

Mi a flourish, milyen a „jó” flourish?

Gerényi Attila
Scholler 3 dolgozat
2020

Tartalom

Mi a flourish, milyen a „jó” flourish?	1
1. A Flourish	2
2. A menetek és a flourish az európai vívókódexekben	2
3. Lehetséges irányelvek a flourishhez	3
3.1 A szabad flourish	4
4. A formagyakorlatok szerepe a harcművészetekben	5
4.1A japán Katak-ról	5
4.2 A rögzített mozdulatsorok előnyei és hátrányai	5
4.Önkifejezés a flourishben, összefoglaló	6
Felhasznált irodalom	6

1. A Flourish

A flourish alatt HEMA kontextusban általában egyfajta bemutatót értünk. Ez egy, a párbajok előtt előforduló mozdulatsor, melynek célja a vívó tudásának bemutatása, esetleg az ellenfél megrettentése, illetve a nézőközönség elkápráztatása.

Amikor nem párbaj szituációról vagy díjvívásról beszélünk, akkor a kifejezést egy olyan mozgásformára szoktuk használni kifejezést, aminek célja nem az ellenfél legyőzése, és nem is feltétlen vívótávolságban történik. A flourish ez esetben mozdulatok fluid láncolatának bemutatása, illetve különálló mozdulatok összefűzéséből álló formagyakorlat, hasonlóan egy olyan párbajhoz, aminek nincs ellenfele. Bizonyos szempontból értelmezhető önkifejezésként is, hiszen a vívó szabadon választhatja meg, hogy mit és hogyan mutat be, ezzel reprezentálva habitusát, és a vívás művészetéhez való viszonyát. A flourish emellett bemutathatja a vívó egyéni preferenciáit a technikákat, tradíciókat illetően.

A dolgozat célja a gondolataim összefoglalása a témában, kihasználva az s3 biztosította laza kereteket. Ez inkább esszé, mint tudományos értékű dolgozat, de remélhetőleg ettől nem veszít hasznosságából az olvasó számára. Elsődlegesen gondolatébresztőnek szánom, illetve egy lehetséges fs téma előkészítésének alapjául.

2. A menetek és a flourish az európai vívókódexekben

A menetek alatt a HEMA-ban általában összefűzött mozdulatokat értünk, melyek előre meghatározott sorrendben követik egymást. Az egyes vívókódexekben ezeket valószínűleg egyfajta drillként írja le a szerző, mely könnyebben megjegyezhetővé teszi. A menetek fontos jellemzője, hogy logikusan építkeznek, és általában lépésenként mutatnak be egy képzeletbeli példapárbajt. Segítenek elmélyíteni a mozdulatokat, és elsajátítani a mögöttes logikát. Illetve a sok gyakorlás segít abban, hogy izommemóriából is elvégezhető legyen a mozdulat, szinte reflexszerűvé váljon a technika.

Menetek tekinthető az én olvasatomban két dolog: Az egyik a nevesített menetek (pl. Fiore-nál a Paraszt ütése vagy a Hamis szúrás), a másik pedig a nem nevesített, de egymásra épülő mozdulatokból álló technikák.

A nevesített menetek általában adott szituációkra, mondhatni tipikus helyzetekre mutatnak lehetséges reakciókat. Mai szemmel nézve látható, hogy a mozgásokkal egyszerű alapelveket akar átadni. Például, ha túl nagyot és erőset üt az ellenfél, ne akard kivédeni, hanem engedd el az erőt melletted és menj tovább. Sőt, szerezz lendületet az ő erejéből (Paraszt ütése). Ezek a menetek az egyszerűektől egészen bonyolult, több lépcsős mozdulatsorokig változhatnak. (pl. Lecküchner langes messerében a skorpió menete egy bonyolultabb mozgássorozat) Természetesen minél kevesebb mozdulatból áll az adott menet, annál praktikusabban, könnyebben alkalmazható. Illetve egyszerűbb begyakorolni.

A másik fajtája a meneteknek a nem nevesített menetek. Ezekre szintén remek példa lehet Lecküchner langes messer kódexe, ahol több technikát is olyan módon mutat be, hogy a mozdulat egy többlépcsős folyamat. (te ezt csinálod, ő ezt lépi, erre te ezt csinálod, ő erre amazt lépi) Ezeket a lépéseket nem nevezi külön meneteknek, de minden esetben utal az összeartozásukra. Gyakorlatilag modulokat tanít. Ezen modulok logikája mentén tetszőleges számú menet létrehozható. (a logika hasonló Fiore „ellenszer mestereihez”, csak itt több végkimenetelt felsorakoztat)

Azonban azon érdemes elgondolkodni, hogy ha ennyire lazán húzzuk meg a menetek definícióját, akkor miben különbözik a flourishtól? Ha a flourish lazán definiáljuk, akkor minden menet lehet flourish, de nem minden flourish lehet menet?

