



Universiteit Gent
Faculteit Letteren en Wijsbegeerte
Vakgroep Zuid- en Oost-Azië

Academiejaar 2004-2005



***De Mallapurāṇa* of ‘*Purāṇa* van de worstelaars’;**
een selectie met een zoektocht naar
de Indische invloed op de Aziatische martiale traditie
volume I

Sarah Van Liefferinge

Verhandeling voorgelegd tot het behalen van de graad
van Licentiaat in de Oosterse Talen en Culturen

Promotor: Prof. Dr. F. Van Den Bossche

afbeelding (cf. p. 4): *http://www.shotojuku.com/karate_history.htm (22-04-2005).*

Dankwoord.

In de eerste plaats dank ik mijn promotor Prof. Dr. F. Van Den Bossche. Hij bracht me de nodige vaardigheden bij om de vertaling van deze selectie uit de *Mallapurāṇa* tot een goed einde te brengen. Tijdens zijn inspirerende lessen wist hij het Sanskrit tot leven te wekken. Ook wil ik hem bedanken voor de tijd die hij vrijmaakte en de vlotte vertaalsuggesties die hij me aanreikte.

Verder dank ik Prof. Dr. E. Moerloose. Door zijn onderricht wist ik onmiddellijk welke bronnen ik moest aanspreken om de vele verwijzingen naar de geschiedenis en de literatuur te ontcijferen en te annoteren. Zo kennen de Vedische offers voor mij geen geheimen meer dankzij zijn geanimeerde beschrijvingen.

Zeker wil ik Dra. Christine Everaert bedanken. Zij bracht de geuren en kleuren van India het klaslokaal binnen en nuanceerde zo het geschreven woord. Berucht om de hoge eisen die ze stelt, wist ze altijd hoe ze me net dat ietsje meer inspanning kon ontlokken om me te bevrijden van mijn gemakzucht.

Ik dank mijn ouders voor hun steun, hun liefde, hun vertrouwen, hun geduld en hun onverwoestbaar geloof in mij. Hun motiverende woorden en daden schonken me moed op momenten dat deze scriptie een doolhof werd. Zonder hen had ik deze dan ook nooit tot een goed einde kunnen brengen. Ook Britt Roels bedank ik omdat ze me op moeilijke momenten steeds wist op te pepen.

Ook wil ik Dra. Eva De Clercq bedanken. Zij reikte me de *Mallapurāṇa* aan en bood me zo de kans om een scriptie te schrijven die aansluit bij mijn leefwereld. Zowel haar als Dr. Erik Seldeslachts dank ik voor hun behulpzaamheid telkens ik bij hen te rade ging.

Tenslotte dank ik Hilde De Keukelaere, die me telkens gastvrij onthaalde op het seminarie, voor de vele afspraken die ze voor me regelde.

Inhoudstafel.

Volume I

Dankwoord	i
Inhoudstafel	ii
Lijst met afkortingen	vi
Transcriptiesysteem	vii
Inleiding	viii

1. De legende van Bodhidharma. 1

1.1 De legende	1
1.2 Bodhidharma	2
1.3 Het Shaolin-klooster	3
1.4 Het <i>ch'uan fa</i>	5

2. Oorsprong en evolutie van de Aziatische martiale traditie. 6

2.1 Een kritische noot	7
2.2 Oorsprong van de Aziatische martiale kunsten	8
2.3 Evolutie in China	10
2.4 Beïnvloeding en verspreiding doorheen Azië	12
2.4.1 De Zuidoost-Aziatische traditie	13
2.4.2 De Oost-Aziatische traditie	15
2.4.2.1 Korea	15
2.4.2.2 Okinawa	16
2.4.2.3 Japan	16
2.5 Verspreiding naar het Westen	19

3. De paradox van de martiale kunsten	21
3.1 De oorlogskunsten	22
3.2 De ethische code van de krijger	24
3.3 De martiale kunsten, de geneeskunde en zelfexploratie	27
3.3.1 Het gezondheidsaspect	28
3.3.2 Het belang van <i>ch'i</i>	29
3.3.3 De vitale lichaampunten	30
4. De filosofische en religieuze invloeden	33
4.1 De interne en de externe martiale kunsten	34
4.2 Het confucianisme	36
4.3 Het taoïsme	37
4.4 Het boeddhisme	39
4.4.1 De Boeddha	41
4.4.2 De verspreiding van het boeddhisme	42
4.4.3 De <i>yogācāra</i> -school	43
4.4.4 De meditatieve school	45
4.4.5 De esoterische of tantrische school	47
5. De Indische martiale traditie.	50
5.1 Het bronnenprobleem	50
5.2 De Indische worstelkunst (<i>pahalwani</i>)	53
5.2.1 De historische bronnen	53
5.2.2 De <i>akhara</i>	56
5.2.3 De training	57
5.2.4 De leefregels, het dieet en de dagelijkse routine	59

5.3 Het <i>kalarippayattu</i>	62
5.3.1 Historische schets	62
5.3.2 De <i>kalari</i>	64
5.3.3 De training	65
5.3.4 De leefregels en het gezondheidsaspect	67
5.4 De yoga en de Ayurvedische geneeskunde	68
5.4.1 De yoga	68
5.4.2 De Ayurvedische geneeskunde	72
5.4.3 Hun invloed op de worstelkunst	75
5.4.4 Hun invloed op het <i>kalarippayattu</i>	77
 6. Een selectie uit de <i>Malla-purāṇa</i>	 81
6.1 Contextualisering	81
6.1.1 Literaire situering	81
6.1.2 De <i>Mallapurāṇa</i>	82
6.1.3 De Jyeṣṭhīmalla's	83
6.2 Bespreking	85
6.2.1 Hoofdstuk 1	85
6.2.2 Hoofdstuk 2	88
6.2.3 Hoofdstuk 3	88
6.2.4 Hoofdstuk 6	89
6.2.5 Hoofdstuk 8	91
6.2.6 Hoofdstuk 12	92
6.3 Vertaling	93
6.3.1 Hoofdstuk 1	93
6.3.2 Hoofdstuk 2	100
6.3.3 Hoofdstuk 3	106
6.3.4 Hoofdstuk 6	112
6.3.5 Hoofdstuk 8	120
6.3.6 Hoofdstuk 12	126

Besluit	131
Index	134
Bibliografie	137

Volume II

1. Hoofdstuk 1	
tekst	2
transcriptie	10
2. Hoofdstuk 2	
tekst	15
transcriptie	23
3. Hoofdstuk 3	
tekst	29
transcriptie	38
4. Hoofdstuk 6	
tekst	44
transcriptie	53
5. Hoofdstuk 8	
tekst	59
transcriptie	67
6. Hoofdstuk 12	
tekst	72
transcriptie	77
Index	80

Lijst met afkortingen.

cf.	confer
Ch.	Chinees
Ibid.	Ibidem
Id.	Idem
Jap.	Japans
Kor.	Koreaans
let.	letterlijk
MW	Monier-Williams
n ^o	verwijst naar het nummer van de voetnoot
p.	pagina
Skt.	Sanskrit
v.	vers

Transcriptiesysteem.

Voor het Sanskrit en het Hindī hanteerde ik het standaardsysteem met diacritische tekens.

Voor het Chinees hanteerde ik het Wade-Giles systeem.

Voor het Japans hanteerde ik het Hepburn systeem.

Inleiding.

- Keuze van het onderwerp.

In deze scriptie behandel ik de Indische martiale kunsten, meer bepaald de worstelkunst en het *kalaripayattu*. Ik ga na welke invloed de Indische martiale traditie heeft uitgeoefend op de Aziatische vechtkunsten. De keuze voor dit onderwerp vloeit voort uit mijn interesse voor martiale kunsten. Als *karate-ka* ging ik op zoek naar informatie over de Indische vechtkunsten. Al snel bleek dat de Indische martiale kunsten bitter weinig bestudeerd zijn. Uit een verkennende zoektocht op het internet maakte ik op dat het Zuidindische *kalaripayattu* zowat de enige Indische vechtkunst is waarnaar reeds onderzoek verricht is.

In de Universiteitsbibliotheek van Gent vond ik *When the Body becomes all Eyes: Paradigms, Discourses and Practices of Power in Kalaripayattu, a South Indian Martial Art* van ZARRILLI (1998)¹, die deze vechtkunst uitgebreid beschrijft. Niet veel later stootte ik in een budo-winkel toevallig op het boek *Kalaripayat: L'Origine des Arts Martiaux* van DENAUD (1996)². Zoals de ronkende titel laat vermoeden, beweert DENAUD dat alle Oosterse martiale kunsten afstammen van het *kalaripayattu*. Hij baseert zich op de legende van Bodhidharma, een Indische monnik die beschouwd wordt als de grondlegger van de Aziatische martiale traditie. Volgens DENAUD was Bodhidharma onderlegd in het *kalaripayattu*. In de 6^{de} eeuw trok deze boeddhistische monnik op pelgrimstocht naar China. Daar verbleef hij ondermeer in het legendarische Shaolin-tempelklooster (cf. p. 3), dat beschouwd wordt als de plaats waar de eerste Chinese martiale kunsten ontstonden. Aangezien de Shaolin-monniken in erg slechte gezondheid verkeerden, leerde Bodhidharma hen een reeks lichaams oefeningen aan. Op basis hiervan ontwikkelden de monniken hun eigen

¹ ZARRILLI, PHILLIP B. *When the Body becomes all Eyes: Paradigms, Discourses and Practices of Power in Kalaripayattu, a South Indian Martial Art*. New Delhi, Oxford University Press, 1998.

² DENAUD, PATRICK. *Kalaripayat: L'Origine des Arts Martiaux*. Paris, Editions Budostore, 1996.

martiale stijl, het *ch'uan fa*, dat in het Westen bekend staat als kungfu³. Deze vechtkunst vond haar weg naar Zuid- en Oost-Azië en ontwikkelde zich daar tot het karate, het taekwondo, het Thais boksen, het *ju-jutsu*, het judo, het aikido,... Dat deze theorie m'n interesse wekte, spreekt voor zich. Bevat deze legende een kern van waarheid? Bestaan er bronnen om het waarheidsgehalte van deze legende na te gaan? Zijn er teksten over het *kalarippayattu* voorhanden?

Meteen werd ik geconfronteerd met een eerste probleem: de taal. De luttele teksten over het *kalarippayattu* zijn opgesteld in het Malayālam. De oplossing voor dit taalprobleem werd me aangereikt door Dra. Eva De Clercq. Zij toonde me editie nr. 144 uit de Gaekwad's Oriental Series: de *Mallapurāṇa*⁴ of de *Purāṇa van de worstelaars*. Deze ca. 16^{de}-eeuwse Sanskrittekst is een kaste-*purāṇa* (cf. p. 81-82) over de Jyeṣṭhīmalla's (cf. 83-84). Meteen rezen er nieuwe vragen op. Is er een verband tussen de Indische worstelkunst en het *kalarippayattu*? Hoe staan beiden in relatie tot de Aziatische martiale kunsten? Kan er een historisch overzicht, a. h. w. een stamboom van de Aziatische martiale traditie gereconstrueerd worden?

- **De vertaling.**

Er werd nog nooit een vertaling van de *Mallapurāṇa* gepubliceerd. De tekstuitgave is wel voorzien van een uitgebreide inleiding die een situering van de tekst, een inhoudelijk overzicht en een uiteenzetting over de worstelkunst biedt. De tekst zelf telt 18 hoofdstukken of 894 śloka's. Met het oog op deze scriptie was ik genooddaakt om een aantal hoofdstukken te selecteren, aangezien de tekst te uitgebreid is om volledig te vertalen. Dra. De Clercq had me gewaarschuwd dat de tekst classificatorisch en technisch, m.a.w. vrij saai zou zijn. Ik besloot te beginnen bij de eerste hoofdstukken, om daarna bepaalde hoofdstukken die me interessant leken uit te kiezen en anderen over te slaan. Hiervoor baseerde ik me op de korte inhoud.

³ De term 'kungfu' is de foutieve Westerse benaming voor de Chinese vechtkunsten (cf. p. 5).

⁴ SANDESARA, B. J. & MEHTA, R. N. (eds.) *Mallapurāṇa*. Baroda, Oriental Institute, 1964.

Uiteindelijk vertaalde ik zo de hoofdstukken 1, 2, 3, 6, 8 en 12. Samen zijn dit 293 śloka's, dus ongeveer één derde van de tekst.

De eerste drie hoofdstukken vertaalde ik omdat ze de inleiding van het verhaal vormen. Het eerste hoofdstuk (50 śloka's) is een gesprek tussen de ziener Nārada⁵ en de god Brahmā⁶, die als verteller fungeert. Hij legt uit hoe Kṛṣṇa en zijn broer Balabhadra een bezoek brengen aan de stad Mayuravāmbāla (cf. p. 83). In hoofdstuk 2 (51 śloka's) wordt de brahmaan Someśvara, een hoogstaande stedeling die erg devoot is jegens Kṛṣṇa, geïntroduceerd. Kṛṣṇa belooft de stedelingen in te wijden in de uitzonderlijke worstelkunst. In het derde hoofdstuk (51 śloka's) begint Kṛṣṇa zijn uiteenzetting over de worstelkunst. Hij beschrijft welke worstelaars competent zijn voor de training en somt hun eigenschappen op. Aangezien hoofdstukken vier en vijf opnieuw classificaties en beschrijvingen van de worstelaars bieden, besloot ik deze over te slaan.

Hoofdstuk 6 (52 śloka's) leek me wel interessant. Kṛṣṇa somt namelijk de algemene kwaliteiten van de worstelaars op en beschrijft de arena. Vervolgens vertelt hij over de ochtendrituelen en de fysieke en mentale voorbereiding op het worstelen. Tenslotte somt hij de vaardigheden van de trainer op. Daarna koos ik in functie van mijn onderzoek de hoofdstukken acht en twaalf uit. Hoofdstuk 8 (56 śloka's) behandelt het worstelen zelf. Kṛṣṇa beschrijft de technieken, de training, de leefregels en het dieet van de worstelaars. In het twaalfde hoofdstuk (33 śloka's) bespreekt hij de gezondheidsvoorschriften, de oorzaken van ziektes en de verschillende behandelingen.

Aangezien er nog geen vertaling van de *Mallapurāṇa* gepubliceerd is, zou het nuttig en interessant zijn om de overige twaalf hoofdstukken te vertalen. Maar zoals reeds aangehaald past deze opdracht niet in het kader van een scriptie.

⁵ Nārada is een *devaṛṣi* of 'goddelijk ziener' die fungeert als boodschapper tussen goden en mensen. Hij is een zoon van de god Brahmā (KAMATH (2002), p. 422).

⁶ De godheid Brahmā is het eerste lid van de hindu triade of *trimūrti*. Hij is de schepper van het universum. De twee andere leden zijn Viṣṇu en Śiva (MANI (1989), p. 147).

- **De vertaalproblemen.**

Op grammaticaal vlak is de tekst vrij eenvoudig aangezien de auteur hoofdzakelijk opsommingen geeft. De problemen waarmee ik geconfronteerd werd waren semantisch en inhoudelijk van aard. Het overgrote deel van de woordenschat vond ik terug in de woordenboeken van MONIER-WILLIAMS (2000)⁷ en BÖHTLINGK (1959)⁸. De tekst is echter niet helemaal opgesteld in zuiver Sanskrit. Geregeld duiken er Prākṛit- en Gujarāṭi-woorden op. Om deze te vertalen deed ik beroep op de woordenboeken van TURNER (1966)⁹ en MEHTA & MEHTA (1925)¹⁰.

Het grootste struikelblok was echter de technische terminologie. Vaak zijn de specifieke betekenissen en nuances van de technische termen verloren gegaan. Om zo accuraat mogelijk te vertalen, ging ik op zoek in de teksten en de inleidingen van de *Mallapurāṇa* en het *Mānasollāsa*¹¹ (cf. p. 54). Deze laatste tekst bevat nl. een hoofdstuk dat gaat over de worstelkunst. Ook raadpleegde ik het artikel van KULKARNI (1961)¹² over de *Mallapurāṇa*. Voor sommige termen wordt in elk van deze werken een verschillende interpretatie aangereikt, wat de keuze bemoeilijkte. In de loop van mijn onderzoek verwierf ik meer technische kennis over de worstelkunst en andere vechtkunsten. Dit bood me een breder comparatief kader en hielp me om met een geschikte vertaling voor de dag te komen. Vanzelfsprekend droeg ook m'n eigen inzicht als *karate-ka* bij tot het begrijpen van de beschreven handelingen en technieken.

⁷ MONIER-WILLIAMS. *A Sanskrit - English Dictionary*. Oxford, Oxford University Press, 2000 [1899].

⁸ BÖHTLINGK, OTTO. *Sanskrit-Wörterbuch in Kürzerer Fassung*. Graz, Akademische Druck- u. Verlagsanstalt, 1959 [1879-89].

⁹ TURNER, R. L. *A Comparative Dictionary of the Indo-Aryan Languages*. London, Oxford University Press, 1966.

¹⁰ MEHTA, B. N. & MEHTA, B. B. *The Modern Gujarati - English Dictionary*. Baroda, M. C. Kothari, 1925.

¹¹ SHRIGONDEKAR, G. K. (ed.) *Mānasollāsa of king Someśvara. Vol II*. Baroda, Oriental Institute, 1939.

¹² KULKARNI, E. D. 'Malla Purāṇa: Its contents and importance', in: *All-India National Conference 20, Vol II, Part I*. Poona, All-India Oriental Conference, 1961 [1959], pp. 365-372.

Zoals vermeld stelden zich ook op inhoudelijk vlak bepaalde moeilijkheden. Om de tekst te begrijpen was ik genooddaakt me te verdiepen in de Indische mythologie en in de epische werken het *Rāmāyaṇa*¹³ en het *Mahābhārata*¹⁴. De auteur verwijst ook regelmatig naar folkloristische gebruiken en religieuze rituelen. Om deze problemen te overkomen deed ik beroep op de werken van ANGOT (2001)¹⁵, BALFOUR (1885)¹⁶, CROOKE (1994)¹⁷, DOWSON (1957)¹⁸, KAMATH & RANDERI (2002)¹⁹, MANI (1989)²⁰, MITTWEDE (1992)²¹, SHATTUCK (1999)²², STUTLEY (1984)²³ en RENOU & FILLIOZAT (1985)²⁴.

Een tweede probleem waren de geografische verwijzingen. Om de besproken plaatsen te situeren dook ik in *An Atlas of India*²⁵ en in de *Gazetteer of India and Pakistan*²⁶.

¹³ Het *Rāmāyaṇa* is een Sanskrit epos dat de avonturen van de held Rāma beschrijft. Het telt zeven boeken en wordt toegeschreven aan de dichter Vālmīki. De tekst is gegroeid uit een eeuwenlange mondelinge overlevering, wat een precieze datering onmogelijk maakt. Het werk kwam waarschijnlijk tot stand tussen 500 v.o.t en 200 (DOWSON (1957), p. 261-162).

¹⁴ Het *Mahābhārata* is een Sanskrit epos in achttien boeken. Het verhaalt de grote strijd tussen de Kaurava's en de Pāṇḍava's die plaatsvond op het einde van de Vedische periode. Ook dit werk kent een eeuwenlange ontstaansgeschiedenis (DOWSON (1957), p. 183-184).

¹⁵ ANGOT, MICHEL. *L'Inde Classique*. Paris, Société d'Édition Les Belles Lettres, 2001.

¹⁶ BALFOUR, EDWARD. *The Cyclopaedia of India and of Eastern and Southern Asia, in Three Volumes*. London, Bernard Quaritch, 1885 [1858].

¹⁷ CROOKE, W. *An introduction to the Popular Religion and Folklore of Northern India*. New Delhi, 1994 [1894].

¹⁸ DOWSON, J. *A Classical Dictionary of Hindu Mythologie and Religion, Geography, History and Literature*. London, Routledge & Kegan Paul Ltd., 1957.

¹⁹ KAMATH, M. V. & RANDERI, K. *Indian Names. From Classical to Contemporary*. Mumbai, Arkansh, 2002.

²⁰ MANI, V. *Purāṇic Encyclopaedia. A Comprehensive Dictionary with Special Reference to the Epic and Purāṇic Literature*. Delhi, Motilal Banarsidass, 1989 [1975].

²¹ MITTWEDE, MARTIN. *Spirituelles Wörterbuch Sanskrit - Deutsch*. Bonn, Sathya Sai Vereinigung, 1992.

²² SHATTUCK, CYBELLE. *Hinduism*. London, Routledge, 1999.

²³ STUTLEY, M. & J. *Harper's Dictionary of Hinduism. Its Mythology, Folklore, Philosophy, Literature and History*. New York, Harper & Row Publishers, 1984 [1977].

²⁴ RENOU, L. & FILLIOZAT, J. *L'Inde Classique. Manuel des Etudes Indiennes. Vol. I*. Paris, Librairie d'Amérique et d'Orient, 1985 [1947-49].

RENOU, L. & FILLIOZAT, J. *L'Inde Classique. Manuel des Etudes Indiennes. Vol. II*. Paris, École Française d'Extrême-Orient, 1985 [1953].

²⁵ *An Atlas of India*. Delhi, Oxford University Press, 1990.

²⁶ *Survey of India: Gazetteer of India and Pakistan*. New Delhi, Army Headquarters, 1950-53.

Een derde moeilijkheid waren de impliciete referenties aan de Ayurvedische geneeskunde. Om deze te begrijpen consulteerde ik de werken van DASH & JUNIUS (1983)²⁷, FILLIOZAT (1949)²⁸, JOLLY (1977)²⁹, KUTUMBIAH (1969)³⁰, SVOBODA (1993)³¹, WUJASTYK (2001)³² en ZIMMERMANN (1989)³³.

- **Het bronnenprobleem.**

In de eerste fase van mijn onderzoek zocht ik naar bronnen over het *kalaripayattu* en over de Indische worstelkunst. Al snel bleek dat dit geen sinecure was. De Indische worstelkunst is bijna niet bestudeerd. Gelukkig bood het boek van ALTER (1992)³⁴ me een schat aan informatie. Daarnaast was het artikel van THORNE (1996)³⁵ erg bruikbaar.

Over het *kalaripayattu* vond ik welgeteld drie bronnen. Het eerste is het reeds vermelde werk van ZARRILLI (1998). ZARRILLI schreef ook meerdere artikels over het *kalaripayattu*, die hij allemaal verwerkte in zijn boek. Het werk van DENAUD (1996) (cf. supra) bevat geen bibliografie en is desgevolg geen betrouwbare bron. Het derde boek, dat geschreven is door BALAKRISHNAN (1995)³⁶, ontleende ik van Femke Van der Fraenen. Zij is een licentiate in de theaterwetenschappen die haar scriptie schreef

²⁷ DASH, V. B. & JUNIUS, A. M. M. *A Handbook of Ayurveda*. New Delhi, Concept Publishing Company, 1983.

²⁸ FILLIOZAT, JEAN. *La Doctrine de la Médecine Indienne. Ses Origines et ses Parallèles Grecs*. Paris, Imprimerie Nationale, 1949.

²⁹ JOLLY, JULIUS. *Indian Medicine*. New Delhi, Munshiram Manoharlal Publishers, 1977.

³⁰ KUTUMBIAH, P. *Ancient Indian Medicine*. New Delhi, Orient Longmans Ltd., 1969 [1962].

³¹ SVOBODA, ROBERT E. *Ayurveda. Life, Health and Longevity*. New Delhi, Penguin Books India, 1993 [1992].

³² WUJASTYK, D. *The Roots of Ayurveda*. New Delhi, Penguin Books India, 2001 [1998].

³³ ZIMMERMANN, FRANCIS. *Le Discours des Remèdes au Pays des Épices. Enquête sur la Médecine Hindoue*. Paris, Éditions Payot, 1989.

³⁴ ALTER, J. S. *The Wrestler's Body: Identity and Ideology in North India*. Berkeley, University of California Press, 1992.

³⁵ THORNE, STEVE. 'Mud, Sweat and Fear (in the Akhara): Practices and Prohibitions among Indian Wrestlers', in: *UC Martial Arts Program Monograph Vol II*. Berkeley, University of California MAP, 1996, pp. 172-187.

³⁶ BALAKRISHNAN, B. *Kalaripayattu. The Ancient Martial Art of Kerala*. Trivandrum, C. V. Govindankutty Nair Gurukkal, 1995.

over de gestileerde vorm van *kalarippayattu* als onderdeel van o.a. dansopleidingen. Ze beoefent het *kalarippayattu* in de school van Kris Kaerts in Gent³⁷.

Vervolgens ging ik op zoek naar bronnen over andere Indische martiale kunsten én over de Indische vechtkunsten in het algemeen, maar werd op dit vlak teleurgesteld. De beschikbare bronnen³⁸ die ik uit binnen- en buitenlandse bibliotheken liet overkomen, boden me haast geen nieuwe informatie. Ook de geraadpleegde werken over de Indische oorlogskunsten³⁹ verwijzen weinig of niet naar de martiale kunsten. In de inleiding van hoofdstuk 5 (cf. p. 50) verklaar ik deze lancune.

In de tweede fase van mijn zoektocht speurde ik naar bronnen over de Aziatische martiale traditie. Gezien de populariteit van sommige martiale kunsten, zoals de Chinese kunsten kungfu en *t'ai ch'i*, het Koreaanse taekwondo en de Japanse kunsten karate, judo, *ju-jutsu* en aikido, zijn hierover talloze boeken gepubliceerd. Deze zijn onder te verdelen in twee grote groepen. Enerzijds bestaan er veel technische bronnen die één welbepaalde vechtkunst behandelen. Deze bronnen waren niet relevant voor mijn onderzoek. Een tweede en veel kleinere groep zijn de bronnen die de geschiedenis en de ideologische inhoud van de martiale kunsten behandelen. De meest

³⁷ Kris Kaerts richtte in 1997 Vallabhatta Brussel op, een school die zich inzet voor het onderwijzen en promoten van het *kalarippayattu*. Later kwam daar Vallabhatta Gent bij. De school van Kris Kaerts onderhoudt nauwe banden met Vallabhatta Kalari Sangham, de school van Gurukkal Sankaranarayana in Chavakkad, Kerala. <http://www.vallabhatakalari.com> [10-2-2005].

³⁸ CHOONDAL, CHUMMAR. *Towards Performance: Studies in Folk Performance, Music, Martial Arts and Tribal Culture*. Trichur, Kerala Folklore Academy, 1988.

DAMLE, RAMESH. *Mallakhamb: Indian Gymnastic Sports*. Pune, Maharashtra Mandal Physical Culture Society, 1985.

DE MELLOW, MELVILLE. (ed.) *Indigenous Games and Martial Arts of India. Vol I*. New Delhi, Sports Authority of India, 1987.

SUBRAMANIAM, P. (ed.) *Varma Cūttiram: a Tamil Text on Martial Art from Palm-Leaf Manuscript*. Madras, Institute of Asian Studies, 1994.

³⁹ DATE, GOVIND. *The Art of War in Ancient India*. London, Oxford University Press, 1929.

DIKSHITAR, V. R. RAMACHANDRA. *War in Ancient India*. Delhi, Motilal Banarsidass, 1987 [1944].

GOMMANS, JOS. *Mughal Warfare. Indian Frontiers and Highroads to Empire (1500-1700)*. London, Routledge, 2002.

SINGH, S. D. *Ancient Indian Warfare. With Special Reference to the Vedic Period*. Leiden, Brill, 1965.

waardevolle bronnen waren deze van DRAEGER & SMITH (1974)⁴⁰, REID & CROUCHER (1995)⁴¹, TOMIO (1994)⁴² en WINDERBAUM (1977)⁴³. Ook de artikels van DE CASTRO & OROPEZA & RHODES (1993)⁴⁴ en van SKIDMORE (1991)⁴⁵ hielpen me verder. Bovendien vond ik verschillende werken waarin meerdere relevante artikels gebundeld waren. Uit de bibliotheek van Columbia University bracht Britt Roels me de drie volumes van de *University of California Martial Arts Program Monograph* mee. Hierin vond ik de artikels van ABBOTT (1994)⁴⁶, BERTSCH (1996)⁴⁷, CHAN (1996)⁴⁸, KENNEDY (1997)⁴⁹, KWOK (1997)⁵⁰, RODEEN (1996)⁵¹, STAGGERS (1994)⁵² en VAIL

⁴⁰ DRAEGER, DONN F. & SMITH, ROBERT W. *Asian Fighting Arts*. Tokyo, Kodansha International Ltd., 1974 [1969].

⁴¹ REID, HOWARD & CROUCHER, MICHAEL. *The Way of the Warrior: the Paradox of the Martial Arts*. Woodstock NY, Overlook Press, 1995 [1983].

⁴² TOMIO, SHIFU NAGABOSHI (DUKES, SHIFU TERENCE). *The Bodhisattva Warriors. The Origin, Inner Philosophy, History and Symbolism of the Buddhist Martial Art within India and China*. York Beach ME, Samuel Weiser, 1994.

⁴³ WINDERBAUM, LARRY. *The Martial Arts Encyclopedia*. Washington D. C., INScape Publishers, 1977.

⁴⁴ DE CASTRO, E. & OROPEZA, B.J. & RHODES, R. 'Enter the Dragon? Wrestling with the Martial Arts Phenomenon. Part One: the Historical-Philosophical Backdrop', in: *Christian Research Journal*. California, Reasoning from the Scriptures Ministries, 1993. <http://www.equip.org/free/dm066.htm> [14-03-2005].

⁴⁵ SKIDMORE, MAX. 'Oriental Contributions to Western Popular Culture: The Martial Arts', in: *Journal of Popular Culture*. Ohio, Bowling Green, 1991, pp. 129-148.

⁴⁶ ABBOTT, MARK. 'The Use of Philosophy as a Method of Social Restraint', in: *The Monograph. Martial Arts Program*. Berkeley, University of California MAP, 1994, pp. 74-82.

⁴⁷ BERTSCH, JONATHON A. 'Clues to the Abstract Thoughts on Martial Arts Philosophy', in: *UC Martial Arts Program Monograph. Vol II*. Berkeley, University of California MAP, 1996, pp. 225-238.

⁴⁸ CHAN, VERA H. C. 'From Bodhidharma to Chuck Norris: The Culture of Martial Art History and Film', in: *UC Martial Arts Program Monograph. Vol II*. Berkeley, University of California MAP, 1996, pp. 156-171.

⁴⁹ KENNEDY, CHRIS. 'Psychological Benefits of Martial Arts Training', in: *UC Martial Arts Program Monograph. Vol III*. Berkeley, University of California MAP, 1997, pp. 103-117.

⁵⁰ KWOK, KAY MAY MADELEINE. 'Eastern & Western Approaches to the Psychological Aspects of Martial Arts', in: *UC Martial Arts Program Monograph. Vol III*. Berkeley, University of California MAP, 1997, pp. 135-149.

⁵¹ RODEEN, CHARLOTTE M. 'Medicine and Martial Arts', in: *UC Martial Arts Program Monograph Vol II*. Berkeley, University of California MAP, 1996, pp. 2-14.

⁵² STAGGERS, FRANK. 'The Martial Arts as a Forum for Self-Discovery and Self-Improvement', in: *The Monograph. Martial Arts Program*. Berkeley, University of California MAP, 1994, pp. 83-87.

(1996)⁵³. Later liet ik uit dezelfde bibliotheek ook *The Overlook Martial Arts Reader. Classical Writings on Philosophy and Technique* van NELSON (1989) overkomen. Hierin vond ik de artikels van BECKER (1989)⁵⁴, HAINES (1989)⁵⁵, LEVINE (1989)⁵⁶ en SINGER (1989)⁵⁷. Uit de British Library liet ik de bundel van GREEN & SVINTH (2003)⁵⁸ opsturen. Hierin vond ik dan wel interessante maar geen relevante artikels.

In de derde fase van mijn onderzoek had ik behoefte aan bronnen over de Ayurvedische geneeskunde (cf. supra), over de yoga en over het boeddhisme. In de Universiteitsbibliotheek van Leiden vond ik *Soins et Techniques du Corps en Chine, au Japon et en Inde* van HUARD & WONG (1973)⁵⁹. Ik consulteerde de werken over de yoga van ELIADE (1958)⁶⁰ en FEUERSTEIN (1998)⁶¹. Dit laatste werk is erg uitgebreid en behandelt zowat alle aspecten en vormen van yoga. Om me te verlossen van mijn onwetendheid m.b.t. het boeddhisme raadpleegde ik de werken van DE BARY (1966)⁶², EDKINS (1968)⁶³, HARVEY (2001)⁶⁴ en REICHELT (1968)⁶⁵.

⁵³ VAIL, PETER. 'Buddhism, Kingship and the Legitimation of Violence in Southeast Asia', in: *UC Martial Arts Program Monograph Vol II*. Berkeley, University of California MAP, 1996, pp. 71-98.

⁵⁴ BECKER, CARL B. 'Philosophical Perspectives on the Martial Arts in America', in: *The Overlook Martial Arts Reader. Classical Writings on Philosophy and Technique*. Woodstock NY, Overlook Press, 1989, pp. 97-109.

⁵⁵ HAINES, BRUCE A. 'China', in: *The Overlook Martial Arts Reader. Classical Writings on Philosophy and Technique*. Woodstock NY, Overlook Press, 1989, pp. 3-13.

⁵⁶ LEVINE, DONALD N. 'The Liberal Arts and the Martial Arts', in: *The Overlook Martial Arts Reader. Classical Writings on Philosophy and Technique*. Woodstock NY, Overlook Press, 1989, pp. 301-319.

⁵⁷ SINGER, KURT. 'The Samurai: Legend and Reality', in: *The Overlook Martial Arts Reader. Classical Writings on Philosophy and Technique*. Woodstock NY, Overlook Press, 1989, pp. 15-28.

⁵⁸ GREEN, THOMAS A. & SVINTH, JOSEPH R. (eds.) *Martial Arts in the Modern World*. Westport, Praeger Publishers, 2003.

⁵⁹ HUARD, PIERRE & WONG, MING. *Soins et Techniques du Corps en Chine, au Japon et en Inde*. Paris, Berg International Editeurs, 1973.

⁶⁰ ELIADE, MIRCEA. *Yoga. Immortality and Freedom*. London, Routledge & Kegan Paul Ltd., 1958 [1954].

⁶¹ FEUERSTEIN, GEORG. *The Yoga Tradition. Its History, Literature, Philosophy and Practice*. Prescott, Hohm Press, 1998.

⁶² DE BARY, WM. THEODORE. (ed.) *Sources of Chinese Tradition*. New York, Columbia University Press, 1966 [1960].

⁶³ EDKINS, JOSEPH. *Chinese Buddhism: A Volume of Sketches, Historical, Descriptive, and Critical*. New York, Paragon Book Reprint Corp., 1968 [1893].

⁶⁴ HARVEY, PETER (ed.). *Buddhism*. London, Continuum, 2001.

- **Het onderzoek.**

In het eerste hoofdstuk verdiep ik me in de legende van Bodhidharma. Ik bespreek de legende zelf en ga na in welke mate deze gebaseerd is op feiten, en welke elementen fictief zijn. Zowel de figuur van Bodhidharma, het Shaolin-klooster als het Shaolin-tempelboksen (Shaolin-*ch'uan fa*) worden onder de loupe genomen.

In hoofdstuk 2 nuanceer ik eerst en vooral de zoektocht naar de oorsprong van de Aziatische martiale traditie. Ik ga na welke de vroegste bewijzen zijn van de meest primitieve vechtkunsten, met name de boks- en de worstelkunst. Daarna bespreek ik de evolutie van de Chinese martiale kunsten. Vervolgens toon ik aan dat de martiale kunsten van Oost- en Zuidoost-Azië in grote mate beïnvloed werden door deze Chinese traditie. In een laatste fase beschrijf ik hoe de Aziatische martiale traditie geëxporteerd werd naar het Westen.

Het derde hoofdstuk is gewijd aan de ogenschijnlijk paradoxale kenmerken van de martiale traditie. In de eerste plaats bespreek ik hoe de martiale kunsten zich verhouden tot de oorlogskunsten. Vervolgens ontleed ik de martiale traditie. Ik richt mijn aandacht op de ethische code van de krijger en ga na hoe deze tot stand kwam. Daarna toon ik aan dat de martiale kunsten sinds het begin der tijden verbonden zijn met de geneeskunde. Ik bekijk hun gemeenschappelijke interesse voor de gezondheid, de vitale levensenergie (Skt.: *prāṇa*; Ch.: *ch'i*; Jap.: *ki*) en de vitale punten op het lichaam (Skt.: *marman*, Ch.: *hsueh-dao*, Jap.: *kyusho*).

In hoofdstuk 4 ga ik na hoe de martiale traditie beïnvloed werd door drie grote filosofisch-religieuze systemen, met name het confucianisme, het taoïsme en het boeddhisme. Het boeddhisme oefende de belangrijkste invloed uit. Daarom besteed ik de meeste aandacht aan deze religie en bepaalde van haar scholen, met name de *yogācāra*-school, de meditatieve en de esoterische scholen. Ook haal ik de Indische elementen aan die de Boeddha beïnvloedden en die zo geïncorporeerd werden in het boeddhisme, met name de systemen van yoga en Ayurveda. Ik schets kort de

⁶⁵ REICHEL, KARL LUDVIG. *Truth and Tradition in Chinese Buddhism. A Study of Chinese Mahayana Buddhism*. New York, Paragon Book Reprint Corp., 1968 [1928].

verspreiding van het boeddhisme om aan te tonen hoe deze elementen een invloed konden uitoefenen op de martiale traditie van heel Azië.

Hoofdstuk 5 is gewijd aan de Indische martiale traditie. Eerst bespreek ik het bronnenprobleem en de oorzaken van deze schaarste. Dan volgt een uiteenzetting van de Indische worstelkunst en het *kalarippayattu*. In de Indische martiale traditie zijn dit de enige vechtkunsten die degelijk gedocumenteerd zijn. Bovendien worden ze genoemd in verband met de Indische monnik Bodhidharma. Ik bespreek de historiek, de oefenplaats, de training en de leefregels van beide kunsten. Tenslotte beschrijf ik de systemen van yoga en Ayurveda en ga ik na hoe deze vertegenwoordigd zijn in de worstelkunst en het *kalarippayattu*.

Het zesde hoofdstuk is gewijd aan de *Mallapurāṇa* en biedt a.h.w. een illustratie bij het onderzoek. Eerst situeer ik de *Mallapurāṇa*. Aangezien deze tekst een kaste-*purāṇa* is, bespreek ik ook de kaste van de Jyeṣṭhīmalla's. Daarna volgt de vertaling van de door mij geselecteerde hoofdstukken, alsook een bespreking.

- **De spelling.**

Gezien de aard van het onderwerp bevat mijn tekst veel woorden die ontleend zijn aan het Sanskrit, het Hindī, het Chinees, het Japans of het Koreaans. De meeste leenwoorden die opgenomen zijn in het *Groot Woordenboek der Nederlandse Taal* van VAN DALE (1992)⁶⁶, heb ik logischerwijs niet cursief getypt. Zo zijn de termen ‘yoga’, ‘yogi’, ‘kungfu’, ‘budo’, ‘karate’, ‘judo’, ‘aikido’, ‘kendo’ en ‘taekwondo’ geaccepteerd als Nederlandse leenwoorden. Begrippen zoals ‘*kalarippayattu*’, ‘*sumo*’, ‘*dharma*’ of ‘*tao*’ zijn dat niet.

Voor sommige woorden maakte ik een uitzondering, meer bepaald enkele leenwoorden uit het Sanskrit en het Japans die de letter ‘oe’ bevatten. De dubbelklinker ‘oe’ bestaat dan ook niet formeel in deze talen, maar is een transcriptie voor de ‘u’ of ‘ū’. Zo is ‘goeroe’ geaccepteerd als leenwoord. Ik schrijf echter ‘*guru*’

⁶⁶ VAN DALE, *Groot Woordenboek der Nederlandse Taal*, Utrecht/Antwerpen, van Dale Lexicografie, 1992 [1864].

omdat het verband met de term ‘*gurukkal*’, die verwijst naar een meester in het *kalarippayattu*, duidelijk zou blijven. Ook de Japanse term ‘jioe-jitsoe’ schrijf ik als ‘*ju-jutsu*’, omwille van het verband met het judo en de zogenaamde *bu-jutsu* (let. ‘oorlogskunsten’). Om consequent te zijn gebruik ik niet de term ‘samoerai’, maar ‘*samurai*’. Naar analogie met de term ‘boeddhisme’ koos ik er wel voor om ‘Boeddha’ te schrijven.

Wat de namen van de verschillende boeddhistische strekkingen betreft, zijn de bronnen weinig uniform. Ik besliste om al deze begrippen cursief en zonder hoofdletter te typen, naar analogie met andere termen die refereren aan religieuze strekkingen zoals ‘boeddhisme’, ‘christendom’, etc. Zo schrijf ik bv. ‘*yogācāra*-boeddhisme’, ‘*ch’an*-school’, etc. Enkel bij de term ‘zenboeddhisme’ deed ik dit niet, aangezien dit begrip geattesteerd staat in VAN DALE.

Zoals reeds aangehaald is de term ‘yoga’ geaccepteerd als Nederlands leenwoord. Terwijl dit begrip naar mijn aanvoelen het lidwoord ‘het’ behoeft, staat in het woordenboek van VAN DALE ‘de yoga’ te lezen. Wanneer ik met deze term verwijs naar de gelijknamige Indische filosofische school (cf. p. 69), schrijf ik ‘Yoga’.

1. De legende van Bodhidharma.

1.1 De legende.

Volgens een beroemde legende¹ is de Indische monnik Bodhidharma (Ch.: Ta-mo; Jap.: Daruma) niet enkel de grondlegger van het zenboeddhisme, maar tevens de peetvader van de Aziatische martiale traditie.

In de 6^{de} eeuw verliet Bodhidharma Zuid-Indië en trok hij op pelgrimstocht naar China. Daar verbleef hij lange tijd in het Shaolin-klooster in de noordelijke provincie Lo-yang². De Shaolin-monniken verkeerden in erg slechte gezondheid en hadden moeite om uren aan een stuk te mediteren. Om zowel hun lichaam als hun geest te trainen, leerde Bodhidharma hen achttien ademhalingstechnieken en fysieke oefeningen aan. Deze oefeningen staan gekend als *shih-pa-lo-han-sho* of ‘De achttien handen van de *lo-han*’³. Op basis van deze technieken ontwikkelden de Shaolin-monniken hun martiale kunst: het Shaolin-*ch’uan fa* of het Shaolin-tempelboksen.

Verschillende decennia na Bodhidharma’s dood breidde de monnik Ch’ueh Yuan Shang-jen, een geoefend Shaolin-*ch’uan fa*-meester, het aantal van deze oefeningen uit naar 72 en later naar 170. Hij was verantwoordelijk voor de opmars en de bekendheid van het Shaolin-*ch’uan fa*, dat de meest dominante en invloedrijke *ch’uan fa*-stijl van China zou worden.

Vandaag de dag beweren vele Chinese martiale kunstenaars dat hun vechtkunst afstamt van de technieken van Bodhidharma en Ch’ueh Yuan Shang-jen.⁴ Ook de

¹ Zowel BERTSCH (1996), CHAN (1996), DENAUD (1996), DRAEGER & SMITH (1974), HAINES (1989), LEVINE (1989), REID & CROUCHER (1995), RODEEN (1996), SKIDMORE (1991), SUBRAMANIAM (1994), TOMIO (1994) als WINDERBAUM (1977) attesteren deze legende.

² De provincie Lo-yang heet tegenwoordig Honan (REID & CROUCHER (1995), p. 26).

³ De term *lo-han* refereert aan de *arhat*, de volgelingen van de Boeddha die voorbestemd zijn om in een volgend leven het boeddha-schap en de verlichting te bereiken. De bekendste groep van *lo-han* is de *shih-pa-lo-han*. Deze achttien heiligen zijn afgebeeld in vele Chinese tempels en kloosters (REICHELDT (1968), p. 188-190).

⁴ HAINES (1989), p. 4-8.

Okinawaanse⁵, Japanse en Koreaanse martiale kunsten worden beschouwd als rechtstreekse afstammelingen van het Shaolin-*ch'uan fa*.⁶ Zo is Daruma de patroonheilige van de Japanse vechtkunstenaars.⁷ In China zegt men dan ook dat 'alle martiale kunsten die onder de hemel bekend zijn, ontstonden in Shaolin'. Deze legende bevat een kern van waarheid, maar moet zeker genuanceerd worden.⁸

1.2 Bodhidharma.

Bodhidharma was de 28^{ste} Indische boeddhistische patriarch en de eerste Chinese patriarch. Velen beschouwen hem als de stichter van de meditatieve *dhyāna*-school (Ch.: *ch'an*, Jap.: *zen*). Rond 526 reisde Bodhidharma vanuit Zuid-Indië over zee naar de stad Kuang (Canton) in China, dat toen opgedeeld was in drie koninkrijken (220-589). Eerst verbleef hij aan het hof van de Zuidchinese keizer Wu-ti in Nanking. Later trok hij noordwaarts naar het Wei-rijk en verbleef er tot zijn dood in het Shaolin-klooster in de provincie Lo-yang.⁹

REID & CROUCHER (1995) schrijven dat men lange tijd getwijfeld heeft aan de historiciteit van deze mysterieuze monnik. Eminente historici zoals D. T. Suzuki, Kenneth Ch'en en Heinrich Dumoulin menen dat deze figuur wel degelijk bestaan heeft en in China geweest is.¹⁰ DE BARY (1966) meldt dat recent Chinees en Japans onderzoek het verblijf van Bodhidharma dateert in de periode 420-479.¹¹

De *ch'an*-school ontwikkelde zich vanaf de derde eeuw. Het staat dus vast dat deze meditatieve school al bestond ten tijde van Bodhidharma.¹² Daarnaast weet men ook zeker dat het Chinees boksen (*ch'uan fa*) al gekend was voor de komst van

⁵ Okinawa is het grootste van de Ryukyu-eilanden, een archipel die zich uitstrekt tussen Taiwan en Japan (REID & CROUCHER (1995), p. 154).

⁶ REID & CROUCHER (1995), p. 20.

⁷ *Ibid.*, p. 26.

⁸ *Ibid.*, p. 63.

⁹ EDKINS (1968), p. 100-102.

¹⁰ HAINES (1989), p. 4.

¹¹ DE BARY (1966), p. 388.

¹² *Ibid.*

Bodhidharma.¹³ De bokskunst werd voor het eerst beschreven in de *Han Shu I Wen Chih*, een werk dat dateert uit de Han-dynastie (206 v.o.t.-220). Deze tekst bevatte zes hoofdstukken over *shou po* (let. ‘vechten met de hand’). Aangezien deze hoofdstukken verloren zijn gegaan,¹⁴ weet men nog steeds niet hoe gesystematiseerd het Chinees boksen was in de Han-periode, noch ten tijde van Bodhidharma.¹⁵ Bodhidharma mag dus niet beschouwd worden als de stichter van de *ch’an*-school, noch als de grondlegger van het *ch’uan fa*. Toch ligt hij naar alle waarschijnlijkheid aan de oorsprong van tenminste één stijl in het *ch’uan fa*, die voortvloeide uit de door hem geïntroduceerde *shih-pa-lo-han-sho*-technieken.¹⁶

1.3 Het Shaolin-klooster.

Het zou simplistisch zijn om alle Aziatische martiale kunsten terug te voeren op de vechtkunst van één tempelklooster, de Shaolin-tempel in Lo-yang.¹⁷ Deze befaamde tempel werd in 495 opgericht door keizer Hsiao-wen.¹⁸ Rond 700 was het klooster in volle bloei en verbleven er 1500 monniken, waarvan 500 krijger-monniken. Keizer T’ai Tsung (627-649), de stichter van de T’ang-dynastie, zou de hulp van deze Shaolin-krijgers ingeroepen hebben. Samen versloegen ze zijn vijand, de krijgsheer Wang Shih-ch’ung. De dankbare keizer stelde de krijger-monniken voor om bij hem in dienst te treden. De monniken weigerden dit. Ze meenden dat hun vechtkunst bedoeld was om het klooster te beschermen. De keizer gaf hen de toestemming om 500 krijger-monniken op te leiden in het Shaolin-klooster.

¹³ DRAEGER & SMITH (1974), p. 44; HAINES (1989), p. 10; REID & CROUCHER (1995), p. 22.

¹⁴ ABBOTT (1966), p. 76; DRAEGER & SMITH (1974), p. 16.

¹⁵ DRAEGER & SMITH (1974), p. 44.

¹⁶ HAINES (1989), p. 8.

¹⁷ REID & CROUCHER (1995), p. 63.

¹⁸ Als men deze datering vergelijkt met de reeds vermelde datering gegeven door DE BARY (1966), bestond het Shaolin-klooster nog niet toen Bodhidharma in China was.

In de periode 1640-1800 werden in de Shaolin-tempel twee grote muurschilderingen aangebracht die martiale taferelen afbeelden. De eerste fresco¹⁹ toont een dertigtal ongewapende monniken die per twee de vechtkunsten inoefenen. Op de tweede fresco zijn zowel gewapende als ongewapende monniken afgebeeld. De duo's zijn steeds gemengd, nl. één donkerhuidige Indische en één lichte Chinese monnik. Het is onwaarschijnlijk dat de Shaolin-monniken in de 17^{de} eeuw nog steeds onderricht kregen van Indische monniken. Wel refereren de schilderijen aan de legende van Bodhidharma die de Shaolin-monniken onderrichtte.

In 1928 werd de Shaolin-tempel platgebrand door strijdende krijgsheren.²⁰ Alle religieuze teksten en geheime martiale geschriften gingen toen verloren. De ruïne en de fresco's kan men vandaag de dag wel nog steeds bezichtigen. Het Shaolin-klooster is een toeristische attractie geworden. Westerlingen tellen veel geld neer om er lessen in het 'authentieke Shaolin-kungfu' te volgen.²¹

In de Noordoostelijke provincie Fukien zou er nog een tweede Shaolin-klooster bestaan hebben, maar volgens REID & CROUCHER (1995) zijn wetenschappers nog niet zeker of dit feit of fictie is.²² Volgens de legende²³ riep keizer K'ang-Hsi (1662-1722) van de Ch'ing-dynastie (1644-1912) de hulp in van 128 krijger-monniken uit dit Fukien Shaolin-klooster. Ook deze monniken weigerden de titels die de keizer hen na de overwinning aanbood. De keizer voelde zich echter bedreigd door dit onafhankelijke klooster met zijn uitzonderlijke krijgers. Zijn leger omsingelde de tempel en brandde deze plat. Slechts vijf monniken konden ontkomen. Zij zouden de oprichters zijn van de *Hung men*, een geheim anti-Ch'ing genootschap²⁴. Deze legende leeft nog steeds verder in talrijke Chinese volksverhalen en toneelstukken.²⁵

REID & CROUCHER (1995) vragen zich af hoe men het eventuele bestaan van een tweede Shaolin-klooster moet interpreteren. Noemde men dit klooster zo omdat de

¹⁹ De foto op het voorblad is een detail uit deze fresco.

²⁰ Generaal Hsi Yousan liet de Shaolin-tempel platbranden omdat zijn vijand Fang Chung-hsueh er zijn hoofdkwartier gevestigd had (REID & CROUCHER (1995), p. 62).

²¹ REID & CROUCHER (1995), p. 61-62.

²² DRAEGER & SMITH (1974), p. 45.

²³ Zowel DE BARY (1966: p. 649-650), DRAEGER & SMITH (1974: p. 45) als REID & CROUCHER (1995: p. 62) vermelden deze legende.

²⁴ Cf. 2.3 'Evolutie in China', p. 10.

²⁵ DE BARY (1966), p. 649-650.

monniken er Shaolin-*ch'uan fa* beoefenden? Stond dit klooster in relatie met het oorspronkelijke Shaolin-klooster in Lo-yang? ²⁶

1.4 Het *ch'uan fa*.

De benamingen *ch'uan fa* en Shaolin-*ch'uan fa* moeten in de juiste context geplaatst worden. In het Westen gebruikt men ongenueanceerd de foutieve term kungfu (let. 'vaardigheid; oefening') om te refereren aan de Chinese bokskunst en alle andere Chinese vechtkunsten.²⁷ Correct verwijst men naar de Chinese martiale kunsten met de term *wu shu* (let. 'oorlogskunst'). Deze term omvat het *ch'uan fa* (boksen, let. 'wet van de vuist'), het *shuai chiao* (worstelen), het gewichtheffen, het *chi shu* (paardrijden) en het *siah ge* (boogschieten). Het *ch'uan fa* is de belangrijkste *wu shu*-component. Het *ch'uan fa* wordt meestal ongewapend beoefend, maar kan ook uitgevoerd worden met wapens (bv. speer, stok of zwaard). De basistechnieken blijven dezelfde.²⁸

Het *ch'uan fa* kent twee grote scholen: enerzijds de harde of externe martiale school (*wai-chia*), en anderzijds de zachte of interne martiale school (*nei-chia*).²⁹ Alhoewel beide scholen gemeenschappelijke technieken delen, verschillen ze ook van elkaar qua stijl en techniek, geschiedenis en filosofie. De interne school is gebaseerd op de taoïstische filosofie. De grootste interne stijlen zijn *t'ai chi ch'uan* (let. 'grote uiterste vuist'), *pa kua ch'uan* (let. 'vuist van de acht diagrammen') en *hsing-i ch'uan* (let. 'vuist van het vorm-idee'). Het belangrijkste kenmerk van deze interne kunsten is de ontwijkende actie. Men ontwijkt de aanval met ronde afwerende bewegingen en gebruikt de kracht van de tegenstander tegen hemzelf.³⁰

De harde externe school is waarschijnlijk ouder dan de interne school. De traditie bindt deze externe school aan het boeddhisme, en dan vooral het zenboeddhisme. Deze

²⁶ REID & CROUCHER (1995), p. 63.

²⁷ DRAEGER & SMITH (1974), p. 12.

²⁸ WINDERBAUM (1977), p. 176.

²⁹ Cf. 4.1 'De interne en de externe martiale kunsten', p. 34.

³⁰ DRAEGER & SMITH (1974), p. 31-43; WINDERBAUM (1977), p. 94.

school focust vooral op aanvallende bewegingen. De grootste en meest bekende externe stijl³¹ is het Shaolin-*ch'uan fa*, dat bestaat in een noordelijke en een zuidelijke variant. Het noordelijke Shaolin-*ch'uan fa* legt vooral de nadruk op sprongen en traptechnieken, die van pas komen in het bergachtige noorden van China, met haar open vlaktes en woestijnen. Het zuidelijke Shaolin-*ch'uan fa* beklemtoont krachtige stoottechnieken en *close combat* technieken. Deze vorm van vechten is aangepast aan het dichtbeboste en rivierrijke zuiden van het land. Ondanks hun gezamenlijke naam, verschillen deze stijlen dus in grote mate van elkaar. Dit wijst erop dat de noordelijke en de zuidelijke Shaolin-*ch'uan fa*-stijlen zich onafhankelijk van elkaar ontwikkeld hebben. Het staat vast dat er in het verleden ontelbare³² externe martiale kunsten floreerden in China. De faam van de Shaolin-tempel leidde ertoe dat ook andere stijlen deze naam overnamen.³³

³¹ Andere externe of harde kunsten zijn *hung ch'uan*, *t'au t'ei yu t'an t'ui*, *hon ch'uan*, *erh-lang men*, *fan ch'uan*, *ch'a ch'uan*, *mi tsung yi*, *pa ch'uan* (HAINES (1989), p. 9). Verder kent men ook *choy li fut*, *fu-jow*, *hung gar*, *sil lum* en *wing chun* (WINDERBAUM (1977), p. 94).

³² DRAEGER & SMITH (1974) ramen hun aantal op minstens 400. REID & CROUCHER vallen hen daarin bij (REID & CROUCHER (1995), p. 63). Vandaag de dag erkent China officieel 382 *wu shu*- of vechtkunststijlen (NELSON (1989), p. ix).

³³ DRAEGER & SMITH (1974), p. 13; REID & CROUCHER (1995), p. 221.

2. Oorsprong en evolutie van de Aziatische martiale traditie.

2.1 Een kritische noot.

Nogal wat vechtkunstenaren refereren aan het befaamde Shaolin-klooster om China aan te wijzen als de bakermat van de Aziatische martiale kunsten. De legende van Bodhidharma doet anderen besluiten dat India deze eer toekomt. Het is echter onmogelijk het ontstaan van de martiale kunsten in absolute termen te dateren of te traceren. Ten eerste is de behoefte aan zelfverdediging universeel en van alle tijden. Primitieve vechtkunsten moeten van oudsher in heel Azië bestaan hebben. Daarnaast is elke hedendaagse krijgskunst het resultaat van een evolutieproces. In de loop der tijd speelden verschillende invloeden een rol. Bovendien kennen de martiale kunsten een traditie van geheimhouding en orale overlevering van meester op leerling. Hierdoor bestaan er weinig historische bronnen maar des te meer legendes over deze kunsten.³⁴

Het heeft weinig zin om te zoeken naar dé martiale kunst die aan de oorsprong ligt van de Aziatische martiale traditie. Wel zijn er feiten die doen vermoeden dat zowat alle Aziatische martiale kunsten gemeenschappelijke invloeden ondergaan hebben. Enerzijds bevestigen veel hedendaagse vechtkunstmeesters dat de leerstellingen van Bodhidharma van vitaal belang geweest zijn voor de ontwikkeling van de martiale kunsten. Anderzijds vertonen de verschillende hedendaagse Aziatische vechtkunsten opvallend veel gelijkenissen.

³⁴ REID & CROUCHER (1995), p. 19.

2.2 Oorsprong van de Aziatische martiale kunsten.

De moderne martiale technieken zijn een combinatie van worstel- en bokstechnieken en meer gesofisticeerde methodes, zoals klemmen, houdgrepen, worpen en efficiënte aanvals- en verdedigingstechnieken.³⁵ Om de oorsprong van de Aziatische martiale kunsten te traceren ga ik op zoek naar de vroegste bewijzen van de worstel- en bokskunst, de meest primitieve vechtkunsten. De Indische martiale traditie en haar oorsprong zal ik in hoofdstuk 5 bespreken (cf. p. 50).

Het vroegste bewijs dat mensen bekend waren met de boks- en worstelkunst wordt geleverd door twee Babylonische kunstwerkjes, die vervaardigd werden tussen 3000 en 2000 v.o.t. Op het eerste tablet staan twee vechtende mannen afgebeeld. De ene valt aan, terwijl de ander afweert met een blokpositie die typerend is voor de moderne krijgskunsten. Het tweede object is een koperen beeldje dat twee worstelende mannen uitbeeldt. De mannen grijpen elkaar vast bij de lendendoek, een techniek die de Japanse *sumo*-worstelaars ook toepassen. Dit zijn de enige objecten die bewijzen dat de vechtkunsten gekend waren in Mesopotamië.

De Mesopotamische beschaving was zeker rijk genoeg om verschillende soorten specialisten, zoals bv. vechtkunstenaars, te onderhouden. Deze mannen kregen de gelegenheid om de vechtkunsten te beoefenen en te bestuderen als tempelwachters of als lijfwachten van koningen en handelsreizigers. Rond 2500 v.o.t. dreven de Mesopotamiërs handel met het Indusdalgebied. De mogelijkheid bestaat dat de Indusdalbewoners reeds toen in contact kwamen met een nog erg primitieve krijgskunst. Het zou dus kunnen dat de allereerste impuls tot het ontwikkelen van de martiale kunsten uit Mesopotamië kwam. Wat vaststaat, is dat deze rudimentaire vorm van krijgskunst zich pas in India en China ontwikkelde tot de voorlopers van de verfijnde systemen die we vandaag kennen.³⁶

³⁵ DRAEGER & SMITH (1974), p. 12; REID & CROUCHER (1995), p. 19.

³⁶ REID & CROUCHER (1995), p. 18.

In China waren het boksen en het worstelen reeds vroeg in de geschiedenis gekend. Literatuur uit de Chou-dynastie³⁷ (1122-255 v.o.t.) bewijst dat Chinese edellieden in die tijd zowel het boksen, het worstelen, het schermen als het boogschieten beoefenden. Volgens DRAEGER & SMITH (1974) was de primitieve worstelkunst erg ruw. Zo droegen de deelnemers van een bepaalde worstelvariant (*chiao ti-shi*) hoorns op het hoofd waarmee ze op elkaar inbeukten. Tijdens de Periode der Strijdende Staten (403-221 v.o.t.) werd de oorlogsvoering bloediger. De strijdswagens werden vervangen door infanterie die men recruteerde onder de burgers. Waarschijnlijk verliepen ook de worstel- en bokswedstrijden in deze periode nog grimmiger dan voorheen.³⁸

In deze woelige tijden was het ongetwijfeld erg gevaarlijk om rond te reizen. Het Chinese platteland zat vol bandieten en vogelvrijen, zodat reizende handelaars lijfwachten in dienst moesten nemen. Vechtkunstenaars waren getraind in het boksen, het worstelen en het vechten met wapens. Dit maakte hen erg geschikt voor de functie van lijfwacht. Door mee te trekken met handelscaravanen, ontmoetten deze vechtkunstenaars vast en zeker buitenlandse lijfwachten. Vanaf de eerste eeuw werden de handelsroutes ook gebruikt door Indische monniken die het boeddhisme in China introduceerden. Andersom maakten veel Chinese pelgrims de trip naar het land van de Boeddha. Ook voor deze rondtrekkende monniken waren zelfverdedigingstechnieken levensnoodzakelijk. Waarschijnlijk brachten deze lijfwachten en boeddhistische pelgrims de Indische en Chinese gevechtkunsten voor het eerst in contact met elkaar.³⁹

De zoektocht naar de oorsprong van de Aziatische martiale kunsten besluit ik met de woorden van REID & CROUCHER (1995), die concluderen als volgt: “Er bestaan geen eenduidige bewijzen die China of India aanwijzen als het land waar de eerste vechtkunsten zich ontwikkeld hebben. De culturele contacten tussen India en China maken het waarschijnlijk dat vanaf de vroegste tijden martiale kennis werd uitgewisseld tussen deze twee beschavingen. Het is misschien beter niet te kiezen

³⁷ Met name het *Boek der Rituelen*, de *Lente en Herfst Annalen* (722-481 v.o.t.) en literatuur uit de Periode der Strijdende Staten (403-221 v.o.t.) (DRAEGER & SMITH (1974), p. 15).

³⁸ DE CASTRO, OROPEZA & RHODES (1993), p. 2-3; DRAEGER & SMITH (1974), p. 15-16.

³⁹ REID & CROUCHER (1995), p. 29-30.

tussen China of India. De vechtkunsten werden geboren op de wegen die deze twee grote beschavingen met elkaar verbonden”.⁴⁰

2.3 Evolutie in China.

Onder invloed van het taoïsme en het boeddhisme werden de Chinese vechtkunsten gaandeweg minder wreed en gewelddadig.⁴¹ DRAEGER & SMITH (1974) stellen dat de horens en ramtechnieken in het worstelen vervangen werden door houdgrepen en worpen. Deze worstelkunst werd overal in China erg populair.⁴²

Ten tijde van de T'ang-dynastie (618-906) waren zowat alle Chinese jonge mannen bedreven in de vechtkunsten. Het boksen won in deze periode aan populariteit onder impuls van de Shaolin-krijger-monniken, die keizer T'ai Tsung (627-649) ter hulp geschoten waren.⁴³ Het Shaolin-*ch'uan fa* verspreidde zich doorheen China en beïnvloedde zo de vechtkunsten die in andere regio's reeds bestonden. Anderzijds evolueerde ook het Shaolin-*ch'uan fa* zelf door nieuwe invloeden te incorporeren.⁴⁴ Vechtkunstenaars trokken rond van streek tot streek om les te volgen bij beroemde meesters. Dit leidde tot een verbetering van de vechttechnieken.⁴⁵ De technieken die zich tijdens de T'ang-dynastie in China ontwikkelden waren zelfs zo efficiënt, dat ze de kern werden van de vechtsystemen in buurlanden Korea, Okinawa en Japan.⁴⁶

Tijdens de Ming- (1368-1644) en de Ch'ing-dynastie (1644-1911) kwam de Chinese worstelkunst tot bloei en evolueerde ze naar een snellere en meer wetenschappelijk onderbouwde variant. De worstelaars vochten hun kampioenschappen uit voor het goedkeurende oog van de Ch'ing-keizers, die

⁴⁰ *Ibid.*, p. 30.

⁴¹ DRAEGER & SMITH (1974), p. 11.

⁴² *Ibid.*, p. 47.

⁴³ Cf. 1.3 'Het Shaolin-klooster', p. 3.

⁴⁴ DRAEGER & SMITH (1974), p. 17.

⁴⁵ *Ibid.*, p. 23.

⁴⁶ *Ibid.*, p. 73; DE CASTRO, OROPEZA & RHODES (1993), p. 2-3; REID & CROUCHER (1995), p. 30, p. 152, p. 221; WINDERBAUM (1977), p. 18.

trainingskampen voor worstelaars oprichtten.⁴⁷ De bokskunst (*ch'uan fa*) daarentegen ontwikkelde zich tijdens de Ch'ing- of Manchu-periode vooral ondergronds verder. Dit was een gevolg van het feit dat veel bokskunstenaars zich aansloten bij geheime nationalistische anti-Ch'ing genootschappen, nadat de uitheemse Manchu's de macht overgenomen hadden van de Ming. Het Chinese volk geloofde dat deze mysterieuze bokskunstenaars over bovennatuurlijke gaven beschikten en onkwetsbaar waren. De geheime anti-Ch'ing genootschappen vormden de motor achter de Boxer Rebellion op het einde van de 19^{de} eeuw. Deze opstand was niet enkel gekant tegen de Manchu-overheersing, maar ook tegen de Westerse invasie. De Britten en de Manchu's onderdrukten de rebellie met behulp van vuurwapens⁴⁸. In 1899 werd de laatste groep van bokkers geëxecuteerd om de mythe van hun onkwetsbaarheid de kop in te drukken.⁴⁹

In 1912 werd de laatste Ch'ing-keizer afgezet. De oprichting van de Republiek betekende dat de bokskunst zich opnieuw in het openbaar kon ontwikkelen. Door het gebrek aan een sterk en eensgezind centraal gezag in de beginperiode van de Republiek, werd China geteisterd door een groot aantal ongeregelde krijgsheren (1917-1927). Veel bokskunstenaars schaarden zich rondom hen. De massale destructie die zij samen aanrichtten bezorgde de bokkers en de militairen een kwalijke reputatie en lokte veel tegenreacties uit. Chiang Kai-shek van de Nationalistische Volkspartij wist de krijgsheren uiteindelijk te bedwingen. In 1928 doopte hij de *wu shu* (let. 'oorlogskunsten') om tot *kuo shu* (let. 'nationale kunsten'). Na de oprichting van het Partijleger werden er militaire academies opgericht waar men de studenten drilde.⁵⁰

Toen Mao Tse-tung in 1949 de Communistische Volksrepubliek stichtte, vreesden vele traditionele vechtkunstmeesters dat hun praktijken niet in goede aard zouden vallen bij de nieuwe regering. Tientallen van hen vluchtten samen met vele politici en intellectuelen naar Hong Kong en Taiwan. Anderen bleven in China en ontwikkelden hun kunsten onder het nieuwe bewind. Aangezien het taoïsme en het

⁴⁷ DRAEGER & SMITH (1974), p. 49.

⁴⁸ De intrede van vuurwapens reduceerde het effect en de populariteit van de martiale kunsten aanzienlijk (*Ibid.*, p. 7).

⁴⁹ *Ibid.*, p. 18-19; HAINES (1989), p. 10-11; REID & CROUCHER (1995), p. 66.

⁵⁰ DRAEGER & SMITH (1974), p. 18-19.

boeddhisme aan verschillende restricties onderworpen werden, verloren de Chinese martiale kunsten veel van hun ideologische inhoud. De regering begon het boksen te formaliseren en promootte de massale participatie aan traditionele sporten zoals het boksen en het worstelen. Tevens veroordeelde ze de feodale ideeën die nog steeds aan de vechtkunsten kleefden, zoals de exclusieve en geheime relatie tussen leraar en leerling en de bovennatuurlijke krachten die aan bokkers toegeschreven werden. Mao onderkende het belang van de martiale kunsten maar hij benaderde deze louter functioneel. De lichamelijke opvoeding van het volk was niet gericht op de ontplooiing van het individu, maar op de creatie van een strijdlustig en strijdvaardig volk.⁵¹

Vandaag de dag erkent de Chinese regering officieel 382 *wu shu* of martiale kunsten.⁵² Deze worden massaal beoefend. Net zoals in het Westen onderrichten de meeste Chinese trainers enkel het technische aspect van de kunsten. De ethische en filosofische inhoud kunsten wordt niet belicht. REID & CROUCHER (1995) merken terecht op dat wanneer een meester onverschillig staat tegenover de diepere betekenis van zijn kunst, ook de houding van zijn leerlingen te wensen overlaat.⁵³

2.4 Beïnvloeding en verspreiding doorheen Azië.

Inheemse en uitheemse vechtkunstenaars, handelaars, studenten en pelgrims verspreidden de Chinese martiale kunsten doorheen Azië. Ze stonden ook in voor de verspreiding van de leerstellingen die de kunsten gevormd hadden, nl. het confucianisme, het taoïsme en het boeddhisme. Het *ch'uan fa* beïnvloedde zo de martiale tradities van Thailand, Cambodja, Vietnam, Birma, Maleisië, Indonesië, Korea, Okinawa, Japan en zelfs Rusland^{54, 55} In deze landen kende men ongetwijfeld

⁵¹ CHAN (1996), p. 159; DRAEGER & SMITH (1974), p. 18-20.

