

LONG QUAN

czyli styl smoka w kungfu



Sławomir Pawłowski
Gdynia, 1999

Mając zaszczyt i przyjemność przyczynić się za sprawą niniejszego artykułu do uświetnienia jubileuszu dwudziestolecia działalności Lęborskiej Szkoły Hei Long Shu, prowadzonej przez sifu Marka Beyrowskiego, składam z tej okazji Jemu oraz wszystkim Jego Uczniom najserdeczniejsze życzenia samych sukcesów na nieskończonej Drodze kungfu.

HISTORYCZNE I FILOZOFICZNE PODŁOŻE STWORZENIA TECHNIK I STYLU SMOKA



Fot.1. Autor artykułu nad
„Smoczymi Schodami”

W Chinach, oprócz feniksa i jednorożca, smok jest jednym z trzech mitycznych stworzeń. Jego postać reprezentuje wizję istoty poszukującej perły wiedzy i przez to jest jedną z najbardziej znaczących metafor ukazujących pierwiastek duchowy zawarty w sztukach walki. Powiada się, że nic nie jest bardziej chińskie od postaci smoka i kungfu. To majestatyczne stworzenie posiadające ponadnaturalną siłę i głęboką mądrość, zawiera w sobie wszystko, co najlepsze i wartościowe. Reprezentując kultywację ducha, przez wieki było cesarskim symbolem, wykorzystywanym w wielu rytuałach i widowiskach. Chińczycy wierzyli, że każdy z cesarzy nazywany "Synem Niebios" będąc potomkiem smoka posiada jego przymioty duchowe, a w jego żyłach płynie smocza krew. Tylko cesarz miał przywilej używania wizerunku pięciopalczastego smoka, jako swojego symbolu. Postacie smoka zdobiły cesarski tron, niemal każdy zakamarek cesarskiego pałacu, cesarskie szaty (zwane - smoczymi szatami), widniały na cesarskich proporcach, pieczęciach oraz wyrobach z porcelany. Dworzanie musieli zadowolić się możliwością używania wizerunku profilu smoczej głowy, lub postaci smoka o mniejszej ilości palców. Naruszenie tego zwyczaju karane było

śmiercią. Prawdopodobnie pierwszym chińskim władcą, który zarezerwował wyłącznie dla osoby cesarza prawo zakładania smoczych szat, była chińska cesarzowa Wu Zetian 武則天 (625-705).

Przez wiele lat była ona typową "szarą eminencją" Państwa Środka. Pierwotnie jako konkubina księcia Li Shi Min 李世民 (późniejszego cesarza, uratowanego w trakcie rebelii przez shaolińskich mnichów), a w okresie dynastii Tang za pomocą kolejnych trzech marionetkowych cesarzy, faktycznie samodzielnie decydowała o sprawach cesarstwa. Później, po koronacji, jako cesarzowa oficjalnie zagarnęła tron wyłącznie dla siebie. Podczas odbudowy Letniego Pałacu zwróciła ona szczególną uwagę na odrestaurowanie świątyni Króla Smoków, w której modliła się o deszcz w okresach suszy. Będąc gorliwą buddystką zainicjowała wykucie w skalnym brzegu rzeki Huang He, w sanktuarium buddyjskim w Luoyang (będącym w owym czasie stolicą i centrum całego chińskiego buddyzmu) największego posągu Buddy Maitreyi. Wejścia do



Fot.2. Autor przed posągiem Buddy Maitreyi w sanktuarium buddyjskim w Long Men

doliny, w której położone jest Luoyang strzegą słynne Smocze Wrota "Long Men" 龙门镇. Tworzą je połączone mostem zbocza górskiej przełęczy, przez którą przepływa rzeka Huang He. Legenda głosi, że każdy karp, który po pokonaniu przeciwności losu i dopłynięciu z morza aż do Long Men, by płynąć dalej, wyskoczy tam ponad wzburzoną powierzchnię wody, natychmiast przemieni się w smoka. Moment ten jest ulubionym tematem chińskich artystów, często uwiecznianym przez nich na licznych malowidłach. Opowieść ta przypomina ćwiczącemu kungfu, że ktoś przeciętny poprzez długotrwałą, ciężką i pełną poświęcenia pracę może stać się w jakiejś dziedzinie człowiekiem wybitnym, wręcz nadzwyczajnym. Obecnie możemy zaobserwować trwającą fascynację postacią smoka w organizowanych w Hong Kong'u wyścigach "smoczych łodzi", "tańcach smoka" wykonywanych przy okazji licznych uroczystości, obchodach chińskiego Nowego Roku oraz publicznych prezentacjach tradycyjnych szkół kungfu.

