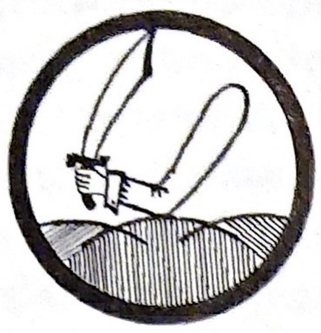
ROBERT von SANDOR

KENDO-ETIKETT



Det är farligt att hantera ett skarpslipat svärd i en träningslokal med många människor. Därför har man utvecklat en mycket sträng etikett i fäktsalen. Alla övningar och hanterandet av svärd är omgivet med en benhård etikett i Japan och denna har kvarlevt ända till våra dagar då idrottsmannen och kendoutövaren använder bambusvärd istället för det rakknivsvassa japanska tvåhandssvärdet katana.

Etiketten och utövandet av den japanska fäktkonsten – även i dess idrottsliga form – har blivit oskiljbara och det är helt otänkbart att utövandet skall kunna försiggå utan att etiketten bildar en verksam beståndsdel av tekniken.

Etikettsreglerna är i princip internationella och följes av alla kendoutövare såväl i Japan som i västerlandet.

Smärre etikettsdetaljer kan dock vara färgade av lokala sedvänjor men i stort så känner man igen sig var man än kommer. Sådana smådetaljer kan vara exempelvis utplacerandet av rustningen i fäktsalen före träningen eller själva sättet att ta på sig sin utrustning.

I Europa följer man exempelvis den s.k. europeiska (Oshu) stilen när man placerar sin hjälm (men) och handskar (kote) i fäktsalen. Den europeiska kendokan kommer in i salen klädd i harnesk och höftskydd ovanpå sina kendokläder (kimono och hakama) medan den japanska kendokan tar på sig harnesket (do) och höftskyddet (tara) i fäktsalen, sittande på sin plats. Men båda, européen och japanen sätter på sig denna utrustning sittande i seiza (det traditionella sättet att sitta på hälarna) även om européen sitter i seiza i omklädningsrummet och japanen i fäktsalen.

När man kommer in i salen bär man sin rustning i vänster hand tillsammans med svärdet (shinai). I högerhand bär man ingenting eftersom den är "svärdshanden", alltid redo att dra. Vid inträdandet i fäktsalen (dojo) bugar man på ett korrekt sätt mot fäktmästarens vanliga plats och man gör likadant när man lämnar salen.

Fäktsalens stridsområde får beträdas endast barfota. Kendoutövaren går aldrig i eller över stridsområdet när han inte tränar eller kämpar. All förflyttning sker på "korridorer" runt kampområdet. När kendokan inte tränar eller kämpar så sitter han i seiza på sin bestämda plats utanför stridsområdet. Passerar man kendoka som sitter, går man alltid bakom dem och detta utan att varken vidröra eller kliva över deras svärd som ligger på den sittandens vänstra sida. Det hör till god ton att aldrig ta, eller ens beröra andras svärd eller rustning i annat fall än i strid eller om man särskilt uppmanas till att göra så.

Den som kommer senare till träningen får inte bara kliva på och "smälta in i mängden". Hövligheten kräver, att man i ett sådant fall påkallar fäktmästarens eller dojokaptenens uppmärksamhet först och sedan man har besamhet först och sedan man har begärt och fått tillåtelse för att träna sätter man sig på sin vanliga plats och tar på sig utrustningen.