⁵² NELSON (1989), p. ix.

⁵³ REID & CROUCHER (1995), p. 212, p. 221.

⁵⁴ In Rusland bestaat het *sambo*, een vechtkunst die Antoli Kharlampiyev in de 20^{ste} eeuw creëerde door worstel- en *judo*-technieken te combineren (WINDERBAUM (1977), p. 139).

⁵⁵ REID & CROUCHER (1995), p. 58.

reeds inheemse vechtkunsten. Deze ontwikkelden zich echter pas tot volwaardige martiale kunsten toen de vechtkunstenaren de superieure en geavanceerde technieken en de ideologische inhoud van de Chinese kunsten overnamen. Wanneer dit overgangsproces precies plaats vond is niet altijd vast te stellen.⁵⁶

De regio Indo-china werd beïnvloed door het zuidelijke *ch'uan fa* én door de Indische martiale kunsten. De Oost-Aziatische traditie stamt duidelijk af van het noordelijke *ch'uan fa*. De nauwe verwantschap van deze traditie met de Chinese kunsten wordt bevestigd doordat zelfs de Chinese terminologie grotendeels overgenomen werd.⁵⁷

In het volgende overzicht besteed ik extra aandacht aan de ontwikkeling van het Koreaanse taekwondo en het Okinawaans-Japanse karate. In de eerste plaats omdat beide kunsten heel dicht aanleunen bij het externe *ch'uan fa*, maar ook omdat ze de meest beoefende bokskunsten zijn ter wereld.⁵⁸ Door hun populariteit zijn er ontelbaar veel bronnen voorhanden. Jammer genoeg zijn deze vaak technisch van aard en belichten ze zelden de geschiedenis en ideologie van de vechtkunsten.

2.4.1 De Zuidoost-Aziatische traditie.

De bekendste martiale kunst en tevens nationale sport van Thailand is het *muay thai* of Thais boksen. Deze kunst is sterk beïnvloed door de Chinese vechtkunsten en onderging in de 20^{ste} eeuw ook Westerse invloeden. In het verleden waren de voornaamste lesgevers boeddhistische monniken. Eeuwenlang werd het *muay thai* niet als sport maar enkel als vechtkunst beoefend. De bokspartijen waren niet gebonden aan regels en verliepen dus erg ruw. Zo kende men een variant waarbij de 'bokshandschoenen' bestonden uit kleverige doeken bedekt met glasscherven.

Na de Tweede Wereldoorlog voerde men Westerse reglementen in, maar nog steeds is het *muay thai* één van de ruwste boksvarianten aangezien traptechnieken,

⁵⁶ *Ibid.*, p. 30; WINDERBAUM (1977), p. 18.

⁵⁷ DRAEGER & SMITH (1974), p. 73.

⁵⁸ REID & CROUCHER (1995), p. 220-222.

knie- en elleboogstoten toegelaten zijn. Volgens sommige critici missen de Thai-boksers kracht, maar ze worden alom gerespecteerd omwille van hun snelheid en uithoudingsvermogen. De training van de Thai-boksers is erg zwaar en heeft als doel hen mentaal en fysiek te harden en hun incassatievermogen te bevorderen.⁵⁹ Naast het *muay thai* kent Thailand ook een gewapend vechtsysteem, nl. *krabi krabong* (let. ‘zwaard en stok’). Deze kunst wordt niet enkel met zwaarden of stokken beoefend, maar ook met messen, speren, degens of hellebaarden.⁶⁰

De vechtkunsten van Indonesië en Maleisië zijn nauw verwant met elkaar. Beide landen onderhouden al eeuwenlang handelscontacten met China.⁶¹ De nationale vechtkunst van Maleisië heet *silat* en omvat gymnastische oefeningen, val-, rol-, trap- en stoottechnieken, gewrichtsklemmen, houdgrepen, worpen en wapenkunsten. Deze martiale kunst is nauw verbonden met de kruidengeneeskunde.⁶²

De Indonesische vechtkunst *pencak silat* (let. ‘oefening voor het gevecht’) onderging naast Chinese ook Arabische invloeden. Gezien de vele eilanden van Indonesië kent deze vechtkunst wel 150 regionale stijlen. Net zoals het *ch’uan fa* kent het *pencak silat* zowel gewapende als ongewapende varianten. De meeste stijlen in het *pencak silat* zijn nog steeds geörienteerd op het vrije gevecht, maar er bestaan ook aangepaste en gereguleerde wedstrijdvarianten.⁶³

De martiale kunsten van Birma noemt men collectief *thaing*. Deze term omvat *bando* (boksen, ook ‘Birmaans karate’ genoemd), *lethwei* (een tweede boksvariant), *naban* (worstelen) en *banshay* (wapenkunst). Deze martiale kunsten werden zowel door de Chinese als door de Indische vechtkunsten beïnvloed.⁶⁴

De kunsten van Vietnam, Cambodja en Laos zijn weinig bestudeerd als gevolg van de politieke onrust die heerst in deze gebieden.⁶⁵

⁵⁹ DE CASTRO, OROPEZA & RHODES (1993), p. 9; REID & CROUCHER (1995), p. 220; WINDERBAUM (1977), p. 118.

⁶⁰ WINDERBAUM (1977), p. 89.

⁶¹ REID & CROUCHER (1995), p. 220.

⁶² WINDERBAUM (1977), p. 148.

⁶³ *Ibid.*, p. 132.

⁶⁴ *Ibid.*, p. 30.

⁶⁵ REID & CROUCHER (1995), p. 220-221.

2.4.2 De Oost-Aziatische traditie.

2.4.2.1 Korea.

Korea maakte waarschijnlijk voor het eerst kennis met de Chinese vechtsystemen toen keizer Wu-ti van de Han-dynastie in 108 v.o.t. het schiereiland veroverde. Hoewel de Periode van de Drie Koninkrijken (313-668) het einde van de Chinese bezetting inluidde, bleef de Chinese culturele invloed op Korea gelden doorheen de geschiedenis. In de 7^{de} eeuw onderhield koningin Songdok van het Silla-rijk relaties met de T'ang-dynastie. Zij zond studenten naar China om er o.a. de gevechtskunsten te bestuderen. Op basis van deze kennis ontwikkelden de Koreanen de vechtkunst *t'ang-su* (let. 'T'ang hand'), die later *kwonpup* of *taekwon* genoemd werd.

In de daaropvolgende eeuwen werden de vechtkunsten verder bestudeerd en gesystematiseerd. Ze bereikten een hoogtepunt in de 12^{de} eeuw, toen de krijger-monnik Myoch'ong de ongewapende vechttechnieken in militaire scholen onderwees. Aangezien de heersers van de Yi-dynastie (1392-1910) wapens en gevechten verachtten, betekende deze periode een achteruitgang voor de martiale kunsten. Dit veranderde toen Japan de natie koloniseerde (1910-1945) en er judo en *ju-jitsu* introduceerde. Na de onafhankelijkheid zouden de Koreanen hun inheemse vechtkunst verder ontwikkelen onder de naam taekwondo (let. 'de weg van hand en voet').⁶⁶ Deze vechtkunst wordt soms ook 'Koreaans karate' genoemd.⁶⁷

Een tweede ongewapende Koreaanse vechtkunst is het *hapkido* (let. 'de weg van de gecoördineerde kracht'). Deze kunst werd in de eerste helft van de 20^{ste} eeuw ontwikkeld door Yong Shul Choi. Hij combineerde technieken uit het taekwondo en het Japanse aikido in zijn vechtsysteem. Het *hapkido* bevat dus zowel elementen uit de harde als uit de zachte martiale traditie.⁶⁸

⁶⁶ DRAEGER & SMITH (1974), p. 70-75.

⁶⁷ WINDERBAUM (1977), p. 156.

⁶⁸ *Ibid.*, p. 54.

2.4.2.2 Okinawa.

Het karate staat alom gekend als Japanse vechtkunst. In feite werd deze pas in de eerste helft van de 20^{ste} eeuw in Japan geïntroduceerd. Voor die tijd ontwikkelde het karate zich eeuwenlang op Okinawa.

In de 14^{de} eeuw werden verscheidene Okinawaanse prinsen naar China gezonden om er de kunsten en de wetenschappen te bestuderen, waaronder de martiale kunsten.⁶⁹ In de 15^{de} eeuw voerde de koning een wapenverbod in. Tevens verplichtte hij alle opstandige krijgsheren in de hoofdstad te komen wonen. Dit wapenverbod stimuleerde de ontwikkeling van de ongewapende vechtsystemen. Begin 17^{de} eeuw veroverde Japan het eiland. De Japanse *shogun* handhaafde het wapenverbod en verbood tevens alle ongewapende vechtsystemen. Daarom ontwikkelden de Okinawanen hun vechtkunsten clandestien verder als *te* (let. 'hand'), een naam die geen verdenking zou oproepen.⁷⁰ Gezien het wapenverbod gebruikten de boeren landbouwwerktuigen als wapens⁷¹. Pas eind 19^{de} eeuw werd het verbod op martiale kunsten opgeheven en raakte *te* bekend als *t'ang-te* (let. 'Chinese hand'). In de 20^{ste} eeuw kozen de Okinawanen een nieuwe naam voor hun kunst, nl. *kara-te-jutsu* (let. 'kunst van de Chinese hand'). Deze naam verwijst naar de drie culturen die de vechtkunst gevormd hebben. Het karakter *kara* verwijst naar de Chinese T'ang-dynastie, het karakter *jutsu* is ontleend aan de Japanse martiale traditie en *te* verwijst naar de Okinawaanse basis van deze vechtkunst.⁷²

2.4.2.3 Japan.

Japan werd in grote mate beïnvloed door de Chinese cultuur. Zo nam men tijdens de Taika-hervorming eind 7^{de} eeuw vele cultuurgoederen en het administratief systeem

⁶⁹ REID & CROUCHER (1995), p. 152.

⁷⁰ DRAEGER & SMITH (1974), p. 58; REID & CROUCHER (1995), p. 155.

⁷¹ Met name de *bo* (stok), de *sai* (vork), de *kama* (sikkel), de *tui-fa* (handgreep van een molensteen) en de *nunchaku* (dorsvlegel) (DRAEGER & SMITH (1974), p. 58-59).

⁷² DRAEGER & SMITH (1974), p. 59; REID & CROUCHER (1995), p. 158.

van de Chinese T'ang-dynastie over. Ook voor de ontwikkeling en systematisering van de gevechtskunsten (*bujutsu*⁷³, let. 'kunst van de strijd') ging Japan te leen bij de Chinezen. De *bujutsu* werden bestudeerd door leden van de krijgersklasse (*bushi* of *samurai*⁷⁴),⁷⁵ die zich ontwikkelde vanaf de 10^{de} eeuw.⁷⁶ De erecode of *bushido* (let. 'weg van de krijger') hield in dat de feodale krijger zich niet enkel lichamelijk maar ook intellectueel ontwikkelde. Onafhankelijke leenheren (*daimyo*'s) die elkaar bestreden waren de broodheren van deze professionele vechtkunstenaars.

Toen Tokugawa Ieyasu in 1603 aan de macht kwam en het land één maakte, beknotte hij de macht van de *daimyo*'s door hun familie te 'gijzelen' in de hoofdstad Edo. Hierdoor maakte hij niet enkel een eind aan de onderlinge rivaliteit en het militarisme, maar ook aan de nood om de *bujutsu* te beoefenen.⁷⁷ Tijdens de vreedzame Edo-periode (1603-1867) begon aldus de ontwikkeling van *bujutsu* naar *budo* (let. 'weg van de strijd'), of de overgang van vechtkunst naar gecultiveerde vechtkunst. Terwijl in de oude *jutsu*-scholen de functie en efficiëntie van de techniek primeerde, hechtte men in de *do*-scholen meer belang aan de vorm.⁷⁸ Deze verfijning ging gepaard met de intrede van het competitieve element en een toenemende specialisatie. De vechtkunstenaar leerde niet langer alle wapens hanteren, maar legde zich toe op één wapen.

Na de Meiji-restauratie van 1867 ontwapende de keizer de *samurai*-klasse. Hierdoor herleefden de ongewapende vechtsystemen, die sinds de komst van de vuurwapens aan belang hadden ingeboet. Na de Meiji-restauratie ontwikkelden zich verschillende ongewapende martiale kunsten, zoals het judo (let. 'de weg van de meegaandheid of zachtheid') en het aikido (let. 'de weg van de goddelijke harmonie'). Ook gewapende vechtkunsten zoals kendo (let. 'de weg van het zwaard') en *kyudo* (let. 'de weg van de boog') wonnen in de 20^{ste} eeuw opnieuw aan populariteit. Deze

⁷³ Er bestonden meer dan 30 *bujutsu*, zoals *kyu-jutsu* (boogschieten), *bo-jutsu* (stokvechten), *ken-jutsu* (zwaardvechten), *ju-jutsu* (ongewapend gevecht), *nin-jutsu* (camouflage- en spionagetechnieken), *sumo* (worstelen)... (DRAEGER & SMITH (1974), p. 83).

⁷⁴ De term *samurai* verwijst naar een bepaald type *bushi*. Deze term werd pas in gebruik genomen vanaf de Muromachi-periode (1392-1573) (*Ibid.*, p. 81).

⁷⁵ *Ibid.*, p. 81-83.

⁷⁶ LEVINE (1989), p. 308.

⁷⁷ REID & CROUCHER (1995), p. 180.

⁷⁸ DRAEGER & SMITH (1974), p. 90; REID & CROUCHER (1995), p. 148.

vechtkunsten werden niet langer beoefend als voorbereiding op de strijd, maar als culturele activiteiten om lichaam en geest te ontwikkelen.⁷⁹

Het judo werd ontwikkeld door Jigori Kano. Jarenlang bestudeerde hij de ongewapende vechtkunst *ju-jutsu* (let. ‘de kunst van de meegaandheid of zachtheid’). Gezien de tijdsgeest verwijderde hij alle dodelijke elementen en paste deze vechtkunst aan aan het onderwijssysteem⁸⁰. In 1882 introduceerde Kano het judo, dat op korte tijd Japan, Azië en de rest van de wereld zou veroveren.⁸¹

In de jaren '20 ontwikkelde Morihei Ueshiba een ongewapende vechtkunst gebaseerd op het *ju-jutsu*, meer bepaald het *aiki-ju-jutsu*. Hieruit vloeide het aikido voort. Dit is een zachte, bijna puur verdedigende vechtmethode, waarbij men de kracht van de tegenstander tegen hemzelf gebruikt. Net *als* judo leunt deze vechtkunst aan bij de zachte, interne kunsten van China.⁸²

In 1922 introduceerde de Okinawaan Gichin Funakoshi het karate in Japan. In 1933 wijzigde Funakoshi de betekenis van de term karate. De oorspronkelijke vertaling ‘Chinese hand’ werd omgevormd naar ‘lege hand’⁸³. Deze beslissing had ongetwijfeld politieke motieven. De relaties tussen Japan en China waren danig bekoeld nadat Japan in 1931 Mantsjoerije, een gebied in het noordoosten van China, bezet had. Funakoshi verklaarde echter dat hij de betekeniswijziging vooral om filosofische redenen doorvoerde. De betekenis ‘lege hand’ paste volgens hem beter bij de ongewapende vechtkunst en weerspiegelde tevens het zenboeddhistische principe van ‘leegte’.⁸⁴

Na de Tweede Wereldoorlog bevestigde een Amerikaanse onderzoekscommissie dat er een verband bestond tussen de martiale traditie en het nationalisme, militarisme

⁷⁹ REID & CROUCHER (1995), p. 185.

⁸⁰ Kano ontwikkelde o.a. een gradensysteem dat de beoefenaars klasseerde als *kyu* (leerling) of *dan* (meester, vanaf zwarte gordel). Dit systeem werd door alle budo-kunsten overgenomen (DRAEGER & SMITH (1974), p. 138-139).

⁸¹ *Ibid.*, p. 138; REID & CROUCHER (1995), p. 188-189; SKIDMORE (1991), p. 129-130.

⁸² DRAEGER & SMITH (1974), p. 139; REID & CROUCHER (1995), p. 194; WINDERBAUM (1977), p. 10.

⁸³ Een Chinees karakter kent verschillende uitspraken, maar ook omgekeerd kennen verschillende karakters soms dezelfde uitspraak. Zowel het karakter dat ‘leeg’ betekent, als het karakter dat ‘Chinees’ betekent, kunnen in het Japans als *kara* uitgesproken worden. HADAMITZKY & SPAHN (2000), p. 92, p. 315.

⁸⁴ SKIDMORE (1991), p. 132-133.

en kolonialisme in Japan. Dit resulteerde in een verbod op de martiale kunsten, dat echter spoedig weer opgeheven werd. Van de rijke martiale traditie van Japan is slechts weinig verloren gegaan.⁸⁵ Tegenwoordig is Japan op martiaal vlak het rijkste land in Azië, zowel wat het aantal kunsten als wat -procentueel- het aantal beoefenaars betreft.⁸⁶

2.5 Verspreiding naar het Westen.

Voor de 20^{ste} eeuw waren de Aziatische vechtkunsten nauwelijks bekend in het Westen. In 1902 introduceerde Yamashita, een student van Kano, het judo in Amerika. Zijn meest prominente leerling was president Theodore Roosevelt (1858-1919). Rond 1930 werd het judo onderricht aan enkele Californische universiteiten.⁸⁷

Na de Tweede Wereldoorlog brachten enthousiaste Amerikaanse soldaten het karate mee uit Japan. Funakoshi reisde op uitnodiging naar Amerika om er de militairen te onderrichten. Later vond deze vechtkunst haar weg naar het grote publiek.⁸⁸ De belangstelling voor de Japanse martiale kunsten kwam ook de andere Aziatische vechtsystemen ten goede.⁸⁹ In de jaren '70 werd het zogenaamde kungfu (cf. p. 5) razend populair door de spectaculaire films van de legendarische Bruce Lee (1940-1973). De interesse voor de martiale kunsten was gewekt. Steeds meer Aziatische gevechtstijlen vonden hun weg naar het Westen.⁹⁰

Het judo was de eerste martiale kunst die opgenomen werd in het Olympische programma.⁹¹ Dit gebeurde in 1964.⁹² Sinds 2000 is ook het taekwondo een Olympische sport.⁹³ In 2005 dienden de World Karate Federation en vier andere

⁸⁵ REID & CROUCHER (1995), p. 196-198.

⁸⁶ *Ibid.*, p. 30.

⁸⁷ SKIDMORE (1991), p. 130.

⁸⁸ *Ibid.*, p. 133.

⁸⁹ DRAEGER & SMITH (1974), p. 198.

⁹⁰ SKIDMORE (1991), p. 129.

⁹¹ REID & CROUCHER (1995), p. 193.

⁹² http://www.olympic.org/uk/sports/programme/index_uk.asp?SportCode=JU [20-05-2005].

⁹³ http://www.olympic.org/uk/sports/programme/index_uk.asp?SportCode=TK [*Id.*].

federaties⁹⁴ een kandidatuur in bij het I.O.C. (International Olympic Committee) om hun sport te laten erkennen als Olympische discipline. De erkenning gebeurt op basis van een analyse van de sport en een stemming onder de I.O.C.-leden. Deze stemming vond plaats tijdens de samenkomst in Singapore in juli 2005. Aangezien geen van de vijf disciplines de vereiste twee-derde meerderheid behaalde, werd het verdict uitgesteld.⁹⁵

⁹⁴ Deze vier federaties zijn de International Roller Sports Federation, de World Squash Federation, de International Golf Federation en de International Rugby Board. http://www.olympic.org/uk/news/media_centre/press_release_uk.asp?id=1349 [Id.].

⁹⁵ http://www.olympic.org/uk/news/events/117_session/full_story_uk.asp?id=1437 [17-07-2005].

3. De paradox van de martiale kunsten.

Net zoals de oorlogskunsten zijn de martiale kunsten gebaseerd op het gevecht.⁹⁶ Daarom worden deze kunsten vaak beschouwd als agressieve systemen die geweld promoten en in de hand werken. Recente psychologische studies⁹⁷ beamen echter wat vechtkunstenaren in Azië al eeuwen weten: de martiale kunsten zijn systemen die agressiviteit reduceren. Ze werken de fysieke en mentale gezondheid van de beoefenaar in de hand en schenken hem of haar mentale rust, sereniteit, zelfvertrouwen, assertiviteit, nederigheid, respect, verantwoordelijkheid, moed, zelfbeheersing en doorzettingsvermogen.⁹⁸

REID & CROUCHER (1995) benadrukken dat vechtkunstenaren over dodelijke technieken beschikken, maar dit in principe slechts bijzaak is. Het hoofddoel van de martiale kunstenaar is de ontwikkeling en de beheersing van lichaam en geest. De vechtkunsten belichamen een stelsel van waarden en zijn gebaseerd op bepaalde ideeën over de wereld en de plaats van de mens daarin. De kunsten die vechtmeesters ontwierpen zijn erop gericht zowel mens en natuur als mensen onderling harmonieus en vredig te laten samenleven. Zonder hun ideologische inhoud zouden de martiale kunsten weinig meer zijn dan een opeenhoping van brute, dierlijke kracht.⁹⁹

Een belangrijk element in de Aziatische martiale traditie is de ethische code van de krijger. Deze is ingebed in de filosofisch-religieuze tradities van Azië, die ik in het hoofdstuk 4 (cf. p. 33) zal bespreken. Aangezien het lichaam het belangrijkste instrument van de vechtkunstenaar is, zijn geoefende vechtkunstenaren vaak ook onderlegd in de Oosterse geneeskunde. Het samenspel van de Aziatische ethiek, geneeskunde, religies en filosofieën verklaart waarom de worstel- en bokskunst, die nochtans universeel gekend zijn, zich enkel in Azië tot volwaardige martiale kunsten

⁹⁶ REID & CROUCHER (1995), p. 10.

⁹⁷ Zie ABBOTT (1994), BECKER (1989), KENNEDY (1997), KWOK (1997), STAGGERS (1994).

⁹⁸ KENNEDY (1997), p. 104-105.

⁹⁹ REID & CROUCHER (1995), p. 146-147.

ontwikkeld hebben.¹⁰⁰ Een analyse van deze elementen geeft een eerste inzicht in de bijdrage die de Indische cultuur leverde aan de martiale traditie. Deze Indische elementen, met name de yoga en de Ayurvedische geneeskunde, komen uitgebreid aan bod in het hoofdstuk 5 (cf. p. 50).

3.1 De oorlogskunsten.

De term ‘martiale kunst’ is afgeleid van de naam van de Romeinse oorlogsgod Mars.¹⁰¹ Deze benaming is misleidend, aangezien de martiale kunsten zich al vroeg in de geschiedenis dissocieerden van de oorlogskunsten.¹⁰²

In primitieve culturen waren oorlogen tussen stammen onvermijdelijk door het gebrek aan sociale organisatie en politieke status. Ze waren een doodgewoon onderdeel van het leven. Toen de beschavingen groeiden kon men niet langer roekeloos en meedogenloos ten strijde trekken. Oorlogsvoering was een gewichtige zaak geworden, waardoor men behoefte had aan een meer strategische benadering en aan codes om de oorlogen te reguleren. Deze nood ligt aan de basis van de zogenaamde oorlogskunsten.¹⁰³ De ontwikkeling van steeds zwaardere wapens en de toenemende militarisering betekenden dat oorlogsvoering al gauw veel grovere bekwaamheden vergde dan deze die de martiale kunsten boden.¹⁰⁴ Rond 300 v.o.t. waren de oorlogskunsten het stadium van de martiale kunsten gepasseerd. Deze dissociatie wordt bevestigd door het feit dat de militaire stijlen van China en India totaal verschillend waren, maar hun martiale kunsten nauw verwant zijn.¹⁰⁵

REID & CROUCHER (1995) beschrijven hoe oorlogen in China lange tijd lokale en kleinschalige aangelegenheden waren die op rituele wijze gevoerd werden. Astrologen en orakels bepaalden het geschikte moment om aan te vallen. De krijgsheren stonden

¹⁰⁰ REID & CROUCHER (1995), p. 11.

¹⁰¹ *Ibid.*, p. 10.

¹⁰² CHAN (1996), p. 161.

¹⁰³ DIKSHITAR (1987), p. 41.

¹⁰⁴ REID & CROUCHER (1995), p. 12.

¹⁰⁵ *Ibid.*, p. 25.

aan het hoofd van kleine en slecht bewapende boerenlegers. Soms hield men een individueel gevecht om een conflict te beslechten.¹⁰⁶ Tijdens de Periode van de Lente-Herfst Annalen (722-481 v.o.t.) was de oorlogsvoering een voorrecht van de adellijke krijgsheren. De confucianistische ridderlijkheid kenmerkte deze oorlogen: men gebruikte strijdagens i.p.v. infanterie, vuurde om beurt pijlen af en zond graan naar de overwonnen vijand.

Gedurende de Periode der Strijdende Staten (403-221 v.o.t.) werden de oorlogen bloediger en wreder door de invoering van infanterie. Verslagen vijanden werden vaak ter plekke afgemaakt.¹⁰⁷ De legers telden wel honderdduizend officieren en soldaten die professioneel opgeleid en uitgerust waren. Deze professionalisering bracht ook een nieuwe generatie specialisten voort. De bekendste onder hen was Sun Tzu (4^{de} eeuw v.o.t.) die in zijn *Kunst der Oorlog* de verschillende oorlogsstrategieën beschrijft. Met het oog op de overwinning schuwde Sun Tzu listen en valstrikken niet. Voor de Chinese krijgsheren primeerde de zege, de manier waarop ze deze behaalden was van ondergeschikt belang.¹⁰⁸

Volgens REID & CROUCHER (1995) waren de oorlogen in India beperkter van omvang, meer geritualiseerd en minder verwoestend dan de oorlogen in China.¹⁰⁹ DIKSHITAR (1987) beschrijft hoe er in India regels tot stand kwamen die de oorlogen reguleerden. Dit gebeurde toen de krijgerskaste zich begon te ontwikkelen, d.w.z. op het einde van de Vedische periode (1500-1000 v.o.t.). Zowel heldenmoed (*śaurya*) als ethische principes (*nīti*) stonden hoog aangeschreven. Men onderscheidde twee soorten oorlog: de *dharma-yuddha* (let. ‘rechtvaardige oorlog’) en de *kūṭa-yuddha* (let. ‘onrechtvaardige oorlog’). Een kenmerk van de *dharma-yuddha* was dat men pas tot oorlog overging als de diplomatie gefaald had. Eerst en vooral zond men een afgezant naar de vijand met de boodschap “Geef jezelf over of vecht!”. Deze afgezant was onschendbaar. Als men besliste om oorlog te voeren, kwamen de strijdende partijen op voorhand samen om deze te bespreken. Men maakte geen gebruik van geheime strategieën of listen en trachtte zo weinig mogelijk slachtoffers maken. Gewonde en

¹⁰⁶ REID & CROUCHER (1995), p. 22.

¹⁰⁷ DRAEGER & SMITH (1974), p. 15-16.

¹⁰⁸ REID & CROUCHER (1995), p. 22-23.

¹⁰⁹ *Ibid.*, p. 24-25.

ontwapende krijgers mochten niet gedood worden en krijgsgevangenen werden goed behandeld. De *kūṭa-yuddha* daarentegen was een smerige en doortrapte oorlog, waarbij men o.a. gebruik maakte van *mantra*'s en bezweringen. De krijgers werden onderwezen in beide oorlogstypes. Pas wanneer de vijand overging tot de *kūṭa-yuddha*, betaalde men met gelijke munt terug.¹¹⁰

3.2 De ethische code van de krijger.

In het begin der tijden waren krijgers gevreesde rovers en plundersaars. Toen de beschavingen zich ontwikkelden, kregen ze geleidelijk aan een vaste positie in de maatschappij. De vorming van de krijgersklasse betekende dat er regels nodig waren om het gedrag van de krijgers sociaal aanvaardbaar te maken.¹¹¹ De ontwikkeling van een ethische krijgerscode begon dus vanaf het moment dat de krijgersklasse meer macht en verantwoordelijkheden verwierf.¹¹² In India noemt men deze ethische code de *kṣatra-dharma*¹¹³, in China spreekt men over *wu-te*¹¹⁴ en in Japan over de *bushido*¹¹⁵.

In India kwamen de morele codes om oorlogen en krijgers te reguleren tot stand op het eind van de Vedische periode. De belangrijkste plicht van de *kṣatriya* was de studie (*adhyayanam*) van vijf kunsten (*pañca-vidyā*), nl. de drie *Veda*'s (*trayī-vidyā*), de logica (*ānvīkṣikī*), de economie (*vārta*), de politiek (*daṇḍa-nīti*) en de militaire wetenschappen (*dhanur veda*). De jonge *kṣatriya*'s bestudeerden de vechtkunsten zowel in theorie als in praktijk. Barden (*sūta*) vertelden hen historische verhalen (*itihāsa*) over de verwezenlijkingen en avonturen van beroemde voorvaders. Deze verhalen boden de jongelingen een voorbeeld om na te streven. De opvoeding was er verder op gericht de *kṣatriya* discipline en gehoorzaamheid bij te brengen. Het

¹¹⁰ DIKSHITAR (1987), p. 58-75.

¹¹¹ *Ibid.*, p. 41.

¹¹² CHAN (1996), p. 159-160.

¹¹³ DIKSHITAR (1987), p. 59.

¹¹⁴ REID & CROUCHER (1995), p. 27.

¹¹⁵ WINDERBAUM (1977), p. 30.

onderricht vond plaats bij de opvoeders thuis, ver weg van de drukte en de luxe van de stad.¹¹⁶

De Chinese geschiedenis leest als een opeenvolging van oorlogen en revoluties. Volgens TOMIO (1994) was de Chinese maatschappij reeds vroeg doordrongen van een militaire ideologie. Vrijwel alle Chinese mannen waren bedreven in de krijgskunsten. Zelfs de laagste boeren moesten eens in hun leven dienen in het leger. De Chinese krijgers schreven macht hoger aan dan rechtvaardigheid, en verwierven respect op basis van strijdvaardigheid. Indische boeddhistische monniken die vanaf de eerste eeuw als pelgrim naar China trokken, bemerkten de grote kloof tussen hun ethiek en deze die gold in de Chinese gemilitariseerde maatschappij.¹¹⁷ Zij wilden deze ideologie omvormen tot een nuttige en creatieve dynamiek. Daarom onderwezen ze de principes van de Indische martiale kunst *vajramuṣṭi* (cf. p. 48, p. 52, p. 54-55), die ze de Chinese naam *ch'uan fa* gaven.¹¹⁸ Door de boeddhistische invloed ontwikkelde er zich dus een nieuwe ethiek bij de krijgers. De Chinese krijger verbreedde zijn horizon en begon naast een lichamelijke ook een spirituele ontwikkeling na te streven.¹¹⁹

Ook REID & CROUCHER (1995) merken op dat zwakkeren niet gerespecteerd werden in de Chinese gemilitariseerde maatschappij. De Chinese krijgers bekwaamden zich enkel omwille van het gevecht in de krijgskunsten. De vechtkunstmeester Hung I-hsiang verklaarde hen dat Bodhidharma het concept *wu-te* (let. 'martiale deugd') in China introduceerde. Hij legde het begrip uit als volgt: "De *wu-te* omvat zelfdiscipline, zelfbeheersing, nederigheid en respect voor het menselijke leven. Door *wu-te* wordt de bekwaming in het gevecht ondergeschikt aan de lichamelijke en spirituele ontwikkeling die de krijgskunsten bieden".¹²⁰

In Japan werd de gedragscode voor de krijger in erg grote mate gecodificeerd en geïdealiseerd.¹²¹ De *bushido* ontwikkelde zich vanaf de 10^{de} eeuw. In de *bushido* versmolten enerzijds confucianistische en shintoïstische ideeën (respect voor de voorouders en piëteit) en anderzijds boeddhistische waarden (geloof in het lot,

¹¹⁶ DIKSHITAR (1987), p. 41-45.

¹¹⁷ TOMIO (1994), p. 206.

¹¹⁸ *Ibid.*, p. 215.

¹¹⁹ *Ibid.*, p. 113.

¹²⁰ REID & CROUCHER (1995), p. 27.

¹²¹ NELSON (1989), p. ix.

sereniteit, berusting en stoïcisme bij tegenslag).¹²² Vooral het meditatieve zenboeddhisme, dat in de 12^{de} eeuw ingang vond in Japan, drukte haar stempel op de *bushido*. Meditatie verschaft de krijger innerlijke rust. Hij elimineerde de angst om te sterven, aangezien de grens tussen leven en dood, of tussen goed en kwaad een illusie werd.¹²³

De *bushido* omvat zeven deugden, met name rechtvaardigheid, moed, liefdadigheid, beleefdheid, oprechtheid, eergevoel en loyaliteit. Ook het reeds bestaande concept van rituele zelfmoord (*seppuku*) werd in de loop der tijd geïncorporeerd door de *bushido*. Oorspronkelijk beschouwden de krijgers *seppuku* als een manier om gevangenschap te vermijden. Gaandeweg werd het een demonstratie van loyaliteit en eergevoel ten aanzien van hun leenheer (*daimyo*).¹²⁴ Nadat de Meiji-keizer in 1868 de rebelse samurai-klasse ontbonden had, werd de *bushido* geherdefinieerd en geherörienteerd. De samurai zwoeren niet langer trouw aan hun *daimyo*, maar moesten loyaliteit betonen aan de keizer.¹²⁵

Vandaag de dag leeft de geest van *bushido* nog steeds in Japan.¹²⁶ REID & CROUCHER (1995) halen aan dat de betekenis van *bushido* tegenwoordig vaak vervormd wordt. Men gebruikt deze om militaristische en nationalistische ideeën te rechtvaardigen. De Japanse karate-meester Otake Sensei betreurt dit en verwoordde zijn idee over *bushido* als volgt: “De *bushido* is gebaseerd op zelfopoffering. Dit betekent dat je je best doet om anderen te helpen of om iets goed te doen voor de wereld, zelfs als dat ten koste gaat van je eigen leven. De onvoorwaardelijke trouw aan het opofferingsidee is de ware *bushido*”.¹²⁷

¹²² CHAN (1996), p. 159-160.

¹²³ SINGER (1989), p. 18-20.

¹²⁴ DRAEGER & SMITH (1974), p. 88-90; WINDERBAUM (1977), p. 30.

¹²⁵ SINGER (1989), p. 25-26.

¹²⁶ WINDERBAUM (1977), p. 30.

¹²⁷ REID & CROUCHER (1995), p. 148, 151.

3.3 De martiale kunsten, de geneeskunde en zelfexploratie.

Volgens RODEEN (1996) zijn de martiale kunsten al sinds het begin der tijden nauw verbonden met de geneeskunde: ze evolueerden samen, vulden elkaar aan en leerden van elkaar. Beide kunsten zijn bovendien nauw verbonden met magie en mystiek. Zowel de geneeskunde als de martiale kunsten hebben als doel de gezondheid te bevorderen. Martiale oefeningen werden ondermeer ontwikkeld om lichaam en geest sterker te maken en deze beter te laten functioneren.¹²⁸ Bovendien raakt een vechtkunstenaar regelmatig gewond tijdens de training of het gevecht. Het ligt voor de hand dat hij ten minste de basisvaardigheden uit de geneeskunde aanleert. Ook biedt de geneeskunde de vechtkunstenaar anatomische kennis, die hij nodig heeft om een tegenstander zo efficiënt mogelijk uit te schakelen.¹²⁹

STAGGERS (1994) meldt dat de martiale kunsten behoren tot het mystieke trio van de vitale levenskunsten. De andere twee zijn de alternatieve geneeswijzen¹³⁰ (zoals massage, acupunctuur en kruidengeneeskunde) en de kunsten die gericht zijn op zelfexploratie (zoals yoga, meditatie en concentratie- en ademhalingsoefeningen). Dit legendarische trio werd gepopulariseerd door boeken en films die de vechtkunstmeester beschrijven als een krijger, een wijze ziener en een genezer. Dit beeld staat in feite niet ver af van de waarheid. Het is van toepassing op veel vechtkunstmeesters overal ter wereld. Elke ware vechtkunstenaar moet zich toeleggen op de (alternatieve) geneeskunde. In de eerste plaats omdat er mensen gewond raken tijdens de training. Daarnaast moet een vechtkunstenaar de aard van lichaam en geest begrijpen. Dan weet hij welk gedrag hem mentale en fysieke gezondheid verschaft

¹²⁸ RODEEN (1996), p. 14.

¹²⁹ *Ibid.*, p. 2-3.

¹³⁰ STAGGERS (1994) gebruikt de term '*healing arts*', die naar mijn aanvoelen geen equivalent kent in het Nederlands. De term 'heelkunde' refereert aan chirurgie. De term 'alternatieve geneeswijzen' is een Westers concept dat deze geneeskunde tegenover de 'traditionele geneeskunde' stelt, en kent bovendien een negatieve connotatie. Toch besloot ik deze term te gebruiken, aangezien de verschillende '*healing arts*' die opgesomd worden bij ons algemeen bekend staan onder de noemer 'alternatieve geneeswijzen'.

(voldoende slaap, fysieke training, een aangepast dieet,...). Verder moet elke ware vechtkunstenaar zich toeleggen op zelfexploratie. Een oud gezegde luidt: “Deze die de anderen overwint is sterk, deze die zichzelf overwint is machtig”.¹³¹

3.3.1 Het gezondheidsaspect.

Chinese medicijnmannen en kluizenaars gingen duizenden jaren geleden op zoek naar manieren om de levensduur te verlengen. Zo legden zij de fundamenteen voor de geneeskunde en de martiale kunsten. Hun methodes omvatten ademhalingstechnieken, een kruidendieet en lichamelijke oefeningen (cf. yoga). Een juiste ademhaling is cruciaal voor een goede gezondheid en voor een correcte uitvoering van de martiale technieken. Een efficiënte zuurstofaanvoer helpt de vechtkunstenaar nl. om zijn technieken te focussen en om moeheid te voorkomen. Het kruidendieet werd rond de 6^{de} eeuw v.o.t. aangepast aan de taoïstische principes van *yin* (negatieve, passieve kracht) en *yang* (positieve, actieve kracht). Men klasseerde voedingsmiddelen als ‘heet’ of ‘koel’, afhankelijk van hun effect op het lichaam. Ziektes bestreed men met voedsel dat de balans in het lichaam moest herstellen (cf. Ayurveda).¹³²

Tijdens de Han-dynastie (206 v.o.t.-220) ontwikkelde de arts Hua Tuo een systeem van lichaams oefeningen om de gezondheid te bevorderen. Dit systeem staat gekend als *wu-chi-ni* (let. ‘spel van de vijf dieren’)¹³³. Deze oefeningen waren de eerste voorlopers van de martiale kunsten. Ze stimuleerden de bloedsomloop en de ademhaling, versterkten de vitale organen, maakten de gewrichten soepel en elimineerden moeheid en depressie. Deze holistische benadering van lichaam en geest vindt men nog steeds terug in de Chinese geneeskunde en in de martiale kunsten. De mentale gezondheid is even belangrijk als de lichamelijke conditie. De geest controleert het lichaam, dus moeten beiden in harmonie zijn om optimale prestaties te

¹³¹ STAGGERS (1994), p. 85-86.

¹³² RODEEN (1996), p. 3-5.

¹³³ Deze oefeningen waren gebaseerd op de bewegingen van de tijger, het hert, de beer, de aap en de kraanvogel (*Ibid.*, p. 5).

leveren. De training in de martiale kunsten is erop gericht gepast te kunnen reageren op een situatie zonder na te denken. De geest moet het lichaam bevelen wat te doen zonder tijd of energie te verspillen.¹³⁴

Niet enkel het taoïsme, maar ook het boeddhisme beïnvloedde de Chinese geneeskunde. TOMIO (1994) merkt op dat boeddhistische monniken die het *ch'uan fa* beoefenden hun kennis over medicijnkunde en genezingsprocessen ten dienste stelden van de lokale gemeenschap. Het was voor monniken verboden materieel gewin te beogen. Hun geneeskunde bood dus een alternatief voor mensen die geen geld hadden om dokters te betalen. Aangezien de monniken mededogen onderrichtten en aanmoedigden, ervoeren ze de pijn van een ander als hun eigen pijn. Het ideaal van de *boddhisattva*¹³⁵ was een belangrijke stimulans om een boeddhistisch systeem van genees- en medicijnkunde te ontwikkelen.¹³⁶ Dit systeem omvatte zowel fysieke therapiën, natuurlijke medicijnen als zelfverdedigingsoefeningen.¹³⁷ Volgens REID & CROUCHER (1995) werden later ook de magische technieken van het esoterische boeddhisme, zoals handopleggingen, toegepast om zieken te genezen.¹³⁸

3.3.2 Het belang van *ch'i*.

Volgens RODEEN (1996) is *ch'i* (Jap.: *ki*) het grote geheim van de Chinese geneeskunde en van de Chinese martiale kunsten. De term verwijst naar de energie die door het lichaam stroomt en de fysiologische activiteit ondersteunt. *Ch'i* bestaat uit een positieve (*yang*) en een negatieve component (*yin*). Wanneer deze beide krachten in balans zijn, is de stroming van *ch'i* optimaal en verkeert de persoon in kwestie in goede gezondheid. Wanneer deze stroming geblokkeerd of zwak is, moet men de

¹³⁴ *Ibid.*, p. 7-8.

¹³⁵ Een *boddhisattva* is een wezen dat spiritueel gevorderd genoeg is om de verlichting te bereiken, maar beslist deze stap niet te zetten. Hij blijft op aarde om de mensen te helpen en de *dharma* te promoten. In het *mahāyāna*-boeddhisme werd deze figuur verheven tot ideaal (HARVEY (2001), p. 10).

¹³⁶ TOMIO (1994), p. 151.

¹³⁷ *Ibid.*, p. 111-112.

¹³⁸ REID & CROUCHER (1995), p. 140.

balans herstellen door bv. acupunctuur. Ook in de martiale kunsten is *ch'i* erg belangrijk. Door de lichaamsenergie te focussen kan men efficiënte en krachtige technieken uitvoeren.¹³⁹

REID & CROUCHER (1995) leggen uit dat *ch'i* de bloedsomloop stimuleert en er zo voor zorgt dat de spieren maximaal benut worden. De training in de martiale kunsten bevordert de goede doorstroming van *ch'i*, dat door het lichaam vloeit langs kanalen of meridianen. Het centrum waar *ch'i* zich concentreert is het *tan-tien*, een plek acht centimeter onder de navel. Dit is ook het zwaartepunt van het lichaam. Zowel meditatie, ademhalingsoefeningen als training in de interne martiale kunsten hebben als doel *ch'i* op deze plek te versterken. In tegenstelling tot de harde kunsten, waarbij men *ch'i* hoog in de borst concentreert, is het doel van de zachte kunsten *ch'i* te laten zakken naar het *tan-tien*. Hierdoor zal de vechtkunstenaar minder snel uit evenwicht raken. Dit effect is ook merkbaar op mentaal vlak: de geest is ontspannen en vrij van agressie.¹⁴⁰

DRAEGER & SMITH (1974) stellen dat het concept van *ch'i* niet exclusief Chinees is, maar overeenstemt met het Indische *prāṇa* (cf. yoga en Ayurveda) en het Griekse *pneuma*.¹⁴¹ FEUERSTEIN (1998) beaamt dit, en vermeldt dat het idee van bio-energie in vele culturen terug te vinden is. In India heet deze *prāṇa*, in China *ch'i*, de Amerikaanse Indianen noemen het *orenda*. Hedendaagse onderzoekers spreken over bioplasma.¹⁴²

3.3.3 De vitale lichaamspunten.

In een interview met REID & CROUCHER (1995) stelde de vechtkunstmeester Chan uit Hong Kong: “Elke krijgskunst maakt gebruik van de wiskunde van het lichaam. De kunst van het vechten bestaat erin het ingewikkelde mechanisme dat het

¹³⁹ RODEEN (1996), p. 6-7.

¹⁴⁰ REID & CROUCHER (1995), p. 106-107.

¹⁴¹ DRAEGER & SMITH (1974), p. 33.

¹⁴² FEUERSTEIN (1998), p. 331.

lichaam is tegen zichzelf te keren. Gewrichten kunnen geblokkeerd worden door er klemmen op toe te passen. Men kan de krachttoevoer belemmeren door spieren en zenuwen te treffen”.¹⁴³ Een vechtkunstenaar heeft dus behoefte aan kennis over het menselijk lichaam. Hij richt zijn slag-, steek-, stoot- en traptechnieken naar welbepaalde doelen, nl. de vitale lichaampunten (Skt.: *marman*, Ch.: *hsueh-dao*, Jap.: *kyusho*) zoals de halsslagader, de luchtpijp, de ogen, ... Ook artsen, masseurs en acupuncturisten benutten de kennis over deze punten. De leer van de vitale punten is tevens geldig voor dieren. Zo past de berijder van een olifant deze kennis toe om het dier in toom te houden.¹⁴⁴

De vitale lichaampunten zijn kruisingen van aders, gewrichtsbanden, zenuwcentra en *ch'i*-meridianen. Zowat elk lichaamsdeel (vinger, snijkant van de hand, elleboog, knie, hiel, vuist, voorhoofd, ...) kan gebruikt worden om de vitale punten op het lichaam van de tegenstander te treffen. Als men op deze plaatsen geraakt of geklemd wordt, kan dit hevige pijn, bewusteloosheid, verlamming of de dood als gevolg hebben. Omdat sommige plekken heel klein zijn, kunnen enkel de meest bedreven vechtkunstenaars ze echt doeltreffend raken. De precieze ligging van deze punten behoort tot de geheime kennis van de martiale kunsten, die alle meesters zorgvuldig bewaken. Toch weet vrijwel elke vechtkunstenaar dat de slaap, het borstbeen, de halsslagader en de testikels erg kwetsbare plaatsen zijn. De sinoloog Joseph Needham deed navraag bij Britse gerechtelijke wetenschappers over wat er gebeurt als je iemand op de levensgevaarlijke vitale punten slaat die hem door acupuncturisten en vechtkunstenaars aangewezen werden. Ze antwoordden hetzelfde als de Japanse en Chinese meesters.¹⁴⁵

Oorspronkelijk was de kunst van het aanvallen van de vitale punten een op zichzelf staande discipline, die in de loop der tijd geïntegreerd werd in vrijwel elke vechtkunst. In India noemt men deze kunst *marma-adi* (cf. *kalarippayattu*), in China *tien-hsueh*, in Korea *keupso chirigi* en in Japan *atemi*.¹⁴⁶ Het Chinese *tien-hsueh* werd

¹⁴³ *Ibid.*, p. 12.

¹⁴⁴ *Ibid.*, p. 104.

¹⁴⁵ *Ibid.*, p. 56-57.

¹⁴⁶ *Ibid.*, p. 104-105.

reeds vroeg in de geschiedenis ontwikkeld als onderdeel van het *ch'uan fa*.¹⁴⁷ In Japan begon de systematische studie van het *atemi* veel later dan in China, Korea en Okinawa. Het *atemi* werd erg sterk beïnvloed door het Okinawaanse karate, dat de kennis over de vitale lichaampunten op haar beurt aan de Chinese vechtsystemen ontleend had.¹⁴⁸ WINDERBAUM (1977) schrijft dat de oorsprong van *atemi* vaak toegedicht wordt aan een Indische prins die 5000 jaar geleden de vechttechnieken van dieren bestudeerde en ze toepaste op zijn slaven.¹⁴⁹

¹⁴⁷ DRAEGER & SMITH (1974), p. 50-51.

¹⁴⁸ *Ibid.*, p. 134-136.

¹⁴⁹ WINDERBAUM (1977), p. 21.

4. De filosofische en religieuze invloeden.

Net zoals de middeleeuwse ridders hun idealen putten uit het christendom, entte de erecode van de Aziatische krijger zich op de Oosterse religieuze en filosofische systemen. Elk van de grote religieuze en filosofische scholen droeg bij tot de ontwikkeling van de Aziatische martiale traditie. Gezien de grote invloed van de Chinese cultuur, verwijzen de bronnen eensgezind naar de invloed van het confucianisme, het taoïsme en het boeddhisme.¹⁵⁰ Geen enkele bron refereert aan het hindoeïsme. Wel maken de meeste auteurs duidelijk dat bepaalde Indische waarden en cultuurgoederen die belangrijk waren in de evolutie van de martiale kunsten, zoals de *dharma*, de yoga en de Ayurvedische geneeskunde, samen met het boeddhisme ingang vonden in China.

In dit hoofdstuk bespreek ik de invloed van het confucianisme, het taoïsme en het boeddhisme op de Aziatische martiale kunsten. Het boeddhisme wordt hoofdzakelijk gelinkt aan de externe martiale school, het taoïsme aan de interne school. Daarom overloop ik eerst en vooral de verschillen en overeenkomsten tussen beide scholen. Vervolgens leg ik voor elk van de drie religies kort uit waar en wanneer deze ontstaan is, en wat de belangrijkste denkpistes zijn. Daarna geef ik aan welke elementen de martiale traditie eruit overgenomen heeft. Geen van de bronnen behandelt de filosofisch-religieuze invloeden erg uitgebreid, en soms interpreteren auteurs bepaalde principes elk anders. Daarom koos ik om een overzicht te geven van wat verschillende auteurs stellen over deze invloeden. Het boeddhisme komt het meest aan bod in de bronnen én is Indisch van oorsprong. Daarom besteed ik het meest aandacht aan deze religie.

¹⁵⁰ ABBOTT (1994), p. 76-77; DE CASTRO, OROPEZA & RHODES (1993), p. 3-5; DRAEGER & SMITH (1974), p. 34; LEVINE (1989), p. 307-308; NELSON (1989), p. ix; REID & CROUCHER (1995), p. 30.

4.1 De interne en de externe martiale kunsten.

De harde, externe of exoterische school is waarschijnlijk de oudste school. De belangrijkste externe martiale kunsten zijn de externe scholen van het Chinese *ch'uan fa*, beter bekend als kungfu, het Japanse karate, het Koreaanse taekwondo, het Thais boksen en de meeste vechtsystemen van Zuidoost-Azië en Indo-China.¹⁵¹ Deze kunsten zouden gebaseerd zijn op boeddhistisch geïnspireerde lichaams oefeningen. Volgens de legende is de boeddhistische monnik Bodhidharma de grondlegger van de eerste externe martiale kunst.¹⁵² Zoals in het eerste hoofdstuk (cf. p. 2) besproken werd, is deze legende slechts gedeeltelijk waar. De Chinese boks- en worstelkunst, die beschouwd kunnen worden als harde vechtkunsten, bestonden zeker al voor de komst van Bodhidharma.

De belangrijkste zachte, interne of esoterische martiale kunsten zijn de Chinese kunsten *hsing-i*, *pa-kua* en *t'ai-chi ch'uan*, en de Japanse kunsten judo en aikido. Bovendien hebben verschillende externe kunsten ook interne technieken (bepaalde grepen, klemmen en worpen) overgenomen, zoals het karate en sommige Koreaanse en Zuidoost-Aziatische kunsten.¹⁵³ Deze interne kunsten stammen af van taoïstische lichaams oefeningen. Volgens de legende zou de Chinese taoïstische monnik Chang San-feng tijdens de Sung-dynastie (960-1279) de harde, offensieve kenmerken van de vechtkunsten afgezwakt hebben. Zo ontwikkelde hij de zachte defensieve methodes van de interne school, die hij *nei chia* noemde. Toch nuanceren alle bronnen deze legende door te vermelden dat de interne school waarschijnlijk al vroeger bestond.¹⁵⁴

REID & CROUCHER (1995) waarschuwen dat de indeling tussen de interne en de externe martiale kunsten misleidend is, omdat het lijkt alsof het om twee totaal verschillende types gaat. Er bestaat echter niet zoiets als een zuiver harde of een zuiver

¹⁵¹ REID & CROUCHER (1995), p. 60.

¹⁵² DRAEGER & SMITH (1974), p. 44; LEVINE (1989), p. 307; REID & CROUCHER (1995), p. 86.

¹⁵³ REID & CROUCHER (1995), p. 60.

¹⁵⁴ ABBOTT (1994), p. 76; DRAEGER & SMITH (1974), p. 17-18; LEVINE (1989), p. 308; REID & CROUCHER (1995), p. 86.

zachte stijl. Alle harde stijlen hebben technieken van de zachte scholen opgenomen, en ook in de zachte scholen zijn enkele harde technieken overgenomen. Tussen de harde en zachte vechtsystemen bestaan er zeker verschillen, maar ook veel overeenkomsten.¹⁵⁵

Het basisprincipe van de harde stijlen is dat kracht met kracht beantwoord wordt. Deze kracht wordt geleverd door het hele lichaam of door bepaalde lichaamsdelen. Het regent vuistslagen, open-hand-technieken, schouder- en elleboogstoten, trappen en kniestoten. De technieken van de harde kunsten zijn lineair: men schiet de aanval recht op de tegenstander af. De zachte kunsten daarentegen beantwoorden kracht niet met kracht door een tegenaanval in te zetten. Men ontwijkt de tegenstander, buigt zijn aanval af en richt zijn eigen kracht tegen hem. De zachte kunsten bevatten vooral cirkelvormige technieken.¹⁵⁶

Een tweede verschil ligt in de manier van ademen. De beoefenaars van de zachte kunsten passen de buikademhaling¹⁵⁷ toe. Door de spieren van het middenrif te benutten kunnen ze de longen uitzetten en maximaal vullen met lucht. Bovendien geloven ze dat het centrum van de *ch'i (tan-tien)* vijf centimeter onder de navel ligt. Hoewel de lucht ook bij het toepassen van de buikademhaling niet lager dan de longen vloeit, willen ze de zuurstof die in het bloed wordt opgenomen naar dit punt laten stromen. Bij de harde kunsten wordt het ademhalingsniveau verhoogd naar de regio van de borst. De borstademhaling is een meer kunstmatige manier van ademen. De longen worden niet helemaal uitgezet, maar er ontstaat wel een hoge luchtdruk. Hierdoor kan de vechtkunstenaar krachtexplosies genereren. Het nadeel is dat deze energie-uitbarstingen de vechter snel uitputten.

Een derde onderscheid is de rol van de geest. De harde vechtkunstenaar benut de fysieke kracht van de externe delen van het lichaam, nl. de kracht van de spieren en de botten in armen en benen. Het gevecht is dan ook een instinctieve botsing tussen de lichamen van twee tegenstanders. De zachte school legt de nadruk op de geest en op tactiek. De vechtkunstenaar bedenkt manieren om de tegenstander te slim af te zijn.

¹⁵⁵ REID & CROUCHER (1995), p. 58.

¹⁵⁶ *Ibid.*, p. 60.

¹⁵⁷ Ook zangers en beoefenaars van yoga en relaxatie-oefeningen passen deze ademhalingsmethode toe. Het is tevens de manier waarop pasgeboren baby's ademen (*Ibid.*, p. 60).

Zijn doel is de aanvaller te verslaan met een minimale krachtinspanning. Deze kracht is de vitale energie of *ch'i*. Die bevindt zich in het centrum van het lichaam en stroomt tijdens het gevecht naar buiten.¹⁵⁸

4.2 Het confucianisme.

Het confucianisme biedt een strikt kader voor moreel en ethisch gedrag en beoogt daarmee een gelukkige en productieve samenleving. Niet zozeer het individu als wel zijn of haar maatschappelijke rol wordt benadrukt.¹⁵⁹ Deze leer heeft de afgelopen 2000 jaar een erg grote invloed uitgeoefend op de Chinese cultuur, alsook op de Koreaanse en Japanse cultuur.

DE BARY (1966) beschrijft hoe China ten tijde van Confucius (551-479 v.o.t.) verdeeld was in een groot aantal kleine feodale staatjes. Deze vochten vrijwel voortdurend met elkaar of met invallende barbaarse stammen. Volgens Confucius bood een 'terugkeer naar de deugzaamheid' de oplossing voor deze destructieve situatie. Hij geloofde in het ideaal van de *gentleman (chun-tzu)*, een sterk heerser die deze deugzaamheid incorporeerde en verder keek dan persoonlijk gewin en materiële verlangens. Zo iemand moest het gewone volk leiden en onderwijzen.¹⁶⁰ Volgens Confucius beschikte het ideale individu over vijf deugden, die elk een belangrijke invloed uitoefenen op de interactie tussen mensen, nl. menslievendheid (*jen*), rechtvaardigheid (*yi*), fatsoen (*li*), wijsheid (*chih*) en oprechtheid (*hsin*). Door deze deugden te beoefenen verdiende men een plaats in de hemel.¹⁶¹ Het was de opdracht van het Chinese onderwijssysteem om deze deugden te cultiveren bij het volk. In latere tijden echter werden de confucianistische liberale idealen op een utilitaristische manier geïnterpreteerd en aangepast aan de noden van het bureaucratische systeem.¹⁶²

¹⁵⁸ REID & CROUCHER (1995), p. 60-61.

¹⁵⁹ ABBOTT (1994), p. 77.

¹⁶⁰ DE BARY (1966), p. 17-21.

¹⁶¹ ABBOTT (1994), p. 77.

¹⁶² LEVINE (1989), p. 307.

NELSON (1989) schrijft dat de martiale kunsten de nadruk op hiërarchie, respect voor ouderen, plicht en loyaliteit ontleenden aan het confucianisme.¹⁶³ ABBOTT (1994) meldt dat het confucianisme erg bruikbaar is om de gewelddadige en agressieve expertise van de getrainde krijger in bedwang te houden. Confucianistische krijgers zijn vriendelijk en loyaal, en respecteren de autoriteit van familie en regering. Hun doel is het dienen van de staat en van hun families, en het illustreren van de confucianistische waarden.¹⁶⁴

4.3 Het taoïsme.

Het taoïsme is gebaseerd op de leerstellingen van Lao Tzu (ca. 6^{de}- 4^{de} eeuw v.o.t.) en Chuang Tzu (ca. 399-295 v.o.t.). Zij legden de nadruk op harmonie met de natuur en het universum. Het kernbegrip van de leer is het onzichtbare en allesdoordringende principe *tao* (Jap.: *do*; let. ‘weg’). Dit bestaat uit twee krachten, nl. *yin* en *yang*. Deze dynamische principes symboliseren respectievelijk de negatieve en positieve aspecten van het universum. Geluk bekommt men door te leven volgens *wu-wei* (let. ‘non-activiteit’). Dit betekent dat men geen actie onderneemt die tegen de *tao* ingaat. Het hoogste doel in het leven is de eenwording met *tao* door eenheid, eenvoud en leegte in zichzelf te creëren. Dit bereikt men door meditatie en ademhalingstechnieken (*ch’i kung*). Door de nadruk op het natuurlijke hecht het taoïsme veel belang aan intuïtie en spontaniteit.¹⁶⁵

NELSON (1989) vermeldt dat zowel het taoïsme als de martiale kunsten belang hechten aan ‘de weg’, een intuïtieve en vaak mystieke manier van leren en leven.¹⁶⁶ Volgens DE CASTRO, OROPEZA & RHODES (1993) zijn intuïtie en spontaniteit kwaliteiten die van groot belang zijn voor de vechtkunstenaar. De taoïstische meditatie

¹⁶³ NELSON (1989), p. ix.

¹⁶⁴ ABBOTT (1994), p. 78.

¹⁶⁵ DE CASTRO, OROPEZA & RHODES (1993), p. 3-4.

¹⁶⁶ NELSON (1989), p. ix.

en ademhalingstechnieken zijn een essentieel onderdeel van de martiale kunsten.¹⁶⁷ LEVINE (1989) schrijft dat de interne scholen van het Shaolin-boksen een grote nadruk legden op ademhaling en innerlijke beheersing, waarvoor men zich baseerde op de ademhalingstechnieken en de medische traditie van het taoïsme.¹⁶⁸

Volgens DRAEGER & SMITH (1974) liggen de taoïstische principes *wu-wei* (let. ‘non-activiteit’), *tzu-jan* (‘natuurlijkheid’), *i* (‘de geest’) en *ch’i* (‘vitale energie’) aan de basis van de interne martiale kunsten. Ze stellen dat het begrip *wu-wei* in de context van de martiale kunsten niet vertaald kan worden als ‘non-activiteit’. Aangezien dit begrip verwijst naar ‘het niet ondernemen van actie die tegen de natuur ingaat’, kiezen zij voor de vertaling ‘gemak, moeiteloosheid’. Het begrip *tzu-jan* refereert aan ‘natuurlijkheid, spontaniteit, intuïtie’. Ze definiëren de term *ch’i* als ‘de psychofysiologische kracht die geassocieerd wordt met het bloed, de ademhaling en de geest’. Deze kracht wordt gegenereerd door het ademhalingsritme. Op bevel van de geest stroomt deze *ch’i* doorheen het hele lichaam.¹⁶⁹

REID & CROUCHER (1995) schrijven dat het taoïsme een lange traditie kent van ademhalingsoefeningen, die bijdragen tot een goede gezondheid en een lang leven. Deze worden vaak gecombineerd met gymnastische oefeningen die bedoeld zijn om de spieren, botten, pezen en organen gezond te houden. De beheersing van de ademhaling en de opbouw van *ch’i* zijn de voornaamste doelstellingen van zowel het taoïsme als van de interne martiale kunsten. De vechtkunstenaar moet zich erin trainen om beheerst en natuurlijk te reageren in een gevechtssituatie, zonder te worden gehinderd door angst of onzekerheid. Een geoefend intern bokser moet zich het volgende proces goed inprenten: de wil of geest (*i*) beveelt, kracht (*li*) gehoorzaamt en energie (*ch’i*) vloeit daaruit voort. Kracht schuilt in zachtheid en meegaandheid. Daarom maken de interne martiale kunsten gebruik van cirkelvormige bewegingen. Op die manier buigt men de kracht van de tegenstander af en krijgt men toegang tot de vitale energiepunten van de tegenstander.¹⁷⁰

¹⁶⁷ DE CASTRO, OROPEZA & RHODES (1993), p. 3.

¹⁶⁸ LEVINE (1989), p. 308.

¹⁶⁹ DRAEGER & SMITH (1974), p. 33.

¹⁷⁰ REID & CROUCHER (1995), p. 110-112.

DE BARY (1966) waarschuwt dat het taoïsme zich vooral richtte op de transcendentale werelden van de geest. Het feit dat de taoïsten zich vooral bezig hielden met mystiek was hun grootste zwakte. Algauw verloren ze krediet bij de intellectuele klasse. Veel van de taoïstische ideeën werden overgenomen door het confucianisme en het Chinese boeddhisme. Het taoïsme zelf werd meer en meer een cultus van populaire religie en absorbeerde allerlei rituelen en bijgeloof.¹⁷¹

Volgens DE CASTRO, OROPEZA & RHODES (1993) heeft het mystieke taoïsme, een mengvorm van taoïstische, sjamanistische en magische concepten, een belangrijke invloed uitgeoefend op de martiale traditie. De taoïsten streefden fysieke onsterfelijkheid na door meditatie, lichaamsoefeningen, seksuele praktijken en ademhalingstechnieken te beoefenen. De term *ch'i* refereert niet enkel aan de ademhaling en de levensenergie, maar ook aan de kosmische energie. Met behulp van ademhalingstechnieken taptten de taoïsten *ch'i* van het universum af, die ze vermengden met de lichaamseigen *ch'i*. Ze oefenden zich erin om deze *ch'i* te doen stromen naar bepaalde lichaamsdelen. Martiale kunstenaars namen deze praktijk over. Nog steeds geloven velen van hen dat ademhalingstechnieken hen in staat stellen om een grote hoeveelheid kracht te concentreren. Op deze manier kunnen ze bv. stenen breken met een enkele vuistslag.¹⁷²

4.4 Het boeddhisme.

Het boeddhisme verspreidde zich over heel Azië en kent veel verschillende scholen. Hierdoor zijn de bronnen minder eenduidig over het boeddhisme dan over het confucianisme en het taoïsme. Wel zijn ze het erover eens dat de boeddhistische *dharma* en meditatieve praktijken een beslissende invloed hebben uitgeoefend op de ontwikkeling van de martiale kunsten.

¹⁷¹ DE BARY (1966), p. 50-51.

¹⁷² DE CASTRO, OROPEZA & RHODES (1993), p. 3-4.

NELSON (1989) stelt: “Zowel het boeddhisme als de martiale kunsten hechten veel belang aan de juiste perceptie en aan meditatie en verlichting”.¹⁷³ REID & CROUCHER (1995) melden dat de statische meditatieve en de dynamische martiale oefeningen elkaar al heel vroeg aanvulden in het boeddhisme.¹⁷⁴ DE CASTRO, OROPEZA & RHODES (1993) besluiten dat de invloed van het boeddhisme ligt in de nadruk op mentale controle, meditatie en fysieke discipline.¹⁷⁵ ABBOTT (1994) schrijft dat de boeddhistische principes van berusting, zelfbeheersing, bezinning en soberheid een strenge beteugeling bieden voor het gedrag van boeddhistische krijgers. Het boeddhisme legt hen strenge beperkingen op i.v.m. het doden van levende wezens (cf. *ahimsa* of ‘geweldloosheid’, p. 70). Boeddhistische krijgers zijn kalm en tolerant. Ze aanvaarden de beperkingen die de samenleving hen oplegt en vermijden het om een ander van het leven te beroven.¹⁷⁶

Zoals aangehaald zijn de bronnen niet altijd eenduidig over het boeddhisme. Sommigen auteurs spreken over ‘het boeddhisme’, anderen maken een onderscheid tussen de verschillende boeddhistische strekkingen. De meeste bronnen refereren aan de invloed van de meditatieve school (Skt.: *dhyāna*; Ch.: *ch’an*; Jap.: *zen*). Zoals reeds besproken is Bodhidharma volgens de legende de stichter van deze school (cf. p. 2).¹⁷⁷ TOMIO (1994) merkt echter op: “Velen geloven dat het *ch’uan fa* en zijn afstammelingen exclusief op de leer van *ch’an* gebaseerd zijn. In werkelijkheid incorporeerde het *ch’uan fa* zowel de meditatieve aspecten van de *yogācāra*- en de *ch’an*-school, als de leerstellingen van de esoterische *mikkyo*-sekte¹⁷⁸”.¹⁷⁹

In dit hoofdstuk richt ik me eerst op de figuur van de Boeddha. Zijn interesse voor zowel de yoga als de vechtkunsten verklaart deels het verband tussen het boeddhisme en de martiale kunsten. Vervolgens schets ik kort hoe het boeddhisme zich verspreidde doorheen Azië. Ik situeer de drie bovenvermelde strekkingen, met

¹⁷³ NELSON (1989), p. ix.

¹⁷⁴ REID & CROUCHER (1995), p. 20.

¹⁷⁵ DE CASTRO, OROPEZA & RHODES (1993), p. 4-5.

¹⁷⁶ ABBOTT (1994), p. 77-78.

¹⁷⁷ REICHELT (1968), p. 46-48.

¹⁷⁸ Het *mikkyo* is een sekte van het Japanse *shingon*-boeddhisme (REID & CROUCHER (1995), p. 136).

¹⁷⁹ TOMIO (1994), p. 215.

name het *yogācāra*, de meditatieve school en het esoterisme, in de boeddhistische traditie. Daarna beschrijf ik de specifieke kenmerken van elk en ga ik na hoe deze gerelateerd zijn met de martiale traditie.

4.4.1 De Boeddha.

Aangezien de Boeddha (ca. 5^{de} eeuw v.o.t.) geboren en opgevoed werd als *kṣatriya*, was hij bedreven in de krijgskunsten. Vanaf zevenjarige leeftijd kreeg hij onderricht in de vijf kunsten of *pañca-vidyā* (cf. p. 24) van de *kṣatriya*. In de *Lalita-vistara*¹⁸⁰ wordt beschreven hoe hij les kreeg in de fysieke kunsten, waaronder worstelen, boksen, gymnastiek en gewapende vechtkunsten.¹⁸¹ Volgens MAJUMDAR (1953) zou de Boeddha uitgeblonden hebben in het boogschieten en andere prinselijke bezigheden.¹⁸² STRONG (1989), die het *Aśokāvadāna*¹⁸³ vertaalde, schrijft dat keizer Aśoka een pelgrimstocht ondernam langsheen de 32 plaatsen die cruciaal waren in het leven van de Boeddha. Site acht en negen zijn de plaatsen waar de Boeddha de martiale kunsten respectievelijk aanleerde en beoefende.¹⁸⁴

Volgens FEUERSTEIN (1989) was de Boeddha een toegewijd en begiftigd yogi. Zijn leer bood een concrete weg om te ontsnappen aan spirituele onwetendheid, de oorzaak van het zorgelijke bestaan van de mens.¹⁸⁵ Dat de Boeddha zijn methodes om de verlossing te bereiken baseerde op de yoga, blijkt uit het gebruik van technieken zoals de lichaamshouding (*āsana*) en ademhalingstechnieken (*prāṇāyāma*).¹⁸⁶ Ook

¹⁸⁰ De *Lalita-vistara* (let. ‘De beschrijving van de ongekunsteldheid’) is een werk over het leven en de leerstellingen van de Boeddha. Het behoort tot de boeddhistische canon. DOWSON (1957), p. 177.