W średniowiecznej Europie smoka utożsamiano z wcieleniem zła, szatana lub podobnego do wielkiego jaszczura stworzenia zionącego ogniem, siejącego zniszczenie i uśmiercającego wszystko co żyje. Chińczycy zajmowali w tej kwestii całkowicie odmienne stanowisko. Postać smoka jest częścią chińskiego zodiaku. Legendy podają, że mogły go ujrzeć jedynie niektórzy ludzie, tj. osoby oświecone oraz o czystym sercu. Smoki ukazywały im się szczęśliwie płasząc wśród chmur lub groźnie wijąc się wśród fal. Zależnie od nastroju i sytuacji, były w stanie rozbawić, zachwycić lub przerazić człowieka. W ludowych opowieściach powiada się, że smoki w potrzebie używały swej mocy herosom, lecz gdy je lekceważono, powodowały wielkie zniszczenia. Przypisuje się im zdolność wywoływania burz, powodzi i trzęsień ziemi, nurkujące smoki wywoływały groźne wiry rzeczne. Dlatego, szczególnie dla ludzi związanych z wodą, tj. zamieszkujących na swych łodziach rybaków i żeglarzy oraz związanych z ziemią rolników, symbol smoka, jako władcy deszczu, miał wielkie znaczenie przy odprawianiu rytuałów mających na celu kontrolowanie deszczu i burz. Wierzyli oni, że król smoków Long Wang zamieszkuje na dnie morza w pałacu pełnym skarbów. Mityczny bohater chińskich legend, małpi król Sun Wu Kung w swej podróży na zachód dotarł aż do podwodnego pałacu Króla Smoków, od którego otrzymał w prezencie magiczny srebrny kij. Niezwykłość daru polegała na tym, że na żądanie właściciela broń ta mogła stać się mała jak zapalka (wówczas Sun Wu Kung nosił ją ukrytą za uchem) lub ogromna, jak świątynny filar. Podarunek Króla Smoków stał się inspiracją do stworzenia w stylu małpy technik i form walki kijem. Właśnie dlatego, odróżnieniu od innych systemów kungfu nie używa się w nim zwyczajnego kija, lecz pustego w środku pręta wykonanego ze srebrzystego metalu, jako jego odpowiednika (co czyni go wytrzymałym i lekkim).



Fot.3. Technika z formy „Ching Nien Long Quan” czyli Mały smok chwytą perłę

Postać chińskiego smoka zawiera elementy dziewięciu różnych stworzeń. Są nimi:

- głowa wielbłąda
- oczy królika
- uszy byka
- rogi jelenia
- tułów węża
- brzuch jaszczurki
- łuski karpia
- szpony orła
- pazury tygrysa

To niespotykane połączenie różnych cech zwierzęcych w jednej, mitycznej postaci znajduje wyjaśnienie w kolejnej dawnej chińskiej legendzie. Mówi się w niej, że około sześciu lub siedmiu tysięcy lat temu, tereny obecnych Chin opanowane były przez liczne, toczące z sobą nieustanne walki plemiona. Każde z plemion posiadało własny, odmienny od innych, reprezentujący je totem, z reguły zawierający podobiznę jakiegoś zwierzęcia. Zwycięzcy walk dodawali do własnego totemu fragment wizerunku zwierzęcia symbolizującego podbite plemię. Prawdopodobnie tym właśnie sposobem wyewoluował znany nam wizerunek smoka.

