

Kendoidee und geistige Haltung in der Ausübung des Kendo

Über dieses Thema schrieb ich im Februar 1991 für das JUDO-Magazin des Deutschen Judo-Bundes. Seither hat sich am Inhalt nichts verändert, so dass ich es für den DKenB wiederhole.

Wolfgang W. Demski, Kendo Kyoshi, 7.Dan, Ehrenpräsident des DKenB – August 2009-

Der Alljapanische Kendoverband (Zen Nippon Kendo Renmei –ZNKR-) legte sich 1975 auf eine Auslegung der Kendoidee sowie der geistigen Haltung in der Ausübung des Kendo fest. Zur Kendoidee wird sinngemäß diese Aussage getroffen: Der Mensch soll durch das Üben in den Gesetzen des Schwertes geformt werden.

Zur geistigen Haltung sagt die ZNKR ungefähr folgendes:

- a) Richtig und ernsthaft üben.
- b) Durch Training von Verstand und Körper einen vortrefflichen Geist herausbilden.
- c) Umgangsformen, die den Besonderheiten des Kendo entsprechen, berücksichtigen.
- d) Treue halten.
- e) Immer für sich selbst bemüht sein, stark und ehrlich zu üben.
- f) Die Gemeinschaft, der man angehört lieben und damit zum friedlichen Zusammenleben beitragen.

Ursächlich für die Festlegung der *Kendoidee und der geistigen Haltung in der Ausübung des Kendo* war die wachsende Beliebtheit der Fechtkunst in Japan in der Mitte der 60er Jahre. Diese an sich erfreuliche Entwicklung führte aber auch dazu, dass Kendo in Gefahr geriet, nur noch ein Gewinnen – Verlieren – Spiel zu werden. Hierzu trugen unter anderem die Lehrmethoden des Sports bei.

Soweit die Ausführungen der ZNKR. Aus meiner Sicht als Nichtjapaner werde ich mich spätestens dann mit der Kendoidee und der geistigen Haltung in der Ausübung des Kendo auseinandersetzen müssen, wenn ich beginne Kendo im Sinne einer lebenslangen oder lebensbegleitenden Übung zu trainieren. Grundsätzlich ist nach meiner Auffassung eine Zweikampfübung ohne Sieg und Niederlage nicht wahrhaft (Wobei ich davon ausgehe, dass es sich beim Kendo auch um eine Zweikampfübung handelt). Das soll jedoch nicht dazu führen nur noch wegen des Siegens oder Verlierens zu fechten, weil Kendo nach meiner Auffassung dadurch früher oder später zu einer reinen körperlichen Übung (verkommen) würde. Dem entsprechend wären dann auch die Regeln zu ändern, den neuen Verhältnissen anzupassen. Gleichermaßen verlören die Gesetze des Schwertes ihre Bedeutung.

Die recht häufig zitierten Gesetze des Schwertes erkläre ich hier schlicht als die natürlichen Gesetze von Angriff und Verteidigung – besser gesagt: Gegenangriff – mit einem Schwert. Zu beachten sind dabei die Form des Schwertes, sein Gewicht und seine Länge. Es wird, abgesehen vom Stich, kreisförmig bewegt und dabei in der Körpermitte geführt. Selbstverständlich ist die Schneide so auszurichten, dass mit ihr auch geschnitten werden kann. Zu all diesen Selbstverständlichkeiten gehören übereinstimmende Körperhaltung und -bewegung. Das sind Schwerthaltung, Haltung des Griffes, Fußarbeit und ein aufrechter Körper bei sämtlichen Bewegungsabläufen. Hieraus ergibt sich die natürliche Geschwindigkeit des Schwerthiebes oder – stiches.

Der Ursprung des Kendo ist und bleibt das Schwert. Sofern jedoch **nur** Sportkendo betrieben wird, muss dieser Ursprung in Vergessenheit geraten. Wir müssen selbst darüber nachdenken, ob wie das verhindern wollen. Bejahen wir das, so sollten wir die verschieden Kendokata – auch Iaikata – pflegen. Ich meine damit **lernen** und **lehren**. Sie tragen erheblich zum Verständnis eines Kendo bei, in dem Sieg und Niederlage zwar ihren angemessenen Platz

haben, aber nicht zum Selbstzweck werden. Ich denke, dass uns ferner die traditionellen Trainingsmethoden hilfreich sein können. Ich nenne hier beispielhaft **Kirikaeshi**, **Uchikomi**, **Kakarigeiko** und **Jigeiko**. Wir lernen ja, diese Übungen in Übereinstimmung von Geist, Schwert und Körper (Ki – Ken – Tai – Ichi) auszuführen. Hierbei stärkt der Übende sowohl seine geistige wie seine körperliche Kraft.