¹⁸¹ TOMIO (1994), p. 168.

¹⁸² MAJUMDAR (1953), p. 366.

¹⁸³ Het *Aśokāvadāna* (let. ‘De grootse daden van Aśoka’) behandelt het leven van Aśoka. Het werd samengesteld rond de 2^{de} eeuw. De auteur is onbekend (STRONG (1989), p. 26-27).

¹⁸⁴ *Ibid.*, p. 123-124. STRONG vertaalt de desbetreffende regels als volgt: “...and here he became a master of the arts appropriate to his lineage such as riding an elephant, a horse, or a chariot, handling a bow, grasping a javelin, and using an elephant hook. And this was the gymnasium where the *bodhisattva* trained”. *Ibid.*, p. 247.

¹⁸⁵ FEUERSTEIN (1998), p. 215.

¹⁸⁶ *Ibid.*, p. 217-218.

DRAEGER & SMITH (1974) merken op dat er veel overeenkomsten zijn tussen de boeddhistische meditatie en de yoga. Zo zijn de cultivering van *ch'ilprāṇa*, de fixatie van de ogen, de ademhaling en het dieet erg gelijklopend. Alhoewel de yoga voornamelijk meditatie in statische posities voorschrijft, kent het ook trage bewegingen die verwant zijn aan de interne martiale kunsten.¹⁸⁷

Ook LEVINE (1989) vermeldt dat de Boeddha erkende dat mentale, fysieke en spirituele gezondheid onderling afhankelijk zijn. Daarom inspireerde hij zich bij het uitdenken van spirituele technieken op de yoga, een systeem dat erop gericht was het lichaam te perfectioneren om het geschikt te maken voor spirituele perfectie. Bovendien zou de Boeddha zo onder de indruk geweest zijn van de Indisch bokskunst als doeltreffende methode om lichaam en geest te vereenzelvigen, dat hij elementen uit deze kunst incorporeerde in het kader van het boeddhisme. Zo werd fysieke training reeds in een vroeg stadium in de ontwikkeling van het boeddhisme een centrale component van de religieuze discipline. Hierdoor was de verspreiding van het boeddhisme van India naar China niet enkel een belangrijke fase in de geschiedenis van het boeddhisme, maar ook in die van de martiale kunsten.¹⁸⁸

4.4.2 De verspreiding van het boeddhisme.

Het boeddhisme ontstond in de 5^{de} eeuw v.o.t. in Noord-India. Onder keizer Aśoka (ca. 268-239 v.o.t.)¹⁸⁹ kende de religie een grote bloei en werd ze populair in heel India. Missionarissen brachten het boeddhisme naar Zuidoost-Azië en Ceylon. Deze vroege variant staat gekend als het *hīnayāna*-boeddhisme (let. 'het kleine voertuig').¹⁹⁰

¹⁸⁷ DRAEGER & SMITH (1974), p. 35.

¹⁸⁸ LEVINE (1989), p. 308.

¹⁸⁹ Aśoka (ca. 273-236 v.o.t.) was de derde keizer van het Maurya-imperium (324-185 v.o.t.), het eerste grote Indische rijk. Uit berouw voor de bloedige oorlogen die hij geleid had bekeerde hij zich tot het boeddhisme. MAJUMDAR (1953), p. 38.

¹⁹⁰ HARVEY (2001), p. 4-7.

Tussen 150 v.o.t. en 100 ontwikkelde er zich een nieuwe stroming die gekend staat als het *mahāyāna*-boeddhisme (let. ‘het grote voertuig’). Via de zijderoute brachten rondreizende handelaars en monniken dit boeddhisme naar China, waar het in de 1^{ste} eeuw geïntroduceerd werd. Het boeddhisme zou er, naast het confucianisme en het taoïsme, één van de drie grote religies worden. In China ontstonden in de loop der tijd talloze boeddhistische scholen. Sommigen waren inheemse ontwikkelingen, zoals de meditatieve *ch’an*-school (3^{de} eeuw). Anderen waren geïmporteerde versies van Indische *mahāyāna*-scholen, zoals het *yogācāra* (4^{de}-5^{de} eeuw) en het esoterische *vajrayāna*-boeddhisme (6^{de} eeuw).

In de 6^{de} eeuw verspreidde het boeddhisme zich van het vasteland naar Japan. Daar droeg het in grote mate bij aan de ontwikkeling van Japan als eengemaakte staat met een geletterde cultuur. Het boeddhisme leeft er naast de inheemse traditie van het shintoïsme, die focust op de verering van natuurgoden, voorouders en voorspoedige plaatsen. Terwijl het esoterische boeddhisme nooit erg belangrijk geworden is in China, werd deze erg populair in Japan als de *shingon*-school. Ook het zenboeddhisme, dat in de 12^{de} eeuw haar intrede deed, oefende een erg grote invloed uit op de Japanse cultuur.¹⁹¹

4.4.3 De *yogācāra*-school.

De Indische *yogācāra*-school (Ch.: *wei-shih*) werd gesticht door Asaṅga en Vasubandhu¹⁹² in de 4^{de} eeuw. Deze leer legt de nadruk op zintuiglijke waarneming. Het uitgangspunt is dat alle objecten in de wereld drie aspecten kennen: het imaginaire, het afhankelijke en het geperfectioneerde. Enkel dit laatste aspect is onafhankelijk van de geest. Het is de reële aard (*tathatā*) van de objecten. Deze *tathatā* is een puur en leeg wezen zonder kenmerken. Aangezien onze zintuigen niet in staat

¹⁹¹ *Ibid.*, p. 21-22.

¹⁹² Asaṅga (ca. 310- 390) vond geen bevrediging in het *hīnayāna*-boeddhisme en formuleerde een eigen *mahāyāna*-variant, het *yogacāra*. Hij initieerde zijn jongere broer Vasubandhu om de toekomst van deze school te verzekeren. KAMATH (2002), p. 68.

zijn om de *tathatā* waar te nemen, is het hele universum slechts een projectie van onze geest. Deze illusie houdt zichzelf in stand, aangezien zintuiglijke waarnemingen verzameld worden in een opslagplaats van percepties (*ālaya-vijñāna*) waar ze impressies produceren die gelijkaardig zijn aan henzelf. Door de *ālaya-vijñāna* leeg te maken wordt deze identiek aan *tathatā* en bereikt men de verlichting. Dit kan men bewerkstelligen door yoga en meditatie te beoefenen. Deze praktijken bieden inzicht in de subjectiviteit van alle fenomenen en in de ultieme realiteit (*tathatā*).¹⁹³

Een tweede belangrijke gedachtenlijn in de *yogācāra*-school is het idee van de *tathāgatagarbha*, het boeddha-potentieel dat in alle wezens verborgen zit. Dit boeddha-potentieel is als een zaad van perfectie dat wacht om te ontluiken, of als een reeds volledig ontwikkelde perfectie die ontdekt moet worden. Het idee van de boeddha-natuur oefende een doordringende invloed uit op het boeddhisme van Oost-Azië en Tibet.¹⁹⁴ TOMIO (1994) merkt op dat het idee van de boeddha-natuur die in iedereen aanwezig is, een heroriëntatie betekende voor de verschillende vormen van spirituele oefening. Het was niet langer de taak de verlichting te bereiken, maar ze te realiseren.¹⁹⁵

FEUERSTEIN (1989) benadrukt dat de *yogācāra*-school de complementariteit van theorie en praktijk belichaamt die essentieel is in de Indische spirituele traditie. Asaṅga streefde ernaar de praktijk van de yoga te versterken toen het boeddhisme erg speculatief geworden was. Deze betrachting groeide voort uit zijn eigen intense meditatieve praktijken, die hem de onechtheid van de fenomenen leerde. Verder haalt FEUERSTEIN (1989) ook aan dat de meditatieve school in grote mate geïnspireerd was op de *yogācāra*-school.¹⁹⁶

¹⁹³ DE BARY (1966), p. 343-346.

¹⁹⁴ HARVEY (2001), p. 11-12.

¹⁹⁵ TOMIO (1994), p. 110.

¹⁹⁶ *Ibid.*, p. 229-231.

4.4.4 De meditatieve school.

De meditatieve school (Skt.: *dhyāna*; Ch.: *ch'an*; Jap.: *zen*) ontwikkelde zich in China vanaf de derde eeuw. Meditatie is een standaardgegeven in het boeddhisme aangezien het inzicht verschaft in de fundamentele leegte van de realiteit.¹⁹⁷ In de meditatieve school vormt meditatie niet enkel een methode om tot inzicht te komen, maar ook een manier om de verlichting (*nirvāṇa*) te bereiken. Via meditatie komt een individu immers in het mentale stadium waar alle verschillen en dualiteiten vervagen. Men bewerkstelligt dus leegte in zichzelf en betreedt het *nirvāṇa*.¹⁹⁸ Deze praktijkgerichte visie maakte de meditatieve school erg populair. In China, Korea, Vietnam en Japan werd het al gauw de invloedrijkste school onder kunstenaars, intellectuelen en vele monniken en nonnen.¹⁹⁹

De meditatieve school hecht weinig belang aan canonieke teksten. De leer benadrukt de woorden en daden van verschillende meesters, die door meditatie hun geest tot bedaren brachten en zo de boeddha-natuur in zichzelf ontdekten.²⁰⁰ Door de afkeer van boekenkennis werd deze leer lange tijd rechtstreeks van meester op leerling overgedragen. Hierdoor lijkt het alsof de school individualisme promoot en de traditie niet eerbiedigt, maar eigenlijk is ze erg autoritair en disciplinair ingesteld. Enkel de meester kan de correcte overdracht van de waarheid verzekeren (cf. de martiale kunsten).

De *ch'an*-school leert dus dat de boeddha-natuur in iedereen verborgen zit en door meditatieve introspectie aanschouwd kan worden. Om het intuïtieve inzicht dat eigen is aan de boeddha-natuur te bekomen, moet men de geest bevrijden van gewoontes, vooroordelen en beperkende denkprocessen. Zo zijn o.a. reizen, handwerk en werken in de natuur geaccepteerde technieken om het intellectualisme en de verbeelding van zich af te werpen. De bekendste manier is echter de *gong'an* (Jap.: *kōan*), de befaamde vraag-en-antwoord-methode. Als antwoord op enigmatische

¹⁹⁷ HARVEY (2001), p. 22.

¹⁹⁸ DE BARY (1966), p. 386.

¹⁹⁹ HARVEY (2001), p. 23.

²⁰⁰ *Ibid.*, p. 22.

vragen zoals “wat is het geluid van één klappende hand?”, zal de meester schelden, slaan of onlogische uitspraken doen. Hierdoor wordt de discipel aangemoedigd om de waarheid in zichzelf te ontdekken.²⁰¹

TOMIO (1994) merkt op dat de latere *mahāyāna*-scholen (zoals *ch'an*) ervan uitgingen dat de boeddhistische leerstellingen ook buiten de weg van het monastieke pad gevolgd konden worden. In tegenstelling tot de vroege scholen, die binnen de grenzen van de letterlijk uitgedrukte leerstellingen bleven, omhelsde men praktijken die normaliter niet als spiritueel of religieus beschouwd werden. Seculiere kunsten en vaardigheden werden getransformeerd tot spirituele oefeningen. Zo werden de tuinmannen van tempels meesters in de kunst van het bloemschikken. Ook de fysieke kunsten ondergingen deze radicale transformatie. De boeddhistische monniken ontwikkelden spirituele vormen van ongewapende zelfverdediging, die aansloten bij hun geloof in geweldloosheid.²⁰²

In Japan oefende het zenboeddhisme een erg grote invloed uit op de martiale traditie. LEVINE (1989) beschrijft hoe de Japanse martiale kunsten en de *bushido* ingrijpend innoveerden na de introductie van deze religie.²⁰³ Onderricht in het zenboeddhisme werd een essentieel element in de training van de samurai. Het bood hen de innerlijke vrede die nodig was om de dood elke dag in ogen te kijken, aangezien *zen* leert dat de grens tussen leven en dood slechts illusie is. Na de ontwapening en pacificatie tijdens de Tokugawa-periode (1603-1867), benutten de samurai het zenboeddhistische gedachtengoed om de martiale training om te vormen tot een praktijk die de spirituele ontwikkeling benadrukte (cf. p. 17).²⁰⁴

SINGER (1989) meldt dat het zenboeddhisme, met haar idealen van sereniteit, eenvoud, berusting en vastberadenheid, een spirituele basis bood voor de martiale kunsten. De religie verschaftte de samurai de mentale discipline om zijn verlangens naar de geneugtes des levens, naar gewin en luiheid te overwinnen, en zich ten dienste te stellen van de maatschappij.²⁰⁵ WINDERBAUM (1977) benadrukt dat de samurai zich

²⁰¹ DE BARY (1966), p. 387- 388.

²⁰² TOMIO (1994), p. 111-112.

²⁰³ Cf. 3.2 ‘De ethische code van de krijger’, p. 26.

²⁰⁴ LEVINE (1989), p. 307-308.

²⁰⁵ SINGER (1989), p. 20.

net zoals het zenboeddhisme anti-intellectueel en anti-materieel opstelde. Alhoewel de samurai-klasse ontbonden werd eind 19^{de} eeuw en de *bujutsu*²⁰⁶ tegenwoordig niet meer bestudeerd worden, blijven de zenboeddhistische principes een belangrijk element van alle budo-kunsten.²⁰⁷

4.4.5 De esoterische of tantrische school.

Vanaf de 6^{de} eeuw ontstond in India een nieuw perspectief in het *mahāyāna*-boeddhisme, nl. het *vajrayāna* (let. ‘het diamanten voertuig’), ook *mantrayāna* of *tantrayāna* genoemd (Ch.: *chen-yen*; Kor.: *milgyo*; Jap.: *shingon*). Deze school zocht naar effectieve en praktische methodes om het lange meditatieve pad van het *mahāyāna*-boeddhisme te versnellen. De leer is gebaseerd op de tantrische teksten (*tantra*’s) die complexe ritueel-meditatieve systemen beschreven. Dit esoterisch boeddhisme kende in de 8^{ste} eeuw even succes in China, maar werd daar nooit erg belangrijk. In Tibet, Korea en Japan daarentegen is deze school nog steeds erg populair.²⁰⁸

FEUERSTEIN (1989) merkt op dat de tantrische scholen niet altijd duidelijk definieerbaar zijn als boeddhistisch of hindoeïstisch. Alhoewel er zeker verschillen bestaan tussen de boeddhistische en de hindoeïstische varianten, zijn de basiseideën en -praktijken erg gelijkaardig. Alle scholen hebben een passie voor zelfrealisatie en voor yogische experimenten met het verborgen potentieel van het lichaam en de geest.²⁰⁹ Het tantrisme is erg gericht op het lichamelijke en staat praktijken toe die normaliter als taboe beschouwd worden in het spirituele leven (cf. sexualiteit). Zelf-experimentatie staat boven sociale moraliteit. De teksten waarschuwen leken en ingewijden dat de leerstellingen radicaal en gevaarlijk zijn, maar benadrukken

²⁰⁶ Cf. 2.4.2.3 ‘Japan’, p. 17.

²⁰⁷ WINDERBAUM (1977), p. 184.

²⁰⁸ HARVEY (2001), p. 12.

²⁰⁹ FEUERSTEIN (1998), p. 217-218.

terzelfdertijd dat ze een kortere weg naar de verlichting bieden in een tijd van spiritueel en moreel verval.²¹⁰

Het universum bestaat volgens het esoterisme uit de Drie Mysteries, nl. het lichaam, het woord en de geest. In de praktijk kan men het eerste aspect realiseren door rituele handgebaren (Skt.: *mudrā*; Ch.: *yin*; Jap.: *in*) uit te voeren, het tweede door *mantra*'s (magische formules) te reciteren en het derde door te mediteren of te visualiseren.²¹¹ Men gelooft dat deze drie praktijken de nodige kracht genereerden om de aanwezigheid van boeddha's, *bodhisattva*'s en andere heilige wezens op te wekken. De gelovige wil hun kwaliteiten overdragen op zichzelf, zodat hij het pad naar de verlichting sneller zou kunnen afleggen. Indien deze krachtige middelen niet correct worden toegepast, zijn ze gevaarlijk. Daarom heeft de gelovige nood aan de leiding van een *guru*, een spirituele gids die hij volledig kan vertrouwen.²¹²

TOMIO (1994) haalt aan dat de *mudrā* zowel dynamisch als statisch uitgevoerd kunnen worden. De dynamische *mudrā* manifesteerde zich in de martiale kunsten. De statische *mudrā* kreeg vorm in de rituelen en in de beeldende kunsten.²¹³ Hij refereert aan de standbeelden die aan de poorten van boeddhistische tempels staan, de zogenaamde beschermers van de leer (Skt.: *dharmapala*; Ch.: *fa huo*; Jap.: *hogo*). De *mudrā* die zij uitbeelden zijn eigenlijk verdedigende posities die overgenomen werden uit de martiale kunsten. Zo is de *añjali*-gebedshouding, waarbij men de handen samenvouwt voor de borst, eigenlijk een defensieve houding die ontleend werd aan het Indische *vajramuṣṭi*-worstelen (cf. p. 52, p. 54-55). Ook de *varamudrā* (let. 'het wensvervullende handgebaar'), waarbij de handpalm zichtbaar is en de vingers naar beneden wijzen, en de *abhayamudrā* (let. 'het handgebaar van onbevreesdheid'), waarbij de vingers naar boven wijzen, zijn basisposities uit het *vajramuṣṭi*-worstelen. Wanneer men deze *mudrā* uitvoert in een cirkelvormige beweging voor de borst, wordt elke aanval van het lichaam afgeweerd.²¹⁴

²¹⁰ *Ibid.*, p. 234-235.

²¹¹ DE BARY (1966), p. 333.

²¹² HARVEY (2001), p. 12.

²¹³ TOMIO (1994), p. 179-181.

²¹⁴ FEUERSTEIN (1998), p. 186-188.

Ook REID & CROUCHER (1995) benadrukken het verband tussen de martiale kunsten en het esoterisch boeddhisme. Alhoewel deze kunsten tegenwoordig vaak genoemd worden in één adem met het zenboeddhisme, hielden vele Japanse krijgers zich niet zozeer bezig met meditatie, als wel met bezweringen en magische praktijken. In tegenstelling tot de zenboeddhistische meditatie, die een lange periode van oefening vergt, biedt de esoterische *mikkyo*-sekte een concreet stelsel van activiteiten om de staat van zelfvergetelheid sneller te bereiken.²¹⁵ Terwijl het centrale idee van *zen* leegte is, concentreren de esoterische sekten zich juist op het concept van volheid. Hiermee wordt bedoeld dat men zich niet afsluit van het universum, maar het net trachten te beheersen. Bovendien zijn zowel de esoterische sekten als de martiale kunsten geheim. Ook deze traditie van geheimhouding is één van de redenen waarom er zulke nauwe betrekkingen bestonden tussen deze sekten en de martiale kunsten.²¹⁶

²¹⁵ *Ibid.*, p. 140.

²¹⁶ REID & CROUCHER (1995), p. 147.

5. De Indische martiale traditie.

5.1 Het bronnenprobleem.

Wanneer men de geschiedenis induikt op zoek naar de eerste Indische martiale kunsten, ontstaat er al gauw frustratie door het gebrek aan primaire en secundaire bronnen. Vreemd genoeg worden de martiale kunsten slechts zelden vermeld in werken die de geschiedenis van de Indische oorlogskunsten behandelen.²¹⁷ Nochthans kende het Indische leger van oudsher vier divisies, nl. strijdagens, olifanten, cavalerie en infanterie. Collectief staan deze gekend onder de naam *catur-aṅga-bala* (let. ‘een leger bestaande uit vier divisies’). DIKSHITAR (1987) vergelijkt oorlogsvoering met het schaakspel (ook wel *catur-aṅga* genoemd): men heeft de koning en zijn raadgever, twee olifanten, twee paarden, twee strijdagens en acht voetsoldaten. De belangrijke stukken staan verdekt achter een linie van pionnen. Aan de infanterie, het ‘kanonnenvlees’, wordt consequent de minste aandacht besteed. De weinige aandacht die men er aan besteedt gaat naar de wapens en uitrusting van de voetsoldaten.²¹⁸

De minachting voor de ongewapende vechtkunsten blijkt reeds uit de *Dhanur Veda* (let. ‘de kennis van het boogschieten’). De term *Dhanur Veda* verwijst niet enkel naar de kunst van het boogschieten, maar naar de Indische oorlogskunsten in hun geheel.²¹⁹ De term is ontleend aan vier hoofdstukken uit de *Agni Purāṇa*²²⁰ die handelen over de krijgskunsten. In hun geheel worden deze hoofdstukken *Dhanur Veda* genoemd.²²¹ De eerste twee (249-250) openen met een beschrijving van de vier

²¹⁷ DATE (1929), DIKSHITAR (1987), GOMMANS (2002), SINGH (1965).

²¹⁸ DIKSHITAR (1987), p. 153-154.

²¹⁹ *Ibid.*, p. 163.

²²⁰ De *Agni Purāṇa* is encyclopedisch van aard en telt 382 hoofdstukken, die heel verschillende onderwerpen behandelen. Het is bijna onmogelijk om deze *Purāṇa* te dateren. Suggesties variëren van de 8^{ste} eeuw tot de 14^{de} eeuw (ROCHER (1986), p. 136-137).

²²¹ ZARRILLI (1998), p. 33.

oorlogsdivisies (cf. supra). Vervolgens heeft men aandacht voor de verschillende soorten van wapens, die opgedeeld worden in vijf categorieën, nl. ‘wapens die men afschiet met een machine’ (zoals een boog of slinger), ‘wapens die men gooit met de hand’ (zoals stenen of ijzeren projectielen), ‘wapens die men vasthoudt met de hand maar terughaalet’ (zoals speren), ‘wapens die men in de hand houdt’ (zoals zwaarden). De vijfde categorie is het wapenloze gevecht (het boksen of het worstelen). Gevechten met pijl en boog zijn de meest excellente, die met speren middelmatig en die met het zwaard inferieur. De allerlaagste vorm is het gevecht zonder wapens.²²²

De verwaarlozing van de boks- en worstelkunst als oorlogskunsten kent volgens ALTER (1992) verschillende redenen, die bij uitbreiding geldig zijn voor alle ongewapende martiale kunsten. In de eerste plaats blijft een martiale kunst, hoe ontwikkeld en verfijnd deze ook is, een basisvorm van het man-tegen-man gevecht. Daarom genoten deze kunsten niet hetzelfde prestige als andere, technologisch meer gesofisticeerde oorlogskunsten. Een tweede reden is dat de martiale kunsten eerder als duelkunsten beschouwd werden, dan als methodes die bruikbaar zijn op het strijdveld. De schaarse vermeldingen in de Indische literatuur refereren steeds aan gevechten die plaatsvinden in een arena. Een derde reden vloeit voort uit de eerste twee: de ambigue staat van de vechtkunsten als kunst/sport/gevecht/manier van leven maakt het moeilijk hen te classificeren.²²³

ALTER (1992) stelt dan ook: “Er bestaat niet genoeg materiaal om de ontwikkeling van de worstelkunst te reconstrueren. Men kan enkel spreken in termen van ‘toen’ en ‘nu’”.²²⁴ Wat hij zegt is wederom geldig voor alle Indische martiale kunsten, en ook voor vele primitieve Aziatische vechtkunsten. Men kan geen uitspraken doen over het ontstaan van worstelen of boksen, zoals men dat wel kan over relatief jonge martiale kunsten, zoals judo, karate en aikido, wiens stichters bekend zijn (cf. p. 18). ALTER (1992) meent dan ook: “Gezien de schaarste aan historische bronnen en de vaagheid waarmee de worstelkunst beschreven wordt in het aanwezige bronnenmateriaal, is het onmogelijk een geschiedenis of genealogie op te stellen, met

²²² SHASTRI (1998), p. 645.

²²³ ALTER (1992), p. 8.

²²⁴ *Ibid.*, p. 7.

name een geschiedkundig overzicht dat de systematische ontwikkeling beschrijft eerder dan de zoektocht naar de origine, of de abstracte constructie van een onkritische chronologie”.²²⁵ Hoe moet men de schaarse bronnen volgens hem dan wel benaderen? “De fragmentarische informatie die de bronnen bieden zijn misschien wel interessant op zich, maar vormen samen geen volledige geschiedenis. Als gevolg van de bronnenschaarste is het echter onvermijdelijk terug te vallen op deze fragmenten, niet als genealogie, maar als stemmen uit het verleden”.²²⁶

Met deze waarschuwing in gedachten, keer ik terug naar de legende van Bodhidharma (cf. p. 1). Ontegensprekelijk heeft het gebrek aan historische bronnen de mythologisering van deze figuur in de hand gewerkt. Enkele van de recente bronnen die ik raadpleegde²²⁷ nemen deze legende simpelweg voor waar en verkondigen dat Bodhidharma de grondlegger is van de Aziatische martiale traditie. Dit is zeker en vast onwaar. Toch zijn de meeste bronnen²²⁸ het er over eens dat Bodhidharma, of meer bepaald de door hem ontwikkelde *shih-pa-lo-han-sho*-technieken, aan de basis liggen van tenminste één van de honderden vormen van het Chinees boksen (*ch’uan fa*).²²⁹

Natuurlijk wordt er ook gespeculeerd over de Indische vechtkunst waaruit Bodhidharma zijn inspiratie haalde. In dit opzicht worden twee verschillende martiale kunsten genoemd. De eerste is de Indische worstelkunst, meer bepaald het antieke *vajramuṣṭi*-worstelen (cf. p. 54-55). BERTSCH (1996) en HAINES (1989) stellen dat het *vajramuṣṭi*-worstelen mogelijk de voorloper is van de Aziatische martiale kunsten, TOMIO (1994) is ervan overtuigd dat boeddhistische monniken het *vajramuṣṭi*-worstelen in China introduceerden, waar het de naam *ch’uan fa* kreeg.²³⁰ De andere kunst die genoemd wordt is het Zuidindische *kalarippayattu*. Zowel DE MELLOW (1987) als DENAUD (1996) beweren dat Bodhidharma bedreven was in deze vechtkunst. Het is onmogelijk na te gaan of Bodhidharma inderdaad geoefend was in

²²⁵ *Ibid.*, p. 9.

²²⁶ *Ibid.*

²²⁷ DE MELLOW (1987), DENAUD (1996), SUBRAMANIAM (1994).

²²⁸ BERTSCH (1996), CHAN (1996), HAINES (1989), NELSON (1989), WINDERBAUM (1977), REID (1998), SKIDMORE (1991), TOMIO (1994).

²²⁹ HAINES (1989), p. 8.

²³⁰ TOMIO (1994), p. 215.

één van deze vechtkunsten. Wel staat vast dat beide vechtkunsten erg gesofisticeerd systemen zijn die een eeuwenlange traditie en evolutie kennen.

5.2 De Indische worstelkunst (*pahalwani*).

5.2.1 De historische bronnen.

Zoals vermeld legde ALTER (1992) zich toe op de studie van de Indische worstelkunst. Hij merkt op dat het worstelen af en toe opduikt in historische bronnen die dateren uit verschillende tijdsperioden. Vaak wordt weinig meer gezegd dan dat het een populair tijdverdrijf van de adel was. Het probleem met alle secundaire bronnen is dat ze gebaseerd zijn op hetzelfde gelimiteerde corpus. Men krijgt veel herhaling, en weinig uitweiding.²³¹ Het is inderdaad zo dat de secundaire bronnen steeds weer naar dezelfde weinig zeggende vermeldingen in de literatuur verwijzen, zonder daar dieper op in te gaan. Zo ook DRAEGER & SMITH (1974), die schrijven: “De worstelkunst ontstond lang voor het boeddhisme, en zelfs voor de Arische invasies. Naar alle waarschijnlijkheid werd het worstelen beoefend als natuurlijke vorm van lichamelijke training. De klassieke werken, zoals de *Ṛgveda*²³², het *Rāmāyaṇa* (cf. p. xi, n° 11) en het *Mahābhārata* (cf. p. xii, n° 12) beschrijven kleurrijk hevige strijden. Deze werken vermelden verschillende vechtkunsten, zoals gevechten met olifanten, boksen, stokvechten en worstelen. De kunst van het *muṣṭi-yuddha*, het equivalent van het hedendaagse *muki*-boksen²³³, werd reeds vermeld in de *Veda*’s”. Toch beamen ook

²³¹ ALTER (1992), p. 7.

²³² De *Ṛgveda* is de oudste van de vier *Veda*’s. Het bestaat uit 1028 hymnen die gewijd zijn aan de goden. De belangrijkste goden zijn Agni, de vuurgod, en Indra, de oorlogs- en dondergod (cf. Thor) (DOWSON (1957), p. 346).

²³³ Het *muki*-boksen of *mukay bazi* is de Indische boksvariant. Het boksen bestaat al eeuwenlang in India. Gevechten tot de dood waren niet ongewoonlijk. Hun training was gelijkaardig aan die van de worstelaars. Door de introductie van het Westerse boksen en het verbod op het gevaarlijke *muki*-boksen, wordt deze vechtkunst vandaag de dag bijna niet meer

DRAEGER & SMITH dat er weinig geweten is over de vroegste geschiedenis van het worstelen in India, behalve dan dat de kunst *malla-kridha*, *malla-yuddha* en *niyuddha-kridha* genoemd werd. Verder is men zeker dat worstelaars van oudsher van plaats naar plaats reisden om deel te nemen aan wedstrijden en het prijzengeld in de wacht te slepen.²³⁴

Er zijn twee werken die zowel volgens ALTER (1992) als DRAEGER & SMITH (1974) speciale aandacht verdienen, nl. het *Mānasollāsa*²³⁵ en de *Mallapurāṇa*²³⁶. Het *Mānasollāsa* is een algemene verhandeling over koninklijke sporten en vertier, die toegewezen wordt aan de Cālukya-koning Someśvara. Hij regeerde in de 12^{de} eeuw en bood patronage aan verschillende worstelaarsclans, waaronder de Jyeṣṭhīmalla's (cf. infra). Het werk is encyclopedisch van aard en bevat een onderdeel genaamd *malla-vinoda* (let. 'de sport van het worstelen'). Het *Mānasollāsa* biedt dan wel termen uit de worstelkunst maar geen beschrijvingen. Hoewel deze tekst als eerste in de geschiedenis dieper ingaat op de worstelkunst, blijft de overgeleverde kennis beperkt.²³⁷

De *Mallapurāṇa*, die in het zesde hoofdstuk (cf. p. 81) uitgebreid aan bod komt, ontstond in de periode tussen de 15^{de} en de 17^{de} eeuw. Deze tekst is een kaste-*purāṇa* die gewijd is aan de Jyeṣṭhīmalla's (cf. p. 83), een kaste van professionele worstelaars.²³⁸ Deze Jyeṣṭhīmalla's staan vooral bekend om hun bedrevenheid in het *vajramuṣṭi*-worstelen (let. 'donderkeil-vuist'), een erg wrede worstelvariant waarbij men gebruik maakt van getande boksijzers (*muṣṭi*).²³⁹ De tekst biedt een indeling van de verschillende soorten worstelaars en hun karakteristieken. Verder beschrijft de tekst worsteloefeningen, technieken, de arena en de gedragscode die de worstelaars moeten naleven. De 20^{ste} eeuw betekende het einde van het systeem van koninklijke patronage

beoefend (WINDERBAUM (1977), p. 119). WINDERBAUM (1977) en DRAEGER & SMITH (1974: p. 149-150) zijn de enigen die een paragraaf wijden aan deze vechtkunst.

²³⁴ DRAEGER & SMITH (1974), p. 141-143.

²³⁵ Het *Mānasollāsa* werd uitgegeven door SHRIGONDEKAR in twee volumes (1925 en 1939). De tekst maakt deel uit van de Gaekwad's Oriental Series (nrs. 28 en 84).

²³⁶ De *Mallapurāṇa* werd uitgegeven door SANDESARA & MEHTA (1964), als nr. 144 in de Gaekwad's Oriental Series.

²³⁷ ALTER (1992), p. 8.

²³⁸ ROCHER (1986), p. 190-191.

²³⁹ SANDESARA & MEHTA (1964), p. 29.

aan worstelaars, wat voor de Jyeṣṭhīmalla's verstrekkende gevolgen had. Vandaag de dag is hun traditie, het *vajramuṣṭi*-worstelen, op sterven na dood.²⁴⁰

DRAEGER & SMITH opperen dat het Indische worstelen pas grondtechnieken incorporeerde na de invasies van de moslims in de 13^{de} en 14^{de} eeuw. Verder vermelden ze dat worstelaars en andere vechtkunstenaars in deze periode onderhouden werden door koningen en keizers en dagelijks oefenden aan het hof.²⁴¹

ALTER verwijst naar de terloopse vermeldingen van de worstelkunst in de *Ain-i-Akbari* (cf. p. 85) die dateert uit de Moghulperiode (1526-1707).²⁴² Verder stelt hij dat de moderne Indische worstelkunst (*pahalwani*) een synthese is van twee verschillende tradities, nl. de Perzische traditie die de Moghuls in India introduceerden, en de inheems traditie die te traceren is vanaf de 11^{de} eeuw maar zeker ouder is.²⁴³

Opnieuw volgens DRAEGER & SMITH (1974) kende de worstelkunst een periode van verval met de komst van de Britten in de 18^{de} eeuw.²⁴⁴ ALTER (1992) vermeldt dat de worstelkunst in de late 19^{de} en vroege 20^{ste} eeuw verscheidene koninklijke patroonheren kende, zonder wie de worstelkunst volledig uitgestorven zou zijn.²⁴⁵

Het worstelen won opnieuw aan populariteit dankzij enkele succesvolle worstelaars, die in India een sterrenstatus genoten. De bekendste van hen was Gama (1878-1960), die de bijnaam 'De Leeuw van de Punjāb' kreeg. In 1910 reisde hij naar Londen, dat toen één van de belangrijkste worstelcentra ter wereld was. Ook daar slaagde hij erin al zijn tegenstanders te verslaan, zelfs al waren zij groter en zwaarder. Bij zijn terugkeer naar India werd Gama dan ook verwelkomd als een held. Vandaag de dag spreekt Gama nog steeds tot de verbeelding, en is hij een voorbeeld voor de vele jonge Indische worstelaars.²⁴⁶

²⁴⁰ *Ibid.* (1964), p. 23-25.

²⁴¹ DRAEGER & SMITH (1974), p. 144.

²⁴² ALTER (1992), p. 6.

²⁴³ *Ibid.*, p. 1.

²⁴⁴ DRAEGER & SMITH (1974), p. 144.

²⁴⁵ ALTER (1992), p. 67.

²⁴⁶ DRAEGER & SMITH (1974), p. 145-147.

5.2.2 De akhara.

De term *akhara* verwijst naar de plaats waar de worstelaars (*pahalwan*) trainen. Deze bestaat uit een worstelarena en een oefenruimte. Daarnaast wordt de term ook in bredere betekenis gebruikt om te refereren aan een worstelclub en haar leden.²⁴⁷

Er bestaan geen vaste regels voor de constructie van een *akhara*. Vroeger bouwde men *akhara* buiten de steden in de bossen. In een ascetische omgeving vonden de worstelaars er de rust om zich volledig toe te leggen op hun training. Veel moderne *akhara* liggen middenin de stad. Ook deze *akhara* zijn ruimtes die een besloten karakter hebben en als het ware los staan van de rest van de wereld. De meeste *akhara* zijn afgescheiden van de omgeving door een hoge muur. Binnen deze ommuring ligt een zanderig open plein, waar bomen voor schaduw zorgen. Ergens op dit plein is een worstelarena gebouwd. Deze is meestal vierkant en varieert in grootte. Verder is er altijd een waterput in de *akhara* of in de onmiddellijke nabijheid, zodat de worstelaars zich kunnen wassen. Veel *akhara* hebben verschillende schrijnen gewijd aan heiligen of lokale goden, alsook aan de *guru* die de *akhara* stichtte. Elke *akhara* heeft minstens één schrijn dat gewijd is aan Hanuman²⁴⁸, de patroonheilige van de Indische worstelaars. 's Ochtends voeren de worstelaars er hun gebeden uit, en groeten voor dit schrijn telkens ze de *akhara* betreden of verlaten. De *akhara* wordt beschouwd als heilige en reine plek. Het is tevens een sociale ontmoetingsplaats voor de worstelaars, die een groot deel van hun dagen in de *akhara* doorbrengen.²⁴⁹

De aarde die de bodem van de *akhara* bedekt, is afkomstig van velden, rivieroeveren en vijvers. Aangezien de worstelaars veel vallen en over de grond rollen, is het belangrijk dat deze aarde een zachte bodem vormt. De aarde wordt regelmatig omgewoeld met grote spaden, wat een taak is voor de jongere worstelaars. Voor en na de training wrijven de worstelaars hun hele lichaam in met deze aarde om hun zweet te

²⁴⁷ THORNE (1996), p. 184.

²⁴⁸ Hanuman is de apenkoning en tevens een held uit het *Rāmāyaṇa*. Hij assisteerde Rāma in zijn strijd tegen de demon Rāvaṇa. Hanuman bezat magische en geneeskundige krachten. Zo vloog hij naar de Himālaya om medicinale planten te plukken en alle gewonden te genezen. Vandaag de dag is Hanuman nog steeds erg populair, zowel bij jong als oud (DOWSON (1957), p. 116-117).

²⁴⁹ ALTER (1992), p. 24-25.

verwijderen en het lichaam af te koelen. Deze handeling is verplicht aangezien een zweterig lichaam moeilijk vast te grijpen is. Om de aarde zacht en aangenaam te maken, wordt deze vermengd met verschillende substanties, zoals karnemelk, olie, rode oker en kurkuma. Afhankelijk van het seizoen wordt er ook water aan toegevoegd. Volgens de worstelaars bezit de aarde van de *akhara* geneeskundige krachten. Door in de aarde te worstelen, bestrijdt men kwaaltjes zoals puistjes en eczema en gaat de huid blinken als goud. Bovendien geloven sommigen dat de aarde van de *akhara* ook cholera en andere ernstige ziektes kan genezen.²⁵⁰

5.2.3 De training.

De fysieke worsteltraining kent twee onderdelen: de oefeningen met partner (*jor*) en de individuele oefeningen (*vyayam*). Wanneer de worstelaars 's ochtends vroeg aankomen in de *akhara*, spenderen ze één à twee uur aan het beoefenen van *jor*. Ze trachten hun trainingspartner op de grond te gooien door verschillende technieken (o.a. houdgrepen, worpen, veegtechnieken en gewrichtsklemmen) zo goed mogelijk toe te passen. *Jor* verschilt van de competitieve worstelvorm (*kuṣṭī*) aangezien de worstelaars elkaar niet beschouwen als tegenstanders maar als oefenpartners. Er heerst geen competitieve maar een harmonieuze sfeer.²⁵¹

Er bestaan geen vaste regels voor *jor*, maar er gelden wel enkele onuitgesproken basisprincipes. Als een worstelaar traint met een jongere of zwakkere partner, zet hij niet al zijn kracht in. Hij laat de jongere toe zich te ontwikkelen, zonder de eigen superioriteit te willen bewijzen. Als een worstelaar traint met een sterkere en meer ervaren worstelaar, mag hij wel al zijn kracht inzetten maar tegelijkertijd moet hij eerbiedig blijven. Het is de bedoeling bij te leren van betere worstelaars, en de verworven technieken toe te passen op evenwaardige trainingspartners. Zeker de oudere worstelaars moeten respectvol behandeld worden. Zelfs al zijn deze zwakker,

²⁵⁰ THORNE (1996), p. 174-175.

²⁵¹ ALTER (1992), p. 98.

toch is het niet de bedoeling hen te verslaan. Zo blijven deze oudere worstelaars zich sterk en gerespecteerd voelen.²⁵²

De individuele training of *vyayam* omvat verschillende soorten oefeningen, zoals loopoefeningen om in goede conditie te raken en de training met gewichten om kracht op te bouwen. Naast de traditionele vorm van gewichtheffen trainen de worstelaars met zware knuppels (*jori* en *gada*) die ze in het rond zwaaien. De belangrijkste oefeningen zijn echter de *dand* en de *baithak*. De *dand* is een soort opdruk oefening: de worstelaar ligt neer op de buik, strekt de armen en duwt eerst enkel het bovenlijf omhoog, duwt dan ook het middenlijf de lucht in zodat hij als het ware een bruggetje vormt, en laat het lichaam daarna weer zakken. De *baithak* is een diepe kniebuiging, waarbij de worstelaar zich vanuit staande positie laat zakken om vervolgens omhoog te veren. Sterke en jonge worstelaars voeren elke dag zo'n 2000 *baithak* en 1000 *dand* uit.²⁵³

Een essentieel onderdeel van de *vyayam* zijn massages, die uitgevoerd worden om het lichaam soepel en strak te maken. Stijve spieren belemmeren de bewegingsvrijheid en vergroten de kans op breuken. Bovendien heeft een massage een kalmerend effect en verlicht ze zowel fysieke als mentale uitputting. De massage van de worstelaars is gebaseerd op verschillende principes. In de eerste plaats moet elke spier of spiergroep in de lengte gemasseerd worden. Een tweede principe is dat de masseur druk moet uitoefenen om de spieren los en flexibel te maken. Het derde principe is frictie, wat betekent dat de huid stevig gewreven wordt zodat er een tintelend gevoel ontstaat. Het vierde principe is dat van vibratie, om de circulatie van bloed en lichaamssappen te stimuleren. Ook de massage verloopt volgens het hiërarchische principe dat jongere worstelaars de ouderen masseren. De hiërarchie die geldt in de *akhara* doorbreekt de kastenhiërarchie die buiten de *akhara* geldt. Ze is niet gebaseerd op reinheid en pollutie, maar op respect en status die voortvloeien uit de ouderdom en ervaring van de worstelaars.²⁵⁴

²⁵² *Ibid.*, p. 100-101.

²⁵³ THORNE (1996), p. 176-177.

²⁵⁴ ALTER (1992), p. 106-110.

5.2.4 De leefregels, het dieet en de dagelijkse routine.

De training van de worstelaars beperkt zich niet tot het ontwikkelen van technische vaardigheden en een krachtig en soepel lichaam. Even belangrijk zijn de disciplinaire leefregels en het dieet (*khurak*). De training bepaalt zowel het fysieke, het morele, het spirituele als het sociale leven.²⁵⁵ De discipline die de worstelaars zichzelf opleggen is erg hard en heeft als doel hen sterk te maken. Een worstelaar moet over erg veel zelfbeheersing beschikken en al zijn verlangens onderdrukken.

Sensuele verlangens vormen de grootste bedreiging voor de zelfbeheersing. Daarom is de *akhara* een mannenwereld waar vrouwen verboden zijn. Worstelaars vermijden het gezelschap van vrouwen en trachten hen te behandelen als zussen of moeders. Het is niet zo dat alle worstelaars celibatair zijn, maar ze schrijven een celibataire levenswijze (*brahmacarya*)²⁵⁶ erg hoog aan. Sperma bevat de levensessentie en is volgens de worstelaars een bron van kracht, energie, wijsheid en vaardigheid. Daarom is het belangrijk zaadlozingen zoveel mogelijk te vermijden. Daarnaast bouwen ze hun voorraad sperma op door de training, het juiste dieet en een vastgelegd programma van baden, slapen en rusten. Het pad van de *brahmacarya* is lastig te volgen. De worstelaars vermijden verleiding door het strikte schema dat ze zichzelf opleggen en door hun geest te focussen op de training.²⁵⁷

De leefregels die betrekking hebben op de persoonlijke hygiëne en het dieet zijn gebaseerd op Ayurvedische principes. Voedsel sterkt niet alleen het lichaam maar voedt ook de geest. Aldus wordt voeding geconceptualiseerd in termen van morele waarden. De Ayurvedische geneeskunde deelt voedsel in volgens drie categoriën, dezelfde categoriën waarin de Indische filosofie (cf. yoga) mensen indeelt, nl. *sattva* (kalm, goed), *rajas* (passioneel, actief) en *tamas* (saai, sloom). Logischerwijs eet een persoon die *sattva* is vooral voedsel uit deze categorie. Het is echter mogelijk de

²⁵⁵ *Ibid.*, p. 85.

²⁵⁶ In het hindoeïsme is de plicht (*dharma*) van een man afhankelijk van het levensstadium waarin hij zich bevindt (*varṇāśrama-dharma*). Men onderscheidt traditioneel vier stadia in het leven: de celibataire student (*brahmacārin*), het gezinshoofd (*grhastha*), terugtrekking in het woud (*vānaprsthā*) en de totale afzondering (*sannyāsin*) (THORNE (1996), p. 180).

²⁵⁷ ALTER (1992), p. 121-122.

menselijke aard te beïnvloeden door veel voedsel te eten uit een andere categorie dan deze waartoe men zelf behoort. Aangezien worstelaars veel trainen en hun lichaam verhit raakt, moeten ze kalmerend *sattva*-voedsel eten om een kalm, vredig en ontspannen karakter te bekomen. Tabak en alcohol zijn extreem *rajas* van aard en dus verboden. Alcohol maakt de gebruiker passioneel, zwak, sloom en besluiteloos. Bovendien wordt intoxicatie gezien als een teken van morele verdorvenheid en een gebrek aan wilskracht. Ook tabak is moreel verwerpelijk, maakt het lichaam kwetsbaar voor ziektes en vermindert de longcapaciteit.²⁵⁸

Het dieet van de worstelaars bestaat uit grote hoeveelheden melk, *ghee*, amandelnoten, fruit en groenten. Daarnaast eten ze ook veel rijst, granen, linzen en noten. Veel worstelaars volgen een vegetarisch dieet, maar vegetarisme is geen strikte regel. Melk en *ghee* zijn de belangrijkste ingrediënten van het dieet. Ze worden beschouwd als de meest kalmerende van alle voedingswaren die *sattva* zijn. Ze schenken de worstelaar een lang leven, wijsheid, kracht, gezondheid, blijheid en liefde. *Ghee* is erg vettig en wordt geroemd als bron van fysieke kracht. Melk heeft een licht laxerende werking. Amandelnoten schenken de worstelaars uithoudingvermogen en snelheid. Ook vruchten en groenten zijn *sattva*-voedsel en bevatten bovendien vitamines, mineralen, en andere nutriënten die weldadig zijn voor de worstelaar. Vooral bananen, vijgen, granaatappelen, bessen, citroenen, meloenen en appels zijn geschikt.

De worstelaars onderscheiden zich niet zozeer door wat ze eten, maar vooral door de grote hoeveelheden die ze consumeren. Ze beseffen dat de vele *ghee*, melk en amandelen hen groot en sterk maken. Hoe meer een worstelaar traint, hoe groter de hoeveelheden die hij consumeert. Ook andersom zijn de hoeveelheden die een worstelaar consumeert een directe reflectie van de kracht die hij bezit. Het verteren van deze grote hoeveelheden worden gezien als training op zich. Het dieet volstaat echter niet om groot en sterk te worden. De worstelaar moet ook devoot zijn jegens de *guru*, bidden en een kalm, vredig en spiritueel karakter hebben.²⁵⁹

²⁵⁸ *Ibid.*, p. 111-112.

²⁵⁹ *Ibid.*, p. 117.

De dagelijkse routine van de worstelaar varieert van *akhara* tot *akhara*. Toch zijn er enkele algemene patronen te onderscheiden. Een worstelaar staat gewoonlijk op om drie uur 's ochtends, wanneer de lucht puur en koel is. Eerst en vooral moet hij zich ontlasten. Als hij dit niet doet kan het bloed geïnfecteerd raken en ziektes veroorzaken. Vervolgens moet hij zijn tanden poetsen, en dit voor zonsopgang. Zoniet vormt de warmte van de zon voedselresten om tot gif en kunnen ziektes ontstaan. Vervolgens moet de worstelaar baden in koel water vooraleer hij de *akhara* betreedt. Zo reinigt hij niet enkel zijn lichaam, ook verdrijft hij slaperigheid en zondige gedachten, en zuivert hij de zintuigen en het bloed.

Na het bad en de inzalving met olie beginnen de worstelaars aan de lichamelijke oefeningen. Eerst lopen ze enkele kilometers. Daarna woelen ze de aarde van de *akhara* om en worstelen ze met elkaar (*jor*). Ze besluiten de ochtendlijke training met een serie individuele gymnastische oefeningen (*vyayam*). Ze wrijven zich in met aarde van de *akhara* om het lichaam af te koelen en zweet te verwijderen, waarna ze een tweede bad nemen. Opnieuw wordt het lichaam ingesmeerd met olie. De worstelaars bidden tot Hanuman en kleden zich aan. Ze groeten de *guru*. Om negen uur verlaten alle worstelaars de *akhara* om naar school of naar het werk te gaan.

In de namiddag, rond vier uur, keert de worstelaar terug naar de *akhara*. Opnieuw ontlast hij zich en neemt hij een bad. Nu wordt er niet geworsteld, maar voert de worstelaar een aantal individuele oefeningen (*vyayam*) uit die zo 'n drie uur in beslag nemen. Hierna neemt hij opnieuw een bad en verlaat de *akhara*. Hij eet, rust en gaat slapen als de zon ondergaat. Voldoende slaap is erg belangrijk voor de worstelaar, aangezien hij ondertussen recupereert. Hij moet slapen met het raam open in een comfortabel maar niet te zacht bed. Hij mag niet op de rug slapen en moet zich regelmatig omdraaien.

Natuurlijk is het niet zo dat elke worstelaar alle leefregels tot op de letter volgt. Toch trachten de worstelaars de voorschriften van hun *guru* zo goed mogelijk op te volgen. De dagelijkse routine van de worstelaar reguleert niet enkel zijn lichamelijke training, maar beïnvloedt in grote mate zijn leven.²⁶⁰

²⁶⁰ *Ibid.*, p. 28-33.

5.3 Het *kalarippayattu*.

5.3.1 Historische schets.

Het *kalarippayattu* is een Zuidindische vechtkunst die ontstond in Kerala²⁶¹. Nog steeds wordt deze kunst bijna uitsluitend daar beoefend. Volgens de legende is de grondlegger ervan Paraśurāma²⁶², die de kwaliteiten van krijger en asceet vereenzelvigde. Hij zou Kerala gewonnen hebben op de oceaan door deze te bedreigen met een strijdbijl. De creatie van een nieuw land betekende dat er inwoners gevestigd moesten worden. Aangezien Paraśurāma de vijand was van de *kṣatriya*-klasse, schonk hij het land aan de brahmanen. Hij bracht deze brahmanen de kunst van de oorlogsvoering bij om Kerala te beschermen. Zij onderwezen ook anderen in deze kunst en kozen 21 getrainde discipelen uit om het voortbestaan ervan te garanderen. Deze 21 *guru*'s stichtten 21 *kalari*'s in Kerala en gaven de kunst de naam *kalarippayattu*. De term *kalari* verwijst naar de plaats waar de kunst onderwezen werd en wordt, de term *payattu* naar de training zelf.²⁶³

ZARRILLI (1998), die het *kalarippayattu* intensief bestudeerde, stelt dat deze martiale kunst een samensmelting is van twee verschillende tradities. Enerzijds noemt hij de Dravidische krijgerstraditie van de Tamil²⁶⁴, en anderzijds de Dhanurvedische traditie (cf. p. 50). Hij beschrijft hoe men uit de heroïsche poëzie van Tamil Nadu kan afleiden dat er zich tussen de 4^{de} eeuw v.o.t. en de 6^{de} eeuw een martiale spirit ontwikkelde in Zuid-India. De drie heersende koninkrijken van de Cera²⁶⁵, de Cola²⁶⁶

²⁶¹ Kerala is een provincie die aan de westkust ligt in het uiterste zuiden van India (*An Atlas of India* (1990), p. 3).

²⁶² Paraśurāma of 'Rāma met de bijl' is de zesde incarnatie van Viṣṇu en de eerste Rāma. Hij daalde neer op de wereld om deze te bevrijden van de tirannie van de *kṣatriya*'s (DOWSON (1957), p. 230).

²⁶³ BALAKRISHNAN (1995), p. 13.

²⁶⁴ De Tamil zijn de inwoners van Tamil Nadu, een provincie die aan de oostkust in het uiterste zuiden van India ligt (*An Atlas of India* (1990), p. 3).

²⁶⁵ De Cera of Kerala was een dynastie in Zuid-India. Ze heersten over een klein gebied ten westen van dat van de Pāṇḍya. Na de 11^{de} eeuw verloren ze hun macht door de opkomst van de Cola (BALFOUR (1885), Vol. I, p. 674).

en de Pāṇḍya²⁶⁷ waren verwickeld in een voortdurende strijd om de macht. De jonge krijgers werden militair opgeleid en onderricht in de verschillende wapenkunsten. De helden van die tijd waren de nobelen die zich hoofdzakelijk bezig hielden met vechten. Voor hen was het een eer te sterven op het slagveld.

In de 7^{de} eeuw migreerden brahmanen vanuit Surāṣṭra²⁶⁸ zuidwaarts naar Kerala. Zij importeerden hun eigen martiale technieken en een eigen ethiek, die zich vermengden met de Dravidische martiale praktijken. Geleidelijk aan vond de brahmaanse rituele en socio-economische dominantie ingang in de Dravidische maatschappij. De brahmanen richtten scholen op waar ze de studenten vertrouwd maakten met de *Veda*'s en de dieet- en leefregels eigen aan de *brahmacārin* (cf. p. 59). De studenten werden onderricht in verschillende kunsten, zoals schilderen, muziek en dans, maar ook boogschieten, wapengevechten en ongewapende vechttechnieken. De vermenging van de brahmaanse en de Dravidische cultuur vormde volgens ZARRILLI de basis voor het *kalaripayattu*. Hij stelt dat het *kalaripayattu* geboren werd in de 11^{de} eeuw, toen de voortdurende oorlogen tussen de Cola en de Cera de bevolking van Kerala verplichtte ten strijde te trekken tegen de Cola.²⁶⁹

Vanaf de 16^{de} eeuw dreven de Portugezen handel met Kerala in specerijen. BALAKRISHNAN (1995) en ZARRILLI (1998) maken melding van de Portugese reiziger Duarte Barbosa²⁷⁰ (16^{de} eeuw). Hij beschreef levendig hoe de goedgetrainde Nayars, de krijgersklasse van Kerala, duelleerden met zwaarden en andere wapens. Beiden stellen dat deze Nayars bedreven waren in het *kalaripayattu*. Volgens BALAKRISHNAN was deze periode de grote bloeiperiode van het *kalaripayattu*.²⁷¹

²⁶⁶ De Cola was een machtige dynastie in Zuid-India. Rond het begin van onze jaartelling heersten ze over het hele gebied waar Tamil gesproken werd. Ze verloren hun macht en onafhankelijkheid pas in de 17^{de} eeuw (*Ibid.*, Vol. I, p. 707).

²⁶⁷ Pāṇḍya was een koninkrijk in Zuid-India, dat waarschijnlijk in de 5^{de} of 6^{de} eeuw v.o.t. gesticht werd. Voor de opkomst van de Cola-dynastie in de 10^{de} en 11^{de} eeuw was dit rijk erg machtig en welvarend (*Ibid.*, Vol. III, p. 105).

²⁶⁸ Surāṣṭra is de oude benaming voor Gujarāt, een provincie in West-India (*Ibid.*, p. 774).

²⁶⁹ ZARRILLI (1998), p. 29-31.

²⁷⁰ Barbosa was een neef van de ontdekkingsreiziger Magalhães (1470-1521). Hij vergezelde hem op de eerste reis rond de wereld en schreef hierover een boek, *De Kusten van Oost-Afrika en Malabar*. Hierin beschrijft hij de handel, de steden, ... (BALFOUR (1885), Vol. I, p. 280). Malabar is de naam die gegeven wordt aan Noord-Kerala (*An Atlas of India* (1990), p. 71).

²⁷¹ BALAKRISHNAN (1995), p. 14; ZARRILLI (1998), p. 41-42.

FULLER (1976), die de evolutie van de Nayars onderzocht, maakt geen melding van het *kalaripayattu* maar stelt wel dat de vroege Europese bezoekers sterk onder de indruk waren van de martiale vaardigheden van de Nayars. De Nayars waren traditioneel soldaten en maakten het grootste deel uit van het leger. Vanaf zes of zeven jaar begonnen de Nayar-kinderen aan lichamelijke oefeningen en massages. De kinderen hadden een lichaam dat zo soepel was dat het leek alsof ze geen botten hadden. De Nayars waren experts in het worstelen, maar nog meer bedreven in de wapentechnieken. Weinig bezoekers van Kerala berichtten niet over hun martiale vaardigheden. Baldeus²⁷² (1704) beschreef de Nayars als ‘de beste worstelaars ter wereld’. Alhoewel de Europeanen de Nayars roemden om hun bedrevenheid in de martiale kunsten, waren ze verre van onder de indruk van hun militaire discipline. Ze bekritiseerden het opiumgebruik van de Nayars, die high ten strijde trokken, en spotten met hun ongeregelde manier van marcheren.²⁷³

5.3.2 De kalari.

De *kalari* is de plaats waar men het *kalaripayattu* beoefent. In tegenstelling tot de worstelkunst is het *kalaripayattu* nog steeds een dorpskunst. Er is dus geen nood aan hoge muren om de oefenplaats strikt af te scheiden van de omgeving. De *kalari* is een uitgegraven put met een dak erboven en opgehoopte aarde rondom. Eventueel zijn er ook lage muren. Het is belangrijk dat de *kalari* een koele plek is. De beoefenaars worden beschermd tegen regen, zon en hevige windvlagen aangezien deze het evenwicht van de lichaamssappen kunnen verstoren en ziektes veroorzaken. Er gelden strikte regels voor de bouw van een *kalari*. Zo moet de *kalari* steeds gericht zijn naar het Oosten, en is deze twee maal zo lang als hij breed is. De *guru* zelf ziet toe op de bouw ervan om deze basisvoorwaarden te verzekeren. De *kalari* is zowel een plaats

²⁷² Baldeus reisde rond 1660 naar India en schreef hierover een boek. Hij beschrijft de kust van Malabar en geeft informatie over de gevechten die de Portugezen en de Nederlanders leverden (BALFOUR (1885), Vol. I, p. 245).

²⁷³ FULLER (1976), p. 7.

waar getraind wordt, een tempel waar goden aanbeden worden als een ziekenhuis waar men terecht kan voor bepaalde behandelingen. Sommige *kalari* bestaan dan ook uit meerdere gebouwen, met een aparte plek voor massages, badfaciliteiten, een wachtkamer, een kantoor, een keuken en een verblijfplaats voor patiënten.²⁷⁴

Net zoals de Indische worstelkunst is het *kalarippayattu* erop gericht de studenten discipline bij te brengen. Daarom vereist de training een rustige, vrome en vertrouwelijke omgeving. Bepaalde plekken in de *kalari* zijn gewijd aan de goden, die de beoefenaars groeten vooraleer ze aan de training beginnen. In de zuidwestelijke hoek van de *kalari* bevindt zich het belangrijkste heiligdom, de *poothara*. Dit is een kleine piramide, opgebouwd uit zeven lagen van platte ronde stenen. Bovenaan staat een stenen lotusvormige knop, alwaar de hoofdgod van de *kalari* (*kalari paradevatā*) verblijft. Naast de *poothara* bevindt zich een beeld van Ganeśa²⁷⁵, die de faam heeft alle obstakels te verwijderen voor zij die hem aanbidden. Daarnaast ziet men twee kleine platforms (*guru peedhom*) die gewijd zijn aan de *guru*'s. De eerste is gewijd aan de 21 *guru*'s die volgens de ontstaanslegende van het *kalarippayattu* de allereerste *kalari*'s vestigden in Kerala. De tweede is gewijd aan de *gurukkal* of trainer van de *kalari*, en eventueel ook aan zijn voorgangers die de *kalari* stichtten.²⁷⁶

5.3.3 De training.

In tegenstelling tot de worstelkunst, die enkel door mannen beoefend wordt, mogen zowel jongens als meisjes deelnemen aan de *kalarippayattu*-training. Deze omvat dagelijks een ochtend- en een avondsessie, of één van beiden. De ochtendsessie begint nog voor zonsopgang. Daarna vertrekken de *kalarippayattu*-studenten naar hun werk of school. De avondsessie vervullen ze tegen de valavond.

²⁷⁴ ZARRILLI (1998), p. 61-64.

²⁷⁵ Ganeśa is de zoon van Śiva en Pārvatī. Hij is de god van de wijsheid en verwijdt alle obstakels. Hij wordt voorgesteld als een klein dik gelig mannetje met een uitpuilende buik, vier handen en de kop van een olifant (DOWSON (1957), p. 106-107).

²⁷⁶ BALAKRISHNAN (1995), p. 26-27.

Vooraleer ze aan de training beginnen, vervullen de studenten een uitgebreid begroetingritueel. Buiten buigen ze voor de *gurukkal*, die hen staat op te wachten, en raken ze zijn voeten aan. Ze betreden de *kalari* met de rechtervoet eerst en buigen neer. Met de hand raken ze de vloer aan, en daarna hun voorhoofd. Dit is een groet aan de *kalari* en aan moeder aarde. Ook groeten ze de godheden van de *kalari*. Al deze betuigingen zijn een uiting van de totale onderwerping aan de discipline van de *kalari* en het *kalarippayattu*.

De training begint met een reeks opwarmingsoefeningen (*meipayattu*). De studenten, die zich ingesmeerd hebben met olie, stellen zich hiervoor op in twee rijen. De oefeningen zijn erg divers. Zo zijn er bv. varianten op de Westerse opdrukoefeningen, het opzwaaien van de benen enz. De opwarming dient om de pezen, spieren en gewrichten te spannen en te rekken, alsook om de conditie op te bouwen. Dit gedeelte duurt ongeveer een half uur. Daarna beginnen de leerlingen zich te trainen in de ongewapende technieken (*verumkai*), zoals slagen, trappen en afweertechneken. Ook oefenen ze hun worsteltechnieken, zoals gewrichtsklemmen, houdgrepen en worpen. Dit onderdeel van de training gebeurt zowel individueel als in paren.

Na de ongewapende technieken bestuderen de leerlingen individueel de vormen (*suvadu*). Dit zijn vaststaande reeksen van bewegingen die een combinatie vormen van verschillende technieken. De leerling moet deze ontelbare keren inoefenen, zodat ze deze instinctief kunnen toepassen bij een aanval. Terwijl ze deze oefeningen uitvoeren, bewegen de leerlingen heen en weer in de lengte van de *kalari*. Door deze vormen in te oefenen neemt de zelfdiscipline, het evenwicht, de timing en de precisie van de studenten toe.

In het *kalarippayattu* ligt de nadruk op ongewapende technieken, maar eventueel oefenen de leerlingen ook gewapende technieken in. Dit gebeurt zowel in vastbepaalde *suvadu* als in het vrij gevecht. Het *kalarippayattu* kent een groot aantal wapens, zoals de stok (*pantiran* of *kuruvati*), de staf (*kettukari*), de speer (*kuntham*), de knuppel (*gada*), het zwaard en het schild (*vall* en *paricha*) en de dolk (*kadtaram*). Men maakt

een onderscheid tussen houten wapens (*kolthariyankam*) en metalen wapens (*ankathari*).²⁷⁷

Als de training beëindigd is, groeten de studenten hun *gurukkal* en verlaten ze de *kalari*. De *gurukkal* gaat als laatste naar buiten en voert een speciaal ritueel uit, nl. *cuvadumayakkal* (let. ‘het uitwissen van de voetstappen’).²⁷⁸

5.3.4 De leefregels en het gezondheidsaspect.

In tegenstelling tot de worstelkunst kent het *kalaripayattu* geen wedstrijdvariant. De leerlingen trainen dus niet om te presteren, maar voor hun plezier, om hun lichamelijke gezondheid te verbeteren of om een krachtig lichaam te ontwikkelen. De training wordt dan ook afgestemd op elke leerling en houdt rekening met zijn of haar leeftijd en lichaamsbouw. Sommige *gurukkal* eisen erg veel van hun studenten en geven trainingen die erg zwaar zijn. Anderen hanteren een zachtere aanpak en benadrukken vooral het gezondheidsaspect. De mate waarin er leefregels opgelegd worden verschilt dus van *kalari* tot *kalari*. Er gelden wel bepaalde gedragsregels waaraan alle studenten zich moeten houden. Zo moeten ze deelnemen aan het devotionele leven van de *kalari*. Het is strikt verboden de technieken die ze aanleren te gebruiken buiten de *kalari*. Verder mogen ze geen zondes begaan, zoals stelen, liegen, bedriegen, noch mogen ze alcohol of drugs gebruiken.

Het hoofddoel van het *kalaripayattu* is de gezondheid van de studenten te bevorderen. Door de training ontwikkelen ze fysieke kracht, een gezond lichaam, concentratievermogen, zelfvertrouwen, dapperheid en discipline. Net zoals bij het worstelen is de helende werking van *kalaripayattu* gebaseerd op de Ayurvedische geneeskundige principes. Deze holistische visie legt de nadruk op de verbondenheid tussen de verschillende componenten van het lichaam en de geest. De studenten leren niet enkel lichamelijke maar ook meditatie- en ademhalingsoefeningen aan. De

²⁷⁷ REID & CROUCHER (1995), p. 45-50.

²⁷⁸ BALAKRISHNAN (1995), p. 27-28.

invloed van de Ayurvedische geneeskunde blijkt verder uit de applicatie van medicinale olie. Elke dag brengen de leerlingen deze voor de training aan op het lichaam, waardoor ze soepel en sterk worden. Na de training moeten ze hun zweet laten opdrogen, maar mogen hierbij niet in een winderige omgeving staan. Anders bestaat het risico dat de lichaamssappen uit evenwicht raken. Als hun zweet opgedroogd is nemen ze een bad in een aangelegde watertank of in de rivier, of douchen ze zich in de *kalari*.²⁷⁹

Een belangrijk aspect van *kalarippayattu* is de Ayurvedische massage, die uitgevoerd wordt met medicinale oliën. De massage is een taak van de *gurukkal*, die hierbij zowel zijn handen als voeten gebruikt.²⁸⁰ De studenten worden regelmatig gemasseerd, maar tijdens de Moesson wordt de training gedurende twee weken stilgelegd en krijgen alle studenten een speciale massage (*ulicill*) van de *gurukkal*. Tijdens deze periode worden de leerlingen verschillende voorschriften opgelegd. Ten eerste mogen ze geen sexuele contacten hebben. Ook mogen ze overdag niet slapen, noch wakker blijven 's nachts. Ze moeten melk en *ghee* opnemen in hun dieet en laxerende middelen nemen om hun lichaam grondig te zuiveren.²⁸¹

5.4 De yoga en de Ayurvedische geneeskunde.

5.4.1 De yoga.

In de technische betekenis refereert de term yoga aan het uitgebreide corpus van spirituele waarden, attitudes, voorschriften en technieken die in India ontwikkeld werden gedurende de voorbije vijf millennia. De term yoga is dus de algemene noemer voor de verschillende Indische paden van extatische zelf-transcendentie, of de psychospirituele technologie die specifiek is voor de Indische beschaving. In de meest strikte

²⁷⁹ ZARRILLI (1998), p. 88.

²⁸⁰ BALAKRISHNAN (1995), p. 31.

²⁸¹ ZARRILLI (1998), p. 88-90.

betekenis refereert de term aan het systeem van het klassieke Yoga, zoals dat door Patañjali²⁸² vooropgesteld werd. In deze context is Yoga één van de zes filosofische scholen (*darśana*) van het hindoeïsme, naast Nyāya, Vaiśeṣika, Sāṃkhya, Mīmāṃsa en Vedānta. Bij uitbreiding verwijst de term ook naar de tradities die direct of indirect geïnspireerd werden door de Indische traditie, zoals de Tibetaanse yoga (het *vajrayāna*-boeddhisme), de Japanse yoga (*zen*) en de Chinese yoga (*ch'an*).²⁸³

Volgens FEUERSTEIN (1989) is de yoga moeilijk te definiëren, aangezien het fenomeen ongelooflijk veel facetten kent. Toch hebben alle yoga-scholen een gemeenschappelijk kenmerk. Ze richten zich op een bewustzijnsstoestand die buitengewoon is. Yoga is extase (*samādhi*). De term *samādhi* (let. ‘samenplaatsing’) refereert zowel aan de techniek om het bewustzijn te vereenzelvigen met het object van meditatie, alsook aan de bewustzijnsstoestand die het resultaat is van deze vereenzelviging. Christelijke mystici noemen deze praktijk *unio mystica* (let. ‘mystieke eenwording’). Hoe deze extatische toestand geïnterpreteerd wordt en welke methodes aangewend worden om deze te bereiken, verschillen van school tot school.