Postać smoka stanowiąc natchnienie dla ćwiczących kungfu, doprowadziła do stworzenia przez nich technik, a w końcu odrębnych stylów smoka. W formach niektórych stylów występują jedynie pojedyncze smocze techniki, jak: "Smok macha ogonem", "Zielony smok wynurzający się z oceanu", "Dwa smoki wynurzające się z morza", "Smok machający łapą", "Złoty smok sprawdza swoje pazury", "Smok zanurza się w oceanie", czy "Złoty smok spogląda na słońce", w innych występują już całe formy, jak "Shaolin Long Xin Jien" (Forma Smoczego Miecza Shaolin), czy "Ching Nien Long Quan" (Forma Młodego Smoka). Przykładowo: jak twierdzi sifu Lam Wing, w klasycznym stylu Hung Gar techniki smoka występują w formie Pięciu Zwierząt, natomiast w odmianie stylu Ha Say Fu 下四虎 występuje już pełna, niezależna forma smoka. W skoordynowanych ruchach w/w formy Pięciu Zwierząt szczególny nacisk kładziony jest na kontrolę oddychania. Występują tu specjalne techniki oddechowe mające na celu zwiększenie ilości energii Qi w ciele. Pozyskana tym sposobem energia kumulowana jest w dolnym Dan Tien, a stamtąd kierowana do różnych części ciała. Nie jest tu najważniejsza szybkość akcji, lecz następujący w wyniku ich wykonywania wzrost wewnętrznej mocy. Poszczególne techniki są wolne, ciężkie, nieprzerwanie i metodycznie następujące po sobie.



Fot.4. Technika z formy „Ching Nien Long Quan” czyli Smok spogląda w tył



Fot.5. Ściana 9 smoków w klasztorze Shaolin

Przypominają one ruchy ogromnego węża. Sifu Lam określa je jako: "ruchy ponad tysiąc letniego pytona powoli zmieniającego się w smoka". Forma smoka w Ha Say Fu Hung Gar jest długa i wolno wykonywana (przez czas około siedmiu minut). Jej techniki są bardziej twarde, niż w formie Pięciu Zwierząt Hung Gar, a ciało ćwiczącego powoli wije się i skręca, jak u ogromnego węża. By wzmocnić siłę palców ćwiczącego, często wykonuje się ją ściskając w palcach uformowanych w kształt "smoczych szponów" stalowe "pierścienie smoka". Techniki i formy smoka, ze względu na swą naturę, są również bogato reprezentowane w stylach tzw. "wewnętrznych", jak np. w Bagua Zhang i Xing Yi Quan. "Smocze Bagua", wykorzystujące kształt dłoni uformowany w szpony smoka, jest jedną z dwóch (oprócz Bagua Krowiego Języka) dominujących gałęzi tego stylu. Warto w tym miejscu ukazać różnice między łapą smoka a tygrysa w kungfu. Otóż przyjmuje się, że szponiasta smocza łapa (Long Zhua) jest zarówno uderzająca jak i chwytana, natomiast pazury tygrysa (Hu Zhua) wykonują przeważnie ruchy uderzające i rozdzierające. W stylach smoka wykonuje się również uderzenia za pomocą dłoni i pięści, jednakże techniki smoczych pazurów są dla nich najbardziej reprezentatywne. W stylu Xing Yi Quan forma smoka jest nauczana i ćwiczona z reguły

jako pierwsza. Zawierając szereg szybkich zmian technik, począwszy od wysokich skoków, na bardzo niskich pozycjach kończąc, właśnie ona sprawia praktykom najwięcej trudności. Ćwiczący często wykonuje spiralne ruchy, skręca ciało, co stanowi spore wyzwanie techniczne dla początkujących adeptów stylu.

HISTORIA POWSTANIA I ROZWOJU STYLU SMOKA



Fot.6. Sklepik w kształcie smoczej głowy przed buddyjską świątynią Yong Quan na górze Gu Shan w pobliżu Fuzhou

łąż. Druga, tzw. "południowa", pochodząca od "północnej" jest znacznie liczniejsza, reprezentowana przez wiele odmian, rozwiniętych w różnych miejscach.

1 - Pierwotne źródło stylu Smoka, czyli Klasztor Shaolin z prowincji Henan.

