

Wai Kru of Ram Muay:

Wai Kru betekend letterlijk buiging naar de leraar, dit is het eerste gedeelte van de dans. De Wai Kru is een ceremoniedans waarbij de leerling respect toont aan zijn leraar, ouders en de vroegere meesters van de krijgskunst.

Er zijn honderden verschillende dansen. Iedere school of Muay Thai beoefenaar geeft zijn eigen vorm en karakter aan dit ritueel .

Door het uitvoeren van de Wai Kru of Ram Muay vraagt de Muay Thai beoefenaar bescherming aan de geesten en het is tevens een goede opwarming voor de vechter (het rekken van de pezen en de spieren).

Het ritueel wordt ook uitgevoerd om de tegenstander te imponeren.

Er wordt beweerd dat er vroeger rituelen waren die de tegenstander zo imponeerden, dat die zich terug trok zonder te vechten.

Sommige Wai Kru of Ram Muay ceremonies imiteren dieren, zoals een arend, een pauw enz. of oud strijders die hun speerpunten of Daab scherpen om hun tegenstander neer te halen. (een Daab is een Thai's zwaard)

Ook de figuur Garuda wordt uitgebeeld in deze dans. (Garuda is een mythische figuur half mens, half vogel)

Uitvoeren van de Wai Kru of Ram Muay:

Dit zijn de basis regels die telkens terugkomen in de Wai Kru of Ram Muay.



1a) De Muay Thai beoefenaar dient rond de ring te gaan met de rechterhand op het bovenste touw, gelijktijdig wrijvend met de voet over het canvas.



1b) In elke hoek dient de Muay Thai beoefenaar een halte te houden om te groeten.



2) De Muay Thai beoefenaar dient 3 maal een geknielde buiging te maken in de richting van de sportschool.



3) De groet leunend op één knie brengen door 3 maal na elkaar naar voor en naar achter te gaan met een gelijktijdige draai beweging met de armen. Dit ritueel dient zich 4 maal te herhalen en telkens naar de vier windstreken uitgevoerd te worden.



4a) Vanuit het midden van de ring naar de touwen stappen en hierbij een draai beweging van binnen naar buiten uitvoeren met zowel de armen als de benen. Let op: rechterarm met rechterbeen / linkerarm met linkerbeen!



4b) Aan de touwen de groet brengen, uitgevoerd op één been met de armen wijd gespreid (Garuda figuur) dit weer herhalen in de richting van de vier windstreken.



5) Het afsluiten van de Wai Kru of Ram Muay gebeurt vanuit de hoek van de tegenstander van waaruit men in deze positie naar achteren stapt. Hier wordt meestal de Muay Thai beoefenaar zijn eigen creatie in gestoken zoals bv. een put delven om zijn tegenstander in te begraven, het imiteren van gevaarlijke dieren of befaamde krijgers. Eens aangekomen in de eigen hoek wordt door de Arjarn (meester) of Kru (leraar) de Mongkol, de Par Jer of Kraung Raung en de bloemenkrans verwijderd en er wordt een soort wrijf - en blaasgebaar gemaakt over het hoofd van de Muay Thai beoefenaar.

Mongkol:

Een Mongkol is een traditionele hoofdband die een Muay Thai beoefenaar draagt tijdens het uitvoeren van de Wai Kru of Ram Muay.



a) Indien de Mongkol naar boven wijst, betekent dit dat de Muay Thai beoefenaar uit het zuiden van het land afkomstig is.



b) Indien de Mongkol naar beneden wijst, betekent dit dat de Muay Thai beoefenaar uit het noorden van het land afkomstig is.



c) Indien de Mongkol horizontaal ligt, betekent dit dat de Muay Thai beoefenaar uit het centraal gedeelte van het land afkomstig is.

Prajeat of Kraung Raung:



Dit zijn rituele armbandjes die een Muay Thai beoefenaar tijdens het gevecht rond de bovenarm draagt, deze brengen geluk en bescherming tijdens de wedstrijd.

Ook hebben sommige Muay Thai beoefenaars een bloemenkrans rond de nek hangen, deze dient eveneens voor geluk en bescherming tijdens de wedstrijd.