Over het algemeen wordt de yoga beschouwd als de unie van het individuele zelf (*jīvātman*) met de opperziel (*paramātman* of *brahman*). Deze notie van eenwording is van toepassing op de vroege, pre-klassieke scholen alsook op de late, post-klassieke scholen van de yoga. Ze komt echter niet aan bod in het klassieke Yoga van Patañjali. Patañjali ziet de yoga eerder als het in contact komen (*samprayoga*) met een zelfgekozen godheid (*iṣṭa-devatā*, bv. Śiva, Viṣṇu, Kṛṣṇa, Durgā of Kālī) als resultaat van intense zelfstudie. Patañjali definieert de yoga als ‘de onderdrukking van de gedragingen van de geest’ (*citta-vṛtti-nirodha*). Hiermee bedoelt hij dat de yogi zijn aandacht moet focussen op het object waarover hij mediteert en alle andere objecten uitsluit (*ekāgratā*, let. ‘gerichtheid op één object’). De yogi onderdrukt niet louter zijn gedachten. Hij focust met zijn hele lichaam en brengt zijn volledige wezen tot rust.²⁸⁴

Patañjali deelde de fysiologische en spirituele oefeningen van de yoga in volgens acht categorieën of *yogāṅga* (let. ‘de ledematen van de yoga’). Alle oefeningen hebben

²⁸² Met zijn werk *Yoga-sūtra* is Patañjali (ca. 2^{de} eeuw) de grondlegger van de klassieke Yoga-school en de systematisator van de yoga (FEUERSTEIN (1998), p. 4).

²⁸³ *Ibid.*, p. 7.

²⁸⁴ *Ibid.*, p. 3-5.

als doel zich te leren concentreren en focussen (*ekāgratā*) en uiteindelijk de hoogste vorm van concentratie (*samādhi*) te bereiken. Deze *yogāṅga* kan men enerzijds interpreteren als de acht technische categorieën van de yoga, en anderzijds als de acht mentale stadia die de asceet doorloopt om de verlossing te bereiken. Elk van deze *yogāṅga* heeft een specifiek doel. De acht *yogāṅga* zijn: (1) discipline (*yama*), (2) zelfbeheersing (*niyama*), (3) lichaamshouding (*āsana*), (4) controle over de ademhaling (*prāṇāyāma*), (5) stopzetting van de zintuiglijke waarneming (*pratyāhāra*), (6) concentratie (*dhāraṇā*), (7) meditatie (*dhyāna*) en (8) de hoogste vorm van concentratie of extase (*samādhi*).

Zowel *yama* als *niyama* zijn noodzakelijke voorwaarden voor om het even welk type van ascetisme. Terwijl *yama* het sociale leven reguleert, doet *niyama* hetzelfde voor het persoonlijke leven. Men onderscheidt vijf vormen van discipline of *yama*, nl. *ahiṃsā* ('geweldloosheid'), *satya* ('eerlijkheid'), *asteya* ('niet-stelen'), *brahmacarya* ('sexuele onthouding') en *aparigraha* ('onhebzuchtigheid'). De *niyama* zijn: *śauca* ('reinheid'), *saṃtoṣa* ('tevredenheid'), *tapas* ('ascese'), *svādhyāya* ('studie') en *īśvara-praṇidhāna* ('devotie jegens de godheid').

Pas met de derde *yogāṅga* begint het fysieke aspect van de yoga. De *āsana* of lichaamshoudingen schenken het lichaam stabiliteit en reduceren de lichamelijke inspanning tot een minimum. Zo vermijdt de yogi vermoeidheid en reguleert hij de lichaamsprocessen. In het begin zijn deze *āsana* oncomfortabel, maar door oefening wordt de meditatiehouding natuurlijk en bevordert deze de concentratie.²⁸⁵

Wanneer een yogi niet langer afgeleid is door musculaire spanning of externe stimuli, wordt hij zich ten volle bewust van de *prāṇa* ('vitale levensadem') die door het lichaam vloeit. Volgens FEUERSTEIN (1989) is de yoga een speling van de kracht van *prāṇa*. De term *prāṇa* refereert niet louter aan de ademhaling, maar aan de vitale kracht die elk levend wezen doordringt en doet bestaan. De ademhaling is enkel het uitwendige aspect, de manifestatie van *prāṇa*. De vierde *yogāṅga*, *prāṇāyāma* of het controleren van de ademhaling, stelt de yogi in staat de *prāṇa* in het lichaam te stimuleren en te sturen.²⁸⁶ ELIADE (1958) beschrijft het proces van *prāṇāyāma* als het

²⁸⁵ ELIADE (1958), p. 47-53.

²⁸⁶ FEUERSTEIN (1998), p. 331.

stopzetten van de bewegingen die gepaard gaan met de in- en uitademing. De yogi tracht zo traag mogelijk adem te halen. De orgaanfuncties volgen het ritme van de ademhaling. Door de organen stil te leggen kan de yogi zich concentreren op één object (*ekāgratā*). De ademhaling en de bewustzijnstoestand zijn dus verbonden met elkaar. Zo zal iemand die kwaad is bv. snel en onregelmatig ademen, in tegenstelling tot iemand die slaapt. Een trage en ritmische ademhaling stelt de yogi in staat zich te concentreren en bepaalde bewustzijnstoestanden te betreden die normaliter ontoegankelijk zijn in wakende toestand. Hij verliest zijn luciditeit niet, maar bereikt een continuïteit in zijn bewustzijn. Dit is een voorwaarde voor meditatie.²⁸⁷

Wanneer de yogi erin geslaagd is alle externe stimuli te bannen en zijn bewustzijn af te sluiten van de omgeving, bereikt hij de vijfde *yogāṅga*. In de toestand van *pratyāhāra* zet de yogi alle zintuiglijke waarneming stop. De geest wordt hierdoor erg actief. Zo is de yogi klaar om de laatste drie *yogāṅga* te realiseren.

Concentratie of *dhāraṇā* betekent dat de yogi zijn aandacht richt op een bepaald lichaamsdeel (zoals een *cakra* of psycho-energetisch centrum) of op een extern object dat geïnternaliseerd werd (zoals de voorstelling van een godheid). Deze praktijk is erg moeilijk te volbrengen en kan belemmerd worden door verschillende zaken, zoals ziekte, twijfel en onoplettendheid. Wanneer de yogi deze diepe concentratie volhoudt bereikt hij op natuurlijke wijze de toestand van meditatie of *dhyāna*, de zevende *yogāṅga*. In dit stadium is het bewustzijn volledig vervuld van het geïnternaliseerde object. Als alle gedachtenstromingen volledig zijn stilgelegd, bereikt de yogi het einddoel van de yoga: de extatische toestand (*samādhi*). Deze toestand bestaat uit verschillende fases. Na de laatste fase voltrekt er zich een identificatie of fusie van het subject en het object: het bewustzijn van de yogi neemt de natuur van het geïnternaliseerde object over. Wanneer de yogi deze extatische eenwording doorzet, bereikt hij een punt waarna er geen terugkeer meer mogelijk is: de verlossing.²⁸⁸

Een belangrijk kenmerk van de yoga is de initiërende structuur. Zoals alle vormen van esoterisme (cf. p. 47) veronderstelt de yoga de begeleiding van een ingewijde, een meester (*guru*, *ācārya* of *upādhyāya*) met ervaring in de yoga. Idealiter

²⁸⁷ ELIADE (1958), p. 55-57.

²⁸⁸ FEUERSTEIN (1998), p. 331-337.

heeft deze meester het ultieme spirituele einddoel van de yoga bereikt, met name de verlichting (*bodhi*) of de verlossing (*mokṣa*). Het inwijdende leerling/meester-systeem gaat terug op de Vedische periode, toen jongens hun jeugd en adolescentie doorbrachten in het huis van de leraar die hen inwijdde in de heilige kennis van de Veda's. Deze kennis werd oraal overgeleverd en moest zorgvuldig gememoriseerd worden. Het was de plicht van de leraar de student te begeleiden tijdens deze studie en zijn welzijn te verzekeren. In ruil moest de student zijn leraar eer betonen en hem gehoorzamen als was het zijn vader. Naast de eigenlijke studie was de discipel verplicht een celibatair leven (*brahmacarya*) te leiden. Kuisheid bevordert een moreel gedrag én de circulatie van de levensenergie (*prāṇa*), die de concentratie, het geheugen en de gezondheid ondersteunt.²⁸⁹

5.4.2 De Ayurvedische geneeskunde.

Ayurveda (let. 'de kennis voor een lang leven') is de naam van het Indische geneeskundige systeem, dat al eeuwen beoefend wordt. Traditioneel gezien wordt de Ayurvedische geneeskunde beschouwd als een supplementaire kennistak van de *Atharvaveda*²⁹⁰. In dit geschrift werd voor het eerst gespeculeerd over anatomie en preventieve geneeskunde.²⁹¹ Waarschijnlijk kreeg het systeem van Ayurveda vaste vorm rond de tijd van de Boeddha (5^{de} eeuw v.o.t.). Vanaf deze periode werd de Ayurvedische geneeskunde gecodificeerd in verschillende verhandelingen, die vernoemd zijn naar hun auteurs. Zo kent men de *Suśruta-saṃhitā* (ca. 3^{de} eeuw v.o.t.)²⁹², de *Caraka-saṃhitā* (ca. 3^{de}-2^{de} eeuw v.o.t.)²⁹³, de *Kaśyapa-saṃhitā* (ca. 7^{de}

²⁸⁹ *Ibid.*, p. 11-13.

²⁹⁰ De *Atharvaveda* is de vierde en jongste *Veda*. Dit werk bevat zowel hymnen als prozaverzen, die een magisch-functioneel karakter hebben. Terwijl de eerste drie *Veda* (*trayī-vidyā*) priesterlijk zijn, is de *Atharvaveda* eerder volks te noemen (DOWSON (1957), p. 350-351).

²⁹¹ FEUERSTEIN (1998), p. 105.

²⁹² WUJASTYK (2001), p. 105.

²⁹³ *Ibid.*, p. 40.

eeuw)²⁹⁴ en de *Śārṅgadhara-saṃhitā* (ca. 1300)²⁹⁵. In deze werken komen zowel preventieve als genezende methodes aan bod. De medicijnen zijn van plantaardige of dierlijke oorsprong. De therapieën omvatten o.a. dieten, massages, aderlatingen, lavementen, inzalvingen, douches, zweettherapieën en chirurgie. Verder legt men sterk de nadruk op soberheid, zowel wat voedsel, slaap, lichamelijke inspanning, sex of medicijnen betreft. Bovendien is het erg belangrijk dat de natuurlijke behoeftes (*vega*) niet onderdrukt worden.

Eén van de belangrijkste principes van de Ayurvedische geneeskunde is de relatie tussen de lichaamssappen (*doṣa*), de lichaamsweefsels (*dhātu*) en de afvalstoffen (*mala*). De drie lichaamssappen zijn halfvloeibare substanties die aanwezig zijn in het lichaam, nl. wind (*vāta*), slijm (*kapha*) en galsap (*pitta*). Hun onderlinge balans bepaalt de fysieke conditie. Deze lichaamssappen interageren met de zeven lichaamsweefsels, nl. plasma (*rasa*), bloed (*rakta*), spierweefsel (*māṃsa*), vetweefsel (*medas*), botweefsel (*asthi*), beenmerg (*majjā*) en sperma (*śukra*). Zowel de lichaamssappen als de weefsels staan in relatie met de afvalstoffen, nl. zweet (*sveda*), urine (*mūtra*) en stoelgang (*śakṛt*). Al deze sappen, weefsels en afvalstoffen moeten in balans zijn en blijven, zoniet wordt men ziek.

Het belangrijkste lichaamsproces is de spijsvertering (*pācana*), die gezien wordt als een vorm van ‘koken’. De digestieve kracht wordt *agni* (let. ‘vuur’) genoemd. Wanneer voedsel gekookt of verteerd is, wordt het in de maag omgezet in het pappige lichaamsweefsel plasma. Vervolgens wordt deze pulp door de werking van galsap getransformeerd tot bloed. Bloed wordt omgezet in spierweefsel, dat verandert in vetweefsel, enz. tot uiteindelijk het belangrijkste lichaamsweefsel aangemaakt wordt: sperma. Het is onduidelijk hoe de laatste fase van dit proces zich in een vrouwelijk lichaam voltrekt. De klassieke medische verhandelingen (cf. supra) blijven erg vaag. Suśruta suggereert in een bepaalde passage dat borstmelk het vrouwelijke equivalent is van sperma. Elders stelt hij dat vrouwen op de één of andere manier toch sperma kunnen produceren.²⁹⁶

²⁹⁴ *Ibid.*, p. 211.

²⁹⁵ *Ibid.*, p. 305.

²⁹⁶ WUJASTYK (2001), p. 2-6.

In de vroege Ayurvedische teksten heeft het begrip *prāṇa* (cf. p. 30) nog niet de bijbetekenis van ‘vitale levensenergie’. De drijvende kracht van het lichaam werd in het begin *ojas* (let. ‘energie’) genoemd. Deze wordt beschreven als een materiële substantie die koud, vettig en vrij vast van vorm is.²⁹⁷ De *ojas* bevindt zich in het hart en wordt door de ademhaling (*prāṇa*) verspreid door het lichaam via een netwerk van kanalen. Zo vloeit het naar de lichaamsweefsels en schenkt hen vitaliteit.²⁹⁸ De 13^{de}-eeuwse auteur Śārṅgadhara (cf. supra), die sterk beïnvloed werd door het tantrisme, verwijst wel naar *prāṇa* als de vitale levenskracht. Hij beschrijft de kanalen (*nāḍī*) die vanuit de navel doorheen het lichaam lopen en de lichaamsweefsels voortdurend voeden met *prāṇa*, dat het hele lichaam vitaliseert en het digestieve vuur aanwakkert. Het *prāṇa* wordt geleverd door het voedsel dat we tot ons nemen en de lucht die we inademen.²⁹⁹

Verder erkent de Ayurvedische geneeskunde 107 extreem kwetsbare plekken (cf. p. 30) op het lichaam.³⁰⁰ Elf van hen zijn gesitueerd in elke arm en elke dij, drie bevinden zich in de buik, negen in de borst, veertien in de rug en 37 in de nek en het hoofd. Voorbeelden van plaatsen waar deze vitale lichaampunten zich bevinden zijn: het midden van de voetzool, het enkelgewricht, de knie, de lies, de pols, de elleboog, de oksel, de anus, de blaas, de navel, het hart, het *plexus solaris*, de ruggegraat, de schouderbladen, de keel, de ooghoeken, de slapen en de schedel. Deze vitale punten (*marman*) zijn plaatsen waar spieren, pezen, beenderen, gewrichten, ligamenten, zenuwen of aderen samenkomen.³⁰¹ Sommige van deze punten zijn identiek aan punten die ook bij acupunctuur gebruikt worden. Deze punten waren reeds gekend in de Vedische periode. Krijgers mikten op de vitale punten van hun tegenstanders om maximale schade aan te richten. Chirurgen gebruikten de kennis van de vitale punten in hun behandelingen. De gevolgen van verwondingen aan deze vitale plaatsen worden ingedeeld in verschillende klassen, zoals onmiddellijke dood, dood met vertraging, verlamming of simpelweg pijn. Alhoewel de praktische toepassing van de kennis van

²⁹⁷ *Ibid.*, p. 6.

²⁹⁸ FILLIOZAT (1949), p. 22.

²⁹⁹ SVOBODA (1993), p. 62.

³⁰⁰ WUJASTYK (2001), p. 8.

³⁰¹ *Ibid.*, p. 288-293.

de vitale punten grotendeels verdwenen is, passen de beoefenaars van de martiale kunst *kalarippayattu* deze nog steeds toe.³⁰²

Volgens FEUERSTEIN (1989) is yoga het spirituele aspect van Ayurveda, terwijl Ayurveda de therapeutische en geneeskundige tak van yoga is. De Ayurvedische geneeskunde en de yoga hebben dan ook verschillende concepten en technieken gemeen. Beiden leggen de nadruk op de interactieve eenheid van lichaam en geest. Fysieke ziektes kunnen de geest aantasten, en mentale instabiliteit kan leiden tot allerlei uitwendige symptomen. Volgens de Ayurveda is een gezond leven ook een gelukkig (*sukha*) en moreel (*hita*) leven. De nauwe relatie tussen ethisch gedrag en geluk wordt ook in de yoga benadrukt. Verschillende werken die handelen over yoga verwijzen naar de drie lichaamssappen, alsook naar de zeven lichaamsweefsels en de afvalstoffen. Zowel de fysieke als de mentale gezondheid zijn afhankelijk van de balans tussen deze lichamelijke elementen.

Ook de theorie van de levensenergie (*prāṇa*) en de kanalen (*nāḍī*) waarlangs deze zich door het lichaam beweegt komt zowel bij yoga als bij Ayurveda aan bod. De ademhalingstechniek (*prāṇāyāma*) van yoga, die verschillende varianten kent naargelang het seizoen, is gebaseerd op de Ayurvedische geneeskunde. Het principe van variabiliteit hangt namelijk samen met de theorie van de lichaamssappen (*doṣa*), die ook beïnvloed worden door de seizoenen. Daarnaast benutten zowel de yoga als de Ayurveda de kennis over de vitale of gevoelige lichaampunten (*marman*).³⁰³

5.4.3 De invloed van yoga en Ayurveda op de worstelkunst.

ALTER (1992) stelt dat men moet vertrekken vanuit het concept van yoga om de aard van de fysieke worsteloefeningen te begrijpen, aangezien yoga de onderliggende principes van de training bepaalt. De yoga is een soort fysieke training die de beoefenaar in staat stelt lichaam en geest te ontspannen, én bovendien het lichaam, de geest, het *prāṇa* en het onderbewustzijn te beheersen. Het hoofddoel van yoga is het

³⁰² SVOBODA (1993), p. 65.

³⁰³ FEUERSTEIN (1998), p. 105-108.

harmoniseren van het hele lichaam. Elk van de lichaamssystemen die onderling afhankelijk zijn (spijsvertering, ademhaling, bloedsomloop, zenuwstelsel, enz.) moeten perfect samen functioneren. De yogi verwerft totale fysieke en mentale controle en is in staat de natuurlijke ongeregeldheden van het lichaam en de geest te controleren. Bovendien beoogt yoga de bewustwording van de hogere realiteit (*brahman*) die in elkeen aanwezig is als het zelf (*ātman*). Dankzij yoga zal de yogi onwetendheid verbannen en vervangen door spiritueel bewustzijn en wijsheid. Hij of zij wordt niet meer geteisterd door emoties van welke soort dan ook, en houdt zich niet langer bezig met de gevoelswereld van pijn, plezier, lijden of hebzucht.

De gedisciplineerde levensstijl van de worstelaars is gebaseerd op de filosofie van de yoga. Daarom moet de worstelkunst beschouwd worden als een vorm van yoga. Narayan Singh, een meester in yoga, worstelen en lichamelijke opvoeding aan de Banaras Hindu University verdedigt dit standpunt. In een interview met ALTER (1992) zegt hij: “Alhoewel yoga en worstelen formeel van elkaar verschillen, zijn ze filosofisch gezien gelijk. Worstelen is een vorm van yoga, aangezien de worstelaar zijn eigen lichamelijke neigingen overstijgt en de principes van beheersing en controle naleeft. Zowel de yoga als het worstelen zijn systemen waarbij de fysieke gezondheid, de ethische geschiktheid en de spirituele verdienste centraal staan. Daarom is het worstelen een subdiscipline van de yoga”.³⁰⁴

De ontwikkeling van de worstelaar is afhankelijk van de mate waarin hij de principes van *yama* (discipline) en *niyama* (zelfbeheersing), de eerste twee *yogāṅga* (cf. p. 70), weet te realiseren. Deze principes zijn de basis voor zijn morele, intellectuele en emotionele gezondheid. Worstelaars houden zich niet bezig met de filosofische complexiteit van deze principes, noch trachten ze deze te verklaren. Ze passen deze intuïtief toe in hun leven. Ze bewaren hun kalmte buiten de *akhara*, wat in overeenstemming is met de principes van *ahiṃsā* en *saṃtoṣa*. Hun eerbetoon aan de Hanuman tempel is *īśvara-praṇidhāna*. Hun training is een vorm van *tapas*, elke dag naar de *akhara* gaan is een daad van *śauca*. De worstelaar is geen yogi in de strikte betekenis. Hij is niet begaan met de metafysica van zijn levenswijze, noch met spiritualiteit als esoterische inspanning. Zijn doel is praktisch van aard, zowel op

³⁰⁴ ALTER (1992), p. 87.

fysiek als op sociaal vlak. Door de toepassing van *yama* en *niyama* ontwikkelt de worstelaar zijn geest en zijn lichaam. Deze morele basisprincipes reguleren zijn leven en zijn gezondheid.³⁰⁵

De ademhalingstechniek van *prāṇāyāma* behoort ook tot het repertoire van de worstelaars. Tijdens de training moeten ze geconcentreerd en ritmisch ademen via de neus. Dit bevordert de circulatie van *prāṇa* en schenkt de worstelaar kracht en uithoudingsvermogen. Bovendien helpt deze techniek hem om het lichaam te zuiveren en de geest vrij te maken.³⁰⁶ De toepassing van *prāṇāyāma* wordt bovendien beschouwd als een devotionele oefening.³⁰⁷

Op dezelfde intuïtieve manier als de *yogāṅga* zijn de verschillende Ayurvedische principes een vast onderdeel van het leven van de worstelaar. ALTER (1992) stelt dat de worstelaars niet zozeer belang hechten aan de theorie van de medische kennis, als wel aan de praktische toepassing van de Ayurvedische regels.³⁰⁸ Ayurvedische massages en inzalvingen met medicinale olie zijn een erg belangrijk onderdeel van de worstelaarstraining. Zo zijn inzalvingen van het hoofd een goede remedie tegen hoofdaandoeningen. Bovendien verzorgt en versterkt men zo de zintuigen en doet men rimpels verdwijnen. Het zalven van de voeten bevordert de slaap en versterkt het lichaam en het zichtsvermogen. Lichaamsmassages maken de huid zacht én schenken de lichaamsweefsels (*dhātu*) tonus. Bovendien voorkomen ze irritatie van *vāta* (wind) en *kapha* (slijm), bevorderen ze de kracht en het uithoudingsvermogen.³⁰⁹

5.4.4 De invloed van yoga en Ayurveda op het *kalarippayattu*.

ZARRILLI (1998) schrijft: “Een meester in het *kalarippayattu* moet het lichaam door en door kennen”. Hiermee verwijst hij naar de traditionele kennis omtrent de twee lichamen, nl. het vergankelijke materiële lichaam (*sthūla-sārīra*) en het subtiële,

³⁰⁵ *Ibid.*, p. 87-88.

³⁰⁶ *Ibid.*, p. 87.

³⁰⁷ *Ibid.*, p. 202.

³⁰⁸ *Ibid.*, p. 125.

³⁰⁹ *Ibid.*, p. 31.

innerlijke lichaam (*sūkṣma-śarīra*). Het vergankelijke *sthūla-śarīra* is het domein van de Ayurvedische geneeskunde. Het bestaat uit het vloeibare lichaam dat gevormd wordt door de lichaamssappen, en het fysieke lichaam dat bestaat uit beenderen, spieren, gewrichten, ligamenten en vitale lichaamspunten. Het subtiële *sūkṣma-śarīra* zit vervat in het materiële lichaam en behoort tot het domein van de yoga. Dit innerlijke lichaam wordt vaak voorgesteld als een microkosmos van het universum. Het is de plaats waar de ziel (*ātman*) huist. Andere elementen van dit subtiële lichaam zijn de vitale energie (*prāṇa*), de kanalen waarlangs *prāṇa* zich door het lichaam beweegt (*nāḍī*), de energetische centra (*cakra*) en de kosmische energie (*kuṇḍalinī* of *śakti*).

Volledige kennis over het lichaam begint met de kennis over het materiële *sthūla-śarīra*. Deze kennis verwerft men door de training in het *kalarippayattu* en door de massages. Samen beschouwt men deze als de lichamelijke voorbereiding (*meyyorukkam*), die erop gericht is de harmonie tussen de drie lichaamssappen te bewerkstelligen. De lichamelijke oefeningen omvatten bepaalde lichaamshoudingen, verplaatsingen, sprongen, trappen en beenoefeningen. De dagelijkse training maakt het fysieke lichaam van beenderen enz. al gauw soepel en flexibel. Uiteindelijk zal de training ook veranderingen teweegbrengen in het vloeibare lichaam van de lichaamssappen. Net zoals meditatie brengt de martiale training het externe *sthūla-śarīra* tot rust en zuivert het dit.

Geleidelijk aan zullen niet enkel fysieke maar ook mentale veranderingen merkbaar worden. Wanneer de student de fysieke beperkingen van het materiële lichaam overwonnen heeft, zal hij of zij dankzij de training alle mentale storingen verbannen om zich te concentreren op één object (*ekāgratā*), nl. de training zelf.³¹⁰ Uiteindelijk zal de martiale kunstenaar dus zijn *sūkṣma-śarīra* ontdekken. De traditionele meesters in het *kalarippayattu* zijn het erover eens dat men het eigen *sūkṣma-śarīra* ontdekt door (1) zich te leren focussen op één object, (2) de fysieke oefeningen correct uit te voeren en zo de circulatie van *prāṇa* te stimuleren en (3) op de juiste manier te ademen (*prāṇāyāma*).³¹¹ Dit laatste betekent dat de student

³¹⁰ ZARRILLI (1989), p. 84-86.

³¹¹ *Ibid.*, p. 123-126.

natuurlijk en ritmisch ademt via de neus. De ademhalingstechnieken schenken de student kracht en concentratievermogen. Bovendien bevorderen ze het *prāṇa* en de *śakti*.³¹²

Meesters in het *kalarippayattu* leren hun studenten meditatie-oefeningen aan om hun spirituele leven te intensifiëren. Deze oefeningen zijn gebaseerd op de klassieke *yogāṅga*, nl. *ekāgratā*, *dhāraṇā* en *dhyāna* (cf. p. 70). Het doel van deze meditatie is dat de martiale kunstenaar de mentale moed en kracht vindt om zichzelf te overwinnen, d.w.z. zijn angsten, ongeduld en twijfels uit te schakelen. Bovendien bevordert meditatie het concentratievermogen en de controle over de geest.³¹³

De spiritualiteit en zelfbeheersing van gevorderde studenten bieden een tegengewicht voor de dodelijke kennis waarover ze beschikken (cf. 3.2 ‘de ethische code van de krijger’, p. 24). Studenten in het *kalarippayattu* leren namelijk ook aan waar de vitale lichaamspunten (*marman*) gesitueerd zijn. Dit is een erg belangrijks aspect van de training, aangezien het leven van de beoefenaar kan afhangen van zijn bedrevenheid in het aanvallen van deze punten bij de tegenstander, het verdedigen van de eigen vitale lichaamspunten en het behandelen van kwetsuren ervan. Omdat deze wetenschap levensbedreigend kan zijn, behoort ze tot de geheime kennis die enkel overgeleverd wordt aan gevorderde studenten waarin de leraar een groot vertrouwen stelt.³¹⁴ Deze studenten leren de precieze locatie van deze punten, alsook de verschillende technieken om deze te raken. Sommige punten zijn kwetsbaarder dan andere. De beoefenaar van *kalarippayattu* kiest het punt of de punten die hij raakt in functie van het effect dat hij wil bekomen, met name pijn, tijdelijke verlamming of volledige uitschakeling.³¹⁵

Een meester in het *kalarippayattu* verklaarde aan ZARRILLI (1998): “De eerste doelstelling van het *kalarippayattu* is dat men leert vechten. Maar wanneer een student het systeem meer en meer doorgrondt, verschuift zijn interesse van vechten naar spiritualiteit. De fysieke oefeningen dragen bij tot deze verandering, maar ook de *kalari* zelf is een plaats waar god aanwezig is. Wanneer je de *kalari* betreedt, de goden

³¹² *Ibid.*, p. 128-129.

³¹³ *Ibid.*, p. 141.

³¹⁴ *Ibid.*, p. 154.

³¹⁵ *Ibid.*, p. 184.

groet en de andere rituelen uitvoert, voel je dat je dicht bij god komt te staan. Als je *kalarippayattu* lang genoeg beoefent, zal dit zowel je geestelijke toestand als je gedrag op een gunstige manier beïnvloeden en vormen”.³¹⁶

³¹⁶ *Ibid.*, p. 152-153.

6. Een selectie uit de *Malla-purāṇa*.

6.1 Contextualisering.

6.1.1 Literaire situering.

De *Purāṇa*'s (let. 'oud verhaal') vormen de meest uitgebreide klasse van Indische literaire werken.³¹⁷ Alhoewel hun inhoud niet aan strikte regels gebonden is, onderscheidt men algemeen vijf kenmerken (*pañca-lakṣaṇa*), nl. de schepping of de kosmologie (*sarga*), de herschepping (*visarga*), de genealogie van goden en patriarchen (*vaṃśa*), de era's van de Manu's (*manvantara*) en de geschiedenis van de koningsdynastieën (*vaṃśyānucarita*).³¹⁸ Men deelt de *Purāṇa*'s in volgens drie categorieën: de *Mahāpurāṇa*'s, de *Upapurāṇa*'s en de lokale *Sthalapurāṇa*'s.³¹⁹ Er bestaat een min of meer vaststaande lijst van achttien *Mahāpurāṇa*'s. Over de *Upapurāṇa*'s is er veel minder eenduidigheid. Meestal onderscheidt men er eveneens achttien.³²⁰

De lokale *Purāṇa*'s vormen de grootste klasse. Hoogstwaarschijnlijk bestonden er nog veel meer van deze *Sthalapurāṇa*'s dan men vandaag de dag kent, maar velen zijn verloren gegaan of werden nooit opgeschreven. Deze klasse omvat verschillende types, zoals de *Māhātmya*'s, de kaste-*purāṇa*'s en de *Purāṇa*'s die opgesteld zijn in streektaalen. De *Purāṇa*'s in streektaalen zijn zowel oorspronkelijke teksten als vertalingen van Sanskrit *Purāṇa*'s. De *Māhātmya*-literatuur (let. 'grootsheid') zijn teksten die de 'grootsheid' van bepaalde zaken verkondigen, zoals een plaats, een gunstige tijdsperiode, een godheid, een rituele activiteit (bv. pelgrimage of schenking),

³¹⁷ ROCHER (1986), p. 1.

³¹⁸ *Ibid.*, p. 26-27.

³¹⁹ *Ibid.*, p. 2.

³²⁰ *Ibid.*, p. 68.

enz. In het verleden werden deze vaak laagdunkend behandeld wegens hun literaire inferioriteit. Niettegenstaande zijn deze werken erg belangrijk als bron van kennis voor lokale topografie. Andere onderzoekers benadrukken dat deze literatuur waardevolle informatie biedt over religieuze praktijken.

Ook de zogenaamde kaste-*purāṇa*'s behoren tot de lokale *Purāṇa*'s. Ze beschrijven de origine en de geschiedenis van een welbepaalde kaste en liggen aldus in het verlengde van één van de *pañca-lakṣaṇa*, met name *vaṃśānucarita*. Deze *Purāṇa*'s zijn zeker niet puur historisch. Wel kan men soms historisch materiaal ontwaren tussen de semi-religieuze en -fictieve elementen.³²¹ De oudste kaste-*purāṇa*'s kwamen tot stand rond de 12^{de} eeuw. Vandaag de dag worden er nog steeds nieuwe kaste-*purāṇa*'s opgesteld.³²²

6.1.2 De Mallapurāṇa.

De *Mallapurāṇa* (let. 'de *Purāṇa* van de worstelaars') is geen tekst over worstelen in het algemeen, maar één van de vele kaste-*purāṇa*'s. De tekst is gewijd aan de Jyeṣṭhīmalla's, een kaste van professionele worstelaars.³²³ Zoals reeds aangehaald staan deze Jyeṣṭhīmalla's vooral bekend om hun bedrevenheid in het *vajramuṣṭi*-worstelen (cf. p. 52, p. 54-55), een erg wrede worstelvariant.³²⁴

De tekst geeft niet enkel de mythologische geschiedenis van de professionele Jethī-worstelaars, maar biedt tevens informatie over hun classificatie, gewoontes, training, dieet, enz.³²⁵ Hoewel er in de Sanskrit literatuur wel een enkele keer verwezen wordt naar de worstelkunst (cf. p. 53-55), wijdt geen enkele tekst zo uitgebreid uit over dit onderwerp. Vanuit dit oogpunt is de *Mallapurāṇa* uniek, aangezien alle mogelijke aspecten van de worstelkunst behandeld worden. Ook is de

³²¹ *Ibid.*, p. 70-73.

³²² SANDESARA & MEHTA (1964), p. 5.

³²³ ROCHER (1986), p. 190-191.

³²⁴ SANDESARA & MEHTA (1964), p. 29.

³²⁵ ROCHER (1986), p. 190-191.

tekst lexicografisch belangrijk, aangezien de auteur een groot aantal technische termen bespreekt.³²⁶

De *Mallapurāṇa* is overgeleverd in twee versies, nl. een manuscript en een gedrukte uitgave. De auteur is onbekend. De tekst is niet ouder dan de 15^{de} eeuw maar dateert van voor 1674, het jaar waarin het manuscript werd gecopieerd. De taal is Sanskrit, gemengd met Prākṛit, Apabhraṃśa³²⁷ en Gujarātī.³²⁸ Het manuscript is bewaard in het Bhandarkar Oriental Institute te Poona. Het bestaat uit achttien folio's en is in vrij goede staat. Jammer genoeg is het manuscript niet volledig en stopt het abrupt na hoofdstuk 9.³²⁹ Het Sanskrit is meestal correct, alhoewel de tekst niet helemaal vrij is van grammaticale fouten.³³⁰ De *sandhi* wordt regelmatig verkeerd toegepast en het metrum van de śloka is vaak defectief. De tweede versie, een klein gedrukt boekje, is uitgegeven in Baroda in 1833. Deze tekst telt achttien hoofdstukken en is min of meer compleet. Op sommige plaatsen verschilt deze tekst van het manuscript.

De tekstuitgave van SANDESARA EN MEHTA (1964) is gebaseerd op beide versies. Ze voerden de nodige correcties uit om de spelling uniform te maken. Ondanks het feit dat de twee versies elkaar aanvullen en zo vele onvolledigheden werden ingevuld, blijven er lacunes bestaan. Zo is o.a. hoofdstuk 6 incompleet in de lijst met kwaliteiten van de trainer.³³¹

6.1.3 De Jyeṣṭhīmalla's.

De Jyeṣṭhīmalla's, ook Jyeṣṭhī's of Jeṭhī's genoemd, zijn een subkaste van de Mṛdha brahmanen die oorspronkelijk afkomstig zijn van de stad Mṛdherā in Noord-

³²⁶ KULKARNI (1961), p. 365.

³²⁷ De term Apabhraṃśa (let. 'dialect') refereert aan de overgangstaal (10^{de}-12^{de} eeuw) tussen de Middellindische en de Nieuwindische talen. Het is een mengeling van Prākṛit en verschillende volkstalen. (RENOU & FILLIOZAT (1985), Vol. I, p. 83).

³²⁸ ROCHER (1986), p. 190-191.

³²⁹ SANDESARA & MEHTA (1964), p. 3.

³³⁰ KULKARNI (1961), p. 365.

³³¹ SANDESARA & MEHTA (1964), p. 3-4.

Gujarāt³³². Tegenwoordig leven er Jyeṣṭhī's zowel in Gujarāt en Rājasthān³³³, als in de regio's van Mysore³³⁴ en Hyderabad³³⁵. De migratie van de Jyeṣṭhī's was geen exodus maar verliep geleidelijk. Ze gingen in verschillende steden op zoek naar patronage.³³⁶

Als hun plaats van oorsprong verwijzen de Jyeṣṭhī's naar Delmāl, een stad ongeveer 15 km ten westen van Moḍherā. Het verhaal van de *Mallapurāṇa* speelt zich echter af in een stad genaamd Mayuravāmbāla. Op basis van de uitvoerige beschrijvingen in de *Mallapurāṇa* concluderen Sandesara en Mehta dat Mayuravāmbāla en Delmāl één en dezelfde stad zijn, die verschillende namen kende in de loop van de geschiedenis (cf. p. 97).³³⁷

De Jyeṣṭhī's vormen al een aparte gemeenschap sinds de 10^{de} à 11^{de} eeuw of de late Middeleeuwen, toen India opgedeeld was in verschillende kleine koninkrijken die nauwe culturele banden onderhielden. Vooral Gujarāt, Rājasthān, Uttar Pradesh³³⁸, Mahārāṣṭra³³⁹ en de regio rond Mysore onderhielden sterke contacten met elkaar. Dit verklaart waarom er zowel in Noord- als in Zuid-India Jyeṣṭhī's voorkomen. Verschillende tempelinscripties die dateren uit de 12^{de} en 13^{de} eeuw suggereren dat de Jyeṣṭhī's toen al in Zuid-India aanwezig waren.

Het bestaan van de Jyeṣṭhīmalla's wordt ook geattesteerd in het *Mānasollāsa* van Someśvara. Dit werk dateert uit de eerste helft van de 12^{de} eeuw en bevat een onderdeel genaamd *Mallavinoda* (let. 'de sport van de worstelaars'). Ook verschillende Gujarātī werken die dateren uit de 14^{de} en 15^{de} eeuw maken melding van de Jyeṣṭhīmalla's. De 16^{de}-eeuwse *Ain-e-Akbari*³⁴⁰ vernoemt naast de Perzische

³³² De deelstaat Gujarāt ligt in het uiterste Westen van India (*An Atlas of India* (1990), p. 3).

³³³ De deelstaat Rājasthān is gesitueerd in Noordwest-India en ligt aan de grens met Pakistan (*Ibid.*).

³³⁴ Mysore is de naam van een stad en een district in het zuiden van de deelstaat Karṇāṭaka (*Ibid.*, p. 64)

³³⁵ Hyderabad is de hoofdstad van de deelstaat Andhra Pradesh, die aan de Indische oostkust ligt (*Ibid.*).

³³⁶ SANDESARA & MEHTA (1964), p. 22-23.

³³⁷ *Ibid.*, p. 8.

³³⁸ De deelstaat Uttar Pradesh ligt in Noord-India, aan de grens met Nepal (*An Atlas of India* (1990), p. 3).

³³⁹ Mahārāṣṭra is de Indische deelstaat ten zuiden van Gujarāt en Rājasthān (*Ibid.*).

³⁴⁰ De *Ain-i-Akbari* is een compendium van Indische rechtswetenschap, dat opgesteld werd door Abul Fazl een minister van de Moghul-keizer Akbar (1556-1605) (BALFOUR (1885), Vol. I, p. 54).

worstelaars ook de worstelaars van Gujarāt. Het is geweten dat de Moghul-keizer Akbar (1556-1605) regelmatig worstelwedstrijden organiseerde, zo ook tussen zijn worstelaars en de Jyeṣṭhīmalla's. Er bestaat een legende die beschrijft hoe een zekere Lākhājī een keizerlijk worstelaar versloeg, waarop Akbar hem vroeg een boom te onwortelen. Lākhājī slaagde hierin maar stierf onmiddellijk daarna. Op de plaats waar deze boom zou gestaan hebben, in de stad Delmāl, staat er nu een tempel die gewijd is aan de beschermgodin Limbajā.

Verschillende 17^{de}-eeuwse bronnen vermelden dat de Jyeṣṭhīmalla's ingeschakeld werden als lijfwachten. In de 19^{de} eeuw boden de Gaekwad³⁴¹ steun aan de Jyeṣṭhīmalla's, die daarom vanuit Delmāl en Hyderabad naar Baroda³⁴² migreerden. In de 20^{ste} eeuw viel dit systeem van patronage aan de Jyeṣṭhīmalla's weg. Vandaag de dag is hun traditie, het *vajramuṣṭi*-worstelen, vrijwel uitgestorven.³⁴³

6.2 Bespreking.

6.2.1 Hoofdstuk 1.

De *Mallapurāṇa* begint met de openings-śloka van het *Mahābhārata* (cf. p. xii).³⁴⁴ De auteur verwijst verder in hoofdstukken 1 en 2 nog talloze malen naar goden, mythische figuren en plaatsen uit de mythologie, het *Mahābhārata* en het *Rāmāyaṇa*. Hiermee wil hij een kader scheppen voor deze lokale *Purāṇa* (cf. p. 81), die als doel heeft de stad Mayuravambāla (cf. p. 84) en haar inwoners te verheerlijken. Hij wil het belang en de voortreffelijkheid van deze stad bewijzen en benadrukt in het eerste hoofdstuk dat Mayuravambāla geschapen werd door Brahmā³⁴⁵ (cf. v. 21), gesticht is

³⁴¹ De Gaekwad waren een familie die autonoom was van India en in Baroda verbleven (*Ibid.*, p. 1159).

³⁴² Baroda is de naam van een vlakte in het oosten van de deelstaat Gujarāt (*An Atlas of India* (1990), p. 43).

³⁴³ SANDESARA & MEHTA (1964), p. 23-25.

³⁴⁴ SUKHANTAR (1933), p. 3.

³⁴⁵ Cf. p. x.

door Rāma³⁴⁶ (cf. v. 18) en nu bezocht wordt door Kṛṣṇa (cf. v. 8). Hij insinueert zelfs dat Mayuravambāla ooit even bekend zal worden als de zeven heilige steden van India³⁴⁷ (cf. v. 39).

De structuur van het eerste hoofdstuk doet denken aan de raamvertellingen die typisch zijn voor de Indische literatuur. De auteur verweeft verschillende verhaallijnen door elkaar. De hoofdstructuur is de dialoog tussen de ziener Nārada (cf. p. x) en Brahmā. Nārada is erg nieuwsgierig naar de worstelkunst en vraagt Brahmā om uitleg. De auteur voert Brahmā dus op als verteller. Hij begint zijn uiteenzetting en beschrijft hoe Kṛṣṇa, die de grondlegger van de worstelkunst is (cf. v. 16, p. 102), zijn vijanden Kaṁsa³⁴⁸ en Cāṇūra³⁴⁹ versloeg. Na deze overwinning trok Kṛṣṇa samen met zijn broer op weg naar de heilige stad Dvārakā³⁵⁰ om zich daar te vestigen.

Plots schakelt Brahmā over naar een verhaallijn uit het *Rāmāyaṇa*. Hij vertelt hoe Rāma Sītā³⁵¹ bevrijdde uit de klauwen van de demon Rāvaṇa³⁵². Als boetedoening voor zijn contact met deze demon, moest hij van de kluizenaar Vālmikī³⁵³ een reeks schenkingen doen aan een groep brahmanen. Eén van deze giften was de oprichting

³⁴⁶ Rāma is de held van het *Rāmāyaṇa*. Op het einde van de tweede *yuga* daalde hij neer op aarde om de demon Rāvaṇa te doden (*Ibid.*, p. 256-261).

³⁴⁷ Het hindoeïsme kent zeven heilige steden of *sapta-purī*. Deze pelgrimsoorden zijn Avantikā alias Ujjain, Ayodhyā, Dvāravatī alias Dvāraka, Gayā, Kāñcīpuram, Kāśī en Mathurā (*Ibid.*, (2001), p. 272-273).

³⁴⁸ Kaṁsa was de tirannieke koning van Mathurā. Vaak wordt hij de oom van Kṛṣṇa genoemd, maar was eigenlijk diens neef. Aan Kaṁsa werd voorspeld dat hij gedood zou worden door een zoon van Devakī, Kṛṣṇa's moeder. Daarom werden Kṛṣṇa en Kaṁsa vijanden. Uiteindelijk werd Kaṁsa door Kṛṣṇa verslagen (DOWSON (1957), p. 149).

³⁴⁹ Cāṇūra was een berucht worstelaar in dienst van Kaṁsa (*Ibid.*, p. 70).

³⁵⁰ Dvārakā is een kleine stad aan de westkust van Gujarāt die door Kṛṣṇa gesticht zou zijn. Het was zijn verblijfplaats en aldus één van de zeven heilige steden (*sapta-purī*). Volgens de legende werd ze zeven dagen na zijn dood verzwolgen door de zee (MANI (1989), p. 266).

³⁵¹ Sītā is een incarnatie van Lakṣmī en de echtgenote van Rāma. Rāvaṇa ontvoerde haar naar het eiland Laṅkā. Rāma slaagde erin Rāvaṇa te doden en Sītā te bevrijden. Hij weigerde Sītā echter terug te nemen als vrouw, waarna zij zich terugtrok in de kluizenarij van Vālmikī (*Ibid.*, p. 294-296).

³⁵² Rāvaṇa was heerser van het eiland Laṅkā en van de Rākṣasa-demonen. Hij zaaide terreur en verbrak alle regels. Aangezien Brahmā hem onsterfelijkheid geschonken had, konden goden noch demonen hem doden. Daarom daalde Viṣṇu neer op aarde in een menselijke gedaante, met name Rāma, die erin slaagde Rāvaṇa te vernietigen (DOWSON (1957), p. 264-265).

³⁵³ De kluizenaar Vālmikī composeerde het *Rāmāyaṇa*, waarin hijzelf ook een rol speelt. Nadat Rāma Sītā verstoten had, ving Vālmikī haar op in zijn kluizenarij. Daar bracht ze een tweeling ter wereld (MANI (1989), p. 822).

van de stad Mayuravambāla, als verblijfplaats voor deze zeer devote brahmanen (cf. v. 14-18). Deze plotse omschakeling naar de figuur van Rāma lijkt op het eerste zicht onlogisch, maar is te verklaren doordat Kṛṣṇa en Rāma respectievelijk de zevende en de achtste incarnatie van Viṣṇu zijn.³⁵⁴ Dit impliceert dat men Kṛṣṇa in zekere zin als stichter van Mayuravambāla kan beschouwen. Zo wordt ook de verwijzing naar ‘de tweede gunst die Kṛṣṇa deze stad verleent’ (cf. v. 9, p. 101), nl. de schenking van de geheime worstelkunst, verklaard.

Ondertussen is Nārada erg nieuwsgierig geworden naar Mayuravambāla, en vraagt waaraan de stad deze eer te danken heeft. Eerst en vooral situeert Brahmā de ligging van Mayuravambāla (cf. v. 20). Vervolgens beschrijft hij haar rijkdommen en haar pracht (cf. v. 21-39). Deze passages passen in het kader van het belang en de functie van de lokale *Purāṇa*’s. Zoals reeds aangehaald zijn deze werken een belangrijke bron van informatie voor wat de lokale topografie betreft. Ze werden opgesteld met de bedoeling hulde te brengen aan heilzame plaatsen e.d. (cf. p. 81-82).

Brahmā vervolgt zijn verhaal en vertelt hoe opgewonden, blij en vereerd de stedelingen zijn met het bezoek van Kṛṣṇa (cf. v. 41-50). De *Mallapurāṇa* is duidelijk een exponent van de devotionele *bhakti*-beweging ter ere van Kṛṣṇa (cf. v. 33-36, p. 116).

De *bhakti*-beweging ontstond in Zuid-India in de 6^{de} eeuw en verspreidde zich noordwaarts. Deze beweging kwam voort uit de religieuze ervaringen van dichterpriesters die rondreisden van het ene pelgrimsoord naar het andere. Deze mannen of vrouwen waren afkomstig uit alle lagen van de bevolking en gebruikten streektalen i.p.v. het Sanskrit. De beweging was zo invloedrijk dat ze tenslotte ook de brahmaanse traditie beïnvloedde. Een tweede golf van *bhakti* verspreidde zich vanuit Noord- en West-India vanaf de 13^{de} eeuw.³⁵⁵ Het is deze beweging die de Jyeṣṭhīmalla’s uit Noord-Gujarāt beïnvloedde.

Deze devotie sluit aan bij *īśvara-praṇidhāna* (‘toewijding t.o.v. de godheid’, cf. p. 70), een principe uit de yoga dat nog steeds erg belangrijk is in de hedendaagse worstelkunst (cf. p. 76) en het *kalarippayattu* (cf. p. 79-80).

³⁵⁴ ANGOT (2001), p. 137.

³⁵⁵ SHATTUCK (1999), p. 59-61.

6.2.2 Hoofdstuk 2.

Brahmā leidt het tweede hoofdstuk in en introduceert de figuur Someśvara, een erg devote brahmaan en inwoner van Mayuravambāla. SANDESARA & MEHTA (1964) opperen dat deze brahmaan mogelijk een vriend is van de auteur van de *Mallapurāṇa*.³⁵⁶ Vervolgens ontspint er zich een dialoog tussen Someśvara en Kṛṣṇa, waarin Brahmā als verteller nog één keer interfereert (cf. v. 25).

Kṛṣṇa is erg opgetogen over de gastvrijheid en de toewijding waarmee Someśvara en de stedelingen hem ontvangen. Daarom besluit hij hen in te wijden in de geheime en superieure worstelkunst (cf. v. 13-19). Het idee van geheimhouding en initiatie door een *guru* zijn essentiële kenmerken van de yoga (cf. p. 71), van alle vormen van tantrisme (zowel hindoeïstisch als boeddhistisch) én van de Aziatische martiale kunsten (cf. p. 49).

Kṛṣṇa haalt aan dat de worstelaars zelfs de verlossing kunnen bereiken door de worstelkunst te beoefenen (cf. v. 16). Verder beweert hij dat hij demonen kon verslaan met behulp van de Upāṅga³⁵⁷, waartoe ook het klassieke Yoga (cf. p. 68-69) behoort. Dit feit bevestigt de stelling van ALTER (1992), die de worstelkunst beschouwt als een subdiscipline van de verlossingsleer van yoga (cf. p. 75-76).

Vervolgens voegt de auteur opnieuw een verhaallijn uit het *Mahābhārata* in. Vooraleer Kṛṣṇa aan zijn uiteenzetting over de worstelkunst begint, verklaart hij zijn vete met Kāṁsa en beschrijft hij de strijd die beiden uitvochten (cf. v. 31-51).

6.2.3 Hoofdstuk 3.

Ook hoofdstuk 3 wordt ingeleid door Brahmā. Hij vertelt welke voorbereidingen de stedelingen nemen voor de inwijding in de worstelkunst. Daarna treden Kṛṣṇa en Someśvara opnieuw in dialoog met elkaar.

³⁵⁶ SANDESARA & MEHTA (1964), p. 7.

³⁵⁷ De term Upāṅga betekent ‘supplementair werk’ en verwijst naar de zes Indische filosofische scholen (*śaḍ-darśana*), nl. Nyāya, Vaiśeṣika, Sāṅkhya, Yoga, Mīmāṃsā en Vedānta (GARG (1982), p. 450).

Kṛṣṇa geeft de vier categorieën van worstelaars, met name de Jyeṣṭhī³⁵⁸ (cf. p. 84), de Antarajyeṣṭhī³⁵⁹, de Gopakula³⁶⁰ en de Bhaviṣya³⁶¹. Vervolgens somt hij van elk van deze worstelaarstypes de eigenschappen op (cf. v. 11-51). Aangezien de *Mallapurāṇa* de kaste-*purāṇa* van de Jyeṣṭhī's is, worden zij beschreven als de meest superieure worstelaars. Ze bezitten enkel kwaliteiten. De Gopakula daarentegen hebben veel slechte karaktertrekken en mogen niet eens worstelen. Zij zijn wel geschikt om de Jyeṣṭhī te masseren (cf. v. 44-45).

De opsomming van de kwaliteiten toont aan dat niet enkel het lichamelijke aspect een rol speelt. De worstelaars moeten zich ook mentaal en spiritueel inzetten. Zo zijn de Jyeṣṭhī beheerst, hulpvaardig en gedisciplineerd (cf. v. 19-21). De Gopakula daarentegen schelden en zijn onbetrouwbaar, laf, gemeen en hebberig (cf. v. 36-39). Ook op dit vlak zijn er dus overeenkomsten met de yoga, die discipline (*yama*) en zelfbeheersing (*niyama*) vereist (cf. p. 70, p. 76-77). Deze aspecten komen ook aan bod in de beschrijving van de kwaliteiten van de trainer (cf. v. 49-52, p. 119).

6.2.4 Hoofdstuk 6.

Hoofdstuk 6 is een monoloog van Kṛṣṇa. Kṛṣṇa beschrijft de eigenschappen waarover elke worstelaar moet beschikken, zoals de technieken die hij moet kennen, zijn moed en zijn behendigheid met verschillende wapens. Ook de verplichte

³⁵⁸ De term Jyeṣṭhī is verwant met *jyeṣṭha* wat ‘meest excellent, best’ betekent. De Jyeṣṭhī zijn dus de beste worstelaars (SANDESARA & MEHTA (1964), p. 12). In het *Mānasollāsa* worden deze worstelaars Jyeṣṭhika genoemd (SHRIGONDEKAR (1939), p. 229).

³⁵⁹ De term Antarajyeṣṭhī betekent zoveel als ‘middelmatig-excellent’. De Antarajyeṣṭhī zijn minder begaafde worstelaars die helpen bij de training van de Jyeṣṭhī (SANDESARA & MEHTA (1964), p. 12). In het *Mānasollāsa* worden deze worstelaars Antarajyeṣṭhika genoemd (SHRIGONDEKAR (1939), p. 229).

³⁶⁰ De term Gopakula betekent ‘de herdersfamilie’. Gopa is ook een naam voor Kṛṣṇa aangezien hij opgroeide bij herders. Het feit dat de Gopakula in deze classificatie opgenomen zijn, moet gezien worden als uiting van de Kṛṣṇa-verering. (SANDESARA & MEHTA (1964), p. 12-13). In het *Mānasollāsa* worden deze worstelaars Govala genoemd. (SHRIGONDEKAR (1939), p. 229).

³⁶¹ De term Bhaviṣya betekent ‘toekomstig, in wording’ en refereert aan de studenten die opgeleid worden tot worstelaars. (SANDESARA & MEHTA (1964), p. 13). In het *Mānasollāsa* worden deze worstelaars Bhaviṣṇu genoemd. (SHRIGONDEKAR (1939), p. 229).

klederdracht (een lendendoek) komt aan bod (cf. v. 1-8). Daarna behandelt hij de verschillende standen die de worstelaars moeten kennen (cf. v. 11-13). Verder bespreekt Kṛṣṇa uitgebreid de afmetingen, de vorm en de aarde van de arena (*ākḥādhaka*³⁶²) (cf. v. 14-22), die tegenwoordig *akhara* genoemd wordt (cf. p. 56).

Zoals reeds aangehaald schrijft KULKARNI (1961) dat de *Mallapurāṇa* erg belangrijk is op lexicografisch vlak en als bron van kennis over de vroege worstelkunst, aangezien het de enige tekst is die de worstelkunst, de oefeningen en de technieken zo uitgebreid behandelt (cf. p. 82-83).

Verder vertelt Kṛṣṇa welke ochtendrituelen de worstelaars elke dag uitvoeren. Zo moeten ze zich 's ochtends eerst en vooral ontlasten, zich wassen en de tanden poetsen. Daarna moeten ze hun ochtendgebeden uitvoeren en ademhalingsoefeningen uitvoeren. Vooraleer de arena te betreden, groeten ze moeder Aarde (cf. v. 23-25). Ook moeten ze zich inwrijven met de aarde van de arena (cf. v. 44). Deze aarde verwijdert olie en zweet van het lichaam, zodat de worstelaars elkaar stevig kunnen vastgrijpen (cf. p. 56-57). Pas dan mogen ze aan de training beginnen.

Dit hele patroon vertoont veel gelijkenissen met de moderne dagelijkse routine van de worstelaars (cf. p. 61). Deze passage bewijst dat de worstelaars nu, 500 jaar later, nog steeds dezelfde basisprincipes kennen. Ook de verwijzing naar de vrouwen die de worsteltrainingen enkel geblinddoekt mogen bijwonen (cf. v. 27) ondersteunt deze stelling, aangezien vrouwen tegenwoordig nog steeds geweerd worden uit de *akhara* (cf. p. 59).

In de volgende verzen declameert Kṛṣṇa de *mantra*'s³⁶³ die de worstelaars uitspreken vooraleer ze aan de training beginnen (cf. v. 32-36, v. 43). Het gebruik van *mantra*'s is, net zoals de principes van geheimhouding en initiatie, een essentieel kenmerk van de esoterische en tantrische scholen (cf. p. 48).

³⁶² SANDESARA EN MEHTA (1964) vermelden de term *āṣādhaka* als variant op *ākḥādhaka*.

³⁶³ De term *mantra* (let. 'denkinstrument') refereert aan een magische formule die mentale kracht biedt. In de *Rgveda* roept men de goden aan met *mantra*'s. In de *Atharvaveda* dienen *mantra*'s ook om demonen en vijanden te beheksen. De klanken ervan vormen een geheime inwijdingstaal die men moet uitspreken volgens bepaalde regels (STUTLEY (1984), p. 180).

6.2.5 Hoofdstuk 8.

Net zoals hoofdstuk 6 is het achtste hoofdstuk een monoloog van Kṛṣṇa waarin veel technische terminologie aan bod komt. Kṛṣṇa somt de verschillende houdgrepen, standen en lichaamshoudingen (*āsana*; cf. yoga) op die de worstelaars moeten kennen (cf. v. 6-21).

Daarna beschrijft hij de vier soorten trainingen, nl. de lichte, de middelmatige, de zware training en de excessieve training (cf. v. 23-24). Elk van deze trainingen is aangepast aan de conditie waarin een worstelaar zich bevindt. Als een worstelaar verkouden, hongerig, dronken of gewond is mag hij zelfs helemaal niet trainen (cf. v. 24-27). Kinderen, ouderen, vermoeide en vastende worstelaars bv. mogen enkel de lichte training uitvoeren (cf. v. 28-29). De zware training is voorbehouden aan gezonde en sterke worstelaars (cf. v. 41-42).

De weldadige effecten die de worstelaar zal ondervinden, variëren naargelang het type van de training. De lichte training werkt een goede spijsvertering en een krachtig en soepel lichaam in de hand (cf. v. 32-33). De middelmatige training maakt de worstelaars opgewekt en verstevigt hun wilskracht en *prāṇa* (cf. v. 36). Als hij de zware training beoefent wapent de worstelaar zich tegen hartziektes en parasieten, en verhoogt hij zijn pijngrens (cf. v. 44-45). Wanneer een worstelaar overdreven zwaar traint, zal hij duizelig worden en beginnen hallucineren. Bovendien krijgt hij een droge mond, wordt hij misselijk en ontwikkelt hij koorts (cf. v. 47-51).

Om dit hoofdstuk af te sluiten geeft Kṛṣṇa nog enkele leef- en dieetregels mee (cf. v. 53-56). Als de worstelaar deze opvolgt wordt en blijft hij gezond. Zo raadt Kṛṣṇa aan te baden in koud water en het lichaam in te zalven met sandelhout. Ook moet de worstelaar niet al te pikant, zuur of bitter voedsel eten. Hij moet daarentegen veel melk, suiker, druiven en granen tot zich nemen. Ook hedendaagse worstelaars erkennen het belang van baden en inzalvingen (cf. p. 61). Ze zweren bij een dieet dat gebaseerd is op bovenvermelde voedingsmiddelen (cf. p. 60).

6.2.6 Hoofdstuk 12.

Het verband tussen de worstelkunst en de Ayurvedische geneeskunde komt het duidelijkst tot uiting in het twaalfde hoofdstuk. Kṛṣṇa drukt de worstelaars op het hart dat ze hun *prāṇa* moeten cultiveren om gevechten te winnen (cf. v. 1). Door massages (cf. p. 77) kunnen ze deze *prāṇa* versterken. Daarnaast moet hun lichaam kloek zijn om te kunnen vechten. Dit kunnen ze bewerkstelligen door de juiste voeding en een gezonde levensstijl (cf. v. 2).

Verder handelt dit hoofdstuk specifiek over de lichaamssappen, nl. *vāta* (wind), *pitta* (galsap) en *kapha* (slijm). Als deze lichaamssappen uit balans of geïrriteerd raken, razen ze door het lichaam en wordt de worstelaar ziek (cf. p. 73). Door zich te houden aan bepaalde leefregels kan hij de balans herstellen of bestendigen. Kṛṣṇa beschrijft niet enkel de oorzaken en de symptomen van geïrriteerde lichaamssappen, maar ook de remedie.

Wanneer men te veel pikant, zuur of scherp voedsel nuttigt, of te licht gekleed buiten loopt, raakt *vāta* geïrriteerd (cf. v. 4-6). De symptomen zijn o.a. kramp, pijn, duizeligheid, stress, een ruwe huid en een slechte spijsvertering (cf. v. 8-13). Door inzalvingen met olie en door medicijnen en [medicinale] *ghee*³⁶⁴ te drinken, kan men *vāta* tot bedaren brengen (cf. v. 14-17).

Als *pitta* geïrriteerd raakt kan de worstelaar deze neutraliseren door melk, suiker, room, wrongel, vers water en granen te nuttigen (cf. v. 18-20). Zowel melk als *ghee* worden beschouwd als voedingswaren die erg *sattva* (kalm) zijn en hebben een neutraliserende werking (cf. p. 59-60).

Kapha raakt uit balans door overdag dutjes te doen en door de verkeerde houding aan te nemen (cf. v. 21). De symptomen zijn o.a. zwaarlijvigheid, een zwakke spijsvertering, hartkloppingen, een verkoudheid, luiheid, vermoeidheid en acné (cf. v.

³⁶⁴ *Ghee* is geklaarde boter. Medicinale *ghee* wordt bereid door geneeskrachtige kruiden te koken in *ghee* (KUTUMBIAH (1969), p. 126). Gewoonlijk worden deze medicinale *ghee*'s ingenomen met melk (SVOBODA (1992), p. 262).

23-28). De worstelaar moet het evenwicht herstellen door een braaktherapie³⁶⁵ uit te voeren (cf. v. 29-30).

6.3 Vertaling.

6.3.1 Hoofdstuk 1.

1. Verheugd verblijft Kamalā³⁶⁶ in een ruimte vol liefdevolle blikken³⁶⁷, op een andere plaats dan de oceaan van melk³⁶⁸ met vele deinende golven, hoog en wit. Opdat de vier prijzenswaardige handen van Hari³⁶⁹, die resultaat bereikten door weldoordacht te doden, het gewenste resultaat mogen schenken.

2. Dat men eer betoont aan Nārāyaṇa³⁷⁰ en ook aan Nara³⁷¹, de eerste van [alle] mensen, aan de godin Sarasvatī³⁷² en aan Vyāsa³⁷³. Moge men vervolgens de overwinning behalen.³⁷⁴

³⁶⁵ Braken is een belangrijke geneeswijze die aandoeningen van *kapha* verhelpt. Laxeren bestrijdt *pitta* en lavementen doen *vāta* bedaren (ZIMMERMANN (1989), p. 156).

³⁶⁶ De naam Kamalā betekent ‘zij die geboren is uit een lotus’ of ‘de schone’. Het is een epitheton voor Lakṣmī, godin van geluk en schoonheid en echtgenote van Viṣṇu (KAMATH (2002), p. 302).

³⁶⁷ *ekasmin kaṭākṣa-vivare*, let. ‘in een tussenruimte van liefdevolle blikken’.

³⁶⁸ In het *Rāmāyaṇa* wordt beschreven hoe Lakṣmī geboren werd uit het schuim van de oceaan, toen de goden en demonen deze karnden om levenselexir aan te maken. Eén van haar namen is dan ook Kṣīrābdhi-tanayā of ‘dochter van de oceaan van melk’ (DOWSON (1957), p. 176).

³⁶⁹ De naam Hari refereert gewoonlijk aan Viṣṇu, en uitzonderlijk ook aan andere goden (*Ibid.*, p. 117). Gezien de verwijzing naar zijn vier handen, gaat het hier om Viṣṇu.

³⁷⁰ De term Nārāyaṇa betekent ‘hij die zich beweegt in de wateren’ en refereert aan een personificatie van de kosmische energie of van de scheppende kracht van Viṣṇu (STUTLEY (1984), p. 205-206).

³⁷¹ De naam Nara verwijst naar de eerste man of oerman. Volgens het *Mahābhārata* zijn Nara en Nārāyaṇa broers, maar in sommige *Purāṇa*’s wordt Nārāyaṇa beschouwd als de zoon van Nara (*Ibid.*, p. 204).

³⁷² De naam Sarasvatī refereerde ten tijde van de Veda’s aan een rivier in Noord-India en aan de riviergodin. Daarna werd Sarasvatī bekend als Brahmā’s echtgenote, de godin van welbespraaktheid en wijsheid, en de bedenker van het Sanskrit (DOWSON (1957), p. 284).

Nārada sprak:

3. «O Brahmā, ik prijs de wet van *dharma* en *adharma*³⁷⁵, die ik strikt volg. De kunsten zijn divers, meester, en op verschillende manieren ingedeeld in klassen.
4. Eerder legde u me bondig de worstelkunst uit. Beschrijft u me deze in detail, want ik ben erdoor gefascineerd.»

Brahmā sprak:

5. «Luister zoon, ik beschrijf deze voortreffelijke kunst, jij zondeloze. Door zich erin te bekwamen, overwint een snel man al³⁷⁶ z'n vijanden.
6. Lang geleden, toen ze Kaṁsa en de demon Cāṇūra -die uit het koninkrijk Mathurā³⁷⁷ kwamen- gedood en vernietigd hadden, namen [Kṛṣṇa en Balabhadra³⁷⁸] een uitgebreide maaltijd.
7. Beschikkend over het mededogen van Paramātman³⁷⁹ vertrokken ze daarna op weg naar het lieflijke Dvārakā om het voor zich te winnen. Beiden waren opgetogen.
8. Op hun aangename tochten zagen ze veel verschillende streken. [Op een dag] bereikten ze een voortreffelijke stad, Mayuravāṁbāla genaamd.
9. Tijdens de tweede *yuga*³⁸⁰ bevrijdde Rāma Sītā. Daarna bracht hij haar bij de eerbiedwaardige Vālmiki en deed boete.

³⁷³ De term Vyāsa betekent 'samensteller' en is een titel die vele auteurs dragen. Specifieker refereert deze term aan Vedavyāsa, een mythisch ziener die de Veda's, het *Mahābhārata* en de *Purāṇa*'s gecompileerd zou hebben (*Ibid.*, p. 370).

³⁷⁴ Dit is de tevens de openings-śloka van het *Mahābhārata* (SUKHANTAR (1933), p. 3).

³⁷⁵ De term *dharma* kan men vertalen als 'morele wet'. De *dharma* kent acht wegen: offers, recitaties, schenkingen, ascese en verder waarheid, geduld, zelfbeheersing en onthechting. De term *adharma* refereert aan inbreuken op de moraal (RENOU & FILLIOZAT (1985), Vol. I, p. 561).

³⁷⁶ *samyak*, let. 'helemaal, volledig, door en door'.

³⁷⁷ Mathurā is een oude en gevierde stad aan de Yamunarivier in de huidige deelstaat Uttar Pradesh. Kaṁsa was de koning van Mathurā. Het zou de geboorteplaats van Kṛṣṇa zijn en is één van de zeven heilige steden (*sapta-purī*) van India (*Ibid.*, p. 206).

³⁷⁸ Balabhadra staat ook gekend als Bala, Balarāma en Baladeva. Hij was de oudere broer van Kṛṣṇa. Beiden ontsproten aan één haar van Viṣṇu (*Ibid.*, p. 40-41).

³⁷⁹ De naam Paramātman betekent 'opperziel' en refereert aan *brahman*. Dit is de oerkracht, het abstracte principe dat onze wereld doordringt en reguleert (STUTLEY (1984), p. 49).

³⁸⁰ De term *yuga* verwijst naar een wereldperiode, nl. *Kṛta* of *Satya*, *Tretā*, *Dvāpara* en *Kali*. Samen vormen deze vier een *Mahāyuga*, die 4,320,000 jaren duurt. Na 2000 *Mahāyuga*'s of een *Kalpa* wordt de kosmos vernietigd en herschapen (DOWSON (1957), p. 381-383).

10. “Oh brahmaan, ik heb de demon Rāvaṇa aangeraakt. [Vertel] me hoe ik mezelf kan zuiveren³⁸¹ van dit kwaad, brahmaan.”
11. “Jij wenst de voorspoed [die men krijgt] als beloning voor het *aśvamedha*-offer³⁸². He Rāma, voer het offer uit samen met Sītā!
12. Bewijs dat je uit het goede hout gesneden bent³⁸³ en begin aan het offer. Dat men mag schenken aan de brahmanen wanneer het offer afgewerkt is.”
13. De meest excellenten schonk hij een armband. Hij die de vier Veda’s kent kreeg een ring³⁸⁴. Hij die de twee Veda’s kent moest een vrouw aangeboden krijgen. De vierde klasse gaf hij een vergoeding.
14. [De vijfde groep] schonk hij vlekkeloze huizen als verblijfplaats, en de zesde groep rijst. Bovendien stichtte Rāma een stad nabij Mohera³⁸⁵.
15. En wanneer hij alle brahmanen [zo’n] levensonderhoud geschonken had, voor hoelang³⁸⁶ bevrijdde hij [hen dan niet van] onderlinge strijd?!
16. Bovendien ontstond er een ring om het even waar hij verscheen of verbleef. Een tijdje nadat hij [dit alles] bewerkstelligd had, vroeg men Rāma:
17. “Wanneer wij allen met moeite [ons] einddoel bereikt hebben, wat zal jij daarna nog doen?” Het liefst werd hij herboren als³⁸⁷ Kṛṣṇa op’t einde van de derde *yuga*.

³⁸¹ *śuddhy-artham upāyaṃ me*, let. ‘[vertel] me de manier met als doel de zuivering’.

³⁸² Het *aśvamedha*- of paardenoffer stamt uit de Vedische tijd. Het werd uitgevoerd door koningen om hun macht te bevestigen en uit te breiden. De koning liet een paard vrij en volgde het samen met z’n leger. De streken waarheen het hen voerde werden onderworpen. Na de veroveringstocht vond een groot festival plaats en werd het paard geofferd (*Ibid.*, p. 28).