Historia powstania technik i stylu smoka tej świątyni jest stosunkowo dobrze udokumentowana. Jak wiadomo, pierwotnie w klasztorze Shaolin praktykowane były głównie (choć nie tylko) sztuki walki i Qigong stworzone przez mnicha Bodhidharmę (Da Mo). Shaolin kungfu tworzyło wówczas głównie "Osiemnaście Metod Da Mo". U schyłku dynastii Ming (1368 - 1644), shaoliński mnich Zhue Yuen (Chuech Yuan) przeanalizował techniki pozostawione mnichom przez Da Mo, tworząc na ich podstawie nową, bardziej zrównoważoną co do wewnętrznych i zewnętrznych akcji konstrukcję ruchową, składającą się z 72 ruchów. Nie będąc jednak usatysfakcjonowany swoim dziełem, wyruszył w podróż po całych Chinach, wyszukując sławnych artystów sztuk walki, testując ich metody i włączając je do swojego stylu. Gdy podczas wędrówki przybył on do miasta Lan Zhou w Kansu, stał się mimowolnym świadkiem niezwykłego zdarzenia: Starzec wspomagany przez osobę upośledzoną umysłowo został brutalnie zaatakowany przez agresywnego osiłka. Napadnięty dotknął stopę agresora dwoma palcami, a ten padł nieprzytomny na ziemię. Zhue Yuen nawiązał znajomość z weteranem, którym okazał się Li Cheng (zwany także Li Sou). Ten nie przyznał się do wielkiej znajomości kungfu, lecz przedstawił go swemu przyjacielowi Pai Yu Feng z prowincji Szansi, uznanemu za niepokonanego w prowincjach Szansi, Honan i Hopei. W trójkę powrócili oni do klasztoru Shaolin, gdzie połączyli techniki formy "18 Rąk Luohan" Da Mo, z 72 ruchowym stylem Zhue Yuena, wspólnie rozwijając z nich nowy system składający się pierwotnie ze 128, a później ze 170 ruchów. Został on przez nich podzielony na pięć grup technik, imitujących ruchy pięciu zwierząt, tj: smoka, tygrysa, lam-



Fot.7. Cesarские „Smocze Schody” w pałacu cesarskim w Pekinie, tzw. Zakazanym Mieście „Gu Gong”

parta, żurawia i węża. Styl ten stał się podstawą rozwoju systemów "zwierzęcych" Shaolinu, w tym shaolińskiego stylu smoka.

2 - Ekspansja na południe, czyli Klasztor Shaolin w prowincji Fujian.

Sztuki walki północnej świątyni Shaolin zostały wraz z buddyzmem przeniesione przez mnichów do położonego w prowincji Fujian tzw. "południowego" klasztoru Shaolin, gdzie z biegiem czasu uległy znacznej technicznej metamorfozie. styl Smoka nazywany na terenie prowincji Fujian także "Pięścią Smoka" lub "Postawą Smoka" uważany jest za południową szkołę sztuki boksu Shaolin. Według zapisów, początki dalszej ewolucji stylu smoka sięgają czasów panowania cesarza Yong Zheng z dynastii Qing, kiedy to style południowej świątyni Shaolin i "Żelaznej Perły Shangling" przekazane zostały mnichowi tej świątyni Zhu Shan z Xianyou, zwanemu Shu. Później, gdy po zburzeniu klasztoru nieliczni ocalali z pogromu mnisi zmuszeni byli do ukrywania się,

mnich Shu poszukiwał pomocy i wsparcia na terenach wiosek Nanyang, Liyang i Shanyang. W podzięce za udzielone mu w nich schronienie przekazał wieśniakom tajemnice znanych sobie styli kungfu, w tym stylu smoka. Jak podają źródła, szczególnie Yu Qixian głęboko przejął się udzielonymi mu naukami. Po latach, następcami Yu Qixian zostali Huang Gaosen (zwany też Ji Xing) z miejscowości Gutian oraz Xu Aiming. Wspólnie stworzyli oni nowy styl kungfu, w całości złożony z technik smoka, nazywany potocznie Pierwszym Stylem Smoka. Późniejszy ich spadkobierca Cui Danian z Fuzhou stworzył z czasem kolejny styl oparty w całości na "smoczycach" technikach, nazwany stylem Czterech Bram Podróży Syna Słońca, lub potocznie Drugim Stylem Smoka. Jego następcami zostali: syn Cui Shilin, Liu Pinyong, He Yongquing, Pan Xiangsong, Li Yijin oraz Cheng Tianyu. Pierwszy Styl był systemem twardym i frontalnym, natomiast Drugi Styl miękkim i ustępującym.

Wspólnymi cechami obu styli są:

- Dźwięczny wydech wydawany przez ćwiczącego w trakcie wykonywania poszczególnych technik.
- Energia fajing wyzwana jest ze stóp, wspomagając siłę ciosów ręcznych.
- W czasie ćwiczeń "nogi przylegają stabilnie do podłoża jakby zapuściły w nim korzenie, siła rąk wywodzi się z korzeni, tułów pełni funkcję osi obrotu, głęboki przeponowy oddech wspomaga technikę, a siła uderzającego ramienia poparta jest masą całego ciała", czyli: siła dynamicznych akcji ręcznych oparta jest na mocnych i stabilnych podstawach, poparta dodatkowo masą ciała.
- Duża liczba różnorodnych, krótkich, lecz dynamicznych technik ręcznych.
- Mała liczba postaw nożnych.