Organisiert wird Kendo in Deutschland seit 1970, also seit knapp 40 Jahren, betrieben. Bis 1994 in der Sektion Kendo des Deutschen Judo-Bundes und danach im Deutschen Kendobund (DKenB). Durch einige glückliche Fügungen und die Unterstützung der ZNKR sind wir in den vergangenen Jahrzehnten traditionell und im Sinne der Kendoidee sowie der geistigen Haltung in der Ausübung des Kendo unterrichtet worden. Wie viel wir davon aufnehmen und verarbeiten konnten ist schwer zu messen. Ich denke deshalb, wir sollten uns mit dem Gedankengut der ZNKR auseinandersetzen und prüfen, wie wir dazu stehen. Die **Kendoidee** mittels des Schwertweges den Menschen zu formen, bezeichne ich als hohes Ziel.

Die geistige Haltung in der Ausübung des Kendo ist die hierzu empfohlene Praxis.

Betrachten wir unser alltägliches Kendotraining, so müssen wir feststellen, dass es nahezu nur aus Wiederholungen besteht. Nehmen wir dennoch regelmäßig und freiwillig daran teil, so sind wir entweder beharrliche, disziplinierte und konzentrierte Menschen oder wir sind dabei uns zu solchen zu entwickeln. Wir bemerken auch irgendwann an uns, dass wir trotz fleißigen Übens über längere Zeit keine Fortschritte mehr machen. Sofern wir aus dieser misslichen Situation heraus versuchen, die Mängel bei uns selbst zu finden, haben wir der Bescheidenheit und der Einsicht den ersten Zoll entrichtet. Ähnlich verhält es sich mit dem Mut. Mir erging es zeitweilig so, dass ich beim Jigeiko angriff, um einen Treffer anzubringen, aber gleichzeitig nahm ich eine innere Verteidigungshaltung ein, die einen Gegentreffer verhindern sollte. Das ist mit einem Weitspringer zu vergleichen, der mitten im Sprung Zweifel bekommt, ob er es auch schaffen wird. Natürlich hat er sich damit die besten Voraussetzungen geschaffen, in den Graben zu stürzen. Gelingt es uns hingegen im Laufe unseres Kendolebens immer häufiger unsere Angriffe frei von Zweifeln an uns mit Selbstaufgabe (Sutemi) zu starten, dann haben wir uns zu Selbstsicherheit und Mut erzogen. Mut ist ja letztendlich nichts anderes als die Überwindung der Angst.

Selbstkontrolle, so meine ich, wird uns formell durch die Regeln auferlegt. Wir erfassen sie aber recht bald mit Herz und Verstand, wenn uns unkontrolliertes Verhalten eine ausreichende Portion Misserfolg beschert hat.

Kampfübungen und Wettkampf vermitteln dem Übenden im Laufe der Zeit eine ausgeprägtere Fähigkeit zum unabhängigen Handeln. Es ist nun einmal so, dass der Fechter während dieses Kendoabschnittes allein zu entscheiden hat. Das ist übrigens mit ein Grund, weshalb es die Kampfregeln untersagen, während des Kampfes Anweisungen vom Kampfflächenrand zu erteilen. Einen Teil unseres Kendo bilden die Umgangsformen. Einige ergeben sich aus dem Wesen des Kendo und sind daher für uns leicht verständlich. Andere, die traditioneller Herkunft sind, übernehmen wir von unseren Lehrern, wobei dann schon einmal dieselbe Angelegenheit von Lehrer zu Lehrer unterschiedlich dargestellt wird. Belassen wir es dabei, gleiten wir leicht zu Nachahmern ab und können eines Tages der Lächerlichkeit anheim fallen. Ich empfehle in solchen Fällen zu fragen. Mal hören, wie die Antwort ausfällt.