³⁸³ *suvarṇa-mūrtiṃ kṛtvā*, let. ‘na een manifestatie van de juiste maatschappelijke stand te hebben gemaakt’.

³⁸⁴ Zowel de armband als de ring zijn attributen waaraan beschermende en magische eigenschappen toegewezen worden, zowel in de Indische als in vele andere culturen (cf. trouwring). De schenking van een armband of ring symboliseert de onverwoestbare relatie tussen schenker en ontvanger, a.h.w. een bloedverwantschap (CROOKE (1994), p. 211-212).

³⁸⁵ Mohera verwijst naar Moḍherā, een stad in Noord-Gujarāt (*Atlas of India* (1990), p. 46). Moḍherā is de thuisbasis van de Moḍha-brahmanen, een kaste van professionele worstelaars. De stad wordt ook gelinkt aan de Jyeṣṭhīmalla’s (SANDESARA & MEHTA (1964), p. 2, p. 5).

³⁸⁶ *kati varṣāṇi jātāni*, let. ‘gedurende hoeveel geproduceerde jaren’.

³⁸⁷ *kṛṣṇāvatāre pradīyate*, let. ‘hij wordt geplaatst in de incarnatie van Kṛṣṇa’.

18. Lang geleden schonk Rāma [Mayuravambāla] als verblijfplaats aan [deze] brahmanen, die hun geesten, hun gesprekken en hun daden [wijdden aan] het gebed, het offer, het vuuroffer aan Agni, enz.»

Nārada vroeg:

19. «Hoe was deze hoofdstad genaamd Mayuravambāla? In welke streek lag ze? O wijze, vanwaar deze verdienste? Vertel, heer!»

Brahmā sprak:

20. «Luister aandachtig, Nārada. Deze [stad] lag in het midden van Dharmāraṇya³⁸⁸, ten oosten van Lohāsura³⁸⁹ en in de nabijheid van Mohera.

21. Lang geleden schiep ik dit zeer uitzonderlijke oord, dat bevolkt wordt door groepen brahmanen, dat rein is en alle rijkdom bezit.

22. [Deze plaats] wordt gesierd door erg uitgestrekte meren met glashelder water, en is lieflijk door tuinen die rijk zijn aan vele soorten bomen.

23. [Deze stad] druipt van de nectars, is geschikt voor tempels, uitgestrekt, passend voor verdienste en lieflijk. Ze is niet te evenaren, als was het de hemel.

24. Het wemelt er van de vlaggen die wapperen in de wind, en de dagen kennen er geen nachten³⁹⁰. [Deze stad] is versierd met onvergankelijke rijkdommen en wordt bevolkt door brahmanen.

25. Door de dikke rookwolken van offervuren ligt het gebied verscholen in een *yantra*³⁹¹. Een vlijmscherpe³⁹² zonnestraal kwetst er de asceet niet, zelfs [niet] tijdens het hete seizoen.

³⁸⁸ De term *dharmāraṇya* betekent ‘heilig woud’ en refereert meer specifiek aan een boetewoud in Madhyadeśa (DOWSON (1957), p. 89).

³⁸⁹ De stad Lohāsura wordt niet vermeld in de *Times Atlas of the World*, noch in *An Atlas of India*, noch in *Gazetteer of India and Pakistan*. Wel attesteert MW de term *Lohāsura-māhātmya* als naam van een werk. De term *māhātmya* refereert aan een lokale *Purāṇa*, wat impliceert dat er wel degelijk een stad bestaan heeft met deze naam.

³⁹⁰ *divānīśam*, let. ‘[de stad] is voorzien van nachteloze dagen’.

³⁹¹ De term *yantra* refereert aan een mystiek diagram dat magische of occulte krachten zou bezitten. Het is een middel om innerlijke visualisaties en meditatie te stimuleren. Elke godheid heeft een eigen *yantra*, die garant staat voor zijn of haar aanwezigheid en

26. [De stad] is begiftigd met vele schoonheden en vervuld van woorden uit de Veda's. Ze is louterend, als was het een pelgrimsoord. Deze [stad] is gelegen in de streek van Dharmāraṇya.

27. Tijdens de eerste *yuga* werd ze Iśāna genoemd, tijdens de tweede Śrīmālaka, in de derde *yuga* Mayuravambāla en in de vierde staat ze gekend als Devālaya.

28. Alle goden wonen er, en de zegen van goede verdienste beschermt haar. Ze is begiftigd met *apsarassen*³⁹³, groepjes *siddha*'s³⁹⁴ en bovennatuurlijke wezens.

29. Ze is rijk aan heilzame poelen, grotten en vijvers gevuld met water. Ze heeft vele goede eigenschappen, is gewijd en wordt bezocht door de moedergodinnen³⁹⁵.

30. Lang geleden vulde ik deze grote vijver [voor] eeuwig met heilzame wateren. Ik legde deze aan om het kwaad uit de wereld te verdrijven.

31. Verschillende vogelsoorten, [zoals] ganzen en kraanvogels, zijn er in overvloed, en verder ook goden, demonen en mensen, asceten en yogi's.

32. [Men vindt er] offeraars, excellente brahmanen en *siddhaka*-bomen vol *yakṣa*'s³⁹⁶ en *gandharva*'s³⁹⁷. Ten westen van deze [stad] woont de beschermster, Mahādevī³⁹⁸ genaamd.

33. Ten oosten ervan wonen de moedergodinnen om de bevolking te beschermen. In grote getale zijn er heilzame paden tussen oost en west.

bescherming. Het vereren van *yantra*'s brengt voorspoed en welvaart (STUTLEY (1984), p. 347).

³⁹² **takṣiṇa* is een variant van *takṣaṇa*, let. 'snijdend'.

³⁹³ De term *apsaras* betekent 'bewegend in het water' en verwijst naar een klasse van hemelnimfen. Deze werden geboren tijdens het karnen van de oceaan van melk, net als Lakṣmī (DOWSON (1957), p. 19-20).

³⁹⁴ De term *siddha* refereert aan een klasse halfgoddelijk wezens, gekenmerkt door grote zuiverheid en heiligheid. Ze verblijven in de hemelruimte tussen aarde en zon (*Ibid.*, p. 292).

³⁹⁵ De term *mātr* betekent 'moeder' en refereert aan een klasse van pre-Vedische moedergodinnen, die incarnaties zijn van de productieve krachten in de natuur. Later werden deze godinnen gelinkt aan de zeven stromen in Noordwest-India (STUTLEY (1984), p. 185).

³⁹⁶ De term *yakṣa* refereert aan een klasse van bovennatuurlijk wezens, wiens koning Kubera is (DOWSON (1957), p. 373).

³⁹⁷ De term *gandharva* verwijst naar een bepaalde klasse van hemelwezens die de *soma*-drank bewaken en onderlegd zijn in medicijnkunde. Ze leven samen met de mooie hemelnimfen (*apsaras*). (*Ibid.*, p. 105-106).

³⁹⁸ De naam Mahādevī betekent 'de grote godin' en refereert aan de gemalin van Śiva. Het is een epitheton voor zowel Pārvatī als Durgā. (*Ibid.*, p. 86-88).

- 34.** Neem een bad in het water van dit meer en offer. Hij die bevrijd is van alle kwaad ziet de beschermster en verkrijgt onvergankelijke rijkdom.
- 35.** Ook bekomt hij een sterk lichaam en wordt hij bevrijd van ziektes. Hij wordt bedreven in alle kunsten en krijgt rijkdom en graan. Hij overwint de vijand en wordt zeer machtig.
- 36.** In de tweede *yuga* nam Rāma een ritueel bad [in dit meer] om verdienste te verwerven. Met het oog op de verovering van de wereld bracht hij offers en giften.
- 37.** Hoe wordt het nieuws over de effecten van deze voortreffelijke vijver verspreid? Beknopt heb ik de verdienste van deze voortreffelijke vijver uitgelegd, jongen³⁹⁹.
- 38.** En rondom rond, in de heilzame nabijheid van deze stad, zijn er vele tempels. Daarom wordt ze Devālaya⁴⁰⁰ genoemd.
- 39.** Later [zal dit] oord van wijsheid eeuwige faam verwerven⁴⁰¹ in de vier windstreken⁴⁰². Zoals de zeven heilige steden immers wekt deze [stad] liefde op bij de mensen.
- 40.** De hooggeëerde Yadu⁴⁰³ en Balabhadra herinnerden zich de pracht [van] Mayuravambāla. Samen betraden ze [deze stad] met de wens een [goede] daad te stellen.
- 41.** Ze betraden deze stad en werden respectvol begroet door de reine en wijze brahmanen met de woorden: “Kṛṣṇa is gearriveerd!
- 42.** Welaan, onze geboorte is heilzaam, erg fortuinlijk en belangrijk. Hij die door de koningen onder de yogi’s moeilijk te aanschouwen is, deze Kṛṣṇa is aangekomen [bij ons]!”

³⁹⁹ *tāta*, let. ‘vader’. In de vocatief drukt de term affectie jegens zowel oudere als jongere personen.

⁴⁰⁰ *devālaya*, let ‘residentie van de goden, hemel, tempel’ (cf. vers 27).

⁴⁰¹ *khyātam vidyā-sthānam param sadā*, let. ‘later is de plaats van wijsheid altijd befaamd’.

⁴⁰² De term *loka* betekent ‘(tussen)ruimte; streek, land; wereld’. Gewoonlijk onderscheidt de Indische kosmologie twee of drie *loka*’s, hemel, aarde en eventueel de tussenruimte tussen beiden. Ook bestaan er meer uitgebreide classificaties van 7 of 14 *loka*’s. Er wordt nergens melding gemaakt van een vierledige classificatie (ANGOT (2001), p. 104).

⁴⁰³ De naam Yadu refereert aan een legendarische held die de Yādava- of maandynastie stichtte. Zowel Yādava als Yadu zijn tevens namen voor Kṛṣṇa, de vijfde monarch in deze dynastie (KAMATH (2002), p. 813, 815).

43. Nabij de tempel met heilzame poorten, die [men bedekt had] met lieflijke boombladeren, [waren] diverse festiviteiten [aan de gang] met verschillende soorten zang, muziek enz.
44. [Daar precies] werden zij twee onophoudelijk verblijd door zegeningen met woorden en gebeden uit de *Ṛg*-, *Yajur*- en *Sāmaveda*⁴⁰⁴. De meest vooraanstaande brahmanen aanbeden hen met vreugdevolle devotie.
45. De vrouwen, die lange sluiers vasthielden, betuigden hen daar eer door geroosterd graan vermengd met *dūrvā*-⁴⁰⁵ en *kuśa*⁴⁰⁶-gras in't rond te strooien.
46. Deze Kṛṣṇa brengt voorspoed en is mooi en geliefd. Hij is zo goed als onbereikbaar⁴⁰⁷ voor goden, demonen en mensen. [Alle] jonge vrouwen lonken naar hem.
47. Door veel verdienste te verzamelen kan men deze dierbare persoonlijk ontmoeten via meditatie. Verheugde oude vrouwen kijken hem intens [maar] eerbiedig aan.
48. Ook de meisjes worden gelokt door hun grote nieuwsgierigheid naar deze wonderbaarlijke. Opgewonden lopen ze in't rond en verlangen ernaar Kṛṣṇa te zien.
49. Vrouwen die Kṛṣṇa wensen te zien maar [hiertoe] geen gelegenheid kregen langs de weg, klimmen naar de hoge toppen van huizen en uitkijktorens.
50. De mensen steken elkaar voorbij [met de woorden] “Ik! Ik!” en haasten zich alsmaar hoger en hoger. Ze lopen her en der in't rond en herkennen zichzelf en de anderen niet meer.»

⁴⁰⁴ De vier Veda's zijn de heilige boeken van het hindoeïsme en bevatten de sacrale kennis die de Arische invallers in India binnenbrachten. Men onderscheidt de *Ṛg*-, *Yajur*-, *Sāma*- en *Atharvaveda*. De eerste drie noemt men gezamenlijk de *trayī vidyā* of ‘drievoudige kennis’ (RENOU & FILLIOZAT (1985), Vol. I, p. 270).

⁴⁰⁵ *Dūrvā*-gras is een moerasgras dat zelfs tijdens het droge seizoen bloeit. In de *Ṛgveda* wordt beschreven hoe Agni het doet oprijzen. Later wordt dit gras een substituut voor de *soma*-plant. Het zou genezende krachten bezitten (STUTLEY (1984), p. 82-83).

⁴⁰⁶ *Kuśa*-gras wordt door hindu's beschouwd als het meest heilige gras. Het zou de eerste plant zijn die de goden creëerden. Bij offers strooide men het uit over het altaar, de troon voor de goden en de hele offerplaats (*Ibid.*, p. 157-158).

⁴⁰⁷ *durlabho*, let. ‘moeilijk te bereiken’.

Aldus het eerste hoofdstuk met name ‘De intrede van Kṛṣṇa in de stad’, met een gesprek tussen Brahmā en Nārada, uit de eerbiedwaardige *Mallapurāṇa*, een overzichtswerk van de heilige streek Dharmāranya.

6.3.2 Hoofdstuk 2.

[Brahmā sprak:]

1. Zo betraden [Kṛṣṇa en Balabhadra] de stad [Mayuravaṃbāla, waar ze] met de grootste gastvrijheid [onthaald werden]. Ze verbleven er enkele dagen [en genoten er] van grote festiviteiten en spelen.
2. Er was daar een brahmaan die Someśvara heette en geboren was in de Garga-clan⁴⁰⁸. Hij kende de *Veda*’s en de *Vedāṅga*⁴⁰⁹ [en] was wijs, bedreven in de kunsten en sterk.
3. Hij was zeer devoot jegens Kṛṣṇa, superieur in de essentiële kennis en voornaam. Onophoudelijk betoonde hij eer aan Kṛṣṇa en Balabhadra.
4. De heilige Kṛṣṇa was tevreden toen hij deze toegewijde, goedgebouwde en respectvolle [Someśvara] zag. Vol blijdschap sprak hij:

Heer Kṛṣṇa sprak:

5. «Ik hoop dat alle mensen steeds gelukkig zijn in [deze] stad, zowel de brahmanen, als de offeraars en de priesters.
6. Overal zijn er heilzame paden en zuiver water, koeien⁴¹⁰ die voortbrengen wat men wenst en [ook] vuur, wind, hout [en] *kuśa*-grassen.»

⁴⁰⁸ De naam Garga refereert aan een ziener uit de oudheid. Gārgya, een afstammeling van Garga, staat gekend als ‘een *kṣatriya* die brahmaan werd’. Gārgya was niet enkel leraar en grammaticus maar kreeg ook onderricht van een *kṣatriya* (DOWSON (1957), p. 109).

⁴⁰⁹ De term *Vedāṅga* betekent ‘deel van de *Veda*’ en verwijst naar een verzameling teksten die de zes hulpwetenschappen behandelen om de *Veda*’s te kunnen reciteren en begrijpen, met name fonetica, metriek, grammatica, etymologie, rituele praktijk en astronomie. De *Vedāṅga* werd niet geopenbaard, maar door de mens gemaakt en overleverd (RENOU & FILLIOZAT (1985), Vol. I, p. 270, 305-308).

Someśvara zei:

7. «Alom is er welvaart ingevolge uw genade, Janārdana⁴¹¹. Hoe zou er een obstakel zijn voor de mensen die uw genade [mogen] ontvangen?

8. [In de gedaante van] Rāma plaatste u lang geleden [immers] huiveringwekkende wachters [aan de stadspoorten].»

Toen de heilige zoon van Devakī⁴¹² zijn uitspraak hoorde,

9. wenste hij een tweede daad te verrichten en sprak tot Someśvara.

Heer Kṛṣṇa sprak:

«Jij verheugt me, brahmaan, want je bent me trouw en dierbaar.

10. Daarom zal ik jou mijn geliefde en ongeëvenaarde kunst aanleren. Tijdens de nakende Kali-*yuga* zullen koningen zoals barbaren

11. [jullie] levenswijze vernietigen en koeien en brahmanen onderdrukken. Daarom immers [zal] ik jou deze unieke worstelkunst aanleren, brahmaan.

12. Het is de belangrijkste van alle kunsten: ze creëert een man die ontsnapt aan een troep achtervolgers. Bovendien wordt elk lichaamssap⁴¹³ gekookt⁴¹⁴ dankzij deze worstelkunst.

⁴¹⁰ Voor hindu's is de koe het symbool van vruchtbaarheid en het meest heilige dier. In de R̥gveda wordt aan de koe een goddelijke oorsprong toegeschreven. Later werd de koe geïdentificeerd met de moedergodin. Toch heeft er nooit een koeiengodin bestaan in India. De koe wordt geprezen om de vijf producten die ze voortbrengt, de *pañca-gavya*, nl. melk, wrongel, geklaarde boter of *ghī*, urine en mest (STUTLEY (1984), p. 99-100).

⁴¹¹ De naam Janārdana is een epitheton voor Kṛṣṇa en betekent 'hij die [de demonen] doet beven' (MANI (1989), p. 347).

⁴¹² Devakī is de moeder van Kṛṣṇa (*Ibid.*, p. 209).

⁴¹³ De term *dhātu* kan zowel 'lichaamssap' als '-weefsel' betekenen. Gezien de context wordt hier 'lichaamssap' bedoeld. De drie lichaamssappen zijn wind (*vāta*), gal (*pitta*) en slijm (*kapha*) (ZIMMERMANN (1989), p. 134).

⁴¹⁴ Lange tijd wist men in het Westen niet hoe men de *pācana* van de lichaamssappen moest interpreteren en vertalen. Zimmermann vertaalt deze term als 'coction' (let. 'koking, zieding') en beargumenteert dit uitgebreid. Volgens de Ayurvedische geneeskunde vermengen de lichaamssappen zich in de maag (*āmāśaya*, let. 'verzamelplaats voor wat rauw is') met rauw voedsel. Dankzij het spijsverteringsvuur worden deze rauwe voedselresten samen met de lichaamssappen gekookt en getransfereerd naar de darmen (*pakvāśaya*, let. 'verzamelplaats voor wat gekookt is'). Als het spijsverteringsvuur te zwak is, worden de lichaamssappen niet gekookt en gisten ze in de maag. Dit veroorzaakt indigestie en koorts (*Ibid.*, p. 123-131).

13. Met behulp van deze [kunst] houden de gevierde worstelaars de vijanden krachtdadig tegen. Hun geheime kennis vernietigt de trots van de vijand volledig.

14. [Ze] heeft het hoogste doel van alle kunsten, en is immer in het lichaam aanwezig. Ze is niet geschikt voor dieven en [werkt] overal en altijd vernietigend.

15. Deze [kunst] vervult elk verlangen en fascineert iedereen. Men wordt onvermoeibaar [en] bekommt deugdzaamheid en genot terzelfdertijd.

16. Men [kan] zelfs de verlossing bereiken door zich [erin] te bekwamen, aangezien ikzelf [deze goddelijke kunst] lang geleden ontwikkelde na intensieve training⁴¹⁵. [De worstelaars] zullen deze kunst die gevormd werd in mijn lichaam [nu] bestendigen op aarde.

17. [Enkel] de mensen die wijs zijn en die mij toegewijd zijn, [slechts] zij krijgen mij te zien. Ik onderricht niet eender wie in deze supergeheime [kunst], brahmaan!

18. Aangezien [jij] een edel man bent die mij toegewijd is, zal ik [ze] jou volledig toevertrouwen. [Zo] zal deze kunst, mijn kracht, blijven bestaan. Ze krijgt als het ware een spiritueel leraar die mij trouw is.

19. [Iedereen] hier op aarde die respectabel is en mijn kunst grondig beheerst, zuivert lichaam en geest en wordt sterker. Daarom is [deze kunst] superieur.

20. Dankzij deze [kunst] triomfeert⁴¹⁶ men in de achtervolging en overwint men [zijn] vijanden. Daarom Someśvara, dat jij en ook de anderen, jouw geliefden, deze hoogste kunst in ere mogen houden. [Straks] leg ik deze uit met al [haar] kwaliteiten.»

Someśvara zei:

21. «Waarom beoefent u deze kunst? Hoe wordt de vijand overwonnen? Vertel me dit o Kṛṣṇa, indien u mijn liefde wil winnen!»

Heer Kṛṣṇa sprak:

⁴¹⁵ *mad-abhyastā [vidyā] yataḥ*, let. ‘aangezien [de kunst] is opgebouwd door mijn veelvuldige training’.

⁴¹⁶ *mṛgayā-jaya-saṁsiddhir anayā*, let. ‘door deze [kunst] is er de perfectie in de overwinning bij de achtervolging’.

22. «In de strijd met Madhu en Kaiṭabha⁴¹⁷ die 5000 jaar duurde, versloeg ik de genoemden daar met behulp van de Vedāṅga en de Upāṅga.

23. Ook alle demonen onder leiding van Kaṁsa, Muṣṭika⁴¹⁸ en Cāṇūra doodde ik lang geleden gewelddadig dankzij deze kunst.

24. Jij en alle brahmanen die hier samengekomen zijn: schaar jullie aan mijn zijde. Ik [zal] deze kunst nu zorgvuldig doorgeven [aan jullie]⁴¹⁹.»

Brahmā vertelde:

25. «Zo, erg vriendelijk en genegen, had Kṛṣṇa hem toegesproken. De verheugde brahmaan Someśvara zei [toen] tegen Kṛṣṇa.»

Someśvara zei:

26. «Kṛṣṇa, o Kṛṣṇa, gelukkig voor de mensheid bent u meedogend. Ik wil uw avonturen nu vernemen door [dit] gesprek [met] u.

27. Hoe wordt het worstelen beoefend? Op welke wijze versloeg [u] Kaṁsa? En Cāṇūra en Muṣṭika? Hoe bent u [zo] moedig en moorddadig [geworden]?»

Heer Kṛṣṇa sprak:

28. «Luister brahmaan. Inderdaad heb ik vroeger het worstelen gebruikt om de vijanden Kaṁsa en Cāṇūra gewelddadig te vernietigen.

29. In detail vertel ik je hoe ik dit toen gedaan heb, [want] ik beschouw jou als een persoon die het waard is de worstelkunst te gebruiken.

30. Op aarde is er een stad met de naam Mathurā. Dit is de eeuwige hoofdstad van de koningen van de Yādava-dynastie⁴²⁰ [en] de plaats waar Hari verblijft.

⁴¹⁷ Madhu en Kaiṭabha waren twee arrogante demonen die ontsproten aan Viṣṇu's oorsmeer. Ze stalen de Veda's van Brahmā, die bang was voor hen en Viṣṇu's hulp inriep. Viṣṇu ging de strijd aan met hen beiden. Het gevecht duurde erg lang, aangezien de ene demon rustte terwijl de andere vocht. Uiteindelijk onthoofdde Viṣṇu hen met z'n discus (MANI (1989), p. 365).

⁴¹⁸ Muṣṭika was een berucht bokser in dienst van Kaṁsa. Hij kreeg de opdracht Balabhadra en Kṛṣṇa te kelen maar werd zelf gedood door Balabhadra (DOWSON (1957), p. 212).

⁴¹⁹ *tvam imāṁ vidyāṁ mama prayacchataḥ aṅgī-kuru samopetaḥ samastair brāhmaṇair*, let. 'jij, die samengekomen bent met alle brahmanen, kies de kant van mij, die deze kunst geeft'.

31. De zoon van Ugrasena⁴²¹, Kāṃsa, die mijn oom genoemd wordt, was in een vorig leven de zeer sterke demon Kālanemi⁴²².
32. [Kālanemi] en vele andere demonen begingen overtredingen en zondes. Viṣṇu versloeg hen in de strijd. Daarom had ik een afkeer [van Kāṃsa].
33. Hij nam m'n vader Vasudeva⁴²³ en mijn moeder Devakī gevangen. Hij bond ze vast met ijzeren kettingen en sloot hen hardhandig op in de gevangenis.
34. Toen ik in Gokula⁴²⁴ woonde, bedacht hij strategieën om [mij] te doden. Ik vernietigde elke demon [die dit probeerde], te beginnen met Pūtanā⁴²⁵.
35. Kāṃsa zag deze vele vruchteloze pogingen en werd zelf bang. De dwaas beraamde een gemeen plan met de raadsmannen van de demonen.
36. “We moeten deze krachtpatser doden in een worstelstrijd, hij [kan] op geen enkele andere manier verslagen worden.” Hij verzocht Akrūra⁴²⁶ om [mij] te overhalen.
37. Akrūra nam mij, Balabhadra en de herders in z'n wagen [en] bracht [ons] naar Mathurā. Hij zette [ons] af bij Kāṃsa en ging naar huis.
38. [Kāṃsa] bouwde een podium, paviljoenen, een arena, enz. Hij nodigde vele worstelaars en [hun] meesters uit, waaronder Cāṇūra, en verkondigde:
39. “Deze Kṛṣṇa is de sterkste van [alle] krachtpatsers. Ook Balarāma is erg sterk. Beiden zijn bedreven⁴²⁷ in de worstelkunst, [waardoor slechts] heldhaftige mannen hen met geweld kunnen doden.”

⁴²⁰ De term Yādava betekent ‘afstammeling van Yadu’. Yadu is een legendarische held die de Yādava- of maandynastie stichtte, waarin Kṛṣṇa geboren werd. Kṛṣṇa groeide op in Gokula nabij Mathurā maar stichtte later zijn hoofdstad in Dvārakā (*Ibid.*, p. 371).

⁴²¹ Ugrasena was de koning van Mathurā en vader van Kāṃsa en Devaka. Hij werd van de troon gestoten door Kāṃsa. Nadat deze laatste verslagen werd door Kṛṣṇa werd Ugrasena opnieuw koning (DOWSON (1957), p. 325).

⁴²² Kālanemi was een berucht demon die gedood werd door Viṣṇu, maar incarneerde als Kāṃsa (*Ibid.*, p. 141).

⁴²³ Vasudeva was een Yādava en de vader van Kṛṣṇa en Balarāma (*Ibid.*, p. 342-343).

⁴²⁴ Gokula is de naam van een landelijk district nabij Mathurā. Kṛṣṇa groeide er op tussen de herders (*Ibid.*, p. 113).

⁴²⁵ Pūtanā was een demone en de dienstmeid van Kāṃsa's vrouw. Ze trachtte Kṛṣṇa te doden toen hij nog een zuigeling was, maar werd zelf doodgezogen door hem (MANI (1989), p. 624).

⁴²⁶ Akrūra was een Yādava en de oom van Kṛṣṇa. Hij doorzag Kāṃsa's plan om Kṛṣṇa en Balabhadra te doden en waarschuwde hen. Hij raadde Kṛṣṇa aan Kāṃsa te vermoorden (*Ibid.*, p. 22).

⁴²⁷ *malla-vidyām samāsādyā*, let. ‘na de worstelkunst te hebben verkregen’.

40. Alle krijgers [en] worstelaars die Kaṃsa ontboden had betraden de arena, o.a. ook Cāṇūra. De bullebakken spraken dreigende taal.
41. Ik en Balabhadra vielen de worstelaars Cāṇūra en Kaṃsa aan. We hielden stand in de strijd en sloegen met onze vuisten [die gehard waren door] het worstelen⁴²⁸.
42. Ik greep Cāṇūra's hand vast met [mijn] hand en met mijn voeten haalde ik hem onderuit⁴²⁹. Noodgedwongen wierp hij zich aan m'n voeten neer op de grond.
43. Ik zwaaide hem in het rond, gooide hem neer, greep hem vast en sloeg hem [weer] neer. Ik kwelde hem extra door [af en toe] te doen alsof ik hem losliet.⁴³⁰
44. Ik trok hem met [mijn] hand op de top van [m'n] voet, rolde en sleurde hem over de grond en sloeg hem met m'n vuisten. Dankzij de worstelkunst versloeg ik hem.
45. Cāṇūra's hele lichaam was [bont en blauw] geslagen, z'n botten waren gebroken [en ook] mentaal was hij gebroken. [Al] z'n haren waren uitgetrokken. Bewusteloos zeeg hij neer op de grond.
46. Op dezelfde manier doodde Balabhadra Muṣṭika met behulp van de worstelkunst. Ook de andere worstelmeesters werden langs alle kanten op de grond gesmeten.
47. Kaṃsa werd eveneens gedood in de strijd en viel ter aarde neer. Op het moment dat Kaṃsa neerzeeg riep hij luid "Au! Au!".
48. De anderen liepen hem angstig voorbij om hun eigen leven te redden. Enkelen zochten zelfs toevlucht bij mij om de ware [worstelkunst] te leren kennen.
49. Daarom brahmaan: aanvaard deze worstelkunst waarmee alle vijanden in't rond geslingerd en gedood worden.
50. Zo heb ik jou verteld over de worstelkunst, zondeloze brahmaan. Wat je ook vraagt, brahmaan, ik zal jou deze dierbare [kunst] uitleggen.
51. Hij die de slachtpartij van de worstelaar Kaṃsa en [zijn] compagnie -wat voor mij een spelletje was- met toewijding bestudeert, deze treedt in [mijn] opperste voetspoor, o hoofd van de brahmanen.»

⁴²⁸ *malla-muṣṭi*, let. 'de vuist van de worstelaar'.

⁴²⁹ *ākaraṣita*, let. 'dichterbij getrokken; omgeploegd'.

⁴³⁰ *paribhrāmaṇa-nikṣepa-pariramabhāvapātanaḥ utsarjanānugamanai rundhitaḥ sa mayā 'dbhutam*, let. 'deze werd buitengewoon gekweld door mij door imitaties van het loslaten [en] door het heen en weer gezwier, het neergooien, het vastgrijpen en het neerslaan'.

Aldus het tweede hoofdstuk met name ‘Het vraaggesprek tussen Kṛṣṇa en Someśvara’ uit de eerbiedwaardige *Mallapurāṇa*.

6.3.3 Hoofdstuk 3.

Brahmā vertelde:

1. «De volgelingen van Someśvara hadden [aandachtig] geluisterd naar Kṛṣṇa's woorden. Ze kwamen samen en legden een tijdstip vast, rekening houdend⁴³¹ met de [stand van] de hemellichamen,
2. op een gunstige dag⁴³² met rustige en aangename momenten, en met sterren en planeten fortuinlijk voor de aanvang van de studie.
3. Daarna vormden ze de lieflijke tempel om tot een arena en versierden [deze] met vlaggen, poortdecoraties en svastika's⁴³³.
4. Op de vier poorten stonden er telkens twee siertorentjes [die ze verfraaiden] met koninklijke geurige grassen. [Ze] legden een grote offerplaats met een vuurkuil aan.
5. Daar kwamen al deze brahmanen samen op het ideale moment. Ze betoonden eer aan Kṛṣṇa en Balabhadra en begonnen [aan de studie].
6. Deze twee superieure opperwezens zaten daar op een troon en lieten een gunstig offer uitvoeren als hoogste geschenk voor de brahmanen.
7. Toen zegenden zij twee [hen] met [verzen uit] de *Ṛg*-, *Yajur*- en *Sāmaveda*. De brahmaan [Someśvara] vouwde z'n handen [en] groette hen beiden.⁴³⁴
8. Vervolgens boog Someśvara voor Kṛṣṇa en zei dit.»

⁴³¹ *jyotir-vidam muhūrtaṃ*, let. ‘een tijdstip met kennis van de hemellichamen’.

⁴³² De Indische kalender is een zon-maankalender en dus gebaseerd op de omwentelingen van zowel zon als maan, die respectievelijk jaren en maanden bepalen. Eén lunaire maand is het interval tussen twee nieuwe manen en telt 30 lunaire dagen (RENOU & FILLIOZAT (1985), Vol. II, p. 720-721).

⁴³³ De svastika is een gelukssymbool dat wordt geassocieerd met de zon en met kosmische evolutie. Vaak werd het aangebracht op tempeldeuren, huizen en veestallen als bescherming tegen het kwaad (STUTLEY (1977), p. 295).

⁴³⁴ *kṛtāñjalipuṭo bhūtvā tayoh purah*, let. ‘nadat er een gemaakte holte tussen de handen als groet was voor hen beiden’.

Someśvara sprak:

«Heer o heer, jij bent meedogend, o hoofd van alle brahmanen⁴³⁵.

9. Leer [ons] de eerste methode uit de worstelkunst aan.»

Brahmā vertelde:

«[Eerst] moet de leek de methode begrijpen, pas daarna [kan] hij ze onder de knie krijgen.⁴³⁶

10. Dat hij zo verwelkomd wordt door Kṛṣṇa, die zich concentreerde om de les te beginnen.»

Heer Kṛṣṇa sprak:

11. «Slechts deze vier zijn [geschikt voor] de training: de Jyeṣṭhī⁴³⁷, de Antarajyeṣṭhī⁴³⁸ en verder de Gopakula⁴³⁹ en de Bhaviṣya⁴⁴⁰.

12. Allereerst worden alle kwaliteiten van de Jyeṣṭhī vermeld, in het Sanskrit, het Prākṛit en de volkstaal,

13. alsook in het Apabhraṃśa. Ik zal deze [kwaliteiten] vermelden precies zoals ze zijn. [Hij is van] goede familie. [Zijn] gewoontes, gedrag en opvoeding [zijn onberispelijk].

⁴³⁵ *sarva-vipra-gaṇādhīpa*, let. 'leider van de groep van alle brahmanen'.

⁴³⁶ *paścād vidhāne viñāte kartavyo 'bhinavaḥ sukham*, let. 'nadat de methode begrepen is moet de onervarene gemaakt worden tot bedrevenheid'.

⁴³⁷ De term Jyeṣṭhī is verwant met *jyeṣṭha* wat 'meest excellent, best' betekent. De Jyeṣṭhī zijn dus de beste worstelaars (SANDESARA & MEHTA (1964), p. 12). In het Mānasollāsa worden deze worstelaars Jyeṣṭhika genoemd (SHRIGONDEKAR (1939), p. 229).

⁴³⁸ De term Antarajyeṣṭhī betekent zoveel als 'middelmatic-excellent'. De Antarajyeṣṭhī zijn minder begaafde worstelaars die helpen bij de training van de Jyeṣṭhī (SANDESARA & MEHTA (1964), p. 12). In het Mānasollāsa worden deze worstelaars Antarajyeṣṭhika genoemd (SHRIGONDEKAR (1939), p. 229).

⁴³⁹ De term Gopakula betekent 'de herdersfamilie'. Gopa is ook een naam voor Kṛṣṇa aangezien hij opgroeide bij herders. Het feit dat de Gopakula in deze classificatie opgenomen zijn, moet gezien worden als uiting van de Kṛṣṇa-verering. (SANDESARA & MEHTA (1964), p. 12-13). In het Mānasollāsa worden deze worstelaars Govala genoemd. (SHRIGONDEKAR (1939), p. 229).

⁴⁴⁰ De term Bhaviṣya betekent 'toekomstig, in wording' en refereert aan de studenten die opgeleid worden tot worstelaars. (SANDESARA & MEHTA (1964), p. 13). In het Mānasollāsa worden deze worstelaars Bhaviṣṇu genoemd. (SHRIGONDEKAR (1939), p. 229).

14. [Hij voorziet zelf in zijn] levensonderhoud [en] is gezond. [Hij beschikt over veel] doorzettingsvermogen, kracht en *prāṇa*⁴⁴¹. Hij spant zich in en heeft een goedgebouwd lichaam.

15. Hij traint excellent, is eerlijk en overwint [zijn] zintuigen. Het doorstaan van een pijnlijke training wordt gezien als een zege voor het *karman*.

16. Zijn trots is groter dan [z'n] schaamte. Hij is erg devoot en onderlegt in de heilige traditie. Hij beheerst [al de verschillende] standen en de methodes om sterk te worden. Hij heeft controle over [zijn] lichaamssappen.

17. Hij beheerst [elke] lichaamshouding en [elke] houdgreep. Hij is een ervaren lijfwacht en oppasser⁴⁴² en kan ook [erg] snel lopen.

18. Hij is onderlegt in de wetenschappen en heeft strategisch [inzicht]. Hij is [vol] zelfvertrouwen. Hij beheerst [alle] breek- en veegtechnieken⁴⁴³ en is een bedreven krijger⁴⁴⁴.

19. [Hij] ziet [onmiddellijk] in [wanneer] het mogelijk is [om de tegenstander] op de grond [te laten vallen] of omhoog [te werpen].⁴⁴⁵ Verder beheerst hij zichzelf⁴⁴⁶ [altijd] en is hij uiterst behendig met [z'n] wapenuitrusting.

20. Hij verleent bijstand aan de kleine en aan de zwakke. [Hij gebruikt zijn] macht [niet enkel] in de arena [maar ook] erbuiten⁴⁴⁷. Hij houdt controle over [z'n] voeding,

21. [z'n] drankgebruik en [z'n] slaap. Hij waardeert de kracht van soberheid⁴⁴⁸. Hij houdt zorgvuldig mate wat ruzie en passie betreft.

22. Hij schat tijd en ruimte [goed] in. Hij heeft een mening over de koning [en] over de samenleving. Hij denkt na over het doel [van het leven] en over eer. Eén voor één⁴⁴⁹

⁴⁴¹ De term *prāṇa* (let. 'ademhaling, vitale levensenergie') refereert aan de levensadem. Dit is één van de vijf vormen van het lichaamssap wind (*vāta*). De *prāṇa* bevindt zich in het hart en in de hersenen. Dankzij *prāṇa* functioneren het hart, de geest, de zintuigen, het intellect, de slagaders en de zenuwen naar behoren (DASH & JUNIUS (1983), p. 20).

⁴⁴² *rakṣaṇe śaktir ca cāraṇe śaktir*, let. 'hij is ervaren in het beschermen en in het oppassen'.

⁴⁴³ *karṣa*, let. 'sleuren; omploegen' (cf. hoofdstuk 2, vers 42).

⁴⁴⁴ *yuddha-śaktir*, let. 'hij is bedreven in het gevecht'.

⁴⁴⁵ *adhah-śaktiś ca vijñeyā ūrdhva-śaktiḥ parā smṛtā*, let. 'de neerwaartse mogelijkheid wordt herkend en de andere opwaartse mogelijkheid wordt in gedachten gehouden'.

⁴⁴⁶ *kātara-śaktis*, let. '[hij heeft] controle over [zijn] opwinding'.

⁴⁴⁷ *araṅga-raṅgayoḥ*, let. 'in de arena en de niet-arena'.

⁴⁴⁸ *mātrā-śaktiḥ*, let. 'de kracht van de maat; gematigdheid'.

⁴⁴⁹ *kramāt*, let. 'geleidelijk, in volgorde'.

23. zijn zo de 64 kwaliteiten van de Jyeṣṭhī besproken. Tot zover de 64 kwaliteiten.»

24. Nadat Someśvara dit gehoord had, vroeg hij Keśava⁴⁵⁰.

Someśvara zei:

«O Kṛṣṇa, alle kwaliteiten van de Jyeṣṭhī zijn besproken.

25. Vertel [ons] nu de kwaliteiten van de Antarajyeṣṭhī, u edele. Dat men aandachtig luistert [terwijl] Kṛṣṇa dit verkondigt.»

Heer Kṛṣṇa sprak:

26. «De [Antarajyeṣṭhī] is van goede afkomst [en] slim. Hij gedraagt zich altijd en overal moreel. Zijn lichaam is normaal gebouwd [maar toch] zeer sterk.

27. Bovendien is hij dapper, ijverig en ondernemend. Ook is hij standvastig⁴⁵¹ en heeft hij een waardig karakter. Zijn *prāṇa* is [maar] half zo groot [als dat van de Jyeṣṭhī].

28. [Daardoor] bezit hij [slechts] de capaciteiten om een middelmatige training [uit te voeren]. Hij spreekt [altijd] de waarheid. [In de loop der tijd] verwerft hij [steeds] meer kwaliteiten en ook meer dapperheid.

29. Hij verwerft [dus steeds] meer kwaliteiten en verdienste, en ook meer eer. Hij leeft [dan wel] lichthartig, [maar] evengoed munt hij uit in kwaliteiten.

30. Hij vernietigt [elk] gevaar en denkt altijd verder dan de situatie en de oorzaak [ervan]. Hij overwint de training en heeft zelfvertrouwen. Hij [assisteert] de Jyeṣṭhī bij de uitvoering van [zijn] training.

31. Hij is energiek en sterk. Hij kent alle procedures en verplichtingen. [Ik] heb de 30 middelmatige kwaliteiten van de Antarajyeṣṭhī opgesomd. Tot zover de 30 kwaliteiten van de Antarajyeṣṭhī.»

⁴⁵⁰ De term Keśava betekent ‘hij die veel haar heeft’ en is een epitheton voor Kṛṣṇa (DOWSON (1957), p. 156).

⁴⁵¹ *aga-vṛttir*, let. ‘met een karakter als een berg’.

Brahmā vertelde:

32. «Nu Someśvara de beste en de middelmatige kwaliteiten had gehoord, boog hij het hoofd voor Hari en vroeg ook naar de slechte [eigenschappen].»

Someśvara zei:

«Edele, vertel nu ook de slechte eigenschappen.»

Heer Kṛṣṇa sprak:

33. «Luister nu naar de vele slechte eigenschappen te beginnen met die van de Gopakula. Eigenlijk is [dit] dubieus, [maar omdat jij] alles [wil] weten bespreek ik [ook de slechte eigenschappen] van de eerste tot de laatste.

34. Hij is wijs en volgt de [juiste] weg, [maar] bezit [slechts deze] twee kwaliteiten. Hij heeft een goed karakter [maar] is ongemanierd. Hij is een bangerik⁴⁵².

35. Hij is niet in staat te trainen. Hij is dom en ongemanierd. Evenmin is hij geschikt voor de strijd. Hij beheerst [z'n] woorden niet [en] gebruikt de verkeerde argumenten. Hij vervult [z'n] plichten [slechts] met bedenkelijke inspanning.

36. Hij is sterk [maar] gebruikt z'n kracht niet. Hij is energiek [maar] onnozel. Hij verdedigt zich met [scheld]woorden. Wie anders zoekt plezier in het [schelden]?

37. Elkeen die schaadt met woorden, begrijpt niets van het [levens]doel. Verder is het iemand die pijn verdraagt, [maar] hij voert [zijn] plicht niet uit.

38. Anderzijds is zelfs een antilope beslist onovertroffen wat devotie betreft. In sommige gevallen kan zelfs een ongeschikt persoon volledig toegewijd zijn aan [zijn] plicht.

39. In bepaalde gevallen is hij schadelijk en bovendien onbetrouwbaar. Hij is nefast voor de toewijding [van anderen] en voorts niet loyaal.

40. Hij leert niet uit zijn fouten⁴⁵³ en oefent enkel [wanneer] het te laat is. Alle 37 slechte eigenschappen zijn opgesomd.

⁴⁵² *suvistara-bhayaṃ hr̥di*, let. 'er is een veel angst in [zijn] hart'.

⁴⁵³ *parān doṣān vādayati*, let. 'hij oefent eerdere fouten in'.

41. Tot zover de 37 slechte eigenschappen. Met name de Gopakula bezit deze eigenschappen. Luister verder naar de allerslechtste eigenschappen [van] al de anderen.
42. Hij is van niet [zo] goede afkomst, [maar] wel voorbij de middelmaat. Daarom [vervult] deze persoon de taak van boodschapper. Verder is hij overdreven gretig.
43. Bovendien is het iemand die lui, erg laf en gemeen is. Hij is erg onnozel en verward. Hij is weinig behaard.
44. Hij is zwak, inferieur en ondergeschikt. [Daarom] mag hij niet worstelen⁴⁵⁴. Hij heult⁴⁵⁵ met de vijand [en laat] een ander zijn [slechte] eigenschappen verdoezelen.
45. Hij is niet slecht in masseren, [maar] hij toont [z'n] pijn en verdriet. Hij is verderfelijk. Bovendien is het iemand die niet plichtsbewust⁴⁵⁶ is. Zo heb [ik] de 21 allerslechtste [eigenschappen] één voor één benoemd en besproken.
46. Tot zover de 21 allerslechtste eigenschappen.»

Someśvara zei:

Vervolgens vroeg Someśvara respectvol het volgende aan Kṛṣṇa:

«O Uwe Majesteit, vertel [ons] alle kwaliteiten van de Bhaviṣya.»

Heer Kṛṣṇa sprak:

47. «Deze is van goede familie en zeker nederig, bescheiden en moreel. Hij is sympathiek en betrouwbaar. Hij spant zich in en heeft een goede spijsvertering.
48. Hij is aandachtig⁴⁵⁷ en goedgebouwd. Hij traint flink en verstaat [onmiddellijk] wat [men hem] uitlegt of toont⁴⁵⁸. Hij is geschikt voor de training.
49. Hij is intelligent⁴⁵⁹, oprecht, moedig en wijs. Hij is geliefd bij [alle] mensen en vol kwaliteiten. Hij eert [zijn] vader en is [altijd] vriendelijk.

⁴⁵⁴ *niṣiddho malla-karmaṇi*, let. 'hij is verboden in de activiteit van de worstelaar'.

⁴⁵⁵ *bhedaka*, let. 'verleidend'.

⁴⁵⁶ *kaścit kār्याśakya[s]*, let. 'iemand die niet capabel is voor een plicht'.

⁴⁵⁷ De term **ādhānin* vertaal ik zoals *avadhānin*, let. 'aandachtig'.

⁴⁵⁸ *śruti-grāhī dṛṣṭi-grāhī*, let. 'hij begrijpt wat hij hoort en wat hij ziet'.

⁴⁵⁹ *citta-grāhī*, let. 'hij bevat intelligentie'.

50. Hij eert [z'n] moeder, [z'n] broers en ook elk eerbiedwaardig persoon. Hij is loyaal aan de goden en de brahmanen. Dit zijn de 24 kwaliteiten [van de Bhaviṣya].

51. Omwille van de zege heb ik alle kwaliteiten opgesomd. [Voor] de Jyeṣṭhī heeft [veel] kwaliteiten en is [erg] snel.»

Aldus het derde hoofdstuk met name ‘De beschrijving van de vier competente [worstelaarsklassen]’ uit de eerbiedwaardige *Mallapurāṇa*.

6.3.4 Hoofdstuk 6.

Heer Kṛṣṇa sprak:

1. «Dit zijn de 37 eigenschappen die alle [worstelaars] gemeen hebben. [Hij beheerst elke] slag, [elke] worp en ook [elke] trap⁴⁶⁰, [elke] stand en bovendien [elke] houdgreep.

2. Verder traint hij met gewichten. Hij beheerst [elke] kreet, [elke] gewenste lichaamshouding, [elke] klem en [elke] afweer. Daarnaast mag hij niet schelden⁴⁶¹.

3. Hij is beredeneerd⁴⁶² en heeft een excellent karakter. Hij is waakzaam⁴⁶³ en vastberaden, energiek en ook heldhaftig. [Voor elk probleem] vindt hij een oplossing.

4. Hij is een geboren leider. Hij beschikt over zelfvertrouwen en talent. Hij is erg bedreven in [het uitvoeren van] klemmen en [weet zichzelf] ook [altijd] los te maken⁴⁶⁴ [uit klemmen van de tegenstander].

5. Hij kan goed argumenteren. Hij is getraind om [vrienden] te beschermen en [vijanden] af te schudden. Hij is behendig met speer⁴⁶⁵ en schild. Hij bezit het talent om [de tegenstander] te verwonden.

⁴⁶⁰ De term *lāta* refereert hier niet aan de betekenis in het Sanskrit (let. ‘genomen, verkregen’) maar aan de betekenis in het Gujarātī (let. ‘trap, schop met de voet’).

⁴⁶¹ *nirjana-tarjanam*, let. ‘het schelden is verlaten [door hem]’.

⁴⁶² De term **tākaṇa* is geëvolueerd uit *tarkaṇa*, let. ‘veronderstelling, redenering’. TURNER attesteert enkel de tussenstap in deze evolutie, nl. de Prākṛit term *takkaṇa*.

⁴⁶³ *pālanaṃ [tena] bhavet*, let. ‘[hij] bewaakt’.

⁴⁶⁴ *nihsaraṇe*, let. ‘uitgang; uitweg, hulpmiddel, remedie om zich van iets te ontdoen’.

6. Hij is onovertroffen voor wat houdgrepen en het afweren [van aanvallen] betreft. Hij is wijs. Hij is een excellent lijfwacht⁴⁶⁶, iemand die geperfectioneerd is in het gevecht.
7. Verder draagt hij een buikgordel. Hij hecht [veel belang] aan tucht⁴⁶⁷ en aan afwerking. Bovendien straalt hij vitaliteit uit.
8. Hij heeft één haarlok [op zijn kruin]⁴⁶⁸. Dit zijn de 37 kwaliteiten, verteld in de volkstaal⁴⁶⁹ en besproken met de terminologie⁴⁷⁰ van de worstelaars.
9. Verder ontwikkelt [een worstelaar] kracht in vijf [lichaamsdelen], zoals kracht in de knieën, enz. Als hij weet dat zijn lichaam erg krachtig is, kan hij [om het even welke] taak volbrengen.
10. Ik [zal] je [later] vertellen welke worstelaars deze [krachtige lichaamsdelen] bezitten. Het is iemand met een stevige borstkas, sterke schouders, krachtige armen,
11. sterke billen en stevige knieën. Tijdens het gevecht zijn er voor de worstelaars vijf standen toegelaten.
12. Later zal ik vertellen welke de succesvolle strategieën en welke de fouten zijn. De stand met de schouder [geprononceerd], die met de arm [geprononceerd] en die met de borst [geprononceerd],
13. de stand met de heup [geprononceerd] en verder de stand met de knie [geprononceerd]. Wanneer zijn lichaam [deze] vijf standen door en door kent, voert de worstelaar [elke] lichamelijke handeling op natuurlijke wijze uit.

⁴⁶⁵ De term *kaṇa* betekent in het Sanskrit ‘partikel, graan, zaad, vlok, vonk’. In het Gujarātī betekent deze term ook ‘hoek, punt’.

⁴⁶⁶ *gopane nipunaḥ ko’pi*, let. ‘het is iemand die perfect is in het beschermen’.

⁴⁶⁷ De term *daṇḍikā* betekent ‘stok, staf’. Dit wordt vrijer vertaald als ‘tucht’. Als adj. betekent *daṇḍika* ‘een stok dragend; straffend, tuchtigend’. Als subst. betekent de term ‘politie-agent’.

⁴⁶⁸ De term *cūḍā* betekent ‘haarlok op de kruin die overblijft na het scheren’. Op de dag van een wedstrijd wordt al het haar van de worstelaar afgeschoren, behalve dit ene plukje (SANDESARA & MEHTA (1964), p. 27). Dit lijkt tegenstrijdig met wat in vers 30 voorgeschieden wordt (‘hij bindt de haren samen’), behalve als men een onderscheid maakt tussen wedstrijden en dagelijkse trainingen. Voor een training hoeft de worstelaar zich dus niet te scheren.

⁴⁶⁹ *laukikaiḥ śabdais*, let. ‘met volkse woorden’.

⁴⁷⁰ *malla-bhāṣayā*, let. ‘met de taal van de worstelaars’.

14. Tot zover het gedeelte [gewijd] aan lichamelijke [zaken]. Nu [zal] ik de arena beschrijven, die veel variaties [kent] qua afmeting, kleur, algemene eigenschappen enz.

15. Een plek wordt arena genoemd [als] ze geschikt is om de verplichte intensieve training [uit te voeren]. Deze [arena] draagt de naam *ākhāḍhaka*. Ze is gewijd, excellent en eerbiedwaardig.

16. Ik zal deze [arena] beschrijven volgens algemene eigenschappen en kleuren. [Als deze] plaats de juiste kenmerken bezit [behaalt men er] de overwinning, [als deze] plaats de foute kenmerken bezit [leidt dit tot] de nederlaag.

17. De vloer moet drie niveau's hebben⁴⁷¹: een podium, een gelijkvloers en een put. [Het publiek] is niet toegelaten [in] de put [of op] het podium [en] gaat daarom altijd aan de kant [zitten op het gelijkvloers].

18. De *ākhāḍhaka* kent drie namen [op basis van haar] afmeting⁴⁷²: de *deva-māna*⁴⁷³, de *daitya-māna*⁴⁷⁴ en tenslotte de *martya-māna*⁴⁷⁵.

19. [De arena die] 101 *hasta*'s⁴⁷⁶ [groot is] noemt men *deva-māna*, [deze van] 50 [*hasta*'s] *daitya-māna* en [deze van] 21 [*hasta*'s] *martya-māna*.

20. Verder bestaan er vierhoekige, driehoekige en ronde [arena's]. [Een arena] met witgekleurde [aarde heet] *brāhmaṇī*, [deze] met gele aarde [noemt men] *kṣatriya*,

21. [de arena] met zwartgekleurde [aarde heet] *sūdrī*.⁴⁷⁷ [Een arena] met verschillende kleuren is vervloekt. De beste, middelmatige en inferieure aarde [houdt men] strikt gescheiden.

⁴⁷¹ *tri-vidhā bhūmikā bhavet*, let. 'de vloer moet drieledig zijn'.

⁴⁷² *ākhāḍhaka-pramāṇam tri-vidham parikīrtitam*, let. 'de afmeting van de *ākhāḍhaka* wordt drievoudig genoemd'.

⁴⁷³ *deva-mānam*, let. 'de residentie van de goden'.

⁴⁷⁴ *daitya-mānam*, let. 'de residentie van de demonen'.

⁴⁷⁵ *martya-mānam*, let. 'de residentie van de stervelingen'.

⁴⁷⁶ De term *hasta* (let. 'hand, voorarm') refereert aan een bepaalde lengtemaat. Eén *hasta* is zo lang als een voorarm, ongeveer 18 inches of 45 centimeter (SINGH & SARAN (1994), p. 18-19).

⁴⁷⁷ Deze benamingen verwijzen naar drie van de vier maatschappelijke standen. De brahmanen of *brāhmaṇa* vormen de hoogste stand, dan volgen de *kṣatriya* of krijgers en de *vaiśya* of burgers. De *sūdra* vormen de allerlaagste stand (SHATTUCK (1999), p. 26).

22. De grond wordt gemarkeerd met kalk en vrijgemaakt⁴⁷⁸ van hout, ijzer, stenen, doornen, scherven⁴⁷⁹ en vodden. Alles wat mensen [kan] kwetsen⁴⁸⁰ moet zorgvuldig verwijderd worden.

23. Tot zover de reiniging van de arena. 's Ochtends vroeg bij het opstaan⁴⁸¹ moeten de worstelaars eerst urineren en zich ontlasten⁴⁸². [Dan moeten ze] zorgvuldig [hun] tanden poetsen,

24. [hun] mond reinigen door [deze] met water te spoelen en [hun] gezicht wassen. [De worstelaar] voert de ochtendgebeden enz. uit en gaat geconcentreerd naar de arena.

25. Daar aangekomen⁴⁸³ voert de Jyeṣṭhī eerst ademhalingsoefeningen uit. Hij groet de aarde vooraleer hij aan de training [begint].

26. Kinderen en bejaarden, blinden en doven, dezen met gebroken ledematen, geweldenaars en zieken, booswichten, leugenaars, hypocrieten, en verder dronkaards en babbelaars,

27. schurken, gewonden en melaatsen, oplichters, dieven, outcasts en bedriegers zijn niet toegelaten⁴⁸⁴ [op de training]. Bovendien worden vrouwen geblinddoekt⁴⁸⁵ tijdens de trainingstijd.

28. [Als] een worstelaar wil winnen mag [hij] geenszins⁴⁸⁶ luid lachen, hoesten, spuwen, niezen, bekvechten, jammeren of schreeuwen.

29. De [worstelaar] voert vijf maal *pradakṣiṇā*⁴⁸⁷ uit, groet volgens de ceremoniële voorschriften en betreedt dan de gewijde grond. Hij moet de haren samenbinden.

⁴⁷⁸ Het verb. adj. **vi-dūṣita* wordt vertaald zoals *a-dūṣita* (let. 'onbeschadigd, niet vervuild, onberispelijk').

⁴⁷⁹ Het adj. *kuṭṭa* (let. 'brekend, vermalend') is afgeleid van *kuṭṭ*. (X). Waarschijnlijk wilde de auteur in feite het verb. adj. vormen, nl. *kuṭṭita* (let. 'gebroken'). Ik substantiveer deze term.

⁴⁸⁰ *varjanīyaḥ duḥkha-dāḥ*, let. 'dat wat leed geeft moet vermeden worden'.

⁴⁸¹ De datief *prātar-utthāya* kan in deze context enkel vertaald worden als locatief (*prātar-utthe*) en is hoogstwaarschijnlijk metri causa gekozen.

⁴⁸² *kartavyam mala-mūtra-viśuddhiṃ*, let. 'de zuivering van urine en uitwerpselen moet gemaakt worden'.

⁴⁸³ *gatvā*, let. 'na te zijn gegaan'.

⁴⁸⁴ *varjayitvā*, let. 'na [hen] te hebben verwijderd'.

⁴⁸⁵ *andhās [kṛtās] striyaḥ*, let. 'de vrouwen [zijn gemaakt tot] blinden'.

⁴⁸⁶ *varjanīyaṃ prayatnena mallena jayam icchatā*, let. 'door de worstelaar die de zege wenst moet met zorg vermeden worden'.

- 30.** Daarna, na de *pradakṣiṇa* en de ceremoniële begroeting⁴⁸⁸, bindt [de worstelaar] het haar met meerdere [knopen] stevig vast vooraleer [hij aan de training] begint.
- 31.** [De worstelaar] laat sandalen, bed, zetel, stoel enz. achtewege. In de arena moet hij z'n hoofddekse afnemen.
- 32.** Vooraleer hij de arena betreedt moet hij de handen wassen en zich reinigen. Hij moet *mantra*'s reciteren⁴⁸⁹ en zich richten tot Sudarśana⁴⁹⁰.
- 33.** “Opdat deze Kṛṣṇa die alle verlangens vervult naar hier mag komen. O *ākhādḥaka*, ik buig voor jou, schenk mij geluk en de overwinning.
- 34.** O Sudarśana, u heeft [macht] over Uddāma⁴⁹¹ en Darpa⁴⁹², over [alle] demonen en Indra, over [alle] jonge bruidjes en weduwes, [u] schenkt de overwinning, [u] bent onmisbaar⁴⁹³ in de strijd, [daarom] buig ik voor u.”
- 35.** Aan de linkzijde [zit] Hari, rechts van hem Śaśiśekhara⁴⁹⁴, in het midden Brahmā die steeds weer geboren wordt uit een lotus. De moedergodinnen⁴⁹⁵ zijn [hun echtgenotes].⁴⁹⁶

⁴⁸⁷ De term *pradakṣiṇa* (let. ‘beweging naar rechts; zuidwaartse omgang’) verwijst naar de rituele ommegang rond een persoon of object om respect, eerbied of onderwerping te betuigen. Dit gebeurt van links naar rechts, analoog aan de beweging van de zon. De uitvoering van *pradakṣiṇa* brengt voorspoed en creëert een beschermende cirkel. Ook lijnt men zo gewijde grond af (STUTLEY (1984), p. 228-229).

⁴⁸⁸ *praṇāmya vidhi-pūrvakam*, let. ‘na te hebben gegroet volgens de ceremonie’.

⁴⁸⁹ *sādhayed mantreṇa*, let. ‘hij moet aanroepen met een *mantra*’. Cs. van *sādh.* + *mantram*, let. ‘de recitatie van bezweringen uitvoeren’. De Instr. *mantrēṇa* is waarschijnlijk metri causa gekozen.

⁴⁹⁰ De naam Sudarśana (let. ‘aangenaam om te zien’) is een epitheton voor zowel Śiva, Viṣṇu als Kṛṣṇa. In dit geval wordt gerefereerd aan Kṛṣṇa (KAMATH (2002), p. 666).

⁴⁹¹ De naam Uddāma (let. ‘ongebonden, zelfbeschikkend’) is een epitheton voor Yama, de god van de dood (*Ibid.*, p. 729).

⁴⁹² De naam Darpa (let. ‘trots, hoogmoed’) is een epitheton voor Kāma, de god van de liefde (STUTLEY (1984), p. 69).

⁴⁹³ *priya*, let. ‘geliefd, dierbaar’.

⁴⁹⁴ De naam Śaśiśekhara (let. ‘met de maan als diadeem’) is een epitheton voor Śiva (KAMATH (2002), p. 615).

⁴⁹⁵ De moedergodinnen waren oorspronkelijk incarnaties van de scheppende natuurkrachten en de vrouwen van de Vedische goden. Deze godinnen waren een voorloper van *śakti*, nl. de scheppende kracht van de goden die gepersonifieerd wordt door hun echtgenotes (STUTLEY (1984), p. 185).

⁴⁹⁶ *hasteṣu [kurvanti] mātaraḥ*, let. ‘de moedergodinnen namen hen bij de handen’. *haste kṛ.*, let. ‘bij de hand nemen, huwen’.

36. [Men moet] zich dit beeld van Kṛṣṇa⁴⁹⁷ voor de geest halen. [Dit] is een bescherming en een zegening die levenskracht, gezondheid, moed, succes, overwinning, doorzettingsvermogen en kracht schenkt. “O Śrīnidhi⁴⁹⁸, wees gegroet en vernietig [elk] gevaar voor mij.”

37. Tot zover de *mantra* ter bescherming. “O Haladhara⁴⁹⁹, Dharādhara⁵⁰⁰ en Vāsuki⁵⁰¹, de serpentendemon die versierd is met juwelen, wees gegroet en schenk mij rijkdom en de overwinning.”

38. [De worstelaar] haalt [zich] een uitgekozen beeld van Vāsuki voor de geest. Hij reinigt zich volgens de voorschriften. Dan neemt hij [zijn] haarlokken vast en bindt ze stevig vast met drie knopen. Zo werden de regels en *mantra*’s lang geleden gecreëerd en verkondigd door Bhṛgu⁵⁰².

39. [Hij] bindt [zijn] buikgordel op de correcte manier vast, [d.w.z.] volgens de regels van de *mantra* van de gordel. [De worstelaar] slaat zich krachtig op de armen op drie [verschillende] manieren: [met de handpalmen] vlak, ineengebald of omhooggericht.

40. De Siṃha⁵⁰³ moet [ondertussen] luid brullen⁵⁰⁴. [Ook] voor de Vṛṣa⁵⁰⁵ is het aangewezen op deze manier te roepen⁵⁰⁶. [Dit vloeit voort] uit de eigen aard [van de worstelaars], charmant [of] vijandig.

⁴⁹⁷ Kṛṣṇa is een incarnatie van Viṣṇu of Hari (DOWSON (1957), p. 117, 160).

⁴⁹⁸ De naam Śrīnidhi (let. ‘een schat aan rijkdom’) is een epitheton voor Viṣṇu (*Ibid.*, p. 636).

⁴⁹⁹ De naam Haladhara betekent ‘hij die een ploeg vasthoudt’ en is een synoniem voor Balarāma (MANI (1989), p. 306).

⁵⁰⁰ De naam Dharādhara betekent ‘hij die de aarde ondersteunt’ en is een epitheton voor Viṣṇu of Kṛṣṇa (KAMATH (2002), p. 176).

⁵⁰¹ De naam Vāsuki refereert aan de koning der Nāga’s, een ras van halfgoddelijke slangenwezens. Vāsuki werd door de goden en demonen gebruikt als touw om rond de berg Mandara te rollen. Zo karnden ze de oceaan (DOWSON (1957), p. 343, 213).

⁵⁰² De naam Bhṛgu refereert aan een befaamd Vedisch ziener (*Ibid.*, p. 54).

⁵⁰³ De term Siṃha betekent ‘leeuw’ en refereert aan een bepaald type worstelaar. Dit type is opgenomen in de tweede classificatie in het vijfde hoofdstuk (vers 3). De vijf types van deze classificatie zijn: Gaja, Vṛṣa, Siṃha, Mṛga en Bhaviṣya. De onderverdeling gebeurt op basis van hun kwaliteiten en lichaamsbouw (KULKARNI (1961), p. 367).

⁵⁰⁴ *unnata-svara-saṃlāpaḥ siṃhasya prakīrtitaḥ*, let. ‘voor de leeuw is de conversatie met luide stem aangewezen’.

⁵⁰⁵ De term Vṛṣa betekent ‘stier’ en refereert aan een bepaald type worstelaar (cf. supra) (*Ibid.*)

⁵⁰⁶ *samaṃ vṛṣasya nirdiṣṭam*, let. ‘voor de Vṛṣa is hetzelfde aangewezen’.

41. Wanneer [de worstelaar] zich lang genoeg op de armen heeft geslagen, gaat hij naar de arena. De Gaja⁵⁰⁷ gaat neerzitten in de lotushouding, en de Jyeṣṭhī begint [de training].
42. Samen met de Antarajyeṣṭhī, de Gopakula, de Bāla⁵⁰⁸, de Vṛddha⁵⁰⁹ en de Bhaviṣya, betuigt hij daarna eer aan de aarde:
43. “O Aarde die kracht schenkt, jij wordt gedragen door Hari. Jij verfraait [elk] persoon, [jij] gewijde die [vele] gunstige kenmerken bezit.”
44. Nadat hij zo heeft gesproken en eer heeft betoond aan de prachtige [Aarde], neemt hij [wat] zand. Vervolgens moet hij samen met [z’n] metgezellen het hele lichaam [hiermee] insmeren.
45. Deze zijn de vijf [types] worstelaars: de Gaja, de Siṃha, de Vṛṣa, de Mṛga⁵¹⁰, de vijfde is gekend als Bhaviṣya. Voor hen bestaan er vijf lichaamshoudingen.
46. Door de intensieve training in de kunst leert de Jyeṣṭhī deze vijf één voor één. Alle [worstelaars] zijn respectvol en zitten neer in hun eigen persoonlijke houdingen.
47. De Gaja neemt de lotushouding aan, de Siṃha de Garuḍa⁵¹¹-houding, de Mṛga neemt de slangenhouding aan en de Vṛṣa de hanenhouding.
48. De Bhaviṣya gaat verder achterin zitten en laat de training aan zich voorbij gaan⁵¹². Later zal hij deze zelf uitvoeren.
49. Nu worden de vele kwaliteiten van de trainer⁵¹³ beschreven. De trainer laat niet toe dat de worstelaars zich vijandig gedragen. Dit wordt [later] uitgelegd.

⁵⁰⁷ De term Gaja betekent ‘olifant’ en refereert aan een bepaald type worstelaar (cf. supra) (*Ibid.*).

⁵⁰⁸ De term Bāla betekent ‘kind’ en refereert aan een bepaald type worstelaar. Dit type is opgenomen in de eerste classificatie beschreven in het vijfde hoofdstuk (v. 1-2). De acht types zijn: Yuvā, Prāṇavāna, Jyeṣṭhī, Antarajyeṣṭhī, Gopakula, Bhaviṣya, Bāla en Vṛddha. De onderverdeling gebeurt op basis van hun kwaliteiten en leeftijd (*Ibid.*).

⁵⁰⁹ De term Vṛddha betekent ‘oude man’ en refereert aan een bepaald type worstelaar (cf. supra) (*Ibid.*).

⁵¹⁰ De term Mṛga betekent ‘antilope’ en refereert aan een bepaald type worstelaar (cf. supra) (*Ibid.*).

⁵¹¹ De naam Garuḍa betekent ‘verslinder’ en refereert aan een mythische figuur met een menselijk lichaam en met de bek en klauwen van een roofvogel. Hij staat gekend als vernietiger van slangen (STUTLEY (1984), p. 95).

⁵¹² *kārayec ca śramaṃ*, let. ‘hij laat de training uitvoeren’.

⁵¹³ *mati-kāra*, let. ‘hij die plannen maakt, hij die beslissingen neemt’.

50. Voortdurend worden zijn 41 kwaliteiten gevierd. De worstelaars moeten deze [kwaliteiten] altijd in gedachten houden.

51. Zonder hem zijn de Gaja's verloren, als waren ze ongecontroleerd. De [worstelaars] moeten [hun] trainer altijd met zorg verdedigen.

1. Zelfkennis⁵¹⁴. **2.** Mensenkennis⁵¹⁵. **3.** Bekwaamheid in de standen. **4.** Slagvaardigheid. **5.** Vaardigheid in de vijf ritmes. **6.** Deskundigheid wat de aarde betreft. **7.** Bedrevenheid in het slaan op de armen. **8.** En verder de bekwaamheden aangaande de vijf standen. **9.** Ervaring in de lichaamshouding. **10.** Vakkundigheid in het ondersteunen van de Jyeṣṭhī. **11.** Routine in het afweren. **12.** Redeneringsvermogen. **13.** Bedrevenheid in de wetenschappen. **14.** Perfectionisme.⁵¹⁶ **15.** Professionaliteit.⁵¹⁷ **16.** Bekwaamheid in de verdediging. **17.** Behendigheid in het losmaken [van klemmen]. **18.** Deskundigheid in het afwerpen. **19.** Een professionele houding t.o.v. leerlingen. **20.** Een professionele houding t.o.v. vijanden. **21.** Vaardigheid jegens vrienden. **22.** Vaardigheid om streng [op te treden]. **23.** Een professionele houding t.o.v. de eigen worstelaars. **24.** Een professionele houding t.o.v. de worstelaars van anderen. **25.** Deskundigheid in de kreten. **26.** Ervaring met angst. **27.** Behendigheid met een wapenuitrusting. **28.** Beoordelingsvermogen. **29.** Vakkundigheid tijdens de training. **30.** Ervaring in de strijd. **31.** Deskundigheid qua voedselinname. **32.** Ervaring met luiheid. **[33. 34. 35. 36.]** **37.** Ervaring in de arena. **38.** Ervaring met woede. **39.** Deskundigheid qua timing. **40.** Een professionele houding t.o.v. de koning. **41.** Een professionele houding t.o.v. de maatschappij.