Fot.8. Przepiękna nefrytowa rzeźba smoka w galerii sztuki w Fuzhou



Fot.9. Autor przed Smoczymi Schodami na terenie świątyni Białej Pagody w Fuzhou

- W trakcie przemieszczania się następuje przesuwanie stóp blisko podłoża (brak wysokich pozycji i skoków).
- Bogactwo ruchów, przy jednoczesnym skoncentrowaniu się na samo ochronie i utrzymywaniu "zamkniętych drzwi".
- Szybkie obroty tułowia w połączeniu ze zwinnością kroków tworzą charakterystyczną postawę sylwetki smoka.
- W trakcie walki tułów jest w nieustannym ruchu, co utrudnia trafienie w punkty vitalne.
- Gwałtowne i energiczne uderzenia pięści "manifestujące piękno siły bogatej w Yang".
- Częste, kołyszące zmiany postaw.
- Koordynacja ruchów rąk z przepływem energii Qi, koncentracją umysłu oraz bystrością postrzegania.
- Barki, łokcie i nadgarstki poruszają się w pełnym zgraniu.
- W trakcie ruchu ciało jest naprężone, pośladki wciągnięte, przód ciała lekki, a tył ciężki.
- Techniki na zewnątrz wydają się delikatne jak puch, wewnątrz są mocne jak stal.
- Powiada się, że ćwiczący styl smoka powinien posiadać: "smoczy krok, tygrysi przysiad, orli wzrok, prędkość jelenia, ruchy małpy i postawę niedźwiedzia". **Formy:**



Fot.10. Technika z formy „Luohan Quan” - Dwa smoki wychodzą z morza

Pierwszy Styl: Shuang Jiguang (Podwójne Pchnięcie), San Bo Zhen nazywana też San Zhan (Trzy Bitwy), Lianh Tou Ji (Podwójny Atak), Tou Wei nazywana też Tou Kuang, Liang Wei nazywana też Er Kuang, Zuo You Zhen (Dwa Motyle), Si Fang Zhan nazywana też Liu Dou, forma pejcza (nazywana też formą Wspaniałego Buka), Siedem Kroków, Siedem Kroków Wiążących Ciało, Wewnętrzna Strona Mocy, Dian, Shi San, Xia Shi San, Ba Zhen Tu (Czternaście Kroków), Sto Osiem Dłoni. Formy podwójne, wykonywane w parach: San Zhan (Trzy Bitwy) oraz forma "Pięści Motyla". **Drugi Styl:** E Feng Bian Lian nazywany też San Zhan (Trzy Bitwy), Wielka Pogoń, Trzy Lwy, Sy Men (Cztery Bramy), Dwadzieścia Osiem Nocy, Ukryte Naczynie, Twarde San Zhan, Stalowy Most, Metamorfozy, Małpa Trzymająca Brzoskwinię, nazywana też formą Osiemnastu Uczniów. Oba style smoka są popularne i szeroko rozpowszechnione na terenie Fuzhou, Gutian, Ningde, Lianjiang, Nanping, Luojuan, Xianyou i Fuqing, dotarły również na Tajwan i do Azji południowo wschodniej.



Fot.11. Technika z formy „Luohan Tou Quan” - Luohan walczący ze smokiem

Osobami szczególnie znanymi z rozpropagowania stylu Smoka w prowincji Fujian są:

- **Cui Da Nian** (nazywany także Bo Shen), urodzony w marcu 1868 r., zmarły w marcu 1933 roku. Pochodził z miejscowości Minhou, prowincji Fujian. Kochał sztuki walki od dzieciństwa, uczył się więc stylu Kwiatu Śliwy (Mei Hua) oraz Małpy od swego brata, a później dwóch stylów smoka od pochodzącego ze wsi Shanyan, okręgu Gutian - mistrza Ya Qi Xiang. Po utworzeniu w 1911 roku Republiki Chińskiej, utworzył on Centrum Sztuk Walki Miasta Fuzhou, w którym zaczął nauczać sztuki walki. Napisał on dla swego najstarszego dziecka Cui Zhong Xian książkę, która okazała się ważnym przewodnikiem w stylu Smoka i medycyny chińskiej. Została ona po raz pierwszy publicznie wystawiona w 1986 roku, podczas Ogólnonarodowych Zawodów w Sztukach Walki, będąc nadal unikalnym i wartościowym dziełem w dziedzinie kungfu stylu Smoka.

