en traditioneel Budo en Bu-jitsu.

Een ieder die in mijn Dojo is geweest weet hoe ik tracht de Japanse traditie in ere te houden maar ik ga ook zeker met de nieuwe ontwikkelingen mee. Budo Academy Physical tracht in alle disciplines op het allerhoogst niveau te werken in o.a Aikido, Kobudo, Yoseikan, MMA, Capoeira enz. Naast het geven van lessen hebben wij ook een opleidingsprogramma voor leraren en een Uchi deshi (inwonend studeren) mogelijkheid wat uniek is voor Nederland. De Academy bestaat uit meer dan 700 tot 800 leden met 2 full-time docenten en 13 part-time docenten en is onderdeel van het grote Sport- en Preventie Centrum Physical. Wij zijn dan ook alle dagen van de week open.

### **16. Heb je een levensmotto als het gaat om de ringsporten?**

Roem is vergankelijk. Probeer uiteindelijk kampioen te worden van jezelf, want als je echt je best doet ben je pas de beste.

**17. Kun je in maximaal drie woorden de betekenis van de vechtsport(budo en ringsporten) samenvatten?**

Dit is een gemene vraag want ik vind het moeilijk om iets half te vermelden omdat ik als leraar vaak heb gemerkt dat je niet goed wordt begrepen als je niet volledig iets uitlegt of mensen gaan de andere helft zelf invullen en denken dan dat ik dat gezegd heb.

Ik zal een poging wagen!!

Budo? **Way of Life.** Voor mij persoonlijk dan!!

In het Japans is ook iets heel moois gezegd, maar dat zijn 4 woorden:

**Ju Yoku Gowo Seisu'**

Mijn leraar in Japan gaf dit in kaligrafie aan mij mee en dit staat voor:  
Flexibiliteit overwint geestelijke en fysieke stijfheid.

Begin nu de smaak te pakken te krijgen met jou drie woorden stijl:

**-Flexibiliteit overwint stijfheid.**

**-Technique controls power**