A flourish az én olvasatomban egy olyan menet, aminek nincs ellenfele. Így ez tehet különbséget közötté és a fentebb említett menetek között. Több szerzőnél is megjelennek konkrétan flourishként leírt mozdulatsorok¹. Egyébként a fenti definíció alapján ide sorolható Meyer négyzete is, ami jó példája a már emlegetett drill alapú mozgástanulásnak.

Az ilyen leírt formagyakorlatoknak egyik oka valóban az egyéni tanulás ösztönzése lehetett, de az is lehetséges, hogy olyan esetekben, ahol gyorsan kellett valakit felkészíteni egy párbajra, a mester egy kész flourish tanított neki, hogy ne a tanítványnak kelljen hirtelen összepakolnia a részeket.

(Ahogy már fentebb említettem, mi az Ars Ensisben Flourish alatt általában egy olyan mozdulatsort értünk, aminek célja az illető egyéniségének és vívástudományának bemutatása. Ilyen alapon ez inkább tekintendő harcművészeti bemutatónak, mint valós fenyegetésnek. Történelmi kontextusban viszont a Flourish jobban hasonlított egy valós fenyegetéshez. Hiszen amikor a veled szembenálló fél olyan technikák összefüggő sorozatát mutatja be, melyekről te még nem is hallottál, az erőteljesen demotiválóan hathat rád.)

3. Lehetséges irányelvek a flourishhoz

A flourishról nehéz nagy általánosságban elveket megfogalmazni, én mégis kiemelném az alábbiakat. Ezek egy része saját tapasztalatból vezethető le, másik része más vívók témában írt cikkeinek összegzése. (A fogalmak mindegyikét kétféle szempontból fogom vizsgálni: sportolói és harcművészeti szempontból. Emellett a metodika mellett azért döntöttem, mert szerintem a HEMA jelenleg pont a kettő között van, és ezért tanulságos lehet minkét szemszögből elemezni a flourish is. Ezzel nem azt feltételezem, hogy mindenkinek választania kellene e kettő szemléletmód között, de tény, hogy mindegyiknek meg van az előnye.)

- Fókusz, szándék

Az egyes mozdulatok szándékkal való véghezvitele, amikor minden mozdulatnál érezhető, hogy ott most meghalt valaki, vagy csak egy kitérés, cselezés történt.

Ez elsőre felesleges színpadiasságnak hathat, és valahol az is. Aki drill szempontból közelíti meg a témát, annak másképp fogalmaznék: lélegzet, ritmus, erő. A fókusz ebben az esetben kimerülhet abban, hogy az ütéssel együtt helyes ritmusban préseljük ki a levegőt, megfelelő pozícióban állítjuk meg a kardot, és helyes testtartásunkra figyelünk. Figyeljük a lábunkat, és az összhangot. Ez a gyakorlás szempontjából is fontos, hiszen megtanítja a testet arra, hogy az adott mozdulatnak mi a az „anatómiája”, hol kell levegőt venni, hol nem, hol kell erőt kifejteni és hol kell ellazulni. Harcművészeti megközelítésből ez a szempont lélekállapotot, hozzáállást is takar, egyfajta komolyságot, határozottságot és figyelmet.

- Logika

¹ például: George Silver, Codex Döbinger

A mozdulatok egymás utáni sorrendjét értem ez alatt. Fontos hogy legalábbis párokat, vagy triókat alkossanak, ezzel jól értelmezhető logikai egységekre bontva a flourishot.

Harcművész szempontból közelítve ez inkább amolyan esztétikai igény. Hiszen fontos, hogy a közönség ne veszítse el a fonalat, amikor egy táncelőadást figyel. A táncok mozdulatainak is meg van a maga logikája, ahogy a zenének, vagy egy absztrakt festménynek is. Sok esetben még a hozzá nem értő szem is kiszúrja, hogy az adott mozdulatsor elemei természetesen követik egymást, vagy logika ellenesen történik egy-egy mozdulat.

A gyakorlás szempontjából ez azért fontos, mert egységekre bontja a mozdulatsort, könnyebben megjegyezhetővé téve azt. Illetve a 2-3 mozdulat csoportosítása modulárisá teszi a formagyakorlatot, így a tanult mozdulatsor könnyebben alkalmazható lesz egy valódi párbaj szituációban. Ezekon kívül a logikus felépítés, és a mozdulatok természetes sorrendje hitelessé teszi a flourishot a szakmai közönség számára is.