- **Chen Yi Jiu** urodzony w 1902 r., słynny mistrz stylu smoka z Fuzhou. Przekazał go swoim licznym uczniom.
- **He Shan Hu** (zwany też Yongqin). Urodzony w 1916 roku w Putian. Od dzieciństwa uczył się sztuk walki u mistrza Cui Da Nien. Szczególną biegłość osiągnął we władaniu kijem smoka (Long Zhuang).
- **Pan Xiang Song** ur. w 1903 roku w Fuzhou. Doradca Stowarzyszenia Sztuk Walki miasta Fuzhou, mistrz w Centrum Sztuki Walki Kijem Stylu Smoka, trener Kinjo Akio (Jinchen Zhaofu), przewodniczącego okinawskiej organizacji Chińskiego Kenpo "Budokan" (Zhungguo Wushu Sheng Wudaokuan). W 1926 roku zgłębiał tajniki walki kijem w stylu smoka pod okiem Cui Da Nian z Gutian, a w 1967 roku rozpoczął nauczanie tej sztuki walki. W 1986 roku uczestniczył w Pokazowym Międzynarodowym Turnieju Tradycyjnego Wushu, gdzie za wykonanie formy kija stylu Smoka zdobył nagrodę "Xiong Shi".
- **Wang Jian Zhong** - ur. w 1922 roku w Fuzhou. Ekspert południowo chińskich sztuk walki. Doradca Miejskiego Zrzeszenia sztuk Walki w Fuzhou. Uczył się między innymi stylu Żółtego Smoka (Huang Long) od swego wuja Wang Shulin.

3 - Idąc za przykładem Shaolin, czyli buddyjski klasztor Wah Sao Toh w okolicach Kantonu.

Biorąc przykład z obu świątyń Shaolin, także tutejsi mnisi dostrzegli wiele korzyści płynących z regularnego ćwiczenia sztuk walki w połączeniu z religijnymi praktykami duchowymi. Wskutek wykonywania ćwiczeń kungfu poprawie ulegało ich zdrowie, w ciałach wzrastała ilość energii Qi, nabywali oni umiejętności samoobrony oraz hartu ducha, byli w stanie przestrzegać zasad samodyscypliny. Nie wiadomo dokładnie, kto stworzył i rozwinął styl smoka w tej świątyni, gdyż nie nauczano go poza jej murami. Dopiero mnich Tai Yut (Dai Jo) złamał tę tradycję, przekazując styl smoka Lam Yiu Gwai, jako jednemu uczniowi spoza klasztoru.



F.12. „Taniec smoka” na stadionie w Zheng Zhou, z okazji otwarcia turnieju „Shaolin Wushu Festival”

4 - Od systemów klasztornych do stylu rodzinnego.

Środowiskami, w których również zostały rozwinięte style smoka są z pewnością chińskie klany rodzinne. Powstałe w nich systemy kungfu określa się potocznie "rodzinnymi". Przykładem wspaniale obrazującym powstanie i ewolucję stylu tej grupy może być historia rodziny Lam. Jej członkowie praktykując styl smoka od siedmiu pokoleń, prześledzili i spisali swój rodowód aż do czasów południowo shaolińskiej mniszki Wu Mei 伍枚, stylistki klasztornej stylu smoka. Przekazała ona rodzinie Lam styl smoka w okresie przed pierwszym zburzeniem i spalaniem południowego klasztoru Shaolin, (tj. przed 1570 rokiem).