52. [Slechts] hij die gesierd is met deze 41 vaardigheden wordt beschouwd als een [goed] trainer. Hij moet zijn taak vervullen.»

Aldus het zesde hoofdstuk over de vaardigheden.

⁵¹⁴ *ātma-kalā*, let. 'vaardigheid met betrekking tot het zelf'.

⁵¹⁵ *para-kalā*, let. 'vaardigheid met betrekking tot de anderen'.

⁵¹⁶ *saṁsthāve kalā*, let. 'vaardigheid in het excellente'.

⁵¹⁷ *veśa kalā*, let. 'vakkundigheid qua werk'.

6.3.5 Hoofdstuk 8.

[Heer Kṛṣṇa sprak:]

1. [De worstelaar] moet vijf ritmes⁵¹⁸ aanleren, die [ik zal] opnoemen. [Ik] definieer deze [als volgt]: het eigen ritme, het ritme van de tegenstander, het ritme dat de actie [inleidt]⁵¹⁹ en ook
2. het gezamenlijke ritme⁵²⁰ en de ritmeloze [situatie]⁵²¹ moeten intensief bestudeerd worden. Als hij deze [ritmes] kent, zal de worstelaar telkens de overwinnaar van het gevecht zijn.
3. De worstelaars moeten steeds aandacht schenken aan vijf zaken.⁵²² Allereerst heeft hij aandacht voor de intenties en de blik [van de tegenstander].
4. Ook let hij op de bevelen [van de trainer] en op de geluiden⁵²³ [die de tegenstander maakt]. Ten slotte heeft hij aandacht voor het publiek. Zo zijn de worstelaars voortdurend op vijf manieren aandachtig.

⁵¹⁸ SANDESARA & MEHTA (1964) interpreteren de term *tāla* (let. ‘muzikaal ritme; hand’) als ‘begroeting’, maar plaatsen hier zelf een vraagteken bij. SANDESARA & MEHTA (1964), p. 10. Volgens KULKARNI (1961) betekent de term ‘ritme van de beweging’. KULKARNI (1961), p. 369. Geen van hen geeft een vertaling voor de vijf types van *tāla*. Ik besluit KULKARNI te volgen. Naar mijn aanvoelen kunnen niet alle vijf de composita vertaald worden als men *tāla* als ‘begroeting’ interpreteert. Het ritme is de maat waarop de worstelaar in het rond stapt of springt terwijl hij de tegenstander aftast en tracht te benaderen.

⁵¹⁹ De term *kriyā-tāla* (let. ‘het ritme van de actie’) interpreteer ik als volgt: de worstelaars bewegen zich op hetzelfde ritme tot wanneer één van de worstelaars dit doorbreekt. Hij valt onverwacht aan en probeert de tegenstander vast te grijpen. Pas dan kan het worstelen beginnen. De eigenlijke worstelactie vereist dus een omschakeling naar een ander ritme.

⁵²⁰ De term *sama-tāla* (let. ‘het ritme dat gelijk/homogeen is’) interpreteer ik als volgt: beide worstelaars volgen elkaars bewegingen. Als de ene een pas verzet, doet de ander dat ook. Zo zijn ze ‘veilig’ en wachten ze het juiste moment af om aan te vallen.

⁵²¹ De term *śūnya-tāla*, (let. ‘het ritme dat afwezig is’) interpreteer ik als volgt: één van de worstelaars volgt het ritme van de tegenstander niet, maar blijft stilstaan. Deze statische houding maakt hem kwetsbaar, maar kan ook betekenen dat hij zich voorbereidt op de aanval.

⁵²² *mallānām dṛṣṭir bhavati pañca-dhā*, let. ‘de aandacht van de worstelaars is vijfvoudig’.

⁵²³ In hoofdstuk 7 van de *Mallapurāṇa* wordt opgesomd welke de geluiden zijn die een worstelaar moet vermijden tijdens het worstelen (KULKARNI (1961), p. 369). Door goed te luisteren naar de geluiden die de tegenstander maakt (strijd- of pijnkreten, zuchten van vermoeidheid,...) weet een worstelaar in welke conditie de tegenstander zich bevindt.

5. Nu [zal] ik de veertien houdgrepen van het lichaam beschrijven, [alsook] met welke ledematen deze uitgevoerd worden. Door [de grepen] krachtig [uit te voeren] wordt het beste resultaat bereikt.
6. [Ik] beschrijf [alle houdgrepen]: de houdgreep bij de haarknot, [de houdgreep waarbij men] de schouder vastgrijpt met de hand, de houdgreep met één hand of [deze] met twee handen,
7. de houdgreep bij de gordel⁵²⁴, de houdgreep met de hand en de arm, verder de houdgrepen [waarbij men] de rug, de ruggegraat of de heup [klemt],
8. de houdgreep [waarbij men] de abdomen [klemt], de houdgreep waarbij [men door de knieën] zakt⁵²⁵, de houdgreep [waarbij men] de hand klemt, de houdgreep [waarbij men] de voet klemt,
9. en de houdgreep zonder klem. Tot zover de veertien houdgrepen die [elke worstelaar] moet uitvoeren, net zoals de standen en de leefregels [verplicht zijn voor alle worstelaars].
10. Nu [zal ik] de twaalf standen in het worstelen opnoemen. [Ik] bespreek de vier standen [waardoor men de tegenstander] overwint.⁵²⁶
11. [Ik] vermeld de stand [waarbij] het hoofd [van de tegenstander de grond raakt], de stand [waarbij zijn] handpalmen [de grond raken], alsook de standen [waarbij zijn] buik of [zijn] rug [de grond raken].
12. Ook de vier standen [waardoor men de tegenstander] neutraliseert⁵²⁷ worden besproken. Eerst moet men de stand kennen die [bekend staat] als de klem met de voet.

⁵²⁴ *kaṣṭā-talena lāgo*, let. ‘de greep met de handpalm aan de gordel’.

⁵²⁵ *lāgo nimiti-pūrvakaḥ*, let. ‘de greep verbonden met een verzakking’. De tekst leest *nirmiti* (let. ‘creatie, toevoeging’), wat ik corrigeer als *nimiti* (let. ‘vestiging; verzakking’).

⁵²⁶ *jaya-sthānaka*, let. ‘de stand van de overwinning’. In een worstelwedstrijd is het de bedoeling de tegenstander op de grond te werpen. Het lichaamsdeel waarmee de tegenstander de grond raakt bepaalt hoeveel punten men toegekend krijgt voor de worp.

⁵²⁷ *sama-sthānaka*, let. ‘de stand van de neutraliteit/gelijkheid’. Wanneer twee worstelaars in de clinch gaan en geen van hen erin slaagt de tegenstander op de grond te werpen, worden ze uit elkaar gehaald. Geen van hen krijgt punten. Om dit te bekomen moet men zich zo stevig mogelijk vastklemmen aan de tegenstander.

13. Vervolgens is er de klem [waarbij men] het hoofd [van de tegenstander klemt] en verder de klem met beide scheenbenen. De klem met hand en voet onderling is de belangrijkste [stand] die [de worstelaar] moet onthouden.

14. De neutrale stand werd viervoudig besproken. Beluister zeker ook de vier bijkomende standen⁵²⁸.

15. De stand die [gekend is als] de klem met beide handen, de stand [waarbij men] de gordel beetneemt, de klem [waarbij men] de helft van het lichaam [inzet] en de [stand die gekend is als] de klem met beide knieën.

16. Zo zijn er dus twaalf standen die betrekking hebben op de lichaamsdelen. Er zijn achttien soorten lichaamshoudingen die [de worstelaar] van in het begin [van de opleiding aanleert].

17. Als eerste [vermeld ik] de beginhouding, de eindhouding en de tussenhouding. Daarnaast onderscheid [ik] de leeuwhouding,

18. de voortreffelijke schildpadhouding en de kikkerhouding. Ook de zogenaamde olifanthouding en de hoge houding worden genoemd.

19. De hoofdhouding moet gekend zijn, en verder worden de okselhouding, de nekhouding en de voortreffelijke armhouding vermeld,

20. en ook de houding met beide armen, de excellente haanhouding, de cobrahouding⁵²⁹, de Garuḍa-houding⁵³⁰,

21. en [tenslotte] de buikhouding. Zo heb [ik] de zeventien [lichaamshoudingen] besproken.⁵³¹

Slechts vier worstelaars beschikken over de kwaliteiten [die nodig zijn] voor de training.

⁵²⁸ *upasthāna*, let. ‘benadering, verering, bediening’. Deze vertalingen zijn hier niet van toepassing. Het prefix *upa* betekent ‘nabij, aan de zijde van, onder’ met de bijbetekenis van ondergeschiktheid. Omdat ‘ondergeschikte stand’ te negatief klinkt, vertaal ik deze term als ‘bijkomende stand’.

⁵²⁹ De term **phaṇa-gupta* (let. ‘beschermend door de uitgezette slangennek’) is volgens mij een variant van *phaṇa-kara* (let. ‘slang, cobra’). Wanneer een cobra bedreigd wordt, richt hij zich op en spreidt hij zijn ‘nekvleugels’.

⁵³⁰ De naam Garuḍa refereert aan de koning van het vogelras, tevens Viṣṇu’s rijdier. Hij is half mens, half adelaar en de grote vijand van het slangenras. Hij vocht met Indra nadat hij de onsterfelijkheidsdrank van de goden gestolen had. Garuḍa verbrijzelde Indra’s donderkeil en won het gevecht. Wel moest hij de drank teruggeven (DOWSON (1957), p. 109-110).

⁵³¹ De schrijver kondigde in vers 16 incorrect achttien houdingen aan.

- 22.** De Jyeṣṭhī, de Antarajyeṣṭhī en ook de Gopakula. De Bhaviṣya is de vierde [worstelaar die de nodige] kwaliteiten bezit.
- 23.** Omdat [de worstelaars onderling] verschillen⁵³² bestaan er vier trainingen: de lichte training, de middelmatige training en de zware training. In [deze] volgorde [zal ik de trainingen bespreken].
- 24.** Daarna [zal ik] de excessieve worsteltraining bespreken. Luister! Ik zal naar waarheid beschrijven [welke] worstelaars niet mogen [trainen].
- 25.** [Worstelaars] die verkouden zijn, zwellingen [vertonen], hoesten [of] ademhalingsproblemen hebben. Zij die verzwakt zijn door de honger [of] net gegeten hebben. Nijldige, gewonde [of] onoplettende [worstelaars]. [Worstelaars] die gekweld worden door zorgen.
- 26.** [Worstelaars] met een indigestie en verzwakte [worstelaars]. [Worstelaars] die zich misdragen [in het gezelschap van] vrouwen.⁵³³ [Worstelaars] wiens hele lichaam is aangetast door dronkenschap. [Worstelaars] met hoofdpijn.
- 27.** Ook verwarde [of] hongerige [worstelaars]. [Al deze worstelaars] mogen niet worstelen. Ik vermeld [nu] welke [worstelaars] de lichte training zullen uitvoeren.
- 28.** Kinderen en oudere mannen. [Worstelaars] met koorts [of] met een oogaandoening. Gewonde, zieke [of] krachteloze [worstelaars]. [Worstelaars] met een slechte spijsvertering.
- 29.** [Worstelaars] met pijn [die veroorzaakt wordt] door *vāta*⁵³⁴, een gloeiend gevoel enz. Vermoeide [worstelaars]. [Worstelaars] met bloedarmoede⁵³⁵. [Worstelaars] die aan het vasten zijn. [Worstelaars] met een slecht lichaam.
- 30.** Op basis van hun conditie en toestand volbrengen al deze [worstelaars] de lichte training. Ik geef een volledige beschrijving van de lichte training.
- 31.** Ook de kwaliteiten die de worstelaars bekomen door de lichte training zal ik benoemen. Luister goed, brahmanen!

⁵³² *vinīyogatas*, let. ‘tengevolge van het onderscheid [tussen worstelaars onderling]’.

⁵³³ *strīṣu kṣīṇas*, let. ‘[hij die] ellendig is jegens vrouwen’.

⁵³⁴ Wind of *vāta* is één van de drie lichaamssappen, naast gal en slijm. Van deze drie is *vāta* de meest actieve, die de bewegingen van het lichaam en de zenuwfuncties regelt (DASH & JUNIUS (1983), p. 16) (cf. p. 73).

⁵³⁵ Bloed of *rakta* is één van de zeven lichaamsweefsels, de basiselementen van het lichaam. De overige zijn plasma, spier-, vet- en botweefsel, beenmerg en sperma (*Ibid.*, p. 30).

- 32.** [De worstelaar verwerft] meer kracht, een goede spijsvertering en lenigheid. [Hij] brengt *pitta*⁵³⁶ tot bedaren. [De lichte training] is een methode om sterk te worden. Ouderdomskwaaltjes worden onderdrukt⁵³⁷ en de spieren⁵³⁸ worden erg stevig.
- 33.** Ook ontwikkelt hij meer wilskracht door de lichte training. Daarom moet [een worstelaar] die gezond wil blijven de lichte training regelmatig uitvoeren.
- 34.** Nu vertel ik [met welke lichamelijke] effecten de lichte training gepaard gaat. Wanneer [de worstelaar] 's ochtends de lichte training uitvoert, zal [hij] niet hijgen, noch transpireren.
- 35.** Omwille van het welzijn van de worstelaars zal ik meedelen [welke] kwaliteiten men verwerft door regelmatig de middelmatige training uit te voeren.
- 36.** [De worstelaar wordt] opgewekt en sterk. [Hij] ontwikkelt zich lichamenlijk en [bekomt] wilskracht, vreugde en welzijn. Bovendien [krijgt hij] meer kracht en *prāṇa*.
- 37.** [Hij] maakt komaf met een zwakke spijsvertering. [Hij] vernietigt vet⁵³⁹ en brengt *pitta* tot bedaren. Dit zijn de twaalf voortreffelijke eigenschappen.
- 38.** Beluister welke eigenschappen men bemerkt [bij worstelaars die] de middelmatige training uitvoeren. Tijdens de middelmatige training transpireren de worstelaars wel.
- 39.** Er parelen zweet[druppels] onder de oksels, in de nek, op de kaken, op het voorhoofd, aan de polsen en in de knieholtes. Het hart klopt in de keel.⁵⁴⁰
- 40.** Nu zal ik vertellen welke worstelaars volhardend [genoeg] zijn om de zware training uit te voeren, net zoals [ik] de leefregels [zal vermelden], alsook de flauwtjes [bij een excessieve training].
- 41.** De Jyeṣṭhī, de Antarajyeṣṭhī en ook de Gopakula [zijn volhardende worstelaars]. De [volhardende worstelaars] die beschikken over [volgende] kwaliteiten moeten de zware training uitvoeren:

⁵³⁶ Galsap of *pitta* is het tweede lichaamssap. Deze regelt de enzymen en hormonen, en is o.a. verantwoordelijk voor de spijsvertering, de lichaamstemperatuur en het hongergevoel (DASH & JUNIUS (1983), p. 16).

⁵³⁷ *jarā-stambho*, let. '[er ontstaat] een onderdrukking van de ouderdom'.

⁵³⁸ De term *māṃsa* betekent 'vlees'. In de Ayurvedische geneeskunde betekent de term ook 'spierweefsel', één van de zeven lichaamsweefsels (*Ibid.*, p. 30).

⁵³⁹ Vet of *medas* is één van de zeven lichaamsweefsels (*Ibid.*, p. 30).

⁵⁴⁰ *hṛdi śvāsaś ca jāyate*, let. 'in het hart ontstaat gehijg'.

42. [zij die] gezond, sterk en moedig zijn en [voldoende] *prāṇa* bezitten. Doorzetters⁵⁴¹ en [worstelaars] die uitputting en pijn verdragen. [Worstelaars] die kloek zijn en een goede spijsvertering hebben.
43. Ik zal vertellen welke kwaliteiten de worstelaars verwerven door de volledige training, net zoals [ik straks] de leefregels [zal vermelden], alsook de flauwtes [bij excessieve training].
44. Hartziektes verdwijnen en *pitta* wordt tot bedaren gebracht. Parasieten worden vernietigd en huidziektes⁵⁴² onderdrukt. Ook ontwikkelen [de worstelaars] een goede lichamelijke conditie.
45. [Ze verwerven] een hoge pijngrens⁵⁴³ en moed. Ziektes verdwijnen en de spijsvertering verbetert. In volgorde waren dit de tien kwaliteiten.
46. Enkel [worstelaars] die volharden kunnen de zware training volledig uitvoeren. Wanneer de worstelaars overmatig trainen vertonen ze [bepaalde] symptomen.
47. Ik zal deze opsommen. Luister aandachtig! Overal op het lichaam parelen zweet[druppels] en de ogen worden rood.
48. Ouderdomskwaaltjes worden onderdrukt, en *kapha*⁵⁴⁴ en vet worden vernietigd. De vele zweet[druppels] verdampen [meteen] op het [verhitte] gelaat. De ademhaling wordt heviger.
49. Algauw krimpt⁵⁴⁵ het hart ineen en onmiddelijk daarna wordt de keel droog. Vervolgens droogt de mond uit en [ook] de lichaamsappen drogen op.
50. [De worstelaar] kan erg duizelig worden en bovendien hallucinaties krijgen. Onmiddelijk krijgt hij dorst en terzelfdertijd fluimen.
51. [De excessieve training] kan misselijkheid, duizeligheid, ademhalingsproblemen, een hoest, irritatie van *pitta*, bloedziektes, brandende pijn in het hart en ook koorts veroorzaken.

⁵⁴¹ *su-śramas*, let. '[hij die is] voorzien van de juiste inspanning'.

⁵⁴² De term *kuṣṭha* betekent 'lepra'. Volgens ZIMMERMANN betekent de term ook 'huidziekte' (ZIMMERMAN (1989), p. 121).

⁵⁴³ *kleśe sahiṣṇutā*, let. 'verdraagzaamheid bij pijn'.

⁵⁴⁴ Slijm of *kapha* is het derde lichaamssap. Deze regelt de twee overige lichaamssappen en is o.a. verantwoordelijk voor de gewrichten, de soliditeit en kracht van het lichaam en het geduld (DASH & JUNIUS (1983), p. 16).

⁵⁴⁵ *hṛdayaṃ śoṣayati*, let. '[de training] maakt het hart droog'.

52. Als hij dit ervaart, dan bieden de [volgende] leefregels de arme ziel alleszins soelaas.⁵⁴⁶ Ik zal vertellen wat de worstelaars [moeten] doen om snel weer gezond te worden.⁵⁴⁷

53. Luister. De leefregels [schrijven voor dat de worstelaar] eerst en vooral een bad moet nemen in koud water.

54. Hij moet melk met suiker drinken, druiven eten en witte kleren dragen.

55. Hij [moet] goed ingesmeerd worden met sandelhout en kampfer. Hij [moet zijn lichaam] bedekken met vochtige⁵⁴⁸ doeken. Hij [moet] pikant, bitter en zuur [voedsel] vermijden.

56. Hij [moet] krachtig voedsel met suiker, zout, granen en melk eten. Wanneer hij dit doet, dan bekomt hij een kloek lichaam.⁵⁴⁹ De training is een plicht voor de worstelaars. Deze levenswijze bevordert hun welzijn.

Aldus het achtste hoofdstuk met name ‘De beschrijving van de vier worstelaarstrainingen’ uit de eerbiedwaardige *Mallapurāṇa*.

6.3.6 Hoofdstuk 12.

[Heer Kṛṣṇa sprak:]

1. [De worstelaar] behaalt de overwinning in de strijd dankzij *prāṇa*. [De ontwikkeling van] *prāṇa* [wordt bevorderd] door lichaamsmassages.⁵⁵⁰ Om de training fysiek te kunnen volbrengen moet [de worstelaar] een kloek lichaam hebben.⁵⁵¹

⁵⁴⁶ *kartavyaṃ hitam ātmanaḥ*, let. ‘de plicht is weldadig voor de [arme] ziel’.

⁵⁴⁷ *yena kṛtena mallānām jāyate sukham āśu*, let. ‘door welk gedrag snel welzijn ontstaat voor de worstelaars’.

⁵⁴⁸ De tekst leest *ardha* (let. ‘half’), wat ik corrigeer als *ārdra* (let. ‘vochtig’).

⁵⁴⁹ *puṣṭiḥ śarīre gacchati*, let. ‘een kloekheid komt in [zijn] lichaam’.

⁵⁵⁰ Een massage verdrijft moeheid en *vāta*, en bevordert kloekheid en *prāṇa* (WUJASTYK (2001) p. 261). De oliën die men gebruikt dringen diep door en geven de weefsels en de huid *puṣṭi* (let. ‘kloekheid, weldoorvoede toestand’), wat één van de Indische schoonheidsidealen is (ZIMMERMAN (1989), p. 210).

2. Aangezien een kloek lichaam [dus noodzakelijk is], vertel ik [jullie] de methode [om kloek te worden]. [Door] de juiste voeding en een [gezonde] levensstijl kweekt men een kloek [lichaam].
3. In de buik bemerkt men *vāta*, *pitta* en *kapha*. Op zestien manieren raakt *vāta* daar geïrriteerd.
4. Door zure, bittere, scherpe en pikante [maaltijden] te nuttigen. Door de natuurlijke behoeften⁵⁵² van de lenden en van het hele lichaam te onderdrukken.
5. Door [op de grond] te zitten [als men] verkouden is. Door in de regen te lopen.⁵⁵³ Door een krachtsinspanning te leveren. Door op wacht te staan.
6. Gewoonlijk ook door rijst, groenten, enz. te eten, en zeker door weinig kleren te dragen als het bewolkt is.⁵⁵⁴
7. Op deze zestien manieren wordt *vāta* bij iedereen geïrriteerd. [Wanneer men] op deze manier verzwakt is, zal men slechts moeizaam genezen.⁵⁵⁵
8. Nu zal ik de symptomen van geïrriteerde *vāta* beschrijven. Deze [beschrijving] biedt bescherming, aangezien de herkenning [van de symptomen] een voorbereiding is op de medische behandeling.
9. Dag en nacht ontwikkelt *vāta* zich in het hoofd, in beide oren, in de ogen, in het hart en in de kaakstreek,
10. in beide schouders en in de lichaamsgewrichten. [De worstelaar] krijgt kramp in beide armen en in de scheenbenen.
11. [Hij] duizelt en rilt. Op de buik en op de rug vormt zich zweet en talg⁵⁵⁶. Op de heupen en ook in de navelstreek ontwikkelt men vetophopingen⁵⁵⁷.

⁵⁵¹ *śramaḥ śarīra-sādhyaś tad śarīraṃ puṣṭi-kāraṇam*, let. ‘de training moet volbracht worden met het lichaam, dit lichaam is voorzien van een toestand van kloekheid’.

⁵⁵² De term *vega* (let. ‘snelheid; impuls’) verwijst naar de natuurlijke behoeften van de mens. Deze worden geregeld door *vāta*. Men onderscheidt dertien behoeften: urineren, ontlasten, ejaculeren, winden laten, braken, niezen, boeren, geeuwen, eten, drinken, wenen, slapen en ademen (DASH & JUNIUS (1983), p. 45-47).

⁵⁵³ *jala-taraṇād*, let. ‘wegens het oversteken doorheen water’.

⁵⁵⁴ *meghodgamana-kāle jīrṇa-vastrais*, let. ‘door versleten kleren [te dragen] wanneer er wolken oprijzen’.

⁵⁵⁵ *sukham avāpnuyāt*, let. ‘hij zal gezondheid bekomen’.

⁵⁵⁶ *sneha*, let. ‘olie, vet, zalf; lichaamsvocht’.

⁵⁵⁷ *bṛṇhāṇa*, let. ‘het groot of dik maken’.

12. Als gevolg van de ziekte krijgen de worstelaars pijn in de [volgende] lichaamsdelen: in de schaamstreek en de anus, in de rug en onder beide oksels.
13. [De worstelaar] jaagt zich op voor het minste. Ook ontwikkelt hij een ruwe huid en een onregelmatige spijsvertering. Zo zijn de symptomen van *vāta* beschreven.
14. Ik zal de remedie om *vāta* te bedaren kort samengevat beschrijven. De behandeling houdt in dat⁵⁵⁸ [men] regelmatig wordt ingezalfd met olie.
15. Om *vāta* te bedaren moet [de worstelaar] onmiddellijk na het vasten een medicijn op basis van een medicinale pap met vlees toegediend krijgen.
16. Als hij weet [wat de behandeling inhoudt], moet hij deze inspanning volhouden om *vāta* in te dammen en te genezen⁵⁵⁹. Verzorging en zuivering met de *tri-phalā*⁵⁶⁰ zijn aanbevolen,
17. alsook [medicinale] *ghee* met saffraan, zwarte peper, melk en kandisuiker. Verder is het erg belangrijk dat *pitta* in [het lichaam van] de worstelaar tot rust gebracht wordt.
18. [De worstelaar] moet melk drinken met kandisuiker, gemengd met kardemom en witte suiker. Door dit zeven nachten te nuttigen doet hij *pitta* zeker bedaren.
19. [Als de worstelaar] *pitta* tot bedaren brengt, [zal] hij blaken van gezondheid.⁵⁶¹ Daarom leg [ik] volledig uit [hoe men] *pitta* tot rust brengt:
20. door veel room en water te nuttigen, [gemengd] met zoetigheden, veel kampfer, granen, wrongel, melk en vers water.
21. [Ondermeer] door aandoeningen van *pitta*, voedsel op basis van suikerriet, zout, dutjes overdag en de verkeerde houding,
22. op deze en op andere manieren raakt *kapha* ontwijfeld geïrriteerd. De irritatie die *kapha* veroorzaakt, kan steeds worden herkend aan de [volgende] symptomen.
23. Nu noem [ik] de symptomen op die een gevolg zijn van de irritatie van *kapha*. [De worstelaar ontwikkelt] zwaarlijvigheid⁵⁶² en een zwakke spijsvertering.

⁵⁵⁸ *upakramād*, let. ‘ingevolge de behandeling’.

⁵⁵⁹ *yaśāptaye*, let. ‘om glorie te bereiken’.

⁵⁶⁰ De term *tri-phalā* (let. ‘de drie vruchten’) refereert aan een medicinaal poeder op basis van drie planten, *harītakī* (*Terminalia chebula*), *bibhitakī* (*Terminalia belerica*) en *āmalakī* (*Emblia officinalis*) (DASH & JUNIUS (1983), p. 82).

⁵⁶¹ *prāpnoti paramaṃ sukham*, let. ‘hij bereikt het opperste welzijn’.

24. Voortdurend heeft [hij stekende] pijn in het hart. [Zijn] gezondheid verzwakt.⁵⁶³ [Zijn] mond wordt week vanbinnen. Bovendien [wordt hij] zeker lui.
25. [Hij wordt geteisterd door] een zeer zware hoest.⁵⁶⁴ [Zijn] ogen [worden] gelig van kleur. Hij ijlt.⁵⁶⁵ Hij krijgt kippenvel⁵⁶⁶ en een verkoudheid.
26. [Hij wordt] opvliegend⁵⁶⁷, slaperig en vermoeid. Verder [ontwikkelt hij] fluimen en puisten. Ik zal de plaatsen geven waar [deze puisten] ontstaan.
27. Op de tong en op de lippen, in de keel en aan de tandwortels⁵⁶⁸, op de handpalmen van [zowel] kinderen als ouderen en verder binnenin de oren.
28. Bovendien knikkebolt⁵⁶⁹ hij [voortdurend] in de trainingszaal. Als men deze symptomen herkent, dan [moeten de worstelaars] onmiddellijk trainen.
29. Men kan [*kapha*] tot bedaren brengen door grote hoeveelheden zuiver warm water [te drinken]. [Vervolgens] wekt men [braak]neigingen op⁵⁷⁰ [door een mengeling van] medicinale vruchten en de *trikaṭu*⁵⁷¹ [op te eten].
30. Men mengt zout met citroenpulp⁵⁷². Dan neemt men hoeveelheden in de mond, slikt ze in en braakt ze uit.
31. [Ik] heb de remedie besproken die aangewezen is om *kapha* te neutraliseren. Men geneest slechts met veel inspanning en leed.⁵⁷³

⁵⁶² *aṅgasya gauravam*, let. ‘zwaarheid van het lichaam’.

⁵⁶³ *sukhaṃ praśuṣyati*, let. ‘het welzijn droogt op’.

⁵⁶⁴ *ati-kāsa-prabhāvo*, let. ‘de macht van een extreme hoest’.

⁵⁶⁵ *prajñā-bhramo*, let. ‘[hij heeft] een fout in het verstand’.

⁵⁶⁶ *roma-harṣas*, let. ‘de oprichting van lichaamshaar’.

⁵⁶⁷ *kāya*, let. ‘natuurlijk temperament’.

⁵⁶⁸ Het menselijk skelet telt 360 beenderen, waaronder 32 tanden en 32 tandwortels (JOLLY (1977), p. 52-53).

⁵⁶⁹ De term **calāyana* is een variant op *pracalāyana*, let. ‘het knikkebollen (door dronkenschap)’. De reduplicatie in **cala-calāyana* drukt de intensiteit van de actie uit.

⁵⁷⁰ *karma darpayitvā*, let. ‘nadat men de actie [van het braken] doet ontvlammen’. Braken is een belangrijke geneeswijze die aandoeningen van *kapha* verhelpt. Laxeren bestrijdt *pitta* en lavementen doen *vāta* bedaren (ZIMMERMANN (1989), p. 156). Voor het braken eet men gewoonlijk een klein stuk fruit (JOLLY (1977), p. 32).

⁵⁷¹ De term *tri-kaṭu* (let. ‘de drie pikante’) refereert aan een mengeling van drie kruiden, nl. *marica* (zwarte peper), *pippalī* (lange peper) en *nāgara* (gedroogde gember). Ze worden toegediend om *kapha* en *vāta* te kalmeren (ZIMMERMANN (1989), p. 21).

⁵⁷² *bījapūraka-garbha*, let. ‘het binnenste van een citroen’.

⁵⁷³ *ārogya-prāṣṭy-artham śocanīyaṃ prayatnataḥ*, let. ‘het doel van gezondheid te bereiken gebeurt lijdenswaardig en met veel inspanning’.

32. *Hingu*⁵⁷⁴, zout, droge gember en granaatappels worden gemengd met *musta*⁵⁷⁵ en gedronken met heet water. Dit verhelpt hartziektes, astma en hoest.

33. Wanneer [de worstelaar] de verschillende medicijnen kent, moet hij deze meteen bereiden. Dankzij deze kennis [zal] de worstelaar telkens weer genezen.

Aldus het twaalfde hoofdstuk met name ‘De bedaring van *vāta*, *pitta* en *kapha*’ uit de eerbiedwaardige *Mallapurāṇa*.

⁵⁷⁴ De term *hingu* verwijst naar *Asafoetida* of duivelsdrek. Dit is gomhars die gewonnen wordt uit de *Ferula narthex* of de *Ferula foetida* (DASH & JUNIUS (1983), p. 116).

⁵⁷⁵ De term *musta* of *mustā* verwijst naar de grassoort *Cyperus rotundus*. Deze grassoort bedaat *vāta*, *pitta* en *kapha*, en verlicht koorts, dorst, enz. (*Ibid.*, p. 149-150).

Besluit.

De geschiedenis van de Aziatische martiale traditie is erg moeilijk te reconstrueren. In de eerste plaats omwille van het bronnenprobleem. De meest primitieve zelfverdedigings- en gevechtssystemen ontstonden eeuwenlang geleden. De ontwikkeling ervan was een natuurlijke evolutie, die voortvloeide uit de aard van de mens en die zich overal ter wereld voltrok. Bovendien omhulde de traditie van geheimhouding (cf. esoterisme) de Aziatische vechtkunsten eeuwenlang met een waas van mysterie. Het bronnengebrek en de geheimzinnigheid werkten het ontstaan van talloze ontstaansmythes (cf. Bodhidharma) in de hand. Het is echter onmogelijk om uitspraken te doen over hét land, dé persoon of dé martiale kunst die aan de oorsprong ligt van de Aziatische martiale traditie.

Toch kan er tot op bepaalde hoogte een stamboom van de Aziatische vechtkunsten gereconstrueerd worden. De meeste van de martiale kunsten die we vandaag de dag kennen zijn relatief jong. Het karate, het taekwondo, het *ju-jutsu*, het judo en het aikido werden ontwikkeld in Korea, Okinawa en Japan in de 19^{de} en 20^{ste} eeuw. Hun grondleggers baseerden zich op eeuwenoude martiale technieken en ideeën, die een fusie van inheemse en uitheemse ontwikkelingen waren.

Het staat vast dat de Chinese martiale traditie de vechtkunsten van Oost- en Zuidoost-Azië in grote mate beïnvloed heeft. De hoogstaande Chinese martiale technieken en ideeën verspreidden zich als metgezel van het boeddhisme doorheen heel Azië. Dit verklaart waarom de verschillende Aziatische vechtkunsten opvallend veel gelijkenissen vertonen, zowel op technisch, ethisch als ideologisch vlak.

Het boeddhisme was de katalysator in de evolutie van primitieve en agressieve gevechtssystemen naar gesofisticeerde martiale kunsten. De schijnbare ethische paradox tussen de gewelddadige vechtsystemen enerzijds en de geweldloze religie (cf. *ahimsa*) anderzijds is makkelijk te verklaren. De boeddhistische gemeenschap bezit het recht en de plicht om zowel zichzelf als de leer te beschermen (cf. *dharmapala*, de gewapende beschermers van de leer). De boeddhistische *dharma* was het ideale sociale controlemiddel om de Aziatische krijgers in het gareel te houden. De religieuze

spiritualiteit bood een tegengewicht voor de dodelijke vaardigheden waarover de vechtkunstenaars beschikten. Dankzij de meditatieve oefeningen die het boeddhisme voorschreef, vonden de krijgers sereniteit, discipline en zelfbeheersing. De latere boeddhistische scholen benadrukten dat er verschillende wegen naar de verlichting leiden. Ook fysieke oefeningen werden aangewend om spiritualiteit op te bouwen.

Het boeddhisme ontstond in Noord-India en verspreidde zich via China geleidelijk over heel Azië. Er zijn aanwijzingen dat het boeddhisme een radicale breuk veroorzaakte in de Chinese gemilitariseerde maatschappij. De Indische boeddhistische pelgrims benadrukten het principe van mededogen, terwijl de Chinese ethiek gebaseerd was op de wet van de sterkste. De ethische code van de *kṣatriya*-klasse, waartoe ook de Boeddha en Bodhidharma behoorden, vond dankzij het boeddhisme haar weg doorheen Azië.

De aandacht voor meditatie, zelfexploratie, introspectie en mentale discipline absorbeerde het boeddhisme uit de yoga. Dit gebeurde weliswaar vóór Patañjali (ca. 2^{de} eeuw) deze discipline systematiseerde. Ook het geneeskundige systeem van Ayurveda, dat vaste vorm kreeg ten tijde van de Boeddha en van oudsher nauw verbonden was met de yoga, reisde met het boeddhisme mee door Azië.

Verschillende bronnen maken melding van de Indische invloed op de Aziatische martiale traditie, of insinueren deze tenminste. Toch blijft deze denkpiste nauwelijks bekend. De meeste bronnen beginnen hun verhaal in China met het Shaolin-klooster en de Indische monnik Bodhidharma. Hij staat a.h.w. symbool voor de Indische invloed op de martiale kunsten. Deze onderwaardering vloeit ten dele voort uit het feit dat de moderne Indische kunsten vrijwel onbekend en nauwelijks bestudeerd zijn. De uitzonderingen op deze regel zijn de Indische worstelkunst en het *kalarippayattu*. Toch blijven zij ver buiten de schijnwerpers, die volledig gericht zijn op de Oostaziatische vechtkunsten.

De Koreaanse en Japanse vechtkunsten worden overal ter wereld beoefend. Het succes van de Japanse kunsten is toe te schrijven aan de hoge graad van systematisering, de incorporatie in het onderwijssysteem en de steun van de overheid in de 20^{ste} eeuw. De Chinese overheid daarentegen boycotte de martiale kunsten meermaals in de loop van de geschiedenis. In de 20^{ste} eeuw moesten de vechtkunsten

buigen voor het communistische gedachtengoed. Hun filosofische achtergrond werd geamputeerd en de nadruk kwam te liggen op de functionele aspecten.

Ook in het Westen dreigt dezelfde tendens zich te voltrekken. In tegenstelling tot de Japanse vechtkunstmeesters richten Westerse trainers zich vooral op het competitieve sportelement. De martiale kunsten zijn echter veel meer dan vechtsporten.

Met dit onderzoek pleit ik niet enkel voor een opwaardering van de Indische kunsten en een erkenning van de Indische invloed op de Aziatische martiale traditie. Deze verhandeling is tevens een aanmaning naar Westerse martiale kunstenaars toe. Zonder hun ideologische inhoud zijn de martiale kunsten manke vehikels, die een gevaar kunnen betekenen voor de maatschappij. De Oosterse ethische krijgerscode, die gebaseerd is op het principe van de *dharmā*, is een essentieel onderdeel van elke Aziatische martiale kunst. Ook Westerse vechtkunstenaars moeten zich bewust worden van dit ethische aspect, dat idealiter door elke vechtkunstmeester benadrukt zou moeten worden.

Index.

A

acupunctuur · 27, 30, 74
ademhaling · 28, 38, 39, 42, 70, 74, 76
ademhalingstechniek · 75
Agni Purāṇa · 50, 145
agressiviteit · 21
ahiṃsā · 70, 76
aikido · 15, 17, 18, 34, 51
akhara · 56, 57, 58, 59, 61, 76
āsana · 41, 70
atemi · 31, 32
ātman · 76, 78
Ayurveda · 72, 73, 75

B

Birma · 12, 14
Bodhidharma · 1, 2, 3, 4, 7, 25, 34, 40, 52, 137
Boeddha · 1, 9, 41, 45, 72
boeddhisme · 5, 9, 10, 12, 29, 33, 37, 39, 41, 42, 43, 44, 45, 47, 53, 69
boksen · 1, 2, 5, 9, 10, 12, 13, 14, 34, 38, 41, 42, 51, 52, 53
bokskunst · 3, 5, 8, 11, 13, 21, 42
Boxer Rebellion · 11
brahmacarya · 59, 70, 72
brahman · 69, 76
budo · 17, 18, 47
bujutsu · 17, 47
bushido · 17, 24, 25

C

cakra · 71, 78
Cambodja · 12, 14
ch'an · 2, 40, 43, 69
ch'an-school · 2, 43
ch'i · 29, 30, 36, 37, 38, 42
China · 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 14, 15, 18, 22, 23, 24, 25, 28, 30, 31, 32, 34, 36, 42, 43, 45, 47, 137, 144

ch'uan fa · 1, 2, 5, 10, 11, 12, 13, 14, 25, 29, 32, 34, 40, 48, 52
confucianisme · 12, 33, 36, 37, 43

D

dhanur veda · 24
Dhanur Veda · 50
dharma · 23, 29, 39, 59
dhātu · 73, 77
dieet · 28, 42, 59, 60, 63, 68, 73, 82
doṣa · 73, 75

E

ethische code · 21, 24
externe martiale kunsten · 6, 34
externe school · 5, 34

G

geheimhouding · 7, 49
geneeskunde · 21, 27, 28, 29, 59, 72, 78
geweldloosheid · 46
guru · 48, 56, 60, 61, 62, 64, 65, 71

H

hīnayāna · 42
Hanuman · 56, 61, 76
hapkido · 15
harde kunsten · 6, 30, 35
hindoeïsme · 59, 69
Hong Kong · 11, 30

I

India · 7, 8, 9, 22, 23, 24, 30, 31, 42, 44, 54, 55, 62, 68, 84, 138, 139, 140, 144, 146
Indische worstelkunst · 55
Indonesië · 12, 14
infanterie · 9, 23, 50

interne kunsten · 5, 18, 34
interne scholen · 38

J

Japan · 2, 10, 12, 15, 16, 17, 18, 19, 24, 25,
31, 43, 45, 46, 47, 48
judo · 12, 15, 17, 18, 19, 34, 51
Jyeshthīmalla · 54, 83, 87

K

kalari · 62, 64, 65, 66, 67, 68, 79
kalarippayattu · 62, 63, 64, 65, 66, 67, 75,
77, 78, 79
kapha · 73, 77
karate · 13, 14, 15, 16, 18, 19, 26, 32, 34,
51
Kṛṣṇa · 69
kendo · 17
Korea · 10, 12, 15, 31, 32, 43, 45, 47
krabi krabong · 14
krijger-monniken · 3, 4, 10
krijgerskaste · 23
kṣatra-dharma · 24
kṣatriya · 24, 41
kung fu · 4, 5, 19, 34
kyudo · 17

L

leger · 4, 25, 50, 64
lijfswacht · 9

M

mahāyāna · 29, 43, 46, 47
mala · 73
Maleisië · 12, 14
Mallapurāṇa · 54, 82, 84, 120, 144
Mānasollāsa · 54, 84, 145
mantra · 24
marma-adi · 31
marman · 31, 75, 79
massage · 27, 58, 68, 73, 78
meditatie · 27, 30, 37, 39, 40, 42, 44, 45,
67, 69, 70, 71, 78, 79
meditatieve school · 40, 44, 45, 46

Mesopotamië · 8
mikkyo · 40, 49
mokṣa · 72
muay thai · 13
mudrā · 48

N

Nayar · 64
nei-chia · 5, 34

O

Okinawa · 2, 10, 12, 16, 32
Olympische discipline · 20
ongewapende vechtkunst · 18
oorlog · 23, 25
oorlogskunst · 5
oorlogsvoering · 9, 22, 23, 50, 62

P

Patañjali · 69
pencak silat · 14
pitta · 73
prāṇa · 30, 42, 70, 72, 74, 75, 77, 78
prāṇāyāma · 41, 70, 75, 77, 78
Purāṇa · 50, 81, 82, 138

R

Rusland · 12

S

samādhi · 69, 70, 71
samurai · 17, 26, 46
Shaolin-klooster · 1, 2, 3, 4, 7, 10
shih-pa-lo-han-sho · 1, 3, 52
shingon · 40, 43
shintoïsme · 43
spontaniteit · 37, 38
sport · 13, 19, 51, 54, 84
sumo · 8, 17
Sun Tzu · 23

T

taekwondo · 13, 15, 19, 34
t'ai chi ch'uan · 5
Taiwan · 2, 11
tantra · 47
taoïsme · 10, 11, 12, 33, 37, 38, 39, 43
te · 16
Thailand · 12, 13
thaing · 14
Tibet · 44, 47
tien-hsueh · 31
training · 14, 27, 29, 30, 44, 46, 53, 56, 57,
58, 59, 60, 61, 62, 65, 67, 68, 75, 76, 77,
78, 79, 82

V

vajramuṣṭi · 25, 48, 52, 54, 55
vajrayāna · 43, 47, 69
vāta · 73, 77
Vietnam · 12, 14, 45
vitale energie · 36, 38, 78
vitale lichaampunten · 30, 31, 32, 74, 78,
79

W

wai-chia · 5
wapen · 17
wapenverbod · 16
worstelen · 5, 9, 10, 12, 14, 17, 41, 51, 52,
53, 54, 55, 57, 64, 67, 76, 82
worstelkunst · 8, 9, 10, 21, 34, 51, 52, 53,
54, 55, 64, 65, 75, 76, 82
wu shu · 5, 6, 11, 12
wu-te · 24, 25
wu-wei · 37, 38

Y

yoga · 27, 35, 41, 42, 44, 68, 69, 70, 71,
75, 76, 78, 89, 91
Yoga · 69, 88
yogācāra · 40, 41, 43, 44
yogin · 41, 69, 70, 71, 76

Z

zelfverdediging · 7, 46
zen · 2, 40, 45, 69
zenboeddhisme · 1, 5, 18, 26

BIBLIOGRAFIE.

Artikels:

ABBOTT, MARK. 'The Use of Philosophy as a Method of Social Restraint', in: *The Monograph. Martial Arts Program*. Berkeley, University of California MAP, 1994, p. 74-82.

BECKER, CARL B. 'Philosophical Perspectives on the Martial Arts in America', in: *The Overlook Martial Arts Reader. Classical Writings on Philosophy and Technique*. Woodstock NY, Overlook Press, 1989, p. 97-109.

BERTSCH, JONATHON A. 'Clues to the Abstract Thoughts on Martial Arts Philosophy', in: *UC Martial Arts Program Monograph. Vol II*. Berkeley, University of California MAP, 1996, p. 225-238.

CHAN, VERA H. C. 'From Bodhidharma to Chuck Norris: The Culture of Martial Art History and Film', in: *UC Martial Arts Program Monograph. Vol II*. Berkeley, University of California MAP, 1996, p. 156-171.

DE CASTRO, E. & OROPEZA, B.J. & RHODES, R. 'Enter the Dragon? Wrestling with the Martial Arts Phenomenon. Part One: the Historical-Philosophical Backdrop', in: *Christian Research Journal*. California, Reasoning from the Scriptures Ministries, 1993 [<http://www.equip.org/free/dm066.htm>. (14-03-2005)].

HAINES, BRUCE A. 'China', in: *The Overlook Martial Arts Reader. Classical Writings on Philosophy and Technique*. Woodstock NY, Overlook Press, 1989, p. 3-13.

- KEENAN, JOHN P. 'Spontaneity in Western Martial Arts. A Yogācāra Critique of *Mushin* (No-Mind)', in: *Japanese Journal of Religious Studies*, nr. 16/4. Nagoya, Nanzan University, 1989, p. 285-298 [<http://www.ic.nanzan-u.ac.jp/SHUBUNKEN/publications/jjrs/pdf/302.pdf> (27-04-2005)].
- KEENAN, JOHN P. 'The Mystique of Martial Arts. A Response to Professor McFarlane', in: *Japanese Journal of Religious Studies*, nr. 17/4. Nagoya, Nanzan University, 1990, p. 421-432 [<http://www.ic.nanzan-u.ac.jp/SHUBUNKEN/publications/jjrs/pdf/326.pdf> (13-05-2005)].
- KENNEDY, CHRIS. 'Psychological Benefits of Martial Arts Training', in: *UC Martial Arts Program Monograph. Vol III*. Berkeley, University of California MAP, 1997, p. 103-117.
- KULKARNI, E. D. 'Malla Purāṇa: Its contents and importance', in: *All-India National Conference 20, Vol II, Part I*. Poona, All-India Oriental Conference, 1961 [1959], p. 365-372.
- KWOK, KAY MAY MADELEINE. 'Eastern & Western Approaches to the Psychological Aspects of Martial Arts', in: *UC Martial Arts Program Monograph. Vol III*. Berkeley, University of California MAP, 1997, p. 135-149.
- LEVINE, DONALD N. 'The Liberal Arts and the Martial Arts', in: *The Overlook Martial Arts Reader. Classical Writings on Philosophy and Technique*. Woodstock NY, Overlook Press, 1989, p. 301-319.
- McFARLANE, STEWART. 'Mushin, Moral and Martial Arts. A Discussion of Keenan's Yogācāra Critique', in: *Japanese Journal of Religious Studies*, nr. 17/4. Nagoya, Nanzan University, 1990, p. 397-420 [<http://www.ic.nanzan-u.ac.jp/SHUBUNKEN/publications/jjrs/pdf/325.pdf> (13-05-2005)].

- McFARLANE, STEWART. 'The Mystique of Martial Arts. A Reply to Professor Keenan's Response', in: *Japanese Journal of Religious Studies*, nr. 18/4. Nagoya, Nanzan University, 1991, p. 355-368 [<http://www.ic.nanzan-u.ac.jp/SHUBUNKEN/publications/jjrs/pdf/348.pdf> (13-05-2005)].
- RODEEN, CHARLOTTE M. 'Medicine and Martial Arts', in: *UC Martial Arts Program Monograph Vol II*. Berkeley, University of California MAP, 1996, p. 2-14.
- SINGER, KURT. 'The Samurai: Legend and Reality', in: *The Overlook Martial Arts Reader. Classical Writings on Philosophy and Technique*. Woodstock NY, Overlook Press, 1989, p. 15-28.
- SKIDMORE, MAX. 'Oriental Contributions to Western Popular Culture: The Martial Arts', in: *Journal of Popular Culture*. Ohio, Bowling Green, 1991, p. 129-148.
- STAGGERS, FRANK. 'The Martial Arts as a Forum for Self-Discovery and Self-Improvement', in: *The Monograph. Martial Arts Program*. Berkeley, University of California MAP, 1994, p. 83-87.
- THORNE, STEVE. 'Mud, Sweat and Fear (in the Akhara): Practices and Prohibitions among Indian Wrestlers', in: *UC Martial Arts Program Monograph Vol II*. Berkeley, University of California MAP, 1996, p. 172-187.
- VAIL, PETER. 'Buddhism, Kingship and the Legitimation of Violence in Southeast Asia', in: *UC Martial Arts Program Monograph Vol II*. Berkeley, University of California MAP, 1996, p. 71-98.

Boeken:

ALTER, JOSEPH S. *The Wrestler's Body: Identity and Ideology in North India*. Berkeley, University of California Press, 1992
[<http://ark.cdlib.org/ark:/13030/ft6n39p104/> (10-02-2005)].

ANGOT, MICHEL. *L'Inde Classique*. Paris, Société d'Édition Les Belles Lettres, 2001.

BALAKRISHNAN, B. *Kalarippayattu. The Ancient Martial Art of Kerala*. Trivandrum, C. V. Govindankutty Nair Gurukkal, 1995.

BALFOUR, EDWARD. *The Cyclopaedia of India and of Eastern and Southern Asia, in Three Volumes*. London, Bernard Quaritch, 1885 [1858].

CHOONDAL, CHUMMAR. *Towards Performance: Studies in Folk Performance, Music, Martial Arts and Tribal Culture*. Trichur, Kerala Folklore Academy, 1988.

CROOKE, W. *An Introduction to the Popular Religion and Folklore of Northern India*. New Delhi, Asian Educational Services, 1994 [1894].

DAMLE, RAMESH. *Mallakhamb: Indian Gymnastic Sports*. Pune, Maharashtra Mandal Physical Culture Society, 1985.

DASH, V. B. & JUNIUS, A. M. M. *A Handbook of Ayurveda*. New Delhi, Concept Publishing Company, 1983.

DATE, GOVIND. *The Art of War in Ancient India*. London, Oxford University Press, 1929.

- DE BARY, WM. THEODORE. (ed.) *Sources of Chinese Tradition*. New York, Columbia University Press, 1966 [1960].
- DE MELLOW, MELVILLE. (ed.) *Indigenous Games and Martial Arts of India. Vol I*. New Delhi, Sports Authority of India, 1987.
- DENAUD, PATRICK. *Kalaripayat: L'Origine des Arts Martiaux*. Paris, Editions Budostore, 1996.
- DIKSHITAR, V. R. RAMACHANDRA. *War in Ancient India*. Delhi, Motilal Banarsidass, 1987 [1944].
- DOWSON, J. *A Classical Dictionary of Hindu Mythologie and Religion, Geography, History, and Literature*. London, Routledge & Kegan Paul Ltd., 1957.
- DRAEGER, DONN F. & SMITH, ROBERT W. *Asian Fighting Arts*. Tokyo, Kodansha International Ltd., 1974 [1969].
- ELIADE, MIRCEA. *Yoga. Immortality and Freedom*. London, Routledge & Kegan Paul Ltd., 1958 [1954].
- EDKINS, JOSEPH. *Chinese Buddhism: A Volume of Sketches, Historical, Descriptive, and Critical*. New York, Paragon Book Reprint Corp., 1968 [1893].
- FEUERSTEIN, GEORG. *The Yoga Tradition. Its History, Literature, Philosophy and Practice*. Prescott, Hohm Press, 1998.
- FILLIOZAT, JEAN. *La Doctrine de la Médecine Indienne. Ses Origines et ses Parallèles Grecs*. Paris, Imprimerie Nationale, 1949.
- FULLER, C. J. *The Nayars Today*. Cambridge, Cambridge University Press, 1976.

- GARG, G. R. *An Encyclopedia of Indian Literature*. Delhi, Mittal Publishers, 1982.
- GOMMANS, JOS. *Mughal Warfare. Indian Frontiers and Highroads to Empire (1500-1700)*. London, Routledge, 2002.
- GONDA, JAN. *The Indra Hymns in the R̥gveda*. Leiden, E.J. Brill, 1989.
- GREEN, THOMAS A. & SVINTH, JOSEPH R. (eds.) *Martial Arts in the Modern World*. Westport, Praeger Publishers, 2003.
- HADAMITZKY, WOLFGANG & SPAHN, MARK. *Kanji & Kana. A Handbook of the Japanese Writing System*. Boston, Tuttle Publishing, 2000 [1981].
- HARVEY, PETER (ed.). *Buddhism*. London, Continuum, 2001.
- HUARD, PIERRE & WONG, MING. *Soins et Techniques du Corps en Chine, au Japon et en Inde*. Paris, Berg International Editeurs, 1973.
- JOLLY, JULIUS. *Indian Medicine*. New Delhi, Munshiram Manoharlal Publishers, 1977.
- KAMATH, M. V. & RANDERI, KALINDI. *Indian Names. From Classical to Contemporary*. Mumbai, Arkansh, 2002.
- KUTUMBIAH, P. *Ancient Indian Medicine*. New Delhi, Orient Longmans Ltd., 1969 [1962].
- MAJUMDAR, R. C. & PUSALKER, A. D. (eds.) *The History and Culture of the Indian People. The Age of Imperial Unity*. Bombay, Bharatiya Vidya Bhavan, 1953 [1951].

- MAJUMDAR, R. C. & PUSALKER, A. D. (eds.) *The History and Culture of the Indian People. The Vedic Age*. London, George Allen & Unwin Ltd., 1957 [1951].
- MANI, VETTAM. *Purāṇic Encyclopaedia: A Comprehensive Dictionary with Special Reference to the Epic and Purāṇic Literature*. Delhi, Motilal Banarsidass, 1989 [1975].
- MITTWEDE, MARTIN. *Spirituelles Wörterbuch Sanskrit - Deutsch*. Bonn, Sathya Sai Vereinigung, 1992.
- NELSON, RANDY F. & WHITAKER, KATHERINE C. *The Martial Arts. An Annotated Bibliography*. New York, Garland Publishing, 1988.
- NELSON, RANDY F. (ed.) *The Overlook Martial Arts Reader. Classical Writings on Philosophy and Technique*. Woodstock NY, Overlook Press, 1989.
- REICHELT, KARL LUDVIG. *Truth and Tradition in Chinese Buddhism. A Study of Chinese Mahayana Buddhism*. New York, Paragon Book Reprint Corp., 1968 [1928].
- REID, HOWARD & CROUCHER, MICHAEL. *The Way of the Warrior: the Paradox of the Martial Arts*. Woodstock NY, Overlook Press, 1995 [1983].
- RENOU, L. & FILLIOZAT, J. *L'Inde Classique. Manuel des Etudes Indiennes. Vol. I*. Paris, Librairie d'Amérique et d'Orient, 1985 [1947-49].
- RENOU, L. & FILLIOZAT, J. *L'Inde Classique. Manuel des Etudes Indiennes. Vol. II*. Paris, École Française d'Extrême-Orient, 1985 [1953].
- ROCHER, L. & GONDA, J. (ed.) *A History of Indian Literature Vol. II, 3: The Purāṇas*. Wiesbaden, Otto Harrassowitz, 1986.

- SAUNDERS, DALE E. *Mudrā. A Study of Symbolic Gestures in Japanese Buddhist Sculpture*. New Jersey, Princeton University Press, 1985.
- SHATTUCK, CYBELLE. *Hinduism*. London, Routledge, 1999.
- SINGH, S.D. *Ancient Indian Warfare. With Special Reference to the Vedic Period*. Leiden, Brill, 1965.
- STRONG, JOHN S. *The Legend of King Aśoka. A Study and Translation of the Aśokāvadāna*. Delhi, Motilal Banarsidass, 1989 [1983].
- STUTLEY, MARGARET & JAMES. *Harper's Dictionary of Hinduism. Its Mythology, Folklore, Philosophy, Literature and History*. New York, Harper & Row Publishers, 1984 [1977].
- SUBRAMANIAM, P. (ed.) *Varma Cūttiram: a Tamil Text on Martial Art from Palm-Leaf Manuscript*. Madras, Institute of Asian Studies, 1994.
- SVOBODA, ROBERT E. *Ayurveda. Life, Health and Longevity*. New Delhi, Penguin Books India, 1993 [1992].
- TOMIO, SHIFU NAGABOSHI (DUKES, SHIFU TERENCE). *The Bodhisattva Warriors. The Origin, Inner Philosophy, History and Symbolism of the Buddhist Martial Art within India and China*. York Beach ME, Samuel Weiser, 1994.
- WINDERBAUM, LARRY. *The Martial Arts Encyclopedia*. Washington D. C., INSCAPE Publishers, 1977.
- WUJASTYK, DOMINIK. *The Roots of Ayurveda*. New Delhi, Penguin Books India, 2001 [1998].

ZARRILLI, PHILLIP B. *When the Body becomes all Eyes: Paradigms, Discourses and Practices of Power in Kalarippayattu, a South Indian Martial Art*. New Delhi, Oxford University Press, 1998.

ZIMMERMANN, FRANCIS. *Le Discours des Remèdes au Pays des Épices. Enquête sur la Médecine Hindoue*. Paris, Éditions Payot, 1989.

Tekstuitgaven:

SANDESARA, B. J. & MEHTA, R. N. (eds.) *Mallapurāṇa*. Baroda, Oriental Institute, 1964.

SHASTRI, J. L. (ed.) *The Agni Purāṇa. Part II*. Delhi, Motilal Banarsidass, 1985.

SHASTRI, J. L. (ed.) *The Agni Purāṇa. Part III*. Delhi, Motilal Banarsidass, 1986.

SHRIGONDEKAR, G. K. (ed.) *Mānasollāsa. Vol I*. Baroda, Central Library, 1925.

SHRIGONDEKAR, G. K. (ed.) *Mānasollāsa of king Someśvara. Vol II*. Baroda, Oriental Institute, 1939.

SUKTHANKAR, VISHNU, S. (ed.) *The Mahābhārata. Vol I.1*. Poona, Bhandarkar Oriental Research Institute, 1933.

Woordenboeken:

BöHTLINGK, OTTO. *Sanskrit-Wörterbuch in Kürzerer Fassung*. Graz, Akademische Druck- U. Verlagsanstalt, 1959 [1879-89].

MEHTA, B. N. & MEHTA, B. B. *The Modern Gujarati - English Dictionary*. Baroda, M. C. Kothari, 1925.

MONIER-WILLIAMS. *A Sanskrit - English Dictionary*. Oxford, Oxford University Press, 2000 [1899].

TURNER, R. L. *A Comparative Dictionary of the Indo-Aryan Languages*. London, Oxford University Press, 1966.

VAN DALE. *Groot Woordenboek der Nederlandse Taal*. Utrecht / Antwerpen, van Dale Lexicografie, 1992 [1864].

VAN DALE. *Groot Woordenboek Duits - Nederlands*. Utrecht / Antwerpen, van Dale Lexicografie, 1990 [1983].

VAN DALE. *Groot Woordenboek Engels - Nederlands*. Utrecht / Antwerpen, van Dale Lexicografie, 1989 [1984].

VAN DALE. *Groot Woordenboek Frans - Nederlands*. Utrecht / Antwerpen, van Dale Lexicografie, 1990 [1983].

VAN DALE. *Synoniemen*. Utrecht / Antwerpen, Van Dale Lexicografie, 2004.

Atlassen:

An Atlas of India. Delhi, Oxford University Press, 1990.

Survey of India: Gazetteer of India and Pakistan. New Delhi, Army Headquarters, 1951-53.



Universiteit Gent
Faculteit Letteren en Wijsbegeerte
Vakgroep Zuid- en Oost-Azië

Academiejaar 2004-2005



***De Mallapurāṇa* of ‘*Purāṇa* van de worstelaars’;**
een selectie met een zoektocht naar
de Indische invloed op de Aziatische martiale traditie
volume II

Sarah Van Liefferinge

Verhandeling voorgelegd tot het behalen van de graad
van Licentiaat in de Oosterse Talen en Culturen

Promotor: Prof. Dr. F. Van Den Bossche

De *Mallapurāṇa*

hoofdstuk 1

मल्लपुराणम् ।

प्रथमोऽध्यायः ।

एकस्मिन् कमला कटाक्षविवरे सानन्दमाधायते

क्षीराब्धेरपरत्र दीर्घधवलैः कल्लोललोलोत्करैः ।

व्यग्रस्यापि समर्थितप्रमथनव्यापारलब्धोदयाश्चत्वारो

वितरन्तु वाञ्छितफलं बन्द्या हरेर्बाहवः ॥ १ ॥^१

नारायणं नमस्कृत्य नरं चैव नरोत्तमम् ।

देवीं सरस्वतीं व्यासं ततो जयमुदीरयेत् ॥ २ ॥

नारद उवाच ।

धर्माधर्मविधिः प्रोक्तो ब्रह्मन् सम्यक् क्षुतो मया ।

विद्याश्च विविधाः स्वामिन् वर्णभेदास्त्वनेकधा ॥ ३ ॥

मल्लविद्या त्वया प्रोक्ता मम संक्षेपतः पुरा ।

^१ De vier versregels tellen elk 19 syllabes en volgen hetzelfde metrum, nl. de *śārdūlavikrīḍita*.

विस्तरेण मम ब्रूहि तस्यां कौतूहलं हि मे ॥ ४ ॥

ब्रह्मोवाच ।

शृणु पुत्र शुभां विद्यां कथ्यमानां मयानघ ।

यदभ्यासान्नरः सम्यक् शत्रून् जयति सत्वरः ॥ ५ ॥

पुरा कंसे हते दैत्ये चाणूरे च निपातिते ।

संप्राप्ते मथुराराज्ये भोगान् भुक्त्वा बहूस्तथा ॥ ६ ॥

कृष्णश्च बलभद्रश्च परमात्मदयान्वितौ ।

स्वीकर्तुं द्वारकां रम्यां चालितौ हर्षसंयुतौ ॥ ७ ॥

सुखप्रयाणकैर्देशान् पश्यन्तौ विविधान् बहून् ।

प्राप्तौ मयूरवं बालं नाम्ना नगरमुत्तमम् ॥ ८ ॥

त्रेतायां रामचन्द्रोऽपि^२ सीतामुत्सृज्य वाल्मीकिम्^३ ।

पश्चाद् गुरुं समानीय प्रायश्चित्तं समाचरत् ॥ ९ ॥^४

अहो ब्रह्मन् मया प्राप्तो रावणो ब्रह्मराक्षसः ।

तस्य पापस्य शुद्ध्यर्थमुपायं मे द्विजोत्तम ॥ १० ॥

^२ De tekst geeft रामचन्द्रेण, wat ik corrigeer als रामचन्द्रोऽपि.

^३ Het manuscript leest वाल्मिकी, wat Sandesara en Mehta corrigeren als जानकीम्. Ik volg hen niet, maar corrigeer als वाल्मीकिम्. Deze correctie doorbreekt het metrum van de śloka.

^४ Defectief in de tweede pāda.

अश्वमेधस्य यज्ञस्य फलेन शुभमिच्छसि ।

हे राम सीतया सार्धं यज्ञश्च क्रियते त्वया ॥ ११ ॥

सुवर्णमूर्तिं कृत्वा हि यज्ञः प्रारभ्यते त्वया ।

जाते यज्ञे च संपूर्णे ब्राह्मणांश्च प्रदापयेत् ॥ १२ ॥^५

ज्येष्ठांश्च कुण्डलं^६ दत्वा चातुर्वेदे च मुद्रिकाम् ।

द्विवेदिने स्त्री दातव्या चतुर्थं निष्क्रयस्तथा ॥ १३ ॥^७

आसनान्यङ्गवस्त्राणि तण्डुलाः षट्कमेव च ।

एवं च रामचन्द्रेण मोहरे स्थापिता पुरा ॥ १४ ॥

सर्वेषां चैव विप्राणां वृत्तिं दत्वा विसर्जयेत् ।

कति वर्षाणि जातानि अन्योन्यं युद्धमेव च ॥ १५ ॥

ततः कुण्डलमुत्पाते यत्रस्थे तत्र जायते ।

किञ्चित्कालं तु निर्वृत्य पश्चाद्राममयाचत ॥ १६ ॥^८

वयं सर्वेऽपि दुष्प्राप्य अग्रे किञ्च करिष्यसे ।

वरं कृष्णावतारे च द्वापरान्ते प्रदीयते ॥ १७ ॥

प्रदत्तं ब्राह्मणान् पूर्व रामेण स्थितिहेतवे ।

^५ Defectief in de eerste *pāda* (derde *vipulā*).

^६ De tekst geeft कुण्डले, wat ik corrigeer als कुण्डलं.

^७ Defectief in de derde *pāda* (derde *vipulā*).

^८ *Id.* (geen *vipulā*).

जपयज्ञाग्निहोत्रादिक्रियासंवादचेतसाम् ॥ १८ ॥

नारद उवाच ।

किं तन् मयूरवं बालं नाम्ना नगरमुत्तमम् ।

कस्मिन् देशेऽभवद्विद्वन् किं पुण्यं तद् वद प्रभो ॥ १९ ॥

ब्रह्मोवाच ।

धर्मारण्यस्य मध्येऽभूत् शृणु नारद सादरम् ।

लोहासुरस्य पूर्वे च मोहेरस्य समीपतः ॥ २० ॥

मयेदं स्थापितं पूर्वं विद्यास्थानं महाद्भुतम् ।

युतं द्विजगणैः शुद्धं सर्वरत्नसमन्वितम् ॥ २१ ॥

स्वच्छोदकैः सुविस्तीर्णैः सरोभिरुपशोभितम् ।

आरामै रमणीयं च नानावृक्षसमाकुलैः ॥ २२ ॥

अनुलिप्तं सुधाभिश्च संगतं सुरमन्दिरैः ।

संकीर्णं पुण्यलभ्यं च रम्यं स्वर्गमिवापरम् ॥ २३ ॥

वातेरितपताकाभिः सेवितं च दिवानिशम् ।

युक्तमक्षय्यमानार्थैर्ब्राह्मणैरुपशोभितम् ॥ २४ ॥

यज्ञाग्निधूमपटलैर्यन्त्रान्तरितमण्डलम् ।

न पीडयति तक्षणांशुर्ग्रीष्मेऽपि^९ च तपस्विनः ॥ २५ ॥^{१०}

सुन्दरीगणसंपूर्णं वेदध्वनिसमाकुलम् ।

पवित्रं तीर्थभूतं च धर्मार्ण्यप्रदेशजम् ॥ २६ ॥

कृते तु नाम्ना चेशानं त्रेतायां च श्रीमालकम् ।

द्वापरे मयूरवं बालं कलौ देवालयं स्मृतम् ॥ २७ ॥^{११}

अधिश्रितं सुरैः सर्वैः पालितं पुण्यसंपदा ।

विद्याधरैः सिद्धगणैरप्सरोभिः समन्वितम् ॥ २८ ॥^{१२}

वापीकूपतडागैश्च पुण्यैर्जलयुतैर्युतम् ।

अनेकगुणपूर्णं च पुण्यं जननिषेवितम् ॥ २९ ॥

तत्पूर्वेऽस्ति वृद्धसरः पूर्णं पुण्यजलैः सदा ।

मयैव निर्मितं पूर्वं लोकपापापनुत्तये ॥ ३० ॥^{१३}

संचितं सारसैर्हंसैर्नानापक्षिगणैस्तथा ।

देवासुरमनुष्यैश्च तापसैर्यौगसाधकैः ॥ ३१ ॥

^९ De tekst geeft तक्षिणांशुर, wat ik corrigeer als तक्षणांशुर.

^{१०} Defectief in de eerste *pāda* (eerste *vipulā*) en in de tweede versregel (17 syllables).

^{११} Defectief in de eerste *pāda* (derde *vipulā*) en in de tweede *pāda*, alsook in de tweede versregel (17 syllables).

^{१२} Defectief in de derde *pāda* (tweede *vipulā*).

^{१३} Defectief in de eerste *pāda* (geen *vipulā*).