- Tökéletességre törekvés, pontosság

Ezalatt a mozdulatok eleganciáját és helyességét értem. A flourish lehetőséget biztosít mind a sportvívó, mint a harcművész számára, hogy olyan tisztán vegyen fel állásokat és olyan pontosan végezzen ütésekkel, ahogy párbaj szituációban szinte esélytelen. Általában párbajok során az ilyen mozdulatokra nincs idő vagy lehetőség, illetve sok esetben a kitartott mozdulatok nem elég hatékonyak és ezért megrövidítünk, egyszerűsítünk egy-egy állásváltást. A szép flourishben felismerhető a tradíció, még abban az esetben is, ha több tradícióból lett összegyúrva.

- Őszinteség, személyesség

Ez alatt azt értem, hogy a mozdulatsor kifejez valamit abból, aki te vagy, hozzáadod a saját habitusodat, vívói identitásodat. Ez megnyilvánulhat az intenzitásban, a ritmusban, de sok esetben már maga a mozdulatok kiválasztása is sokat elárul arról, hogy ki vagy te.

Ennek a pontnak a harcművészeti szempontból előnye, hogy önismerethez vezet. De emellett arra is lehetőséget biztosít, hogy tematizáld a formagyakorlataidat, ráfókuszálva a gyakorlást a kevesebbet használt mozdulatokra, vagy éppen azokra, amelyek a kedvenceid.

- Flow

A flow fogalma² sok helyen előfordul manapság, kicsit talán elcsépeltté is vált már. Ezzel a témával kapcsolatban két értelemben említeném a szót. Az egyik a flow állapot, amely a flourishben is létrejöhet természetesen, és sokat hozzátesz egy ilyen formagyakorlat értékéhez. A másik értelme a a szónak a folyékonyág vagy áramlás. Szerintem a szép flourishben egymásba alakulnak át a mozdulatok, szinte folyékonyan. A darabos flourish azt feltételezi, hogy a vívó vagy nagyon izgul, vagy nem biztos magában.

3.1 A szabad flourish

² „flow-élmény az elme működésének egy olyan állapota, melynek során az ember teljesen elmerül abban, amit éppen csinál, amitől örömmel töltődik fel, abban teljesen feloldódik, minden más eltörlődik mellette, bármi áron folytatni törekszik.” (wikipédia, letöltve 2020.) (bővebben lásd: Csíkszentmihályi Mihály: Flow. Az áramlat. A tökéletes élmény pszichológiája; ford. Legéndyné Szabó Edit; Akadémiai, Bp., 1997)

A fent említett szempontoktól persze lehetséges az eltérés, úgy, hogy közben a flourish élménye megmaradjon. Erre a szabad flourish megnevezést használnám. Ez a fogalom arra a fajta mozgássorra vonatkozik, ami a fent említett szempontok némelyikét elhagyja. Például nem logikus a mozdulatok sorrendje, és nem hasonlít egyik tradícióra sem, esetleg még fókusza sincs az ütéseknek. Amennyiben a maradék kettő, az őszinteség, és a flow megvan, ez ugyanúgy flourishnek számíthat. Viszont ilyenkor kiemelném, hogy ez már tisztán a művészi önkifejezés eszköze lesz, egyfajta tánc a karddal. Egyfajta experimentális vívás, ahol a vívó felfedezi az eszközzel végezhető mozdulatok határait, belső logikáját, megszabadulva az előzetes vívaskép kötöttségeitől. Ezt valószínűleg nehezebb kivitelezni mint gondolnánk (több éves tanulmányokat nehéz levetkőzni), mindenesetre biztosan felemelő látvány lehet egy ilyen performansz.

4. A formagyakorlatok szerepe a harcművészetekben

4.1A japán Katak-ról

A kata³ lehet flourish, ha úgy csinálod. A japán kardvívás különbsége az európaihoz képest nem csak a fegyver szerkezetéből adódik. A japán vívást a mai napig élő tradíciónak tekintik, rögzített átadási vonalakkal. Ennek előnye, hogy vannak mesterek, és hátránya, hogy vannak mesterek. A mesterek pedig annyian vannak, és annyi féle átadási vonal létezik, hogy nincs két egyforma irányzat. Illetve a sorozatos átadásban sokszor elveszett a valódi funkció, vagy eltorzultak az eredeti mozdulatok.