Styl rodzinny (w pełnym tego słowa znaczeniu) utworzył jednak dopiero pod koniec dziewiętnastego wieku urodzony w 1874 r., a zmarły w 1965 roku w Hong Kongu, w wieku 91 lat Lam Yiu Gwai (Lam Yiu Qu-ai). Uczył się on południowo shaolińskiego stylu smoka od członków



F.13. „Smok szukający perły”

swojej rodziny, a następnie klasztornej szkoły smoka świątyni Wah So Toh od mnicha Dai Jo, ucznia mnicha Loh Fao San. Uważany jest on za pierwszego świeckiego mistrza stylu smoka wywodzącego się z tego klasztoru. Lam Yiu Gwai połączył rodzinne techniki z systemami klasztornymi "doprowadzając styl do doskonałości". Przekazał go swemu synowi Lam Kwun Quon 林煥光. Okazał się on wielkim artystą sztuk walki, propagując styl zarówno w Chinach, jak i poza jego granicami. Przekazał go swemu synowi Lam Wing, który kontynuując rodzinne tradycje rozpoczął naukę rodzinnego stylu smoka już od wczesnego dzieciństwa. Do siedemnastego roku życia uczył się od swego dziadka, później przez cztery lata od swego ojca, by dalej pogłębiać wiedzę pod okiem mnicha Dai Yuk Sim See. Po zakończeniu nauki połączył całą swoją wiedzę" wnosząc nowe światło do rodzinnej tradycji".

WSPÓLNA CHARAKTERYSTYKA STYLÓW SMOKA

W praktyce stylu smoka siła fizyczna odgrywa drugoplanową rolę. Nadrzędną wagę przywiązuje się do treningu pozycji, szybkości ruchów, czasu reakcji oraz wrażliwości na wszelkie zmiany. Elementów tych używa się we wzajemnym powiązaniu ze sobą, swobodnie i jednocześnie. Scentralizowana "poniżej pępka" (tj. w dolnym Dan Tien) energia wewnętrzna Qi utrzymuje ciało lekkie i żywotne, wydajnie zwiększając skuteczność akcji (w przypadku, gdy jest używana w połączeniu ze spiralnym ruchem ciała). Praktyk, niczym związający i rozwijający swe ciało smok, wykonuje kolisty, spiralny ruch jednocząc je z przepływem krążącej w jego ciele energii. Znajdując się w ciągłym ruchu, uniemożliwia przeciwnikowi znalezienie słabego punktu i zaatakowanie metodą "otwarcia drzwi". Krążąca w jego organizmie energia Qi przepływa nie tylko przez zbiorniki i meridiany, lecz także przez wewnętrzne organy i narządy, działając prozdrowotnie. Jak smok szukający perły mądrości, tak ćwiczący styl smoka poprzez praktykę powinien poszukiwać w sobie smoczej mądrości. Poszczególne style smoka posiadają z reguły charakterystyczną koncepcję określającą dany system, tu zwane Mor Kiu 摩橋 co oznacza „ścierające się, albo nachodzące na siebie mosty” lub w skrócie "mostowanie". Sercem takiego znaku rozpoznawczego jest seria bardzo szybkich i dynamicznych ruchów rąk i dłoni, zawierających pchnięcia, chwyt, rzuty, uderzenia i bloki, a nawet ciosy łokciami. Smoczy charakter i duch danego stylu jest manifestowany w szybkości w pełni kontrolowanych, często spiralnych ruchów, koncentracji w nich energii Qi oraz łańcuchowym zadawaniu uderzeń (tzw. seriami ciosów). W niektórych systemach wykonuje się miękkie, okrężne ruchy połączone z nagłymi wybuchami siły. Praktycy stylu smoka znani są także z umiejętności operowania wieloma rodzajami tradycyjnych chińskich broni, jak mieczem, szablą, włócznią lub słynnym dziewięciostopowym kijem, nazywanym "Drażniem Króla Smoka Przebijającym Serce". Dobrze wyszkolony w posługiwaniu się nim adept jest bardzo groźny i skuteczny w walce, a jego techniki są niezwykle szybkie i silne.



Fot.14-17. Technika „Lecącego smoka” z formy „Ching Nien Long Quan”