याज्ञिकैर्द्विजवर्यैश्च यक्षगन्धर्वसिद्धकैः ।

तत्प्रतीच्यां महादेवी पालिनीति च नामतः ॥ ३२ ॥

स्थापिता लोकरक्षार्थं तत्पूर्वं मातरः स्मृताः ।

तदन्तरालतीर्थानि सन्ति पुण्यान्यनेकशः ॥ ३३ ॥

अस्मिन् सरोजले स्नात्वा देही पश्यति पालिनीम् ।

सर्वपापविनिर्मुक्तो लभते भोगमव्ययम् ॥ ३४ ॥

दृढाङ्गो रोगमुक्तश्च सर्वविद्याविचक्षणः ।

धनधान्यसमायुक्तो रिपुजेता महावली ॥ ३५ ॥

त्रेतायां रामचन्द्रेण कृतं स्नानं फलाप्तये ।

कृता यज्ञाश्च दानानि लोकसंग्रहणाय वै ॥ ३६ ॥

किं वर्ण्यतेऽस्य श्रेष्ठस्य तडागस्य फलश्रुतिः ।

संक्षेपात् कथितं तात वृद्धस्य सरसः फलम् ॥ ३७ ॥

एतन्नगरपार्श्वे तु परितश्च प्रदक्षिणे ।

बहुदेवालयाः सन्ति तेन देवालयं स्मृतम् ॥ ३८ ॥

ख्यातं चतुर्षु लोकेषु विद्यास्थानं परं सदा ।

सप्तपुरीसमं ह्येतन्नराणां कामदायकम् ॥ ३९ ॥

एवं मयूरवं बालं शोभां स्मृत्वा यदूत्तमः ।

प्रविष्टो बलभद्रेण सहितः कार्यचिकीर्षया ॥ ४० ॥^{१४}

प्रविशन्तौ पुरे तस्मिन् त्राहणैरभिनन्दितौ ।

कृष्णोऽयमागतः पुण्यैर्विद्वद्भिरिति सादरम् ॥ ४१ ॥

अहो पुण्यं महद्भाग्यमस्माकं जन्म सार्थकम् ।

ये दुर्निरीक्ष्यो योगीन्द्रैः सोऽयं कृष्णः समागतः ॥ ४२ ॥^{१५}

रम्यवृक्षदलैः पुष्पैस्तोरणैः प्रतिमन्दिरम् ।

गीतवाद्यप्रकाराद्यैरन्यैश्च विविधोत्सवैः ॥ ४३ ॥

ऋग्यजुःसाममन्त्रोक्तैराशीवदिरनेकशः ।

वर्धापितौ द्विजश्रेष्ठैः सानन्दमतिसेवितौ ॥ ४४ ॥

स्त्रीभिः संमानितौ तत्र दूराञ्चलनिबन्धनैः ।

लजाविकिरणैश्चैव दूर्वाकुशसमन्वितैः ॥ ४५ ॥

छेवासुरमनुष्यैश्च दुर्लभोऽयं श्रियः प्रियः ।

सौभाग्यसाधनः कृष्णो युवतीभिर्निरीक्षितः ॥ ४६ ॥

ध्यानगम्यः प्रियः साक्षाद् बहुपुण्यैकसंचयात् ।

अतीव दृष्टो वृद्धाभिः प्रहृष्टाभिः कृतादरम् ॥ ४७ ॥^{१६}

^{१४} Defectief in de tweede versregel (17 syllables).

^{१५} Defectief in de derde *pāda* (tweede *vipulā*).

^{१६} *Id.* (derde *vipulā*).

बाला अप्यद्भुतानेककौतूहलविलोभिताः ।

धाविताः संभ्रमात् कृष्णमवलोकितुमुत्सुकाः ॥ ४८ ॥

मार्गावसरमप्राप्य कृष्णदर्शनलालसाः ।

आरोहन्ति गृहाट्टालताराग्रमभित स्त्रियः ॥ ४९ ॥

अहमहमतिगच्छन्नुपर्युपरि संपतन् ।

इतस्ततो भ्रमन् लोकः स्वं परं नावगच्छति ॥ ५० ॥^{१७}

इति श्रीमल्लपुराणे धर्मारण्यमाहात्म्ये ब्रह्मनारदसंवादे कृष्णपुरप्रवेशो नाम प्रथमोऽध्यायः ।

^{१७} Defectief in de eerste *pāda* (geen *vipulā*).

malla-purāṇam

prathamo 'dhyāyaḥ

1. *ekasmin kamalā kaṭākṣa-vivare sānandam ādhāryate
kṣīrābdher aparatra dīrgha-dhavalaiḥ kallola-lolotkaraiḥ;
vyagrasyāpi samarthita-pramathana-vyāpāra-labdhodayāś
catvāro vitarantu vāñchita-phalaṃ vandyā harer bāhavaḥ.*
2. *nārāyaṇaṃ namaḥ kṛtya naraṃ caiva narottamam;
devīm sarasvatīm vyāsaṃ tato jayam udīrayet.*

nārada uvāca:

3. *dharmādharmā-vidhiḥ prokto brahman samyak śruto mayā;
vidyāś ca vividhāḥ svāmin varṇa-bhedās tv anekadhā.*
4. *mallavidyā tvayā proktā mama saṃkṣepataḥ purā;
vistareṇa mama brūhi tasyām kautūhalaṃ hi me.*

brahmovāca:

5. *śṛṇu putra subhām vidyām kathyamānām mayānagha;
yad abhyāsān naraḥ samyak śatrūn jayati satvaraḥ.*
6. *purā kaṃse hate daitye cāṇūre ca nipātite;
samprāpte mathurā-rājye bhogān bhuktvā bahūṃs tathā.*
7. *kṛṣṇaś ca balabhadraś ca paramātmadayānvitau;
svīkartuṃ dvārakām ramyām calitau harṣa-saṃyutau.*
8. *sukha-prayāṇakair deśān paśyantau vividhān bahūn;
prāptau mayūraṃbālaṃ nāmnā nagaram uttamam.*
9. *tretāyām rāmacandro 'pi sītām utsṛjya vālmīkim;*

paścād guruṃ samānīya prāyaś-cittaṃ samācarat.

10. *aho brahman mayā prāpto rāvaṇo brahma-rākṣasaḥ;*

tasya pāpasya śuddhy-artham upāyaṃ me dvijottama.

11. *aśvamedhasya yajñasya phalena śubham icchasi;*

he rāma sītayā sārdhaṃ yajñaś ca kriyate tvayā.

12. *suvarṇa-mūrtiṃ kṛtvā hi yajñaḥ prārabhyate tvayā;*

jāte yajñe ca sampūrṇe brahmāṇāṃś ca pradāpayet.

13. *jyeṣṭhāṃś ca kuṇḍalam datvā cāturvede ca mudrikām;*

dvivedine strī dātavyā caturthaṃ niṣkrayas tathā.

14. *āsanānyaṅga-vasrāṇi taṇḍulāḥ ṣaṭkam eva ca;*

evaṃ ca rāmacandreṇa mohere sthāpitā purā.

15. *sarveṣāṃ caiva viprāṇāṃ vṛttiṃ datvā visarjayet;*

kati varṣāṇi jātāni anyonyaṃ yuddham eva ca.

16. *tataḥ kuṇḍalam utpāte yatra sthe tatra jāyate;*

kiñcit kālam tu nivṛtya paścād rāmam ayācata.

17. *vayaṃ sarve 'pi duṣprāpya agre kiñca kariṣyase;*

varam kṛṣṇāvatāre ca dvāparānte pradīyate.

18. *pradattaṃ brāhmaṇān pūrvaṃ rāmeṇa sthiti-hetave;*

japa-yajñāgnihotrādi-kriyā-saṃvāda-cetasām.

nārada uvāca:

19. *kiṃ tan mayūravaṃbālāṃ nāmnā nagaram uttamam;*

kasmin deśe 'bhavad vidvan kiṃ puṇyaṃ tad vada prabho.

brahmovāca:

20. *dharmāraṇyasya madhye 'bhūt śṛṇu nārada sādaram;*

lohāsurasya pūrve ca moherasya saṃpataḥ.

21. *mayedaṃ sthāpitaṃ pūrvaṃ vidyā-sthānaṃ mahādbhutam;*

yutaṃ dvija-gaṇaiḥ śuddhaṃ sarva-ratna-samanvitam.

22. *svacchodakaiḥ suvistīrṇaiḥ sarobhir upaśobhitam;*

ārāmai ramaṇīyaṃ ca nānā-vṛkṣa-samākulaiḥ.

23. *anuliptaṃ sudhābhiś ca saṃgataṃ sura-mandiraiḥ;
saṃkīrṇaṃ puṇya-labhyaṃ ca ramaṇyaṃ svargam ivāparam.*

24. *vāterita-patākābhiḥ sevitaṃ ca divānīśam;
yuktaṃ akṣayyamānārthair brāhmaṇair upaśobhitaṃ.*

25. *yajñāgni-dhūma-paṭalair yantrāntarita-maṇḍalam;
na pīdayati takṣaṇāṃśur grīṣme 'pi ca tapasvinaḥ.*

26. *sundarī-gaṇa-sampūrṇaṃ veda-dhvani-samākulam;
pavitraṃ tīrtha-bhūtaṃ ca dharmāranya-pradeśa-jam.*

27. *kṛte tu nāmnā ceśānaṃ tretāyāṃ ca śrīmālakam;
dvāpare mayūravambālam kalau devālayaṃ smṛtam.*

28. *adhiśritaṃ suraiḥ sarvaiḥ pālitaṃ puṇya-sampadā;
vidyā-dharaiḥ siddha-gaṇair apsarobhiḥ samanvitaṃ.*

29. *vāpī-kūpa-taḍāgaiś ca puṇyair jala-yutair yutam;
aneka-guṇa-pūrṇaṃ ca puṇyaṃ janani-śevitaṃ.*

30. *tat pūrve 'sti vṛddha-saraḥ pūrṇaṃ puṇya-jalaiḥ sadā;
mayaiva nirmitaṃ pūrvaṃ loka-pāpāpanuttaye.*

31. *saṃcitaṃ sārasair haṃsair nānā-pakṣi-gaṇaiś tathā;
devāsura-manuṣyaiś ca tāpasair yoga-sādhakaiḥ.*

32. *yājñikair dvija-varyaiś ca yakṣa-gandharva-siddhakaiḥ;
tat-pratīcyāṃ mahā-devī pālinīti ca nāmataḥ.*

33. *sthāpitā loka-rakṣārthaṃ tat-pūrve mātaraḥ smṛtāḥ;
tad-antarāla-tīrthāni santi puṇyāny anekaśaḥ.*

34. *asmin saro-jale snātvā dehi paśyati pālinīm;
sarva-pāpa-vinirmukto labhate bhogam avyayam.*

35. *dṛḍhāṅgo roga-muktaś ca sarva-vidyā-vicakṣaṇaḥ;
dhana-dhānya-samāyukto ripu-jetā mahābalī.*

36. *tretāyāṃ rāmacandreṇa kṛtaṃ snānaṃ phalāptaye;
kṛtā yajñāś ca dānāni loka-saṃgrahaṇāya vai.*

37. *kiṃ varṇyate 'sya śreṣṭhasya taḍāgasya phala-śrutih;*

- saṃkṣepāt kathitaṃ tāta vṛddhasya sarasaḥ phalam.*
- 38.** *etan-nagara-pārśve tu paritaś ca pradakṣiṇe;*
bahu-devālayāḥ santi tena devālayaṃ smṛtam.
- 39.** *khyātaṃ caturṣu lokeṣu vidyā-sthānaṃ paraṃ sadā;*
sapta-purī-samaṃ hy etan narāṇāṃ kāma-dāyakaṃ.
- 40.** *evaṃ mayūravambālaṃ śobhāṃ smṛtvā yadūttamaḥ;*
praviṣṭo balabhadreṇa sahitaḥ kārya-cikīrṣayā.
- 41.** *praviśantau pure tasmin brāhmaṇair abhinanditau;*
kṛṣṇo 'yam āgataḥ puṇyair vidvadbhir iti sādaram.
- 42.** *aho puṇyaṃ mahad-bhāgyam asmakāṃ janma sārthakam;*
yo durnirīkṣyo yogīndraiḥ so 'yaṃ kṛṣṇaḥ samāgataḥ.
- 43.** *ramya-vṛkṣa-dalaiḥ puṇyais toraṇaiḥ prati mandiram;*
gīta-vādyā-prakārādyair anyaiś ca vividhotsavaiḥ.
- 44.** *ṛg-yajuh-sāma-mantroktair āśīr-vādair anekaśaḥ;*
vardhāpitau dvija-śreṣṭhaiḥ sānanda-mati-sevitau.
- 45.** *strībhiḥ sammānitau tatra dūrāñcala-nibandhanaiḥ;*
lājā-vikiraṇaiś caiva dūrvā-kuśa-samanvitaḥ.
- 46.** *devāsura-manuṣyaiś ca durlabho 'yaṃ śriyaḥ priyaḥ;*
saubhāgya-sādhanaḥ kṛṣṇo yuvatībhir nirīkṣitaḥ.
- 47.** *dhyāna-gamyaḥ priyaḥ sākṣād bahu-puṇyaika-saṃcayāt;*
atīva drṣṭo vṛddhābhiḥ prahrṣṭābhiḥ kṛtādaram.
- 48.** *bālā apyadbhutāneka-kautūhala-vilobhitāḥ;*
dhāvitāḥ sambhramāt kṛṣṇam avalokitum utsukāḥ.
- 49.** *mārgāvasaram aprāpya kṛṣṇa-darśana-lālasāḥ;*
ārohanti gṛhāṭṭāla-tārāgram abhitaḥ striyaḥ.
- 50.** *aham aham atigacchann upary upari sampātau;*
itas tato bhraman lokaḥ svaṃ paraṃ nāvagacchati.

*iti śrī-malla-purāṇe dharmāraṇya-māhātmye brahmā-nārada-saṃvāde kṛṣṇa-pura-
praveśo nāma prathamo 'dhyāyaḥ.*

hoofdstuk 2

द्वितीयोऽध्यायः ।

एवं प्रविष्टौ नगरे परमातिथ्यपूर्वकम् ।

स्थितौ दिनानि कतिचित् क्रीडाभिरुदितोत्सवैः ॥ १ ॥^{१८}

तत्र सोमेश्वरो नाम ब्राह्मणो गर्गगोत्रजः ।

वेदवेदाङ्गविद्^{१९} धीमान् कलासु कुशलो युवा ॥ २ ॥

अतीव भक्तिमान् कृष्णे तत्त्वज्ञानपरो वरः ।

कृष्णमाराधयत्येवं बलभद्रं च सन्ततम् ॥ ३ ॥

तं दृष्ट्वा भक्तिसंयुक्तं सुशरीरं कृतादरम् ।

संतुष्टो भगवान् कृष्णः प्रोवाच प्रीतिपूर्वकम् ॥ ४ ॥

श्रीकृष्ण उवाच ।

कच्चित् संघाश्च सुखिनो नगरे सर्वदा नृणाम् ।

ब्राह्मणानां च सर्वेषां याज्ञिकानां च ऋत्विजाम् ॥ ५ ॥^{२०}

तीर्थानि सन्ति पुण्यानि शुद्धोदकानि सर्वशः^{२१} ।

^{१८} Defectief in de eerste (tweede *vipulā*) en in derde *pāda* (eerste *vipulā*).

^{१९} De tekst geeft वेदवेदाङ्गविद् wat ik corrigeer als वेदवेदाङ्गविद्. Deze correctie herstelt het metrum.

^{२०} Defectief in de eerste *pāda* (eerste *vipulā*).

गावः कामदुधाश्वाग्निः पवनः समिधः कुशाः ॥ ६ ॥

सोमेश्वर उवाच ।

सर्वतः कुशलं स्वामिन् प्रसादात् ते जनार्दन ।

भवत्प्रसादो येषां स्यात्तेषां विघ्नं कुतो नृणाम् ॥ ७ ॥^{२२}

रामेण स्थापिताः पूर्वं पालनीयास्त्वयाधुना ।

इति श्रुत्वा वचस्तस्य भगवान् देवकीसुतः ॥ ८ ॥

कार्यद्वयं चिकीर्षुस्तं सोमेश्वरं जगाद ह ।

श्रीकृष्ण उवाच ।

तुष्टोऽहं तव विप्रेन्द्र यतो भक्तोऽसि मे प्रियः ॥ ९ ॥

तेन तुभ्यं प्रदास्यामि विद्यां शुद्धां मम प्रियाम् ।

कलौ युगे समायाते म्लेच्छप्रायाश्च भूभुजः ॥ १० ॥

वृत्तिलोपं करिष्यन्ति पीडयिष्यन्ति गोद्विजान् ।

ततस्त्वेकां मल्लविद्यां ददामि ते द्विजोत्तम ॥ ११ ॥^{२३}

^{२२} De tekst geeft शुद्धोदकानि च सर्वशः. Ik schrap च. Deze ingreep reduceert het aantal syllables in de eerste versregel tot 16 en herstelt het metrum.

^{२२} Defectief in de derde *pāda* (derde *vipulā*).

^{२३} *Id.* (vierde *vipulā*).

प्रधानं सर्वविद्यानां यया वृत्तिर्न जायते ।
 पच्यते सर्वधातुश्च मल्लविद्याविधारणात् ॥ १२ ॥
 धारयन्ति बलात् शत्रून् तेन मल्लाः प्रकीर्तिताः ।
 तेषां विद्या परं गोप्या परदर्पप्रभञ्जनी ॥ १३ ॥
 ज्येष्ठार्था सर्वविद्यानां सर्वकालशरीरगा ।
 अचौरार्थ्या च सर्वत्र सर्वकालाविनाशिनी ॥ १४ ॥
 सर्वकामप्रदा ह्येषा सर्वकोकाभिमोहिनी ।
 अनया साध्यते धर्मः कामः सम्यगवाप्यते ॥ १५ ॥^{२४}
 मोक्षोऽपि प्राप्यतेऽभ्यासात् मदभ्यस्ता पुरा यतः ।
 ममाङ्गसंस्थितां विद्यां धारयिष्यन्ति भूतले ॥ १६ ॥
 विद्याविभूषिता लोके मत्परा मां लभन्ति ते ।
 इमां गुह्यतमां विप्र न दत्तां कस्यचिन्मया ॥ १७ ॥
 तुभ्यं सम्यक् प्रदास्यामि यतो मद्भक्तिमान् भवान् ।
 विद्येयं मम शक्तिश्च मद्भक्तेष्वेव स्थास्यति ॥ १८ ॥
 मद्भिद्यालंकृतो लोके मान्यो भवति सर्वतः ।
 अङ्गशुद्धिः सत्त्वशुद्धिर्बलवृद्धिस्तथोत्तरा ॥ १९ ॥^{२५}

^{२४} Defectief in de tweede versregel (15 syllabes).

^{२५} Defectief in de derde *pāda* (vierde *vipulā*).

मृगयाजयसंसिद्धिरनया शत्रुसंजयः ।

तस्मात् सोमेश्वरस्त्वं च तथान्येऽपि तव प्रियाः ।

धारयन्तूत्तमां विद्यां मयोक्तां सर्वलक्षणाम् ॥ २० ॥

सोमेश्वर उवाच ।

कस्मात् त्वया धृता विद्या कदा शत्रुजयः कृतः ।

तन्मे वद जगन्नाथ मम चेदीप्ससि प्रियम् ॥ २१ ॥

श्रीकृष्ण उवाच ।

पञ्चवर्षसहस्राणि मधुकैटभसङ्गरे ।

साङ्गोपाङ्गं मया तत्र प्रयुक्ता तेन ते हताः ॥ २२ ॥

कंसमुष्टिकचाणूरमुख्याः सर्वेऽपि दानवाः ।

व्यापादिता मया पूर्वमनया विद्यया बलात् ॥ २३ ॥^{२६}

त्वमिदानीमिमां विद्यां मम यत्नात् प्रयच्छतः ।

अङ्गीकुरु समोपेतः समस्तैर्ब्राह्मणैरिह ॥ २४ ॥

^{२६} Defectief in de eerste *pāda* (geen *vipulā*).

ब्रह्मोवाच ।

सुप्रसादमिति प्रोक्तः कृष्णेन प्रीतिपूर्वकम् ।

संतुष्टो ब्राह्मणः कृष्णं सोमेश्वर उवाच ह ॥ २५ ॥

सोमेश्वर उवाच ।

कृष्ण कृष्ण कृपालुस्त्वं जगन्मङ्गलमङ्गलम् ।

त्वच्चरितं च श्रोतव्यं मया त्वं कथयाधुना ॥ २६ ॥

मल्लवेषो धृतः कीदृक् कथं कंसो निपातितः ।

चाणूरो मुष्टिकश्चैव कथं घातितवान् भवान् ॥ २७ ॥

श्रीकृष्ण उवाच ।

शृणु विप्र यथा पूर्वं मल्लवेषो मया धृतः ।

सह बलेन घातार्थं कंसचाणूरविद्विषाम् ॥ २८ ॥

विस्तरात् कथयामि त्वां यथा पूर्वं कृतं मया ।

त्वं संमतोऽसि पात्रं मे मल्लविद्याविधारणे ॥ २९ ॥

पृथिव्यां मथुरा नाम पुरी यादवभूभुजाम् ।

राजधानी च नित्यास्ति यत्र संनिहितो हरिः ॥ ३० ॥

उग्रसेनसुतः कंसो मम मातुलसंज्ञकः ।

कालनेमिश्र देत्योऽभूत्पूर्वजन्मनि महाबली ॥ ३१ ॥^{२७}

अन्ये च बहवो दैत्या अशुभविघ्नकारकाः ।

विष्णुना निहताः संख्ये तेन द्वेषो मयाऽभवत् ॥ ३२ ॥

पितरं वसुदेवं च मातरं देवकीं च मे ।

निगृह्य निगडैर्बध्वा कारागेहेऽरुणद् बलात् ॥ ३३ ॥

वधोपायाः कृतास्तेन मयि गोकुलवासिनि ।

विनाशिता मया सर्वे पूतनादिसर्वदानवाः ॥ ३४ ॥^{२८}

कंसो भीतः स्वयं दृष्ट्वा विप्लानुद्यमान् बहून् ।

मन्त्रं चक्रे च दुर्बुद्धिर्दुष्टं दानवमन्त्रिभिः ॥ ३५ ॥^{२९}

मल्लयुद्धेन घातव्यो नान्यथा घात्यते बली ।

एवं विचार्यमाणं तमक्रूरं समनोदयत् ॥ ३६ ॥

अक्रूरोऽपि रथे कृत्वा मां च भद्रं च गोपकान् ।

मथुरामनयत्कंसे निवेद्य च गृहं गतः ॥ ३७ ॥

रङ्गमण्डपमञ्चादीन् निर्माय मल्लकान् बहून् ।

^{२७} Defectief in de tweede versregel (17 syllabes).

^{२८} *Id.*

^{२९} Defectief in de eerste versregel (14 syllabes).

चाणूरादीनाचार्यान्समाहूय समादिशत् ॥ ३८ ॥^{३०}

कृष्णोऽयं बलिनां श्रेष्ठो रामोऽपि बलसत्तमः ।

मल्लविद्यां समासाद्य घातनीयौ नृभिर्बलात् ॥ ३९ ॥

इत्यादिष्टास्तु कंसेन चाणूरादिसर्वयोधनः ।

मल्लाः समाविशन् रङ्गं मन्दाः प्रोचुः प्रभत्सनैः ॥ ४० ॥^{३१}

अहं च बलभद्रश्च मल्लौ चाणूरमुष्टिकौ ।

समासाद्य स्थितौ युद्धे मल्लमुष्टिप्रघातिनौ ॥ ४१ ॥

हस्तेन गृहीतहस्तोऽयं पद्भ्यां मे बलपादयोः ।

आकर्षितोऽयं चाणूरो निपपात महीतले ॥ ४२ ॥^{३२}

परिभ्रामणनिक्षेपपरिरम्भावपातनैः ।

उत्सर्जनानुगमनै रुन्धितः स मयाऽद्भुतम् ॥ ४३ ॥^{३३}

हस्तेन प्रपदे गृह्य भ्रामितो लुण्ठितो भुवि ।

घातितो मुष्टिघातैश्च मारितो मल्लविद्यया ॥ ४४ ॥

संनिष्पिष्टसर्वाङ्गो भग्नोष्ठो भग्नमानसः ।

गलत्केशोऽपतत् भूमौ चाणूरो गतचेतनः ॥ ४५ ॥

^{३०} Defectief in de tweede versregel (15 syllabes).

^{३१} Defectief in de eerste versregel (17 syllabes).

^{३२} Defectief in de derde *pāda* (derde *vipulā*).

^{३३} *Id.* (eerste *vipulā*).

बलेनैवं मोष्टिकोऽपि घातितो मल्लविद्यया ।

अनयेऽपि मल्लमुख्याश्च पातिताः सर्वतो भुवि ॥ ४६ ॥^{३४}

कंसोऽपि निहतः संख्ये पातितो ह्यवनीतले ।

हाहाकारोऽभवत् शब्दस्तदा कंसे निपातिते ॥ ४७ ॥

अन्ये च दुद्रुवुर्भीताः प्राणरक्षणतत्पराः ।

एके विदिततत्त्वार्था मामेव शरणं गताः ॥ ४८ ॥

तस्मात् गृह्णात्वेनां त्वं मल्लविद्यां द्विजोत्तम ।

यया च भ्रामिताः सर्वे शत्रवो निधनं गताः ॥ ४९ ॥

इति ते कथिता ब्रह्मन् मल्लविद्या मयानघ ।

किं पृच्छसि पुनः स्वामिन् कथयामि तव प्रियाम् ॥ ५० ॥

यः शृणोति नरो भक्त्या मल्लकंसादिघातनम् ।

क्रीडितं मम विप्रेन्द्र स याति परमं पदम् ॥ ५१ ॥

इति श्रीमल्लपुराणे सोमेश्वरकृष्णप्रश्नोत्तरं नाम प्रकरणं द्वितीयम् ॥

^{३४} Defectief in de eerste *pāda* (geen *vipulā*).

dvitīyo 'dhyāyaḥ

1. *evam praviṣṭau nagare paramātithya pūrvakam;
sthitau dināni katicit krīdābhir uditotsavaiḥ.*
2. *tatra someśvaro nāma brāhmaṇo garga-gotra-jah;
vedavedāṅgavid dhīmān kalāsu kuśalo yuvā.*
3. *atīva bhaktimān kṛṣṇe tattva-jñāna-paro varah;
kṛṣṇam ārādhayaty evam balabhadram ca santatam.*
4. *taṁ drṣṭvā bhakti-saṁyuktaṁ suśarīraṁ kṛtādaram;
saṁtuṣṭo bhagavān kṛṣṇaḥ provāca prīti-pūrvakam.*

śrīkṛṣṇa uvāca:

5. *kaccit saṁghāś ca sukhino nagare sarvadā nṛṇām;
brāhmaṇānām ca sarveṣāṁ yājñikānām ca ṛtvijām.*
6. *tīrthāni santi puṇyāni śuddhodakāni sarvaśaḥ;
gāvaḥ kāma-dughāś cāgniḥ pavanaḥ samidhaḥ kuśāḥ.*

someśvara uvāca:

7. *sarvataḥ kuśalaṁ svāmin prasādāt te janārdana;
bhavat-prasādo yeṣāṁ syāt teṣāṁ vighnaṁ kuto nṛṇām.*
8. *rāmeṇa sthāpitāḥ pūrvaṁ pālanīyās tvayā dhunās;
iti śrutvā vacas tasya bhagavān devakī-sutaḥ.*
9. *kārya-dvayaṁ cikīrṣus taṁ someśvaraṁ jagāda ha.*

śrīkṛṣṇa uvāca:

- tuṣṭo 'ham tava viprendra yato bhakto 'si me priyaḥ.*
10. *tena tubhyaṁ pradāsyāmi vidyāṁ śuddhāṁ mama priyām;
kalau yuge samāyāte mleccha prāyāś ca bhūbhujah.*
11. *vṛtti-lopaṁ kariṣyanti pīḍayiṣyanti go-dvijān;*

tatas tv ekāṃ malla-vidyāṃ dadāmi te dvijottama.

12. *pradhānaṃ sarva-vidyānāṃ yayā vṛt-tirna jāyate;*

pacyate sarva-dhātuś ca malla-vidyā-vidhāraṇāt.

13. *dhārayanti balāt śatrūn tena mallāḥ prakīrtitāḥ;*

teṣāṃ vidyā paraṃ gopyā para-darpa-prabhañjanī.

14. *jyeṣṭhārthā sarva-vidyānāṃ sarva-kāla-śarīra-gā;*

acaurārthyā ca sarvatra sarva-kāla-vināśinī.

15. *sarva-kāma-pradā hy eṣā sarva-lokābhīmohinī;*

anyā sādhyate dharmāḥ kāmāḥ samyag avāpyate.

16. *mokṣo 'pi prāpyate 'bhyāsāt mad-abhyastā-purā yataḥ;*

mamāṅga-saṃsthitāṃ vidyāṃ dhārayiṣyanti bhū-tale.

17. *vidyā-vibhūṣitā loke mat-parā māṃ labhanti te;*

imāṃ guhyatamāṃ vipra na dattāṃ kasyacin mayā.

18. *tubhyaṃ samyak pradāsyāmi yato mad-bhaktimān bhavān;*

vidyeyaṃ mama śaktiś ca mad-bhakteṣveva sthāsyati.

19. *mad-vidyālaṃ-kṛto mānyo bhavati sarvataḥ;*

aṅga-śuddhiḥ sattva-śuddhir bala-vṛddhiḥ tathottarā.

20. *mṛgayā-jaya-saṃsiddhir anayā śatru-saṃjayaḥ;*

tasmāt someśvaras tvaṃ ca tathānye 'pi tava priyāḥ;

dhārayantūttamāṃ vidyāṃ mayoktāṃ sarva-lakṣaṇām.

someśvara uvāca:

21. *kasmāt tvayā dhṛtā vidyā kadā śatru-jayaḥ kṛtaḥ;*

tan me vada jagan-nātha mama ced īpsasi priyam.

śrīkrṣṇa uvāca:

22. *pañca-varṣa-sahasrāṇi madhu-kaiṭabha-saṅgare;*

sāṅgopāṅgaṃ mayā tatra prayuktā tena te hatāḥ.

23. *kaṃsa-muṣṭika-cāṇūra-mukhyāḥ sarve 'pi dānavāḥ;*

vyāpādītā mayā pūrvam anayā vidyayā balāt.

24. *tvam idānīm imāṃ vidyāṃ mama yatnāt prayacchataḥ;
aṅgī-kuru samopetaḥ samastair brāhmaṇair iha.*

brahmovāca:

25. *suprasādam iti proktaḥ kṛṣṇena prīti-pūrvakam;
saṃtuṣṭo brāhmaṇaḥ kṛṣṇaṃ someśvara uvāca ha.*

someśvara uvāca:

26. *kṛṣṇa kṛṣṇa kṛpālus tvam jagan-maṅgala-maṅgalam;
tvac-caritam ca śrotavyaṃ mayā tvam kathayādhunā.*
27. *malla-veśo dhṛtaḥ kīdrk kathaṃ kaṃso nipātitaḥ;
cāñūro muṣṭikaś caiva kathaṃ ghāti-tavān bhavān.*

śrīkṛṣṇa uvāca:

28. *śṛṇu vipra yathā pūrvaṃ malla-veśo mayā dhṛtaḥ;
saha balena ghātārthaṃ kaṃsa-cāñūra-vidviṣām.*
29. *vistarāt kathayāmi tvāṃ yathā pūrvaṃ kṛtaṃ mayā;
tvam sammato 'si pātraṃ me malla-vidyā-vidhāraṇe.*
30. *pṛthivyāṃ mathurā nāma purī yādava-bhūbhujām;
rājadhānī ca nityāsti yatra saṃnihito hariḥ.*
31. *ugrasena-sutaḥ kaṃso mama mātula-saṃjñakaḥ;
kālanemiś ca detyo 'bhūt pūrva-janmani mahā-balī.*
32. *anye ca bahavo daityās aśubha-vighna-kārakāḥ;
viṣṇunā nihataḥ saṃkhye tena dveṣo mayā 'bhavat.*
33. *pītarāṃ vasudevaṃ ca mātaraṃ devakīm ca me;
niḡrhya niḡadair badhvā kārā-gehe 'ruṇad balāt.*
34. *vadhopyāḥ kṛtās tena mayi gokula-vāsini;
vināśitā mayā sarve pūtanādi-sarva-dānavāḥ.*
35. *kaṃso bhūtaḥ svayaṃ drṣṭvā viphalān udyamān;
antraṃ cakre ca dur buddhir duṣṭaṃ dānava-mantribhiḥ.*

36. *malla-yuddhena ghātavyo nānyathā ghātyate balī;
evaṃ vicāryamāṇaṃ tam akrūraṃ samanodayat.*
37. *akrūro 'pi rathe kṛtvā māṃ ca bhadraṃ ca gopakān;
mathurām anayat kaṃse nivedya ca grhaṃ gataḥ.*
38. *raṅga-maṇḍapa-maṅcādīn nirmāya mallakān bahūn;
cāṇūrādīn ācāryān samāhūya samādiśat.*
39. *kṛṣṇo 'yaṃ balināṃ śreṣṭho rāmo 'pi bala-sattamaḥ;
malla-vidyāṃ samāsādya ghātanīyau nṛbhir balāt.'*
40. *ity ādiṣṭās tu kaṃsena cāṇūrādi-sarva-yodhinah;
mallāḥ samāviśan raṅgaṃ mandāḥ procuḥ prabhartsanaiḥ.*
41. *ahaṃ ca balabhadraś ca mallau cāṇūra-muṣṭikau;
samāsādya sthitau yuddhe malla-muṣṭi-praghātinau.*
42. *hastena grhīta-hasto 'yaṃ padbhyāṃ me bala-pādayoh;
ākarṣito 'yaṃ cāṇūro nipapāta mahītale.*
43. *paribhrāmaṇa-nikṣepa-parirambhāvapātanaḥ;
utsarjanānugamanai rundhitaḥ sa mayā 'dbhutam.*
44. *hastena prapade grhya bhrāmito luṅṭhito bhuvi;
ghātito muṣṭi-ghātaiś ca mārīto malla-vidyayā.*
45. *saṃniṣpiṣṭa-sarvāṅgo bhagnoṣṭho bhagna-mānasaḥ;
galat-keśo 'patat bhūtau cāṇūro gata-cetanaḥ.*
46. *balenaivaṃ muṣṭiko 'pi ghātito malla-vidyayā;
anye 'pi malla-mukhyāś ca pātītāḥ sarvato bhuvi.*
47. *kaṃso 'pi nihataḥ saṃkhye pātito hy avanī-tale;
hāhā-kāro 'bhavat śabdāś tadā kaṃse nipātite.*
48. *anye ca dudruvur bhūtāḥ prāṇa-rakṣaṇa-tat-parāḥ;
eke vidita-tattvārthā mām eva śaraṇaṃ gatāḥ.*
49. *tasmād grhṇātv enāṃ tvaṃ malla-vidyāṃ dvijottama;
yayā ca bhrāmitāḥ sarve śatravo nidhanaṃ gatāḥ.*
50. *iti te kathitā brahman malla-vidyā mayānagha;
kiṃ prcchasi punaḥ svāmin kathayāmi tava priyām.*

51. *yaḥ śṛṇoti naro bhaktyā malla-kaṁsādi-ghātanam;
krīḍitaṁ mama viprendra sa yāti paramaṁ padam.*

iti śrī-malla-purāṇe someśvara-kṛṣṇa-praśnottaraṁ nāma prakaraṇaṁ dvitīyam.

hoofdstuk 3

तृतीयोऽध्यायः ।

ब्रह्मोवाच ।

इति कृष्णवचः श्रुत्वा सोमेश्वरपुरःसराः ।

ज्योतिर्विदं समाहूय मुहूर्तं स्थापयन्ति ते ॥ १ ॥

अक्रूरैः सुखदैवीरैः सुभगायां तिथावपि ।

विद्यारम्भस्य नक्षत्रैर्ग्रहैश्चापि शुभप्रदैः ॥ २ ॥

ततस्ते मण्डपं रम्यं रङ्गभूमौ प्रकल्पितम् ।

पताकाभिस्तोरणैश्च स्वस्तिकैश्च विचित्रितम् ॥ ३ ॥^{३५}

चतुर्द्वारेषु द्वौ द्वौ च कलशौ राजवारकौ ।

होमकुण्डसमोपेतं विस्तीर्णकृतवेदिकम् ॥ ४ ॥

तत्र ते ब्राह्मणाः सर्वे शुभे लग्ने समागताः ।

कृष्णं च बलभद्रं च पुरस्कृत्य कृतोत्सवाः ॥ ५ ॥

शुभासने चोपविष्टौ तत्र तौ परमेश्वरौ ।

कारयन्तौ शुभं होमं द्विजेभ्यो दानमुत्तमम् ॥ ६ ॥^{३६}

ऋग्यजुःसामवेदैश्च कृतस्वस्त्ययनौ ततः ।

^{३५} Defectief in de derde *pāda* (vierde *vipulā*).

^{३६} Defectief in de eerste *pāda* (*Id.*).

कृताञ्जलिपुटो भूत्वा द्विजस्तत्र तयोः पुरः ॥ ७ ॥

ततः सोमेश्वरः कृष्णं प्रणम्य इदमब्रवीत् ।

सोमेश्वर उवाच ।

देव देव कृपालुस्त्वं सर्वाविप्रगणाधिप ॥ ८ ॥

प्रथमं मल्लविद्यायां विधानमुपदिश्यताम् ।

ब्रह्मोवाच ।

पश्चाद्विधाने विज्ञाते कर्तव्योभिनवः सुखम् ॥ ९ ॥^{३७}

एवमस्त्विति कृष्णेन स च प्रत्यभिनन्दितः ।

प्रारब्धमुपदेशं तु संप्रदातुं मनो दधे ॥ १० ॥

श्रीकृष्ण उवाच ।

ज्येष्ठी तथान्तरज्येष्ठी तथा गोपकुलेऽपि च ।

भविष्यश्चेति चत्वारि श्रममात्राणि तानि च ॥ ११ ॥

तत्रादौ तावदुच्यन्ते निःशेषा ज्येष्ठिनां गुणाः ।

संस्कृतप्राकृताभ्यां च ततो लौकिकभाषया ॥ १२ ॥

^{३७} Defectief in de derde *pāda* (derde *vipulā*).

अपभ्रंशाच्च वक्ष्यामि ये यत्रोक्तास्तथैव तान् ।

कुलं च शीलं च नयो विनयश्च तथैव च ॥ १३ ॥^{३८}

आहारश्च तथारोग्यमुद्यमो बलमेव च ।

प्राणश्चैव तथायासस्तथैव सुशरीरता ॥ १४ ॥

सुश्रमश्च शुभसहो विजितेन्द्रिय एव च ।

जितश्रमः कष्टसहो मानी कर्मजयस्तथा ॥ १५ ॥^{३९}

लज्जापरोऽभिमानी च तथा भक्तिपरः स्मृतः ।

स्थाने शक्तिः स्थापने च धातुशक्तिस्ततः परम् ॥ १६ ॥^{४०}

आसने ग्रहणे शक्ती रक्षणे शक्तिरेव च ।

चारणे शक्तिरत्रैव शक्तिर्निसरणेऽपि च ॥ १७ ॥

विज्ञानशक्ती रचनाशक्तिः सौष्ठवने तथा ।

भेदशक्तिः कर्षशक्तिर्युद्धशक्तिस्तथैव च ॥ १८ ॥^{४१}

अधःशक्तिश्च विज्ञेया उर्ध्वशक्तिः परा स्मृता ।

तथा कातरशक्तिश्च त्राणशक्तिस्तथोत्तमा ॥ १९ ॥

अत्राणके च या शक्तिरशक्ते शक्तिरेव च ।

^{३८} Defectief in de derde *pāda* (tweede *vipulā*).

^{३९} Defectief in de eerste (eerste *vipulā*) en in de derde *pāda* (tweede *vipulā*).

^{४०} Defectief in de derde *pāda* (vierde *vipulā*).

^{४१} Defectief in de eerste (tweede *vipulā*) en in de derde *pāda* (vierde *vipulā*).

अरङ्गरङ्गयोः शक्तिभौजने शक्तिरेव च ॥ २० ॥

पाने च शयने शक्तिर्मात्राशक्तिः प्रशस्यते ।

कामव्यायामयोश्चैव मात्रां यत्नेन पालयेत् ॥ २१ ॥

कालमानं देशमानं राजमानमतः परम् ।

सभामानमर्थमानं यशोमानमिति क्रमात् ॥ २२ ॥^{४२}

कथिताश्च चतुःषष्टिरित्येते ज्येष्ठिनो गुणाः ।

इति ६४ गुणाः ॥ २३ ॥

एवं सोमेश्वरः श्रुत्वा पुनः पप्रच्छ केशवम् ।

सोमेश्वर उवाच ।

कथिताः कृष्ण सर्वे च भवता ज्येष्ठिनो गुणाः ॥ २४ ॥

भगवन् कथयेदानीमन्तरज्येष्ठिनो गुणान् ।

श्रूयतामिति तं कृष्णः प्रत्युवाच कृतादरः ॥ २५ ॥

कृष्ण उवाच ।

कुलीनो दक्षः सर्वेषु नीतिशीलश्च सर्वदा ।

प्रमाणसुशरीरश्च सुविस्तरस्तनुस्तथा ॥ २६ ॥^{४३}

^{४२} Defectief in de eerste (vierde *vipulā*) en in de derde *pāda* (geen *vipulā*).

शौर्ययुक्तो निरालस्यो व्यवसायी तथैव च ।

अगवृत्तिर्भगवृत्तिरर्धप्राणसमन्वितः ॥ २७ ॥^{४४}

अर्धश्रमगुणयुतः सत्यभाषी तथैव च ।

गुणवृद्धिकरः शौर्ये यथा वृद्धिकरस्तथा ॥ २८ ॥

पुण्यगुणवृद्धिकरो यशोवृद्धिकरोऽपि च ।

लघुवृत्तिकरस्तद्वत् गुणेषु कुशलस्तथा ॥ २९ ॥^{४५}

भयहरः स्थानपरः सदा हेतुपरः स्मृतः ।

जितश्रमो विश्वासवान् ज्येष्ठिनः श्रमपूरकः ॥ ३० ॥^{४६}

प्राणवान् बलवाँश्चैव सर्वकार्यविचारवित् ।

अनतरज्येष्ठिनस्त्रिंशत् कथिता मध्यमा गुणाः ॥ ३१ ॥

इत्यन्तरज्येष्ठिनः ३० गुणाः ।

ब्रह्मोवाच ।

इत्युत्तममध्यमांश्च श्रुत्वा सोमेश्वरो गुणान् ।

अधमानपि पप्रच्छ प्रणम्य शिरसा हरिम् ।

^{४३} Defectief in de eerste *pāda* (geen *vipulā*).

^{४४} Defectief in de derde *pāda* (geen *vipulā*).

^{४५} Defectief in de eerste *pāda* (*Id.*).

^{४६} Defectief in de eerste en in de derde *pāda* (*Id.*).

सोमेश्वर उवाच ।

भगवन् कथयेदानीमधमानपि तान् गुणान् ॥ ३२ ॥

श्रीकृष्ण उवाच ।

शृणु गोपकुलादीनामधमांश्च गुणान्बहुन् ।

विचार्य तत्त्वात् सर्वज्ञ अशेषं गदतो मम ॥ ३३ ॥^{४७}

मतिमान् मार्गगश्चैव कृतद्विगुणवानपि ।

शीलवानविनीतश्च सुविस्तरभयं हृदि ॥ ३४ ॥

श्रमासहोऽप्यसज्जडो न युद्धकुशलस्तथा ।

वाचाशक्तिरसद्वाक्यो विचार्यायासकार्यकृत् ॥ ३५ ॥^{४८}

बलवान् शक्तिहीनश्च प्राणवान् मूर्ख एव च ।

वाचा त्राणकरः कोऽपि वाचा लाभकरः परः ॥ ३६ ॥

वाचा हानिकरः कश्चित् न किञ्चित् परमार्थवित् ।

तथा कष्टसहः कोऽपि कर्माशक्यस्तथैव च ॥ ३७ ॥

सेवापरोऽपि कोऽन्यत्र कुरङ्गो भवति ध्रुवम् ।

कार्यतत्पर एव स्यादहितोऽपि क्वचिन्नरः ॥ ३८ ॥

^{४७} Defectief in de derde *pāda* (derde *vipulā*).

^{४८} Defectief in de eerste *pāda* (geen *vipulā*).

हिंसावांश्च ह्यविश्वासी भवेत् क्वचित्तथा परः ।

भक्तिनश्वर एव स्यात् विकारी च तथा परः ॥ ३९ ॥

परान् दोषान् वादयति पश्चाद्वादयति केवलम् ।

अधमाः कथिताः सर्वे सप्तत्रिंशदिमे गुणाः ॥ ४० ॥^{४९}

इत्यधमा ३७ गुणाः ।

एवं गुणसमायुक्तो नाम्ना गोपकुलो भवेत् ।

तथाधमाधमगुणान् शृणु चान्यानशेषतः ॥ ४१ ॥^{५०}

अकुलीनो भवेत् कश्चिदतिमध्यम एव च ।

कोप्यतो दूतकारः स्यादतिकामी तथापरः ॥ ४२ ॥^{५१}

आलस्यवान् परः कश्चिदतिभीरुश्च निन्दितः ।

अतिमूर्खौऽतिलुब्धश्च स्थूलरोमविवर्जितः ॥ ४३ ॥

दुर्बलो नीचसङ्गी च निषिद्धो मल्लकर्मणि ।

विपक्षभेदकोऽप्यन्यो गुणप्रच्छादकस्तथा ॥ ४४ ॥

संवाहनकलो न स्यात् शोकदुःखप्रकाशकः ।

अहितोऽपि परः कश्चित् कार्याशक्य इति क्रमात् ।

^{४९} Defectief in de eerste versregel (17 syllabes).

^{५०} Defectief in de derde *pāda* (eerste *vipulā*).

^{५१} Defectief in de eerste versregel (15 syllabes).

एकविंशतिसंख्याताः कथिताश्चाधमाधमाः ॥ ४५ ॥

इत्यधमाधम २१ गुणाः ।

सोमेश्वर उवाच ।

पुनः सोमेश्वरः कृष्णं सादरं पृच्छवानिति^{५२} ।

देव देव भविष्यस्य गुणान् ब्रूहि विशेषतः ॥ ४६ ॥

श्रीकृष्ण उवाच ।

कुलीनोऽथ विनीतश्च लज्जावान् शीलसंगतः ।

दयावान् श्रद्धया युक्तो व्यायामी चाग्निमांस्तथा ॥ ४७ ॥

आधानी सुवपुश्चैव सुश्रमश्च तथा परः ।

श्रुतिग्राही श्रमसहो दृष्टिग्राही तथैव च ॥ ४८ ॥^{५३}

चित्तग्राही सत्यवाँश्च शौर्यवान् बुद्धिमाँस्तथा ।

जनप्रियश्च गुणवान् पितृभक्तः प्रियंवदः ॥ ४९ ॥^{५४}

^{५२} Het manuscript geeft पृच्छवान्, wat in de tekst gecorrigeerd werd als पृष्टवान्. Ik volg Sandesara en Mehta niet. Grammaticaal correct moet er पप्रच्छवान् staan, maar dit verstoort het metrum.

^{५३} Defectief in de derde *pāda* (eerste *vipulā*).

^{५४} Defectief in de eerste (vierde *vipulā*) en in de derde *pāda* (eerste *vipulā*).

मातृभक्तो भ्रातृभक्तो भक्तो गुरुजनेऽपि च ।

देवद्विजयोर्भक्तश्च चतुर्विंश इमे गुणाः ॥ ५० ॥^{५५}

मया तव समाख्याताः सर्वे विजयहेतवे ।

एवं गुणैश्च संयुक्तो ज्येष्ठी भवति सत्वरः ॥ ५१ ॥

इति श्रीमल्लपुराणे चतुःपात्रवर्णनं नाम तृतीयोऽध्यायः ।

^{५५} Defectief in de eerste (vierde *vipulā*) en in de derde *pāda* (geen *vipulā*).

tr̥tīyo 'dhyāyaḥ

brahmovāca:

1. *iti kṛṣṇa-vacaḥ śrutvā someśvara-puraḥ-sarāḥ;
jyotir-vidaṃ samāhūya muhūrtaṃ sthāpayanti te.*
2. *akrūraiḥ sukhadair vāraiḥ subhagāyāṃ tithāv api;
vidyā-rambhasya nakṣatrair grahaiś cāpi śubha-pradaiḥ.*
3. *tatas te maṇḍapaṃ ramyaṃ raṅga-bhūmau prakalpitaṃ;
patākābhis toraṇaiś ca svastikaiś ca vicitritaṃ.*
4. *catur-dvareṣu dvau dvau ca kalaśau rāja-vārakau;
homa-kuṇḍa-samopetaṃ vistīrṇa-kṛta-vedikaṃ.*
5. *tatra te brāhmaṇāḥ sarve śubhe lagne samāgatāḥ;
kṛṣṇaṃ ca balabhadraṃ ca puras-kṛtya kṛtotsavāḥ.*
6. *śubhāsane copaviṣṭau tatra tau parameśvarau;
kārayantau śubhaṃ homaṃ dvijebhyo dānam uttamam.*
7. *ṛg-yajuḥ-sāmavedaiś ca kṛta-svasty-ayanau tataḥ;
kṛtāñjalipuṭo bhūtvā dvijas tatra tayoh puraḥ.*
8. *tataḥ someśvaraḥ kṛṣṇaṃ praṇamya idam abravīt;*

someśvara uvāca:

- deva deva kṛpālus tvaṃ sarva-vipra-gaṇādhipa.*
9. *prathamam malla-vidyāyāṃ vidhānam upadiśyatām;*

brahmovāca:

- paścād vidhāne vijñāte kartavyo 'bhinavaḥ sukham.*
10. *evam astv iti kṛṣṇena sa ca pratyabhinanditaḥ;
prārabdham upadeśaṃ tu sampradātum mano dadhe.*

śrīkṛṣṇa uvāca:

11. *jyeṣṭhī tathāntarajyeṣṭhī tathā gopakule 'pi ca;
bhaviṣyaś ceti catvāri śrama-mātrāṇi tāni ca.*
12. *tatrādau tāvad ucyante niḥśeṣā jyeṣṭhinām guṇāḥ;
saṃskṛta-prākṛtābhyām ca tato laukika-bhāṣayā.*
13. *apabhraṃśāc ca vakṣyāmi ye yatroktās tathaiva tāt;
kulaṃ ca śīlaṃ ca nayo vinayaś ca tathaiva ca.*
14. *āhāraś ca tathārogyam udyamo balam eva ca;
prāṇaś caiva tathāyāśas tathaiva suśarīratā.*
15. *su-śramaś ca śrama-saho vijitendriya eva ca;
jīta-śramaḥ kaṣṭa-saho mānī karma-jayas tathā.*
16. *lajjā-paro 'bhimānī ca tathā bhakti-paraḥ smṛtaḥ;
sthāne śaktiḥ sthāpane ca dhātu-śaktis tataḥ param.*
17. *āsane grahaṇe śaktī rakṣaṇe śaktir eva ca;
cāraṇe śaktir atraiva śaktir nisaraṇe 'pi ca.*
18. *vijñāna-śaktī racanā-śaktiḥ sauṣṭhavane tathā;
bheda-śaktiḥ karṣa-śaktir yuddha-śaktis tathaiva ca.*
19. *adhaḥ-śaktiś ca vijñeyā urdhva-śaktiḥ parā smṛtā;
tathā kātara-śaktiś ca trāṇa-śaktis tathottamā.*
20. *atrāṇake ca yā śaktir aśakte śaktir eva ca;
araṅga-raṅgayoḥ śaktir bhojane śaktir eva ca.*
21. *pāne ca śayane śaktir mātrā-śaktiḥ praśasyate;
kāma-vyāyāmayoś caiva mātrām yatnena pālayet.*
22. *kāla-mānaṃ deśa-mānaṃ rāja-mānam ataḥ param;
sabhā-mānam artha-mānaṃ yaśo-mānam iti kramāt.*
23. *kathitāś ca catuḥ-ṣaṣṭhir ity ete jyeṣṭhino guṇāḥ;
iti 64 guṇāḥ.*
24. *evaṃ someśvaraḥ śrutvā punaḥ papraccha keśavam;*

someśvara uvāca:

kathitāḥ kṛṣṇa sarve ca bhavatā jyeṣṭhino guṇāḥ.

25. *bhagavan kathayedānīm antarajyeṣṭhino guṇān;*
śrūyatām iti taṁ kṛṣṇaḥ pratyuvāca kṛtādarah.

kṛṣṇa uvāca:

26. *kulīno dakṣaḥ sarveṣu nīti-śīlaś ca sarvadā;*
pramāṇa-suśarīraś ca suvistaras tanus tathā.
27. *śaurya-yukto nirālasyo vyavasāyī tathaiva ca;*
aga-vṛttir bhaga-vṛttir ardha-prāṇa-samanvitaḥ.
28. *ardha-śrama-guṇa-yutaḥ satya-bhāṣī tathaiva ca;*
guṇa-vṛddhi-karaḥ śaurye yathā vṛddhi-karas tathā.
29. *punya-guṇa-vṛddhi-karo yaśo-vṛddhi-karo 'pi ca;*
laghu-vṛtti-karas tadvat guṇeṣu kuśalas tathā.
30. *bhaya-haraḥ sthāna-parah sadā hetu-parah smṛtaḥ;*
jita-śramo viśvāsavān jyeṣṭhinaḥ śrama-pūraḥ.
31. *prāṇavān balavāṁś caiva sarva-kārya-vicāra-vit;*
antarajyeṣṭhinas triṁśat kathitā madhyamā guṇāḥ.
32. *ity antarajyeṣṭhinaḥ 30 guṇāḥ;*

brahmuvāca:

ity uttama-madhyamāṁś ca śrutvā someśvaro guṇān.
adhamān api papraccha prāṇamya śirasā harim;

someśvara uvāca:

bhagavan kathayedānīm adhamān api tān guṇān.

śrīkṛṣṇa uvāca:

33. *śṛṇu gopakulādīnām adhamāṁś ca guṇān bahun;*
vicārya tattvāt sarva-jña aśeṣaṁ gadato mama.
34. *matimān mārga-gaś caiva kṛta-dviguṇavān api;*

śīlavān avinītaś ca suvistara-bhayaṃ hr̥di.

35. *śramāsaho 'py asaj-jado na yuddha-kuśalas tathā;*

vācā-śaktir asad-vākyo vicāryāyāsa-kārya-kṛt.

36. *balavān śakti-hīnaś ca prāṇavān mūrkhā eva ca;*

vācā trāṇa-karaḥ ko 'pi vācā lābha-karaḥ paraḥ.

37. *vācā hāni-karaḥ kaścit na kiṃcit paramārtha-vit;*

tathā kaṣṭa-sahaḥ ko 'pi karmāśakyas tathaiva ca.

38. *sevāparo 'pi ko 'nyatra kuraṅgo bhavati dhruvam*

kārya-tatpara eva syād ahito 'pi kvacin naraḥ.

39. *himsāvāṃś ca hy aviśvāsī bhavet kvacit tathā paraḥ;*

bhakti-naśvara eva syāt vikārī ca tathā paraḥ.

40. *parān doṣān vādayati paścād vādayati kevalam;*

adhamāḥ kathitāḥ sarve sapta-triṃśad ime guṇāḥ.

41. *ity adhamā 37 guṇāḥ;*

evaṃ guṇa-samāyukto nāmnā gopakulo bhavet;

tathādhamādhama-guṇān śṛṇu cānyān aśeṣataḥ.

42. *akulīno bhavet kaścīd ati-madhyam eva ca;*

kopy ato dūta-kāraḥ syād ati-kāmī tathā paraḥ.

43. *ālasyavān paraḥ kaścīd ati-bhīruś ca ninditaḥ;*

ati-mūrkhō 'ti-lubdhaś ca sthūla-roma-vivarjitāḥ.

44. *durbalo nīca-saṅgī ca niṣiddho malla-karmaṇi;*

vipakṣa-bhedako 'py anyo guṇa-pracchādakas tathā.

45. *saṃvāhana-kalo na syāt śoka-duḥkha-prakāśakaḥ;*

ahito 'pi paraḥ kaścit kāryā-śakya iti kramāt;

ekaviṃśati saṃkhyātāḥ kathitāś cādhamādhamaḥ.

46. *ity adhamādhama 21 guṇāḥ;*

someśvara uvāca:

punaḥ someśvaraḥ kṛṣṇaṃ sādaraṃ prcchavān iti;

deva deva bhaviṣyasya guṇān brūhi viśeṣataḥ.

śrīkṛṣṇa uvāca:

- 47.** *kulīno 'tha vinītaś ca lajjāvān śīla-saṃgataḥ;
dayāvān śraddhayā yukto vyāyāmī cāgnimāṃs tathā.*
- 48.** *ādhānī suvapūś caiva suśramaś ca tathā paraḥ;
śruti-grāhī śrama-saho dṛṣṭi-grāhī tathaiva ca.*
- 49.** *citta-grāhī satyavāṃś ca śauryavān buddhimāṃś tathā;
jana-priyaś ca guṇavān pitṛ-bhaktaḥ priyaṃ-vadaḥ.*
- 50.** *māṭṛ-bhakto bhrāṭṛ-bhakto bhakto guru-jane 'pi ca;
deva-dvijayor bhaktaś ca catur-viṃśa ime guṇāḥ.*
- 51.** *mayā tava samākhyātāḥ sarve vijaya-hetave;
evaṃ guṇaiś ca saṃyukto jyeṣṭhī bhavati satvaraḥ.*

iti śrī-malla-purāṇe catuḥ-pātra-varṇanaṃ nāma tṛtīyo 'dhyāyaḥ.

hoofdstuk 6

षष्ठोऽध्यायः ।

श्रीकृष्ण उवाच ।

भवन्ति सर्वसामान्याः सप्तत्रिंशदिमे गुणाः ।

घातपातस्तथालातः स्थानकं लाग एव च ॥ १ ॥

भारश्रमः^{५६} श्रुतिश्चैव बहु इष्टासनं तथा ।

धारणं रोधनं चैव तथा निर्जनतर्जनम् ॥ २ ॥

ताकणं सुष्ठुवर्णं च पालनं व्यवसायिकम् ।

प्राणश्चैव तथा शौर्यं क्वचिदुत्थापनं^{५७} भवेत् ॥ ३ ॥

क्वचित् प्रवेशनं प्रौढिः पटुश्च सहजं क्वचित् ।

धारणेऽप्यधिका शक्तिस्तथा निःसरणे^{५८}ऽपि च ॥ ४ ॥

ताकणे रक्षणे कोऽपि शक्तश्चालनकेऽपि च ।

फरकणे शक्तः कोऽपि स्याद् पटुः कोऽपि वर्जने ॥ ५ ॥^{५९}

रुन्धने चोत्कटः कोऽपि लागेऽपि मतिमानपि ।

गोपने निपुणः कोऽपि युद्धेऽपि निपुणो भवेत् ॥ ६ ॥

^{५६} De tekst geeft भारः श्रमः, maar ik kies voor de alternatieve versie uit P, nl. भारश्रमः. Ook in vers 45 van het *Mānasollāsa* wordt भारश्रमः (let. ‘gewichtheffen’) vermeld als onderdeel van de worstelaarstraining. Shrigondekar (1939), p. २३४.

^३ De tekst geeft क्वच्चिद्, wat ik corrigeer als क्वचिद्.

^{५८} De tekst geeft निस्सरणे, wat ik corrigeer als निःसरणे.

^{५९} Defectief in de derde *pāda* (geen *vipulā*).

कक्षालग्नः परः कोऽपि दण्डिकालग्न एव च ।

वहणे लग्नः कोऽपि स्यादोजोलग्नस्तथैव च ॥ ७ ॥^{६०}

चूडालग्नो भवेत्कश्चित् सप्तत्रिंशदिमे गुणाः ।

कथिता लौकिकैः शब्दैस्तथोक्ता मल्लभाषया ॥ ८ ॥

पञ्चसारो भवेत्कश्चिज्जानुसारस्तथा परः ।

इत्यङ्गसारतां ज्ञात्वा तत्र कर्माणि कारयेत् ॥ ९ ॥

एतैर्युक्तास्तु ये मल्लास्तानहं कथयामि ते ।

उरःसारः स्कन्धसारो भुजसारस्तथैव च ॥ १० ॥^{६१}

कटिसारो भवेत् कश्चिज् जानुसारस्तथा परः ।

पञ्च स्थानानि मल्लानां शस्यन्ते युद्धकर्मणि ॥ ११ ॥

पुनश्च कथयिष्यामि यथोपायं यथागुणम् ।

स्कन्धस्थानं भुजस्थानं उरःस्थानं^{६२} तथैव च ॥ १२ ॥

कटिस्थानं तथैवान्यत् जानुस्थानमतः परम् ।

पञ्च स्थानानि विज्ञाय स्वशरीरे यथार्थतः ।

तनौ तेनानुसारेण मल्लः कर्म समाचरेत् ॥ १३ ॥

^{६०} *Id.*

^{६१} *Id.* (vierde *vipulā*).

^{६२} De tekst geeft उरस्थानं, wat ik corrigeer als उरःस्थानं.

इत्यङ्गविभागः ।

अथात्र कथ्यते तावद् रङ्गभूमेस्तु लक्षणम् ।

जातिवर्णप्रमाणादि बहुभेदसमन्वितम् ॥ १४ ॥

नित्याभ्यासहिता भूमी रङ्गभूमिः प्रकीर्तिता ।

सैवाखाढकनाम्नी^{६३} च प्रसिद्धा परमा मता ॥ १५ ॥

तस्यास्तु लक्षणं वक्ष्ये जातिवर्णप्रभेदतः ।

सुलक्षणजयस्थानं हानिस्थानमलक्षणम् ॥ १६ ॥

निम्नोन्नतसमत्वेन त्रिविधा भूमिका भवेत् ।

निम्नोन्नतां परित्यज्य तत्राङ्गीक्रियते सदा ॥ १७ ॥

आखाढकप्रमाणं तु त्रिविधं परिकीर्तितम् ।

देवमानं दैत्यमानं मर्त्यमानं तथैव च ॥ १८ ॥^{६४}

एकोत्तरं हस्तशतं देवमानं प्रकीर्तितम् ।

दैत्यानामेव पञ्चाशत् मर्त्यानामेकविंशतिः ॥ १९ ॥^{६५}

चतुरस्रं त्रिकोणं च वर्तुलं च तथैव च ।

ब्राह्मणी शुक्लवर्णा च पीता क्षत्रियभूमिका ॥ २० ॥

^{६३} De tekst vermeldt naast आखाढक ook een alternatieve benaming voor de arena, nl. आषाढक.

^{६४} Defectief in de derde *pāda* (vierde *vipulā*).

^{६५} Defectief in de eerste *pāda* (tweede *vipulā*).

श्यामवर्णा तथा शूद्री बहुवर्णा तथाधमा ।

उत्तमाधममध्यास्तु भूमिकाः बहुभेदतः ॥ २१ ॥

ककरैर्लाञ्छिता भूमिर्लोहकाष्ठविदूषिता ।

पाषाणैः कण्टकैर्वापि कुट्टेनापि पटेन च ।

वर्जनीयः प्रयत्नेन दुःखदाः^{६६} सर्वदा नृणाम् ॥ २२ ॥

इति भूमिशुद्धिः ।

प्रथमं प्रातरुत्थाय मल्लैः कर्तव्यमादरात् ।

मलमूत्रविशुद्धिश्च दन्तधावनमेव च ॥ २३ ॥

गण्डुषैर्मुखशुद्धिश्च मुखप्रक्षालनं तथा ।

संध्यादिकं च निर्वृत्य रङ्गं गच्छेत् समाहितः ॥ २४ ॥

गत्वा च प्रथमं ज्येष्ठी प्राणायामं च कारयेत् ।

भूमिवन्दनपूर्वं च कारयेच्च ततः श्रमम् ॥ २५ ॥

बालवृद्धान्धबधिरछिन्नाङ्गक्रोधिरोगिणः ।

पिशुनानृतपाषण्डान् मत्तप्रलापिनस्तथा^{६७} ॥ २६ ॥^{६८}

धूर्तार्तकुष्ठिन्कितवचौरचण्डालमायिकान्^{६९} ।

^{६६} De tekst geeft वर्जनीया... दुःखदा, wat ik corrigeer als वर्जनीयः... दुःखदाः.

^{६७} De tekst geeft प्रलापिनस, wat ik corrigeer als प्रलापिनस.

^{६८} Defectief in de eerste *pāda* (eerste *vipulā*).

वर्जयित्वा तथैवान्धास्^{७०} श्रमकाले तथा स्त्रियः ॥ २७ ॥^{७१}

उच्चैः प्रहसनं कासष्ठीवनं क्षुतमेव च ।

विवादं रुदितं चैव दूराध्वानं तथैव च ।

वर्जनीयं प्रयत्नेन मल्लेन जयमिच्छता ॥ २८ ॥

पञ्च प्रदक्षिणं कृत्वा प्रणम्य विधिपूर्वकम् ।

वेदिकामुपविश्याथ कर्तव्यं जटबन्धनम् ॥ २९ ॥

तथा^{७२} प्रदक्षिणं कृत्वा प्रणम्य विधिपूर्वकम् ।

विविधं जटबन्धं च संक्षेपं च क्रियापरम् ॥ ३० ॥

शय्यासनोपानहादि त्यजेत् चैवासनादिकम् ।

शिरःप्रच्छादनं चैव रङ्गभूमौ विवर्जयेत् ॥ ३१ ॥^{७३}

आचम्य च शुचिर्भुत्वा ततो रङ्गं समाविशेत् ।

साधयेदेव मन्त्रेण स्थापयेच्च सुदर्शनम् ॥ ३२ ॥

सर्वकामप्रदः कृष्णः स च तत्र प्रतिष्ठताम् ।

आखाढक नमामि त्वां देहि मम जयश्रियम् ॥ ३३ ॥

^{६९} De tekst geeft कुष्टि, wat ik corrigeer als कुष्ठिन.

^{७०} De tekst geeft अन्धान्, door mij gecorrigeerd als अन्धास्.

^{७१} Defectief in de eerste *pāda* (tweede *vipulā*).

^{७२} De tekst leest तथैव, wat ik vervang door तथा. Deze aanpassing reduceert het aantal syllables van 17 naar 16 en herstelt het metrum van de śloka.

^{७३} Defectief in de eerste *pāda* (vierde *vipulā*).

उद्दामदपदैत्येन्द्रवधूवैधव्यदायिने ।

सुदर्शन नमस्तुभ्यं जयद समरप्रिय ॥ ३४ ॥

वामे पार्श्वे हरिर्यस्य दक्षिणे शशिशेखरः ।

नाभौ पद्मभवो ब्रह्मा सदा हस्तेषु मातरः ॥ ३५ ॥

कृष्णमूर्तिरियं ध्यात्वा तथा चावरणं शुभम् ।

आयुरारोग्यवीरश्रीविजयोत्साहबलप्रदम् ।

श्रीनिधेऽस्तु नमस्तुभ्यं दुरितं मे प्रणाशय ॥ ३६ ॥^{७४}

इति आवरणकमन्त्रः ।

हलधर धराधर^{७५} रत्नभूषितपन्नग ।

वासुकेऽस्तु नमस्तुभ्यं जयं लक्ष्मीं च देहि मे ॥ ३७ ॥^{७६}

वासुकेर्वरमूर्तिं च ध्यात्वाचम्य विधानतः ।

गृहीत्वा स्वशिखां बन्धेत् सुदृढं ग्रन्थिभिस्त्रिभिः ।

इति कृत्वा मन्त्रविधिं कथितं भृगुणा पुरा ॥ ३८ ॥^{७७}

प्रशस्तः कच्छाबन्धश्च^{७८} कच्छामन्त्रविधानतः ।

^{७४} De eerste en derde versregel vormen metrisch een śloka. De tweede regel 17 syllabes.

^{७५} De tekst geeft हलधरो धराधरो, wat ik corrigeer als हलधर धराधर.

^{७६} Defectief in de eerste *pāda*, ongeacht de correctie (geen *vipulā*).

^{७७} De eerste twee regels vormen metrisch een śloka. Defectief in de vijfde *pāda*.

^{७८} De tekst geeft कच्छबन्धश्च, wat ik corrigeer als कच्छाबन्धश्च.

करास्फोटनं त्रिविधं समलीनोन्नतं बलात् ॥ ३९ ॥^{७९}

उन्नतस्वरसंलापः सिंहस्य च प्रकीर्तितः^{८०} ।

समं वृषस्य निर्दिष्टं स्वभावान् मधुवैरिणा ॥ ४० ॥

करास्फोटप्रमाणं तु कृत्वा रङ्गसमीपतः ।

पद्मासनेनोपविशेद् गजो ज्येष्ठी कृतोत्सवः ॥ ४१ ॥^{८१}

अन्तरज्येष्ठिना^{८२} सार्धं तथा गोपकुलैः सह ।

बालवृद्धभविष्यैश्च ततो वन्देत् वसुन्धराम् ॥ ४२ ॥

समुद्धृतासि हरिणा वसुधे बलदायके ।

देहस्य भूषणं देहि पवित्रे शुभलक्षणे ॥ ४३ ॥^{८३}

इत्युत्तवा च प्रणम्यैनां^{८४} गृहित्वा चैव मृत्तिकाम् ।

ततः सार्धं समायुक्तैः^{८५} सर्वाङ्गं विनिलेपयेत् ॥ ४४ ॥

मल्लाः पञ्च भवन्त्येते गजः सिंहो वृषो मृगः ।

^{७९} Defectief in de derde *pāda* (geen *vipulā*). Door de correctie ook defectief in de eerste *pāda* (*Id.*).

^{८०} De tekst geeft प्रकीर्तितम्, wat ik corrigeer als प्रकीर्तितः.

^{८१} Defectief in de derde *pāda* (tweede *vipulā*).