A japán vívásoktatás általában katakra, azaz formagyakorlatokra épül. Egy-egy ilyen kata viszont jobban hasonlít egy flourishre, mint valós párbajhelyzetre vonatkoztatható menetre. Természetesen sok irányzatban léteznek páros formagyakorlatok is, melyben előre meghatározott párbajsituációt gyakorolnak (kumitachi). A katakban a flourishnél említett szempontok mindegyike megnyilvánul, és a szertartásosabb környezet miatt sokszor szebben, fegyelmezettebben végzi ezeket az ember. Valahogy a hozzáállás más. Ezek a katak az egyszerű, pár lépéses technikától az egészen bonyolult soklépéses, többirányú mozdulatsorig terjedhetnek, és általában szintekre vannak osztva. A mozdulatok nagy része sarkított, jól felismerhetőek az állások, ettől van egyfajta színpadiassága, ünnepélyessége. Különlegessége még, hogy vizsgák során bizonyos számú formagyakorlatot „közönség” előtt kell bemutatni, olyankor a funkciója egészen megközelíti az európai flourishét.

4.2 A rögzített mozdulatsorok előnyei és hátrányai

Általánosságban elmondható, hogy mozgástanulás és izommemória szempontjából tagadhatatlan a drillezés és a rögzített mozdulatsorok előnye, elvégre mintázatokot tanulhatunk ezzel, logikát és alapelveket sajátíthatunk el. Segít abban, hogy később ösztönszerűen tudjunk cselekedni és reagálni egy-egy szituációra, és ne kelljen rajta gondolkodni. Végső soron tekinthetünk úgy is rá, hogy egyfajta reflexet építünk ezekkel.⁴

Hátránya a rugalmatlanságából adódik. Fiziológiai szempontból a sok egyforma mozdulatsor fokozott egyoldalú terheléshez vezethet (mindig ugyanazokat az izmokat ugyanolyan módon használjuk), ezért sokat segíthet ha két-három különböző mozdulatsort váltogatva gyakorlunk, nem pedig ezret ütünk egyetlen ütésből minden nap. Ez azért is fontos, mert a figyelmünk véges, és egy idő után már csak

³ „Training in martial arts can be done in different ways. One of the tried and true methods in Japan is the kata 形 (shape) or 型 (model). Combat systems in Japan have used the kata as an instruction tool from at least 1200 AD as a way to train the bushi or samurai among their domains and training camps.”

(<https://shinkanryu.org/classical-japanese-warrior-training-methods-kata/>, letöltve 2020)

⁴ lásd: Nagy Máté Kálmán: Motoros tanulási módszerek alkalmazása a vívásban, fs dolgozat, 2020, 2. fejezet

megszokásból csináljuk a mozdulatokat. Ilyenkor elveszik a figyelem, illetve az önkorrekción.

A másik hátrány inkább az egyszemélyes formagyakorlatokra vonatkozik. Ez pedig a visszajelzés hiánya. Mivel egyedül gyakorolsz, így nincs, aki külső tényezőként korigálja a mozgásodat. Egy párbajhelyzetben, ha valamit rosszul csinálsz, azonnali visszacsatolás ér (általában egy fejütés), ami segít a korigálásban. A drillezés veszélye a megszokás, és a rossz mozgásforma rögzülése. Ha egyszer már rögzült valami rosszul, akkor nagyon nehéz javítani. Ezért sok esetben ajánlott otthoni gyakorlás előtt a felügyelet melletti drillezés.⁵

4.Önkifejezés a flourishben, összefoglaló

Szóval milyen a jó flourish? Elvégre egy egyedi, önkifejezést célzó bemutatóról van szó. Nyilvánvalóan nem állíthatunk általánosságban semmilyen hiteles bírálati szempontot ez elé, és én nem is szeretnék. Az én célom ebben a dolgozatban egyfajta olyan szempontrendszer nyújtása, ami mentén elkezdhetünk gondolkodni a témáról, és nem egy ilyen légből kapott, éteri és megfoghatatlan dolog lesz ez. Sokszor hallom, hogy valaki - főleg kezdőként- fél a flourishtól, vagy izgul miatt. Esetleg értelmetlennek találja. A dolgozatom célja, hogy egy kicsit tisztábban lássam én magam is, így az s3 előtt, hogy mi az az flourish, és mit várok el magamtól. Mi az, amitől jónak tekintenek én egy flourishot.

A flourish lehet egyetlen tisztítás, vagy egy negyed órás tánc a kardoddal. Mind a kettő ugyanolyan értékes és a művészi önkifejezés eszközévé válhat, amely színesítheti sportunkat, és valamilyen szinten valódi harcművésszé avathat minket.

Felhasznált irodalom

<https://www.keithfarrell.net/blog/2020/04/flourishes-in-the-german-longsword-sources>

<https://shinkanryu.org/classical-japanese-warrior-training-methods-kata/>

https://en.wikipedia.org/wiki/Motor_learning

<https://www.keithfarrell.net/blog/2020/04/flourishes-in-the-german-longsword-sources/>

https://en.wikipedia.org/wiki/Historical_European_martial_arts

⁵ bővebben lásd: Ézsiás István, Alternatív edzés megközelítés – A hegy, fs dolgozat, 2019, 2. fejezet