Podstawowym ćwiczeniem wprowadzającym w arkana sztuki władania kijem w stylu smoka jest mozolne, wielokrotne powtarzanie jednej, podstawowej akcji: Uczeń, trzymając przed sobą kij skierowany końcem w stronę wyimaginowanego przeciwnika, zasłaniając nim linię centralną własnego ciała, czujnie, nieprzerwanie i pełny siły krąży wokół niego. Co jakiś czas błyskawicznie i niespodziewanie wykonuje zaleconą przez nauczyciela technikę obrony wraz z silnym i brutalnym, kontrującym uderzeniem zadawanym z góry w dół. Ćwiczenie to rozwija również technikę smoczego kroku, wzmacnia ręce, uczy generować siłę ciosów z obszaru talii. Ten tradycyjny sposób nauczania uważany jest za ciężką, lecz jedyną skuteczną metodę wiodącą do opanowania technik walki kijem w duchu tego stylu. Siła wytwarzana jest w obszarze bioder i talii, a manifestowana w technikach rąk i nóg. Zawierając różne rodzaje jing oraz energię Qi, siła ciosów jest niezależna od wieku, płci, postury czy masy ciała ćwiczącego. Czyni to styl efektywnym również w przypadku mężczyzn niewysokich i szczupłych, oraz kobiet. Inspirację postacią smoka wyraźnie widać także w wielu formach miecza kungfu. Przykładowo, nazwa formy "Shaolin Long Xin Jien" tj. "Formy Smoczego Miecza Shaolin" nawiązuje nie tylko do samych technik miecza, lecz przede wszystkim do charakterystycznego "smoczego sposobu przemieszczania się", według którego porusza się osoba wykonująca tą formę. W Shaolin powiada się: "Miecz powinien poruszać się jak płynący smok, emanujący swą dzielność i wojowniczą siłą mimo swego piękna".



Fot.18-21. Na zdjęciach przedstawiono kolejno: Fot.18. Pozycja gotowości, Fot.19. Równoczesny okrężny blok od góry z ciosem na splot słoneczny (poparty siłą skrętu bioder), Fot.20. Przechwyt nogi przeciwnika z rotacją własnego ciała w lewo, Fot.21. Dynamiczny kontratak uderzeniem dłoni „skrzydeł motyla”

Ze względu na zróżnicowane wyobrażenia smoków i ich zachowań, poszczególne style kungfu zawierają formy Małych i Dużych, Młodych i Starych smoków, a same systemy nazywają się stylami np. Żółtego, Czarnego, Zielonego, Czerwonego lub Lecącego Smoka. Nazwa stylu informuje nas o jego "duchu", a nazwy form o ich dynamice i technikach.

Formy "Młodych i Małych smoków", zawierając energochłonne techniki i liczne kopnięcia są wykonywane dynamiczniej od form "Dużych i Starych smoków", w których tempo ruchów jest wolniejsze, a same techniki są bardziej oszczędne i wyrachowane.

ZAKOŃCZENIE

Pisząc niniejszy artykuł zamierzałem przedstawić Czytelnikom smocze kungfu w jak najszerszej perspektywie, przy ograniczonej do objętości artykułu, (niestety) ilości tekstu.

Jak widać, techniki, formy i sam styl Smoka ulegały przez stulecia nieustannym zmianom: rozwojowi, metamorfozie i podziałom. Los ten dotyczy zresztą większości stylów z tzw. "tradycjami". Od chwili powstania, są one przez kolejne generacje mistrzów uzupełniane i dostosowywane do wymogów czasów, w których przyszło im żyć. Gdy tak nie jest, styl z czasem "kostnieje" staje się "sztuką dla sztuki" i powoli ginie.

Oprócz miejsc i osób związanych ze stylami Smoka oraz samych stylów, które opisałem, istnieje wiele innych (jak choćby style smoka z klasztorów na górze Emei), których z uwagi na ograniczoną objętość tekstu nie byłem w stanie przedstawić. Jako osoba urodzona w roku Smoka, zwracam na koniec uwagę Czytelników ku przyszłości: nadchodzący, pierwszy rok nowego milenium w które właśnie wkraczamy, będzie kolejnym chińskim Rokiem Smoka.

Gdynia 25-10-1999r.

Pierwsza publikacja artykułu pod tytułem „LONG QUAN, CZYLI STYL SMOKA W KUNG FU” miała miejsce w grudniu 1999 roku, na łamach nr 9 internetowego magazynu „Świat Nei Jia” Tomasza Grycana. Niniejszy reprint z roku 2019 został udostępniony na stronie yongchunquan.eu za zgodą autora. Zdjęcia zamieszczone w artykule pochodzą ze zbiorów sifu Sławomira Pawłowskiego z Gdyńskiej Szkoły Shaolin Kung Fu. Osoby zainteresowane opisanym tematem mogą kontaktować się z autorem za pośrednictwem e-mail: luohan@wp.pl