^{८२} De tekst geeft आन्तरज्येष्ठिना, wat ik corrigeer als अन्तरज्येष्ठिना.

^{८३} Defectief in de eerste *pāda* (eerste *vipulā*).

^{८४} De tekst geeft प्रणम्यैनां, wat ik corrigeer als प्रणम्यैनां.

^{८५} De tekst geeft समायुक्ताः, wat ik corrigeer als समायुक्तैः.

भविष्यः पञ्चमो ज्ञेयः पञ्चैषामासनानि च ॥ ४५ ॥

विद्याभ्यासेन पञ्चैते भवन्ति ज्येष्ठिनः क्रमात् ।

आसनैरुपविशन्ति स्वैः स्वैः सर्वेऽपि सादराः ॥ ४६ ॥^{८६}

गजः पद्मासनं कुर्यात् सिंहोऽपि गरुडासनम् ।

फणासनं मृगः कुर्यात् वृषोऽपि कुकुट्टासनम् ॥ ४७ ॥^{८७}

भविष्योऽपि तथा कुर्यादासनं जघनोपरि ।

कारयेच्च च श्रमं पश्चात् प्रकुर्यात् स्वयमेव च ॥ ४८ ॥

मतिकारस्येदानीं कथ्यन्ते बहवो गुणाः ।

मल्लान् न विकारयति मतिकारस्तदुच्यते ॥ ४९ ॥^{८८}

चत्वारिंशत् सदैकेन गुणास्तस्य प्रकीर्तिताः ।

मनसा^{८९} सर्वदा मल्लैर्धारणीयाः समीपतः ॥ ५० ॥

विना तेन प्रणश्यन्ति गजा इव निरङ्कुशाः ।

मतिकारः प्रयत्नेन रक्षणीयश्च सर्वदा ॥ ५१ ॥

आत्मकला ॥ १ ॥ परकला ॥ २ ॥ स्थानकला ॥ ३ ॥ घातकला ॥ ४ ॥

पञ्चतालकला ॥ ५ ॥ गोकला ॥ ६ ॥ बाह्वोर्घातकला ॥ ७ ॥ पञ्च तथैव स्थानकलाः ॥ ८ ॥

^{८६} Defectief in de derde *pāda* (geen *vipulā*).

^{८७} Defectief in de vierde *pāda*.

^{८८} Defectief in de eerste versregel (15 syllabes). Ook in de derde *pāda* (geen *vipulā*).

^{८९} De tekst geeft मानसः, wat ik corrigeer als मनसा.

आसनकला ॥ ९ ॥ ज्येष्ठिधारणे कला ॥ १० ॥ रुन्धानकला ॥ ११ ॥ ताकणे कला ॥ १२ ॥

विज्ञानकला ॥ १३ ॥ सौष्ठवे^{९०} कला ॥ १४ ॥ वषेकला ॥ १५ ॥ रक्षणे कला ॥ १६ ॥

निःसरणे^{९१} कला ॥ १७ ॥ चालने कला ॥ १८ ॥ स्वकीये कला ॥ १९ ॥ शत्रुकला ॥ २० ॥

मित्रकला ॥ २१ ॥ दारुणकला ॥ २२ ॥ आत्ममल्लकला ॥ २३ ॥ परमल्लकला ॥ २४ ॥

स्वरस्यकला ॥ २५ ॥ कातरकला ॥ २६ ॥ त्राणकला ॥ २७ ॥ बुद्धिकला ॥ २८ ॥

श्रमकला ॥ २९ ॥ युद्धकला ॥ ३० ॥ आहारकला ॥ ३१ ॥ आलस्यकला ॥ ३२ ॥

॥ ३३ ॥ ॥ ३४ ॥ ॥ ३५ ॥ ॥ ३६ ॥

रङ्गकला ॥ ३७ ॥ आवेशकला ॥ ३८ ॥ कालकला ॥ ३९ ॥ राजकला ॥ ४० ॥ सभाकला ॥ ४२ ॥

इत्येकचत्वारिंशत्कलाभिरुपशोभितः ।

मतिकारः स विज्ञेयः तस्य कर्म समाचरेत् ॥ ५२ ॥^{९२}

इति षष्ठं कलाप्रकरणम् ॥

saṣṭho 'dhyāyah

^{९०} Het manuscript geeft सोष्ठवन, wat door Sandesara & Mehta gecorrigeerd werd als सौष्ठवने. Ik voer nog een tweede correctie door, nl. सौष्ठवे.

^{९१} De tekst geeft निःसरणे, wat ik corrigeer als निःसरणे.

^{९२} Defectief in de eerste versregel (15 syllables).

śrīkṛṣṇa uvāca:

1. *bhavanti sarva-sāmānyāḥ saptatṛiṃśad ime guṇāḥ;
ghāta-pātas tathā lātaḥ sthānakam lāga eva ca.*
2. *bhāra-śramāḥ śrutiś caiva bahu iṣṭāsanam tathā;
dhāraṇam rodhanam caiva tathā nirjana-tarjanam.*
3. *tākaṇam suṣṭhu-varṇam ca pālanaṇ vyavasāyikam;
prāṇas caiva tathā śauryam kvacid utthāpanam bhavet.*
4. *kvacit praveśanam prauḍhiḥ paṭuś ca sahajaṇ kvacit;
dhāraṇe 'py adhikā śaktis tathā niḥsaraṇe 'pi ca.*
5. *tākaṇe rakṣaṇe ko 'pi śaktaś cālanake 'pi ca;
phara-kaṇe śaktaḥ ko 'pi syād paṭuḥ ko 'pi varjane.*
6. *rundhane cotkaṭaḥ ko 'pi lāge 'pi matimān api;
gopane nipuṇaḥ ko 'pi yuddhe 'pi nipuṇo bhavet.*
7. *kakṣā-lagnaḥ paraḥ ko 'pi daṇḍikā-lagna eva ca;
vahaṇe lagnaḥ ko 'pi syād ojo-lagnas tathaiva ca.*
8. *cūḍā-lagno bhavet kaścit saptatṛiṃśad ime guṇāḥ;
kathitā laukikaiḥ śabdais tathoktā malla-bhāṣayā.*
9. *pañca-sāro bhavet kaścij jānu-sāras tathā paraḥ;
ity aṅga-sāratām jñātvā tatra karmāṇi kārayet.*
10. *etair yuktās tu ye mallāstān ahaṇ kathayāmi te;
uraḥ-sāraḥ skandha-sāro bhuja-sāras tathaiva ca.*
11. *kaṭi-sāro bhavet kaścij jānu-sāras tathā paraḥ;
pañca sthānāni mallānām śasyante yuddha-karmaṇi.*
12. *punaś ca kathayiṣyāmi yathopāyaṇ yathāguṇam;
skandha-sthānaṇ bhuja-sthānaṇ uraḥ-sthānaṇ tathaiva ca.*
13. *kaṭi-sthānaṇ tathaivānyat jānu-sthanam ataḥ param;
pañca sthānāni vijñāya sva-śarīre yathārthataḥ;
tanau tenānusāreṇa mallaḥ karma samācaret.*

14. ity aṅga-vibhāgaḥ;

- athātra kathyate tāvad raṅga-bhūmes tu lakṣaṇam;
jāti-varṇa-pramāṇādi bahu-bheda-samanvitam.*
- 15.** *nityābhyāsa-hitā bhūmī raṅga-bhūmiḥ prakīrtitā;
saivākhādhaka-nāmnī ca prasiddhā paramā matā.*
- 16.** *tasyās tu lakṣaṇam vakṣye jāti-varṇa-prabhedataḥ;
sulakṣaṇa-jaya-sthānam hāni-sthānam alakṣaṇam.*
- 17.** *nimnonnata-samatvena tri-vidhā bhūmikā bhavet;
nimnonnatām parityajya tatrāṅgī kriyate sadā.*
- 18.** *ākḥādhaka-pramāṇam tu trividham parikīrtitam;
deva-mānam daitya-mānam martya-mānam tathaiva ca.*
- 19.** *ekottaram hasta-śataṁ deva-mānam prakīrtitam;
daityānām eva pañcāśat martyānām ekaviṁśatiḥ.*
- 20.** *caturasram trikoṇam ca vartulam ca tathaiva ca;
brāhmaṇī śukla-varṇā ca pītā kṣatriya-bhūmikā.*
- 21.** *śyāma-varṇā tathā sūdrī bahu-varṇā tathādhamā;
uttamādhama-madhyās tu bhūmikāḥ bahu-bhedataḥ.*
- 22.** *karkarair lāñchitā bhūmir loha-kāṣṭha-vidūṣitā;
pāpānaiḥ kaṇṭakair vāpi kuṭṭenāpi paṭena ca;
varjanīyaḥ prayatnena duḥkha-dāḥ sarvadā nṛṇām.*
- 23.** *iti bhūmi-śuddhiḥ;*
- prathamam prātar utthāya mallaiḥ kartavyam ādarāt;
mala-mūtra-viśuddhiśca danta-dhāvanam eva ca.*
- 24.** *gaṇḍuṣair mukha-śuddhiś ca mukha-prakṣālanam tathā;
samdhyādikam ca nirvṛtya raṅgam gacchet samāhitaḥ.*
- 25.** *gatvā ca prathamam jyeṣṭhī prāṇāyāmam ca kārayet;
bhūmi-vandana-pūrvam ca kārayec ca tataḥ śramam.*
- 26.** *bāla-vṛddhāndha-badhira-chinnāṅga-krodhi-rogiṇaḥ;
piśunānṛta-pāṣaṇḍān matta-pralāpinas tathā.*
- 27.** *dhūrtārta-kuṣṭhin-kitava-caura-caṇḍāla-māyikān;
varjayitvā tathaivāndhās śrama-kāle tathā striyaḥ.*
- 28.** *uccaiḥ prahasanam kās aṣṭhīvanam kṣutam eva ca;*

- vivādaṃ ruditam caiva dūrād hvānaṃ tathaiva ca;
varjanīyaṃ prayatnena mallena jayam icchatā.*
- 29.** *pañca pradakṣiṇaṃ kṛtvā praṇamya vidhi-pūrvakam;
vedikām upaviśyātha kartavyaṃ jaṭa-bandhanam.*
- 30.** *tathā pradakṣiṇaṃ kṛtvā praṇamya vidhi-pūrvakam;
vividhaṃ jaṭa-bandhaṃ ca saṃkṣepaṃ ca kriyā-param.*
- 31.** *śayyāsanopānahādi tyajet caivāsanādikam;
śiraḥ pracchādanaṃ caiva raṅga-bhūmau vivarjayet.*
- 32.** *ācamya ca śucir bhutvā tato raṅgaṃ samāviśet;
sādhayed eva mantreṇa sthāpayec ca sudarśanam.*
- 33.** *sarva-kāma-pradaḥ kṛṣṇaḥ sa ca tatra pratiṣṭhatām;
ākhādhaka namāmi tvāṃ dehi mama jaya-śriyam.*
- 34.** *uddāma-darpa-daityendra-vadhū-vaidhavya-dāyine;
sudarśana namas tubhyaṃ jaya-da samara-priya.*
- 35.** *vāme pārśva harir yasya dakṣiṇe śaśīśekharaḥ;
nābhau padma-bhavo brahmā sadā hasteṣu mātaraḥ.*
- 36.** *kṛṣṇa-mūrtir iyaṃ dhyātvā tathā cāvaraṇaṃ śubham;
āyur-ārogya-vīra-śrī-vijayotsāha-bala-pradam;
śrīnidhe 'stu namas tubhyaṃ duritaṃ me praṇāśaya.*
- 37.** *iti āvaraṇaka-mantraḥ;
haladhara dharādhara ratna-bhūṣita-pannaga;
vāsuke 'stu namas tubhyaṃ jayaṃ lakṣmīṃ ca dehi me.*
- 38.** *vāsuker vara-mūrtiṃ ca dhyātvācamya vidhānataḥ;
grhītvā sva-śikhāṃ bandhet sudṛḍhaṃ granthibhis tribhiḥ;
iti kṛtvā mantra-vidhiṃ kathitaṃ bhṛguṇā purā.*
- 39.** *praśastaḥ kacchā-bandhaś ca kacchā-mantra-vidhānataḥ;
karāsphoṭanaṃ trividhaṃ sama-līnonnataṃ balāt.*
- 40.** *unnata-svara-saṃlāpaḥ siṃhasya ca prakīrtitaḥ;
samaṃ vṛṣasya nirdiṣṭaṃ sva-bhāvān madhu-vairiṇā.*
- 41.** *karāsphoṭa-pramāṇaṃ tu kṛtvā raṅga-samīpataḥ;
padmāsanenopaviśed gajo jyeṣṭhī kṛtotsavaḥ.*

42. antarajyeṣṭhinā sārdham tathā gopakulaiḥ saha;
bāla-vṛddha-bhaviṣyaś ca tato vandet vasundharām.

43. samud-dhṛtāsi hariṇā vasu-dhe bala-dāyake;
dehasya bhūṣaṇaṁ dehi pavitre śubha-lakṣaṇe.

44. ity uktvā ca praṇamyaināṁ grhitvā caiva mṛttikām;
tataḥ sārdham samāyuktaiḥ sarvāṅgaṁ vinilepayet.

45. mallāḥ pañca bhavanty ete gajaḥ siṃho vṛṣo mṛgaḥ;
bhaviṣyaḥ pañcamo jñeyaḥ pañcaiṣām āsanāni ca.

46. vidyābhyāsenā pañcaite bhavanti jyeṣṭhinaḥ kramāt;
āsanair upaviśanti svaiḥ svaiḥ sarve 'pi sādarāḥ.

47. gajaḥ padmāsaṇaṁ kuryāt siṃho 'pi garuḍāsaṇaṁ;
phaṇāsaṇaṁ mṛgaḥ kuryāt vṛṣo 'pi kukuṭṭāsaṇaṁ.

48. bhaviṣyo 'pi tathā kuryād āsaṇaṁ jaghanopari;
kārayec ca śramaṇaṁ paścāt prakuryāt svayam eva ca.

49. mati-kārasyedānīm kathyante bahavo guṇāḥ;
mallān na vikārayati mati-kāras tad ucyate.

50. catvāriṁśat sadaikena guṇās tasya prakīrtitāḥ;
manasā sarvadā mallair dhāraṇīyāḥ samīpataḥ.

51. vinā tena praṇaśyanti gajā iva niraṅkuśāḥ;
mati-kāraḥ prayatnena rakṣaṇīyaś ca sarvadā.

1. ātma-kalā. 2. para-kalā. 3. sthāna-kalā. 4. ghāta-kalā. 5. pañca-tāla-kalā.
6. go-kalā. 7. bāhvor ghāta-kalā. 8. pañca tathaiva sthāna-kalāḥ. 9. āsana-kalā.
10. jyeṣṭhi-dhāraṇe kalā. 11. rundhāna kalā. 12. tākaṇe kalā. 13. vijñāna-kalā.
14. sauṣṭhave kalā. 15. veṣa kalā. 16. rakṣaṇe kalā. 17. niḥsaraṇe kalā.
18. cālāne kalā. 19. svakīye kalā. 20. śatru-kalā. 21. mitra-kalā. 22. dāruṇa-kalā.
23. ātma-malla-kalā. 24. para-malla-kalā. 25. sva-rasya-kalā. 26. kātara-kalā.
27. trāṇa-kalā. 28. buddhi-kalā. 29. śrama-kalā. 30. yuddha-kalā. 31. āhāra-kalā.
32. ālasya-kalā. 33. 34. 35. 36. 37. raṅga-kalā. 38. āveśa-kalā. 39. kāla-kalā.
40. rāja-kalā. 41. sabhā-kalā.

52. ity eka-catvāriṁśat kalābhir upaśobhitāḥ;

mati-kārah sa vijñeyah tasya karma samācaret.

iti śaṣṭhaṃ kalā-prakaraṇam.

hoofdstuk 8

अष्टमोऽध्यायः ।

तालाः पञ्चविधा ज्ञेया यथोक्तास्तान् निरूप्यते ।

आत्मतालः परतालः क्रियातालस्तथैव च ॥ १ ॥^{९३}

समतालाः शून्यतालो ज्ञातव्याः संप्रयत्नतः ।

एतान् ज्ञात्वा सदा मल्लो नियुद्धविजयी भवेत् ॥ २ ॥^{९४}

सर्वदैव हि मल्लानां दृष्टिर्भवति पञ्चधा ।

प्रथमं चित्तदृष्टिश्च चक्षुर्दृष्टिस्तथैव च ॥ ३ ॥

वाक्यदृष्टिः श्रुतिदृष्टी रङ्गदृष्टिस्तथैव च ।

एवं च पञ्चधा दृष्टिर्मल्लानां भवति ध्रुवम् ॥ ४ ॥^{९५}

अथाङ्गलागाः कथ्यन्ते संख्यया च चतुर्दश ।

यैरङ्गैर्लभ्यते शक्त्या प्राप्यते च महत्फलम् ॥ ५ ॥^{९६}

जूटके कथ्यते लागः स्कन्धो हस्तेन लाग्यते ।

एकहस्तेन लागश्च द्विहस्तेनैव वा पुनः ॥ ६ ॥

कक्षातलेन लागोऽपि लागो हस्तेन बाहुना ।

पृष्ठलागो वंशलागः कटिलागस्तथा पुनः ॥ ७ ॥^{९७}

तथैवोदरलागोऽपि लागो निमित्तिपूर्वकः^{९८} ।

^{९३} Defectief in de derde *pāda* (geen *vipulā*).

^{९४} Defectief in de eerste *pāda* (vierde *vipulā*).

^{९५} *Id.* (geen *vipulā*).

^{९६} *Id.* (derde *vipulā*).

^{९७} Defectief in de derde *pāda* (vierde *vipulā*).

हस्तधारणलागोऽपि लागश्चरणधारणात् ॥ ८ ॥

निराधारोऽपि लागः स्यादिति लागश्चतुर्दश ।

कर्तव्यास्तु यथास्थानं यथासमयमेव च ॥ ९ ॥

अथ द्वादश स्थानानि कथ्यन्ते मल्लकर्मणि ।

जयस्थानकमप्यत्र चतुर्धा परिकीर्तितम् ॥ १० ॥

शिरसि स्थानकं प्रोक्तं स्थानं करतलेऽपि च ।

उदरस्थानकं वापि पृष्ठस्थानमतः परम् ॥ ११ ॥

समस्थानकमप्येवं^{९९} चतुर्धा परिकीर्त्यते ।

प्रथमं स्थानकं ज्ञेयं चरणेन च धारणम् ॥ १२ ॥

शिरोधारणमप्यत्र जङ्घाभ्यां धारणं परम् ।

अन्योन्यकरपादाभ्यां धारणं परमं स्मृतम् ॥ १३ ॥

समस्थानकमप्येवं^{९९} चतुर्धा परिकीर्तितम् ।

उपस्थानानि चत्वारि श्रूयतां च यथा तथा ॥ १४ ॥

कराभ्यां धारणं स्थानं स्थानं कक्षावधारणम् ।

अर्धाङ्गधारणं चैव जानुद्वयविधारणम् ॥ १५ ॥

इत्येवं द्वादशाङ्गेषु स्थानकानि भवन्ति च ।

^{९८} De tekst geeft निर्मितिपूर्वकः, wat ik corrigeer als निमित्तिपूर्वकः.

^{९९} De tekst geeft समास्थानकम्, wat ik corrigeer als समस्थानकम्.

अष्टादशप्रकारेण शिरः पूर्वकमासनम् ॥ १६ ॥

अग्रासनं च प्रथमं पश्चादासनमप्यथ ।

मध्यासनं तथैवान्यत् सिंहासनमपीक्षते ॥ १७ ॥^{१००}

कूर्मासनमपि श्रेष्ठं दुर्दरासनमुच्यते ।

गजासनं समुदृष्टिं तथोर्धासनमुच्यते^{१०१} ॥ १८ ॥

शिरासनं तु विज्ञेयं कक्षासनमतः परम् ।

ग्रीवासनं च परमं भुजासनमिहोच्यते ॥ १९ ॥^{१०२}

द्विभुजासनमप्यत्र कुक्कुटासनमुत्तमम् ।

फणगुप्तासनं चैव गुरुडासनमेव च ॥ २० ॥

उदरासनमित्येवं कथितं दशसप्तधा ।

चत्वारोऽत्र भवन्त्येव मल्लाः श्रमगुणैर्युताः ॥ २१ ॥

ज्येष्ठी तथान्तरज्येष्ठी तथा गोपकुलोऽपि च ।

भविष्योऽपि भवत्यन्यश्चतुर्थो भावितैर्गुणैः ॥ २२ ॥

श्रमाश्चैव तु चत्वारो भवन्ति विनियोगतः ।

अल्पश्रमश्चार्धश्रमः पूर्णश्रम इति क्रमात् ॥ २३ ॥^{१०३}

^{१००} Defectief in de eerste *pāda* (tweede *vipulā*).

^{१०१} De tekst geeft ततोर्धासनम्, wat ik corrigeer als तथोर्धासनम्.

^{१०२} Defectief in de derde *pāda* (eerste *vipulā*).

ततोऽतिश्रम एव स्यात् कथितो^{१०४} मल्लकर्मणि ।

निषिद्धान् कथयिष्यामि शृणु मल्लान् यथार्थतः ॥ २४ ॥

पीनसः शोफवान् कासश्वासवाँश्च^{१०५} क्षुधातुरः ।

भुक्तवानक्षमः क्षीणो व्यग्रश्चिन्तातुरस्तथा ॥ २५ ॥

अजीर्णवान् दुर्बलश्च स्त्रीषु क्षीणस्तथैव च ।

मदपीडितसर्वाङ्गः शिरोरोगार्त एव च ॥ २६ ॥^{१०६}

भ्रान्तश्चैव क्षुधाविष्टो वर्जितो मल्लकर्मणि ।

अल्पश्रमं करिष्यन्ति ये च तान्कथयाम्यहम् ॥ २७ ॥

बालो वृद्धो ज्वरी चैव चक्षुरोगी व्रणी तथा ।

रोगी च दुर्बलश्चैव ततो मन्दाग्निरेव च ॥ २८ ॥

वातातपादिपीडावान् तथा चायासवानपि ।

रक्तहीनो लङ्घनश्च ये चान्ये कुशरीरिणः ॥ २९ ॥^{१०७}

अल्पश्रमं करिष्यन्ति ते सर्वे स्थानरूपतः ।

^{१०३} Defectief in de derde *pāda* (geen *vipulā*).

^{१०४} De tekst geeft कथिता, wat ik corrigeer als कथितो.

^{१०५} De tekst geeft कासश्वासवानपि. Ik kies echter voor de alternatieve versie uit P, aangezien कासश्वासवाँश्च het aantal syllabes reduceert naar 16. Zo wordt het metrum van de śloka hersteld.

^{१०६} Defectief in de eerste *pāda* (vierde *vipulā*).

^{१०७} Defectief in de derde *pāda* (vierde *vipulā*).

अल्पश्रमस्य विस्तारो निःशेषः कथितो मया ॥ ३० ॥

अल्पश्रमेण मल्लानां ये भवन्ति गुणा अपि ।

तानहं कथयिष्यामि द्विजाः शृण्वन्तु तत्त्वतः ॥ ३१ ॥

बलवृद्धिस्तथाग्निश्च लघुता पित्तनाशनम् ।

बृंहणं^{१०८} च जरास्तम्भो मांसस्थैर्यं विशेषतः ॥ ३२ ॥

उत्साहवृद्धिरप्यस्य^{१०९} जायतेऽल्पश्रमेण तु ।

तस्मादल्पश्रमो नित्यं कर्तव्यः सुखमिच्छता ॥ ३३ ॥

अथाल्पश्रमसंभूतं लक्षणं कथयाम्यहम् ।

अल्पश्रमे कृते प्रातः श्वासः स्वेदो न जायते ॥ ३४ ॥

अर्धश्रमेण जायन्ते नित्याभ्यासेन ये गुणाः ।

तानहं कथयिष्यामि मल्लानां सुखहेतवे ॥ ३५ ॥

सौमनस्यं बलं चैव पुष्टिरुत्साह एव च ।

हर्षश्चैव सुखं प्राणबलवृद्धिस्तथैव च ॥ ३६ ॥

अग्निमुर्छाविनाशश्च मेदोनाशस्तथैव च ।

पित्तस्यापि विनाशः स्यात् द्वादशैते वरा गुणाः ॥ ३७ ॥

अर्धश्रमः कृतो यैस्तु लक्ष्यते शृणु तानगुणान् ।

^{१०८} De tekst geeft बृंहणं, wat ik corrigeer als बृंहणं.

^{१०९} De tekst geeft ऊत्साह, wat ik corrigeer als उत्साह.

अर्धश्रमेण मल्लानां प्रस्वेदो जायते पुनः ॥ ३८ ॥

कक्षाकण्ठकपोलेषु ललाटे करसन्धिषु ।

पादसन्धिषु प्रस्वेदो हृदि श्वासश्च जायते ॥ ३९ ॥

अथ पूर्णः श्रमो यैस्तु कर्तव्यः सुसमाहितैः ।

तानहं कथयिष्यामि यथाशास्त्रं यथाबलम् ॥ ४० ॥

ज्येष्ठी तथान्तरज्येष्ठी तथा गोपकुलोऽपि च ।

एतैः पूर्णश्रमः कार्यः संयुक्तैर्भावितैर्गुणैः ॥ ४१ ॥

आरोग्यबलवान् शूरः प्राणवान् सुश्रमस्तथा ।

श्रमसहः क्लेशसहः पुष्टकार्यग्निमानपि ॥ ४२ ॥^{११०}

पूर्णश्रमेऽपि मल्लानां जायन्ते ये गुणा अपि ।

तानहं कथयिष्यामि यथाशास्त्रं यथाबलम् ॥ ४३ ॥

तथा हृद्रोगनाशश्च पित्तनाशोऽपि जायते ।

कृमिनाशः कुष्ठनाशः^{१११} स्वाङ्गसामर्थ्यमेव च ॥ ४४ ॥^{११२}

क्लेशे सहिष्णुता शौर्यं रोगाणां क्षय एव च ।

अग्निवृद्धिः क्रमादेते भवन्त्यत्र गुणा दश ॥ ४५ ॥

^{११०} Defectief in de derde *pāda* (geen *vipulā*).

^{१११} De tekst geeft कुष्ठनाशः, wat ik corrigeer als कुष्ठनाशः.

^{११२} Defectief in de derde *pāda* (vierde *vipulā*).

परिपूर्णश्रमस्तस्माद् कर्तव्यस्तु समाहितैः ।

पूर्णश्रमे कृते मल्लैर्जायन्ते लक्षणानि वै ॥ ४६ ॥

तान्यहं कथयिष्यामि श्रूयतां च प्रयत्नतः ।

स्वेदः सर्वेषु चाङ्गेषु नेत्रयोसचैव रक्तिमा ॥ ४७ ॥

जरानाशः कफनाशो मेदोनाशस्तथा परः ।

प्रस्वेदं शोषयत्येव मुखे श्वासः प्रवर्तते ॥ ४८ ॥^{११३}

हृदयं शोषयत्याशु कण्ठे शोषश्च तत्क्षणात् ।

तथा मुखं च शुष्यति^{११४} कलां शोषयति क्रमात् ॥ ४९ ॥

भ्रमश्चात्यन्तमेव स्यात् मूर्छां प्रकुरुते परम् ।

पिपासा जायते सद्यो बलहानिर्विशेषतः ॥ ५० ॥^{११५}

छर्दिभ्रमश्वासकासरक्तपित्तभयानि च ।

तथा हृदयदाहं च ज्वरमुत्पादयेदलम् ॥ ५१ ॥^{११६}

इति ज्ञात्वा च सकलं कर्तव्यं हितमात्मनः ।

येन कृतेन मल्लानां जायते सुखमाशु वै ॥ ५२ ॥^{११७}

^{११३} Defectief in de eerste *pāda* (geen *vipulā*).

^{११४} De tekst geeft शोषयति. Ik kies echter voor de alternatieve versie uit P, aangezien शुष्यति het aantal syllables reduceert naar 16 en het metrum van de śloka herstelt.

^{११५} De tekst geeft भ्रमोऽत्यन्तमेव. Ik kies echter voor de alternatieve versie uit P, aangezien भ्रमश्चात्यन्तमेव een syllabe meer telt. Zo wordt het metrum van de śloka hersteld.

^{११६} Defectief in de eerste *pāda* (vierde *vipulā*).

तदहं कथयिष्यामि शृण्वन्तु विधिपूर्वकम् ।

स्नानं शीतोदकेनैव कारयेत् प्रथमं सदा ॥ ५३ ॥

कर्तव्यं च पयःपानं सितया च समन्वितम् ।

द्राक्षाणां भक्षणं चैव श्वेतवस्त्रनिषेवणम् ॥ ५४ ॥

विलेपनं चन्दनेन कपूरेण च शोभनम् ।

आर्द्रवस्त्राच्छादनं^{११८} च कटुतिक्ताम्लवर्जनम् ॥ ५५ ॥^{११९}

भोजनं सरसं चैव गुडसारैश्च गोधुमैः ।

एवं कृते ततः पुष्टिः शरीरे गच्छति श्रमः ।

मल्लैः कर्तव्यमित्येवमुपचारः सुखावहः ॥ ५६ ॥^{१२०}

इति श्रीमल्लपुराणे चतुर्मल्लश्रमलक्षणं नाम अष्टमो ऽध्यायः ।

aṣṭhamo 'dhyāyāḥ

1. *tālāḥ pañca-vidhā jñeyā yathoktās tān nirūpyate;*
ātma-tālāḥ para-tālāḥ kriyā-tālas tathaiva ca.

^{११९} *Id.* (eerste *vipulā*).

^{११८} De tekst geeft अर्धवस्त्राच्छादनं, wat ik corrigeer als आर्द्रवस्त्राच्छादनं.

^{११९} Defectief in de eerste (vierde *vipulā*) en in derde *pāda* (*Id.*).

^{१२०} De eerste en derde versregel vormen samen metrisch een śloka. Defectief in de tweede versregel (14 syllables).

2. *sama-tālaḥ śunya-tālo jñātavyāḥ saṃprayatnataḥ;
etān jñātvā sadā mallo niyuddha-viyajī bhavet.*
3. *sarvadaiva hi mallānāṃ dr̥ṣṭir bhavati pañca-dhā;
prathamam citta-dr̥ṣṭis ca cakṣur-dr̥ṣṭis tathaiva ca.*
4. *vākya-dr̥ṣṭiḥ śruti-dr̥ṣṭī raṅga-dr̥ṣṭis tathaiva ca;
evaṃ ca pañca-dhā dr̥ṣṭir mallānāṃ bhavati dhruvam.*
5. *athāṅga-lāgaḥ kathyante saṃkhyayā ca caturdaśa;
yair aṅgair labhyate śaktyā prāpyate ca mahat-phalam.*
6. *jūṭake kathyate lāgaḥ skandho hastena lāgyate;
eka-hastena lāgaś ca dvi-hastenaiva vā punaḥ.*
7. *kakṣā-talena lāgo 'pi lāgo hastena bāhunā;
pr̥ṣṭha-lāgo vaṃśa-lāgaḥ kaṭi-lāgas tathā punaḥ.*
8. *tathaivodara-lāgo 'pi lāgo nimiti-pūrvakaḥ;
hasta-dhāraṇa-lāgo 'pi lāgaś caraṇa-dhāraṇāt.*
9. *nirādhāro 'pi lāgaḥ syād iti lāgaś caturdaśa;
kartavyās tu yathā-sthānaṃ yathā-samayam eva ca.*
10. *atha dvādaśa sthānāni kathyante malla-karmaṇi;
jaya-sthānakam apy atra catur-dhā parikīrtitaṃ.*
11. *śirasi sthānakam proktaṃ sthānaṃ kara-tale 'pi ca;
udara-sthānakam vāpi pr̥ṣṭha-sthānam ataḥ param.*
12. *sama-sthānakam apy evaṃ catur-dhā parikīrtiyate;
prathamam sthānakam jñeyam caraṇena ca dhāraṇam.*
13. *śiro-dhāraṇam apy atra jaṅghābhyāṃ dhāraṇam param;
anyonya-kara-pādābhyāṃ dhāraṇam paramaṃ smṛtaṃ.*
14. *sama-sthānakam apy evaṃ catur-dhā parikīrtitaṃ;
upasthānāni catvāri śrūyatāṃ ca yathā tathā.*
15. *karābhyāṃ dhāraṇam sthānaṃ sthānaṃ kakṣāvadhāraṇam;
ardhāṅga-dhāraṇam caiva jānu-dvaya-vidhāraṇam.*
16. *ity evaṃ dvādaśāṅgeṣu sthānakāni bhavanti ca;
aṣṭādaśa-prakāreṇa śiraḥ-pūrvakam āsanam.*

17. *agrāsanaṃ ca prathamam paścād-āsanam apy atha;
madhyāsanaṃ tathaivānyat siṃhāsanam apīkṣate.*
18. *kūrmāsanam api śreṣṭham dardurāsanam ucyate;
gajāsanaṃ samuddiṣṭam tathordhāsanam ucyate.*
19. *śīrāsanaṃ tu vijñeyaṃ kakṣāsanaṃ atah param;
grīvāsanaṃ ca paramam bhujāsanaṃ ihocyate.*
20. *dvi-bhujāsanaṃ apy atra kukkuṭāsanaṃ uttamam;
phaṇa-guptāsanaṃ caiva garuḍāsanaṃ eva ca.*
21. *udarāsanaṃ ity evaṃ kathitaṃ daśasapta-dhā;
catvāro 'tra bhavanti eva mallāḥ śrama-guṇair yutāḥ.*
22. *jyeṣṭhī tathāntarajyeṣṭhī tathā gopakulo 'pi ca;
bhaviṣyo 'pi bhavaty anyaś caturtho bhāvitair guṇaiḥ.*
23. *śramāś caiva tu catvāro bhavanti viniyogataḥ;
alpa-śramaś cārdha-śramaḥ pūrṇa-śrama iti kramāt.*
24. *tato 'tiśrama eva syāt kathito malla-karmaṇi;
niṣiddhān kathayiṣyāmi śṛṇu mallān yathārthataḥ.*
25. *pīnasaḥ śophavān kāsa-śvāsavāṃś ca kṣudhāturaḥ;
bhuktavān akṣamaḥ kṣīṇo vyagraś cintāturas tathā.*
26. *ajīrṇavān durbalaś ca strīṣu kṣīṇas tathaiva ca;
mada-pīḍita-sarvāṅgaḥ śīro-rogartha eva ca.*
27. *bhrāntaś caiva kṣudhāviṣṭo varjjito malla-karmaṇi;
alpa-śramam kariṣyanti ye ca tān kathayāmy aham.*
28. *bālo vṛddho jvarī caiva cakṣū-rogī vraṇī tathā;
rogī ca durbalaś caiva tato mandāgnir eva ca.*
29. *vātātapādi-pīḍāvān tathā cāyāsavān api;
rakta-hīno laṅghanaś ca ye cānye ku-śarīriṇaḥ.*
30. *alpa-śramam kariṣyanti te sarve sthāna-rūpataḥ;
alpa-śramasya vistāro niḥśeṣaḥ kathito mayā.*
31. *alpa-śrameṇa mallānām ye bhavanti guṇā api;
tān aham kathayiṣyāmi dvijāḥ śṛṇvantu tattvataḥ.*

32. *bala-vṛddhis tathāgniś ca laghutā pitta-nāśanam;
br̥ṇhaṇaṃ ca jarā-stambho māṃsa-sthair yaṃ viśeṣataḥ.*
33. *utsāha-vṛddhir apy asya jāyate 'lpa-śrameṇa tu,
tasmād alpa-śramo nityaṃ kartavyaḥ sukham icchatā.*
34. *athālpa-śrama-sambhūtaṃ lakṣaṇaṃ kathayāmy aham;
alpa-śrame kṛte prātaḥ śvāsaḥ svedo na jāyate.*
35. *ardha-śrameṇa jāyante nityābhyāsenā ye guṇāḥ;
tān ahaṃ kathayiṣyāmi mallānāṃ sukha-hetave.*
36. *saumanasyaṃ balaṃ caiva puṣṭir utsāha eva ca;
harṣaś caiva sukhaṃ prāṇa-bala-vṛddhir tathaiva ca.*
37. *agni-mūrchā-vināśaś ca medo-nāśas tathaiva ca;
pittasyāpi vināśaḥ syāt dvādaśaite varā guṇāḥ.*
38. *ardha-śramaḥ kṛto yaś tu lakṣyate śṛṇu tān guṇān;
ardha-śrameṇa mallānāṃ prasvedo jāyate punaḥ.*
39. *kakṣā-kanṭha-kapoleṣu lalāṭe kara-saṃdhiṣu;
pāda-saṃdhiṣu prasvedo hṛdi śvāsaś ca jāyate.*
40. *atha pūrṇaḥ śramo yaś tu kartavyaḥ susamāhitaiḥ;
tān ahaṃ kathayiṣyāmi yathā-śāstraṃ yathābalam.*
41. *jyeṣṭhī tathāntarajyeṣṭhī tathā gopakulo 'pi ca;
etaiḥ pūrṇa-śramaḥ kāryaḥ saṃyuktair bhāvitair guṇaiḥ.*
42. *ārogya-balavān sūraḥ prāṇavān suśramas tathā;
śrama-sahaḥ kleśa-sahaḥ puṣṭa-kāry agnimān api.*
43. *pūrṇa-śrame 'pi mallānāṃ jāyante ye guṇā api;
tān ahaṃ kathayiṣyāmi yathā-śāstraṃ yathābalam.*
44. *tathā hṛd-roga-nāśaś ca pitta-nāśo 'pi jāyate;
kṛmi-nāśaḥ kuṣṭha-nāśaḥ svāṅga-sāmarthyam eva ca.*
45. *kleśe sahiṣṇutā śauryaṃ rogāṇāṃ kṣaya eva ca,
agni-vṛddhiḥ kramād ete bhavanti atra guṇā daśa.*
46. *paripūrṇa-śramas tasmād kartavyas tu samāhitaiḥ;
pūrṇa-śrame kṛte mallair jāyante lakṣaṇāni vai.*

47. *tāny ahaṃ kathayiṣyāmi śrūyatāṃ ca prayatnataḥ;
svedaḥ sarveṣu cāṅgeṣu netrayoś caiva raktimā.*
48. *jarā-nāśaḥ kapha-nāśo medo-nāśas tathā paraḥ;
prasvedaṃ śoṣayaty eva mukhe śvāsaḥ pravartate.*
49. *hṛdayaṃ śoṣayaty āśu kaṇṭhe śoṣaś ca tat-kṣaṇāt;
tathā mukhaṃ ca śuṣyati kalāṃ śoṣayati kramāt.*
50. *bhramaścātyantam eva syāt mūrchāṃ prakurute param;
pipāsā jāyate sadyo balahā nirviśeṣataḥ.*
51. *chardi-bhrama-śvāsa-kāsa-rakta-pitta-bhayāni ca;
tathā hṛdaya-dāhaṃ ca jvaram utpādayed alam.*
52. *iti jñātvā ca sakalaṃ kartavyaṃ hitam ātmanaḥ;
yena kṛtena mallānāṃ jāyate sukham āśu vai.*
53. *tad ahaṃ kathayiṣyāmi śṛṇvantu vidhi-pūrvakam;
snānaṃ śītodakenaiva kārayet prathamam sadā.*
54. *kartavyaṃ ca payaḥ-pānaṃ sitayā ca samanvitam;
drākṣāṇāṃ bhakṣaṇam caiva śveta-vastra-niṣevanam.*
55. *vilepanam candanena karpūreṇa ca śobhanam;
ārdra-vastrācchādanam ca kaṭutiktāmla-varjanam.*
56. *bhojanaṃ sarasaṃ caiva guḍa-sāraiś ca go-dhumaiḥ;
evam kṛte puṣṭiḥ śarīre gacchati śramaḥ;
mallaiḥ kartavyam ity evam upacāraḥ sukhāvahaḥ.*

iti śrī-malla-purāṇe catur-malla-śrama-lakṣaṇaṃ nāma aṣṭamo 'dhyāyaḥ.

hoofdstuk 12

द्वादशोऽध्यायः ।

प्राणसाध्यो जयो युद्धे प्राणश्चाङ्गविमर्दनात् ।

श्रमः शरीरसाध्योऽयं शरीरं पुष्टिकारणम् ॥ १ ॥

अतः शरीरपुष्टीयमुपायं कथयाम्यहम् ।

उचिताहारचेष्टां तु यथा पुष्टिः प्रजायते ॥ २ ॥

वातपित्तकफानां त्वेव कोष्ठे^{१२१} तेन लक्ष्यते ।

तत्र प्रकुप्यति वातः प्रकारैः षोडशात्मभिः ॥ ३ ॥^{१२२}

आम्लतिक्तकषायाणां कटुकानां च सेवनात् ।

मध्यमानां सर्वाङ्गानां वेगसंधारणादपि ॥ ४ ॥

अपीनसासनादेव च^{१२३} जलतरणादपि ।

बलवृद्धिकराच्चैव तथा जागरणादपि ॥ ५ ॥

सामान्यमन्नशाकादिभोजनैश्च विशेषतः ।

मेघोद्गमनकाले च जीर्णवस्त्रैस्तथैव च ॥ ६ ॥

इति षोडशाधा चैव जन्तोर्वार्तः प्रकुप्यति ।

इति क्षीणः^{१२४} प्रयत्नेन यथा सुखमवाप्नुयात् ॥ ७ ॥

अथ वातप्रकोपस्य लक्षणं कथयाम्यहम् ।

त्रायते येन विज्ञाय यथा युक्तिश्चिकित्सते ॥ ८ ॥

^{१२१} De tekst geeft तु प्रकोष्ठे, wat ik corrigeer als त्वेव कोष्ठे.

^{१२२} Defectief in de derde *pāda* (geen *vipulā*).

^{१२३} De tekst geeft व्यापीनमाअनाच्चैव तथा, wat ik corrigeer als अपीनसासनादेव च. Deze ingreep reduceert de eerste versregel tot zestien syllabes en herstelt het metrum in de eerste *pāda*.

^{१२४} Het manuscript geeft क्षीयं, wat in de tekst gecorrigeerd werd als क्षीवं. Ik volg Sandesara en Mehta niet, en corrigeer de term als क्षीणः.

शिरस्येव तथा चैव^{१२५} वातश्च श्रोत्रयोरपि ।

नेत्रयोर्हृदये चैव हनुदेशे तथैव च ॥ ९ ॥

स्कन्धयोरङ्गसंधौ च जायते च दिवानिशम् ।

भुजयोश्चैव जंघायां संकोचश्चापि^{१२६} जायते ॥ १० ॥

भ्रमः कम्पस्तथा स्वेदः स्नेहः पृष्ठोदरेषु च ।

बृंहणं कक्षयोश्चैव नाभिदेशे तथैव च ॥ ११ ॥

गुह्ये चैव तथापाने^{१२७} च पृष्ठेकक्षयोरपि ।

एतेष्वङ्गेषु मल्लानां विकारात् रुक् प्रजायते ॥ १२ ॥^{१२८}

अल्पं भवति चापल्यं त्वक्पारुष्यं च जायते ।

अग्निविषमता चैव लक्ष्यन्ते वायुलक्षणम् ॥ १३ ॥

वातप्रशमनोपायं संपातं कथयाम्यहम् ।

स्नेहनेनाभिषेकश्च नित्यं चोपक्रमादपि ॥ १४ ॥

मन्थादिमं मांसमयं ध्रुवं वातप्रशान्तये ।

दातव्यं भेषजं पश्चादुपवासादनन्तरम् ॥ १५ ॥^{१२९}

^{१२५} De tekst geeft शिरसीव तथा वाते, wat ik corrigeer als शिरस्येव तथा चैव.

^{१२६} De tekst geeft metri causa संकोचमपि, wat ik corrigeer als संकोचश्चापि.

^{१२७} De tekst geeft आपन्ने, wat ik corrigeer als अपाने.

^{१२८} De eerste versregel telt 17 syllabes in de tekst. In de tweede *pāda* vervang ik तथा door च, waardoor het metrum van de śloka hersteld wordt.

ज्ञात्वा प्रयत्नः कर्तव्यः संक्षेपाप्त्यै^{१३०} यशाप्तये ।

रक्षा च त्रिफलाभिश्च रेचनं^{१३१} च तथा^{१३२} स्मृतम् ॥ १६ ॥^{१३३}

रुधिरस्त्रावमपि च घृतं दुग्धं च शर्करा ।

पित्तप्रशमनं चैव मल्ले कर्तव्यमुत्तमम् ॥ १७ ॥^{१३४}

एतया सितया मिश्रं पयःखण्डेन योजितम् ।

सप्तरात्रप्रयोगेण पित्तं नाशयति ध्रुवम् ॥ १८ ॥

कुर्वन् पित्तप्रशान्तिं^{१३५} च प्राप्नोति परमं सुखम् ।

इति पित्तप्रशान्तिश्च सर्वं च कथिता^{१३६} मया ॥ १९ ॥

बहुमण्डजलाहारैर्मधुरैश्चातिशीतलैः ।

दधिदुग्धनवान्नेश्च तथैव च नवोदकैः ॥ २० ॥

तथा पित्तविकारैश्च भक्ष्यैश्चक्षुसमुद्भवैः ।

लवणेन दिवास्वापात्तथैव विषमासनात् ॥ २१ ॥

^{१२९} Defectief in de eerste *pāda* (tweede *vipulā*).

^{१३०} De tekst geeft संक्षेमाप्त्यै, wat ik corrigeer als संक्षेपाप्त्यै.

^{१३१} De tekst geeft रेचना, wat ik corrigeer als रेचनं.

^{१३२} De tekst geeft च अपि, wat ik metri causa corrigeer als च तथा.

^{१३३} Defectief in de eerste *pāda* (derde *vipulā*).

^{१३४} *Id.* (eerste *vipulā*).

^{१३५} De tekst geeft पित्तप्रशान्तिश्च, wat ik corrigeer als पित्तप्रशान्तिं च.

^{१३६} De tekst geeft कथितं, wat ik corrigeer als कथिता.

एतैश्चान्यैः प्रकारैः^{१३७} कफः कुप्यति न संशयः ।

इति प्रकोपः कफजो ज्ञातव्यो लक्षणैः सदा ॥ २२ ॥^{१३८}

कथ्यन्ते लक्षणान्यत्र कफकोपभवानि च ।

अङ्गस्य गौरवं चैव तथाग्नेरपि मन्दता ॥ २३ ॥

हृदयस्य सदा क्लेशः सुखं चैव प्रशुष्यति ।

मुखे मधुरता चैव तथालस्यमपि ध्रुवम् ॥ २४ ॥

अतिकासप्रभावोऽपि^{१३९} तथैव चक्षु पाण्डुता ।

प्रज्ञाभ्रमो रोमहर्षस्तथैव पीनसोद्भवः ॥ २५ ॥^{१४०}

कायो निद्रा च तन्द्रा च तथा लाला च पोटिकः^{१४१} ।

जायते यत्र यत्रेदं स्थानानि कथयाम्यहम् ॥ २६ ॥

कण्ठोष्ठरसनास्वेदो दन्तमूलेषु तत्क्षणम् ।

बालप्रणतलेष्वेव^{१४२} तथैव श्रवणान्तरे ॥ २७ ॥

तथा सर्वश्रमस्थाने भवेच्चलचलायनम् ।

^{१३७} De tekst geeft एतैः प्रकारैश्चान्यैश्च, wat ik corrigeer als एतैश्चान्यैः प्रकारैः. Deze ingreep reduceert de eerste versregel tot zestien syllables en herstelt het metrum van de śloka in de eerste *pāda*.

^{१३८} Defectief in de derde *pāda* (tweede *vipulā*).

^{१३९} De tekst geeft प्रभावेपि, wat ik corrigeer als प्रभावोऽपि.

^{१४०} Defectief in de derde *pāda* (vierde *vipulā*).

^{१४१} De tekst geeft पोतनम्, wat ik corrigeer als पोटिकः.

^{१४२} De tekst geeft बालप्राणतलेषु, wat ik corrigeer als बालप्रणतलेषु.

विज्ञाय लक्षणैरेतैः श्रमं कुर्वन्ति तत्क्षणम् ॥ २८ ॥

नाशश्चैव प्रकर्तव्यः शुद्धोष्णोदकवारिणा ।

आरुकं त्रिकुटुं^{१४३} कर्म दर्पयित्वा प्रयत्नतः ॥ २९ ॥

बीजपूरकगर्भेण मेलयित्वा च सैन्धवम् ।

कवलानि मुखे धृत्वा चावयित्वा समुत्सृजेत् ॥ ३० ॥

योगमेनं कृतं प्राहुर्निश्चितं कफनाशनम् ।

तस्मादारोग्यप्राप्त्यर्थं^{१४४} शोचनीयं प्रयत्नतः ॥ ३१ ॥

हिङ्गु सौवर्चलं शुण्ठी दाडिमं मुस्तसंयुतम् ।

उष्णेन वारिणा पीतं हृद्रोगश्वासकासनुत् ॥ ३२ ॥

अन्यौषधानि विज्ञाय कर्तव्यानि च तत्क्षणात् ।

येनैवारोग्यमाप्नोति मल्लः सर्वत्र सर्वदा ॥ ३३ ॥

इति श्रीमल्लपुराणे वातपित्तकफनाशकप्रकरणं नाम द्वादशोऽध्यायः ।

dvādaśo 'dhyāyaḥ

1. *prāṇa-sādhyaḥ jayo yuddhe prāṇaś cāṅga-vimardanāt;*

śramaḥ śarīra-sādhyaḥ 'yaṁ śarīraṁ puṣṭi-kāraṇam.

2. *ataḥ śarīra-puṣṭīyam upāyaṁ kathayāmy aham;*

^{१४३} De tekst geeft आडूकं च त्रिकटु, wat ik corrigeer als आरुकं त्रिकटु. Deze correctie herstelt het metrum van de śloka.

^{१४४} De tekst geeft आरोग्यप्राप्त्यर्थ, wat ik corrigeer als आरोग्यप्राप्त्यर्थ.

- ucitāhāra-ceṣṭāṃ tu yathā puṣṭiḥ prajāyate.*
- 3.** *vāta-pitta-kaphānāṃ tv eva koṣṭhe tena lakṣyate;*
tatra prakupyati vātaḥ prakāraiḥ ṣoḍaśātmabhiḥ.
- 4.** *āmla-tikta-kaṣāyāṇāṃ kaṭukānāṃ ca sevanāt;*
madhyamānāṃ sarvāṅgānāṃ vega-saṃdhāraṇād api.
- 5.** *apīnasāsanāc caiva tathā jala-taraṇād api;*
bala-vṛddhi-karāc caiva tathā jāgaraṇād api.
- 6.** *sāmānyam annaśākādi-bhojanaiś ca viśeṣataḥ;*
meghodgamana-kāle ca jīrṇa-vastrais tathaiva ca.
- 7.** *iti ṣoḍaśa-dhā caiva jantor vātaḥ prakupyati;*
iti kṣīṇaḥ prayatnena yathā sukham avāpnuyāt.
- 8.** *atha vāta-prakopasya lakṣaṇaṃ kathayāmy aham;*
trāyate yena vijñāya yathā yuktiś cikitsite.
- 9.** *śīrasy eva tathā caiva vātaś ca śrotrayor api;*
netrayor hṛdaye caiva hanu-deśe tathaiva ca.
- 10.** *skandhayor aṅga-saṃdhau ca jāyate ca divāniśam;*
bhujayoś caiva jaṅghāyāṃ saṃkocaś cāpi jāyate.
- 11.** *bhramaḥ kampas tathā svedaḥ snehaḥ pṛṣṭhodareṣu ca;*
bṛṃhaṇaṃ kakṣayoś caiva nābhideśe tathaiva ca.
- 12.** *guhye caiva tathāpāne ca pṛṣṭhe kakṣayor api;*
eteṣv aṅgeṣu mallānāṃ vikārāt ruk prajāyate.
- 13.** *alpam bhavati cāpalyaṃ tvak-pāruṣyaṃ ca jāyate;*
agni-viṣamatā caiva lakṣyate vāyu-lakṣaṇam.
- 14.** *vāta-praśamanopāyaṃ saṃpātāṃ kathayāmy aham;*
snehanenābhiṣekaś ca nityaṃ copakramād api.
- 15.** *manthādimaṃ māmśa-mayaṃ dhruvaṃ vāta-praśāntaye;*
dātavyaṃ bheṣajaṃ paścād upavāsād anantaram.
- 16.** *jñātvā prayatnaḥ kartavyaḥ saṃkṣepāptyai yaśāptaye;*
rakṣā ca tri-phalābhiś ca recanaṃ ca tathā smṛtam.
- 17.** *rudhira-srāvaṃ api ca ghṛtaṃ dugdhaṃ ca śarkarā;*

- pitta-praśamanam caiva malle kartavyam uttamam.*
- 18.** *elayā sitayā miśram payah-khaṇḍena yojitam;
sapta-rātra-prayogeṇa pittaṃ nāśayati dhruvam.*
- 19.** *kurvan pitta-praśāntiṃ ca prāpnoti paramam sukham;
iti pitta-praśāntiś ca sarvaṃ ca kathitā mayā.*
- 20.** *bahu-maṇḍa-jalāhārair madhuraiś cātiśītalaiḥ;
dadhi-dugdha-navānnaiś ca tathaiva ca navodakaiḥ.*
- 21.** *tathā pitta-vikāraiś ca bhakṣyaiś cekṣu-samudbhavaiḥ;
lavaṇena divā-svāpāt tathaiva viṣamāsanāt.*
- 22.** *etaiś cānyaiḥ prakāraiḥ kaphaḥ kupyati na saṃśayaḥ;
iti prakopaḥ kapha-jo jñātavyo lakṣaṇaiḥ sadā.*
- 23.** *kathyante lakṣaṇāny atra kapha-kopa-bhavāni ca;
aṅgasya gauravaṃ caiva tathāgner api mandatā.*
- 24.** *hṛdayasya sadā kleśaḥ sukham caiva praśuṣyati;
mukhe madhuratā caiva tathālasyaṃ api dhruvam.*
- 25.** *ati-kāsa-prabhāvo 'pi tathaiva cakṣu-pāṇḍutā;
prajñā-bhramo roma-harṣas tathaiva pīnasodbhavaḥ.*
- 26.** *kāyo nidrā ca tandrā ca tathā lālā ca poṭikaḥ;
jāyate yatra yatredaṃ sthānāni kathayāmy aham.*
- 27.** *kaṇṭhoṣṭha-rasanā-svedo danta-mūleṣu tat-kṣaṇam;
bāla-praṇa-taleṣv eva tathaiva śravaṇāntare.*
- 28.** *tathā sarva-śrama-sthāne bhavec cala-calāyanam;
vijñāya lakṣaṇair etaiḥ śramaṃ kurvanti tat-kṣaṇam.*
- 29.** *nāśaś caiva prakartavyaḥ śuddhoṣṇodaka-vāriṇā;
ārukaṃ trikaṭum karma darpayitvā prayatnataḥ.*
- 30.** *bīja-pūraka-garbheṇa melayitvā ca saindhavam;
kavalāni mukhe dhṛtvā cāvayitvā samutsrjet.*
- 31.** *yogam enaṃ kṛtaṃ prāhur niścitaṃ kapha-nāśanam;
tasmād ārogya-prāṣṭy-arthaṃ śocanīyaṃ prayatnataḥ.*
- 32.** *hiṅgu sauvarcalaṃ śuṇṭhī dāḍimaṃ musta-samyutam;*

uṣṇena vāriṇā pītaṃ hṛd-roga-śvāsa-kāsa-nut.
33. *anyauṣadhāni vijñāya kartavyāni ca tat-kṣaṇāt;*
yenaivārogyam āpnoti mallaḥ sarvatra sarvadā.

iti śrī-malla-purāṇe vāta-pitta-kapha-nāśaka-prakaraṇaṃ nāma dvādaśo 'dhyāyaḥ.

INDEX

A

akrūra 26, 38
aga 40
agni 69, 70, 77
aṅga 24, 53, 54, 67, 77, 78
aṅgī 25
adhamādhama 41

aneka 12
antarajyeṣṭhin 40
antarāla 12
antra 26
anyonya 67
api 38, 40, 41, 53, 68, 69, 77, 78
abhita 13
abhyastā 24
araṅga 39
artha 39

ardha 40, 69
ardha-śrama 40, 69
alakṣaṇa 54
alpa-śrama 68, 69
avanī 26
aśubha 25
aśeṣa 41

Ā

ākhādhaka 54, 55
ātman 70
āmla 77
āyur 55
ārōgya 39, 55, 69, 79
ārdra 70
ālasya 41, 57
āveśa 57
āsana 53, 56

I

iti 13, 23, 25, 26, 27, 38, 39, 40, 41, 42, 54,
55, 57, 67, 68, 70, 77, 78, 79
idānīm 25

U

ugrasena 25
ucca 55
uttama 38, 40
utthāpana 53
utsāha 69
uddāma 55
unnata 56
upacāra 70
upadeśa 38
upaśobhita 57
urdhva 39

Ṛ

ṛg-yajuh-sāma 13
ṛg-yajuh-sāmaveda 38

E

eva 11, 26, 39, 41, 53, 54, 55, 56, 67, 68, 69,
70, 77, 78
evam 11, 13, 23, 26, 39, 41, 42, 67, 68, 70

K

kaṃsa 24, 25
kakṣā 53, 67, 68, 69
kacchā 55
kaṭākṣa 10
kaṭi 53, 67
kaṇṭaka 54
kaṇṭha 69
kathita 13, 55
kapha 70, 78, 79
kamalā 10
kampa 77
kara 40
karkara 54
kartavya 54, 55
karma 39, 54, 57, 79
karṣa 39
kalā 56, 57
kallola 10
kaṣṭha 39, 41
kātara 39, 57
kāma 13, 23, 24, 39, 55
kāra 41
kāraṇa 77
kārya 13, 23, 40, 41
kāla 11, 24, 39, 57
kālanemi 25
kāṣṭha 54
kāsa 68, 70, 78, 79
kitava 55
kukuṭṭha 56
kuṇḍala 11
kuśa 13
kuśala 23, 40, 41
kuṣṭha 70
kuṣṭhin 55
kūpa 12
kṛta 25, 38, 41
kṛpālu 38
kṛmi 70
kṛṣṇa 10, 13, 23, 25, 27, 38, 40, 41, 55
kevala 41
keśava 39
kaiṭabha 24
kopa 78
kautūhala 10, 13
kriyā 11, 55, 67
krīḍita 27
krodhi 54
kleśa 69
kṣaṇa 78
kṣatriya 54
kṣīṇa 68

kṣuta 55

G

gaja 56
gaṇa 12
gaṇādhipa 38
gaṇḍuṣa 54
gata 26
gandharva 12
gamyā 13
garga-gotra 23
gīta 13
guṇa 12, 40, 41, 42, 68
guru 11, 42
gṛha 26
go 24, 56, 70
gokula 25
graha 38

GH

ghāta 53, 56
ghātana 27
ghāti 25

C

ca 10, 11, 12, 13, 23, 24, 25, 26, 38, 39, 40,
41, 42, 53, 54, 55, 56, 67, 68, 69, 70, 77, 78,
79
caṇḍāla 55
carita 25
cala 13, 78
cāṇūra 24, 25, 26
citta 42, 67
cūdā 53
cetana 26
caura 55

J

jagan 24, 25
jaṭa 55
jana 42
janārdana 23
japa 11
jaya 24, 54, 55, 67
jarā 69, 70
jala 12, 77
jāti 54
jānu 53, 68

jīta 39, 40
jīrṇa 77
jñā 53, 78
jñāna 23
jyeṣṭhin 39, 40, 42, 56, 68, 69

T

tatas 24, 38
tattva 23
tatra 11, 13, 23, 24, 38, 53, 55, 77
tathā 10, 11, 12, 39, 40, 41, 42, 53, 54, 55, 56,
67, 68, 69, 70, 77, 78
tapasvin 12
tarjana 53
tākaṇa 53
tāla 56, 67
tikta 77
tīrtha 12
toraṇa 13, 38
trāṇa 39, 41, 57
trikoṇa 54

D

daṇḍikā 53
danta 54
darpa 24, 55
darśana 13
dānava 26
dāyaka 13
dāruṇa 56
dīrgha 10
duḥkha 41, 54
dugdha 78
durita 55
durbala 68
dūta 41
dūrvā 13
dr̥ṣṭi 42, 67
deva 38, 42, 54
devakī 23, 25
devālaya 12, 13
devāsura 12, 13
devī 10, 12
deśa 39
deha 56
daitya 54
dvaya 23
dvija 38
dvijottama 24

DH

dhana 12
dharādhara 55
dharma 24
dharmādharmā 10
dharmāraṇya 11, 12, 13
dhavala 10
dhātu 24, 39
dhānya 12
dhāraṇa 53, 67
dhāvāna 54
dhūma 12
dhṛta 25
dhyāna 13
dhruva 41, 67, 78
dhvani 12

N

nakṣatra 38
nagara 13
namas 10, 55
nara 10, 41
nānā 12
nārada 10, 11, 13
nārāyaṇa 10
nāśa 70, 79
nāśaka 79
nikṣepa 26
nirīkṣita 13
nirjana 53
nirmita 12
niṣevaṇa 70

P

pakṣi 12
pañca 56, 67
paṭu 53
patākā 38
pada 27
padma 55
pannaga 55
para 24, 39, 41, 42, 53, 55, 56, 57, 67
parama 27, 68
parikīrtita 54
paribhṛāmaṇa 26
pavitra 12
pāta 53
pātra 25, 42
pāpa 12
pāruṣya 77

pālana 53
pālinī 12
pitta 69, 70, 77, 78, 79
pīḍita 68
pīnasa 68
puṇya 11, 12, 13, 40
putra 10
purā 10, 11, 24, 55
purī 25
puṣṭi 69, 70, 77
pūtanā 25
pūrṇa 12
pūrṇa-śrama 70
pūrva 23, 25, 54
pūrvaka 25, 55, 68
prṣṭha 67
prakaraṇa 27, 57, 79
prakalpita 38
prakīrtita 56
prakopa 77, 78
prakṣālana 54
praghātin 26
pracchādana 55
prajñā 78
praṇa 56, 78
pratyabhinandita 38
prathama 38, 54
prada 55
pradakṣiṇa 55
pradeśa 12
prabhartsana 26
prabheda 54
pramāṇa 40, 54, 56
pralāpin 55
praviṣṭa 23
praveśana 53
praśamana 78
praśnottara 27
prahasana 55
prāṇa 26, 39, 40, 53, 69, 77
prāṇāyāma 54
prātar 54
priya 13, 23, 42, 55
prīti 23, 25
prokta 25
praudhi 53

PH

phala 10, 12, 13, 67

B

badhira 54
bala 24, 26, 39, 41, 55, 56, 69, 77
balabhadra 10, 26, 38
bandha 55
bandhana 55
bahu 13, 40, 53, 54, 78
bāla 54, 56, 78
bāhu 67
bīja-pūraka 79
buddhi 42, 57
br̥mhaṇa 77
brahman 10, 11, 26
brāhmaṇa 13, 25

BH

bhakta 42
bhakti 23, 39, 41
bhakṣaṇa 70
bhaga 40
bhagna 26
bhadra 26
bhaya 40, 41
bhavat 23, 25, 26
bhaviṣya 39, 42, 56
bhāgya 13
bhāra-śrama 53
bhuja 53
bhuvi 26
bhūta 12
bhūbhūja 23
bhūmi 54
bhūmikā 54
bhūṣaṇa 56
bhūṣita 55
bheda 39, 54
bhoga 12
bhojana 70, 77
bhrama 70, 77
bhrānta 68

M

maṅgala 25
maṇḍapa 26, 38
maṇḍala 12
matī 13, 41, 53, 56, 57
matī-kāra 56
mathurā 10, 25, 26
mada 68
madhu 24, 56

manas 56
mantra 55
mandira 12, 13
mayūravambāla 10, 11, 12, 13
mala 54
malla 10, 13, 24, 25, 26, 27, 38, 41, 42, 53,
54, 57, 67, 68, 70, 79
mallavidyā 10
māṃsa 69, 78
mātula 25
māṭṛ 42
mātrā 39
māna 39, 54
mānasa 26
mārga 41
mitra 56
mukha 54, 70
mudrikā 11
muṣṭi 26
muṣṭika 24, 25, 26
musta 79
muhūrta 38
mūtra 54
mūrchā 69
mūrti 11, 55
mṛga 56
mṛgayā 24
mleccha 23

Y

yakṣa 12
yajña 11, 12
yatra 11, 25, 78
yathā 25, 40, 67, 68, 69, 77
yādava 25
yuddha 39, 41, 53, 57

R

rakta 69, 70
rakṣaṇa 26
raṅga 26, 38, 39, 54, 55, 56, 57, 67
racanā 39
ratna 11, 55
rambha 38
ramya 13, 38
rasanā 78
rasya 57
rāja 38, 39, 57
rātra 78
rāma 11
ripu 12

rudita 55
rudhira 78
rundhita 26
roga 12, 70, 79
rogin 54
rodhana 53
roma 41, 78

L

lakṣaṇa 54, 70, 77
lakṣmī 55
lagna 53
laghu 40
laṅghana 69
lajjā 39, 42
lāga 53, 67
lājā 13
lāta 53
lābha 41
lubdha 41
loka 12, 13
lopa 24
loha 54
lohāsura 11
laukika 39, 53

V

vaṃśa 67
vadhū 55
vandana 54
vara 11, 40, 55
varjana 70
varṇa 10, 53, 54
vartula 54
varṣa 24
vasu 56
vasudeva 25
vastra 70
vākya 67
vācā 41
vāñchita 10
vāta 77, 78, 79
vādya 13
vāyu 77
vāra 38
vighna 23, 25
vicāra 40
vicitrita 38
vijaya 42
vijñāna 39, 56
vijñeya 57

vida 38
vidita 26
vidyā 10, 11, 12, 13, 23, 24, 25, 26, 38, 56
vidhāna 38, 55
vidhāraṇa 68
vidhi 10, 55, 70
vipakṣa 41
vipra 24, 25, 38
vilepana 70
vivarjita 41
vivāda 55
vividha 55
viśuddhi 54
viśeṣa 42
viṣṇu 25
vistīrṇa 38
vīra 55
vṛkṣa 12, 13
vṛtti 11, 24, 40
vṛddha 12, 13, 56
vṛddhi 24, 40, 69, 70, 77
vṛṣa 56
vega 77
veda 12
vedavedāṅgavid 23
vedika 38
vedikā 55
veṣa 56
vaidhavya 55
vyagra 10
vyavasāyika 53
vyāpāra 10
vyāsa 10

Ś

śakta 53
śakti 24, 39, 41
śakya 41
śatru 24, 56
śabda 26, 53
śaraṇa 26
śarīra 24, 77
śaśiśekhara 55
śīla 39
śukla 54
śuddhi 54
śunya 67
śubha 38, 55, 56
śoka 41
śaurya 40, 53, 70
śyāma 54
śrama 39, 40, 42, 54, 55, 56, 57, 68, 69, 70, 78
śriya 55

śrī 13, 27, 42, 55, 70, 79
śrīkṛṣṇa 23, 24, 25, 39, 40, 42, 53
śruti 12, 42, 53, 67
śrotavya 25
śvāsa 69, 70, 79
śveta 70

S

saṃyuta 10
samlāpa 56
saṃvāda 11
saṃvāhana 41
saṃsiddhi 24
saṃskṛta 39
sakala 70
saṃkoca 77
saṃkṣepa 55
saṃgata 42
saṃjaya 24
saṃjñaka 25
sattva 24
satvara 42
sadā 12, 13, 40, 54, 55, 67, 70, 78
saṃdhi 69
saṃniṣpiṣṭa 26
sapta-purī 13
sabhā 39, 57
sama 13, 56, 67, 68
samanvita 12, 40, 54
samara 55
samarthita 10
samāgata 13
samāyukta 56
samāhita 54, 70
samuddiṣṭa 68
samopeta 25, 38
sampāta 13, 78
samyak 10, 24
sarasvatī 10
sarva 11, 12, 23, 24, 25, 26, 38, 40, 53, 55, 78
sarvadā 23, 40, 54, 56, 79
sahaja 53
sahita 13
sādaram 11, 13
sānanda 10, 13
sāra 53

siṃha 56
siddha 12
siddhaka 12
sukha 10, 38, 69, 70, 77, 78
sudarśana 55
sundarī 12
suprasāda 25
sulakṣaṇa 54
suvasu 42
suvarṇa 11
suvistara 41
suvistīrṇa 11
suśarīra 40
suśarīratā 39
suśrama 42, 69
suṣṭhu 53
sevita 13
someśvara 23, 24, 25, 27, 38, 39, 40, 41
saubhāgya 13
skandha 53
strī 11
sthāna 13, 40, 53, 54, 56, 69
sthānaka 53, 67
sthita 23
sthiti 11
sthūla 41
snāna 12, 70
sneha 77
smṛta 12, 13, 39, 67
sva 56
svara 56
svastika 38
sveda 70

H

hari 25, 40, 55
harṣa 10, 69, 78
haladhara 55
hāni 41, 54
hiṅgu 79
hṛd 41, 70
hṛdaya 70, 78
hetu 40
homa 38
hvāna 55