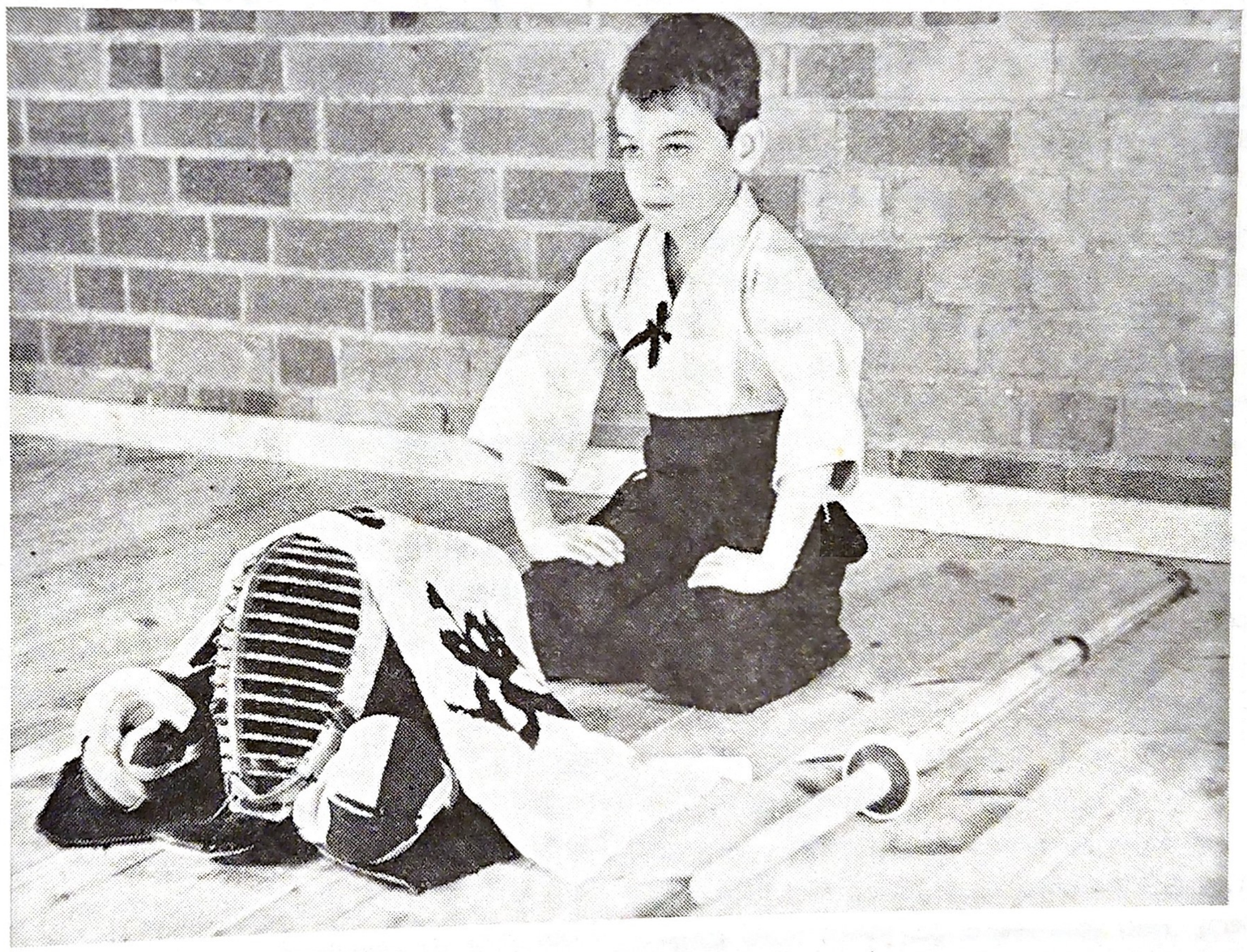
Som det redan nämnts sitter kendokan alltid i seiza på sin plats. Det är ouppfostrat (och ett tecken på vekhet om man är västerlänning) att sitta med korslagda ben.

Inte ens om en japansk fäktmästare säger, att man får sitta med korslagda ben bör man acceptera det, ty japanen gör då en eftergift för den västerländska vekheten och en kendoka får inte visa annat än hårdhet. Sittande i seiza är svärdet placerat med fästet rakt framåt och med parerplåten i linje med vänstra knäet. Svärdet får varken ligga ovanpå eller under hakaman.

Har man inte hjälmen på sig då har man inte heller handskar och då är dessa placerade antingen framför kendokan på ett speciellt sätt eller också bredvid honom. Den europeiska kendokan placerar sin hjälm och sina handskar enl. den speciella europeiska stilen (Oshu-stil).

I denna stil placerar man hjälmen på "vingarna" ca 50 cm framför sig. Handskarna placeras ovanpå vingarna tätt intill masken med sina kragar bakåt och med tummarna inåt. Hjälmbanden samlas innanför masken och huvudduken utbredes över det hela. Den japanska kendokan placerar sin hjälm och handskar antingen i den s. k. kansaistilen eller också i den s.k. kanto-stilen. Gemensamt för dessa bägge stilar – och avvikande från den europeiska stilen – är, att handskarna och hjälmen placeras i linje med högra knäet och att handskarna ligger under hjälmen som vilar med masken nedåt.

I detta sammanhang bör man poängtera vikten av, att man kommer ihåg, att hjälm och handskar får inte tas av förrän fäktmästaren gör det. Likaså sker påtagandet efter en order av honom eller när han själv börjar ta på sig



Jan-Douglas von Sandor 6 år i seiza

masken. Hur varm man än känner sig efter en ordentlig "genomkörare" eller kamp, när man går tillbaka till sin plats och sätter sig i korrekt seiza får masken och handskarna icke tas av i annat fall än när uttrycklig tillåtelse ges.

En annan och lika viktig sak är, att i samma ögonblick som fäktmästaren går till sin plats och sätter sig i seiza måste all aktivitet i kampområdet upphöra och de kämpande måste återvända till sina platser och sätta sig i korrekt seiza. Börjar fäktmästaren ta av sin hjälm då är detta ett tecken på att det är tillåtet att göra likadant.

När dojokaptenen ser, att fäktmästaren går till sin plats brukar han skrika "Yame" (ungefär: "det är nog") för att göra alla uppmärksamma på att de skall återvända till sina platser.

De europeiska kendoutövarna sitter alltså i raka led med hjälmarna placerade framför sig och i god rättning. Man sitter i rangordning med den högst graderade till höger. Mittemot raden sitter fäktmästaren ensam (om han är lägst 4:e dan) eller tillsammans med de övriga dan.

Den högstgraderade närvarande kendokan är alltid automatiskt fäktmästare. Den näst högstgraderade (eller en, för denna tjänst speciellt utsedd kondoka) tjänstgör som dojokapten med i huvudsak övervakande och kommenderande uppgifter.

När fäktmästaren har satt sig i seiza bakom eller bredvid sin utplacerade rustning skall alla andra sitta på sina platser. Dojokaptenen ger då order med hög röst:

– "Ki-o tsuke" (som betyder ungefär "sitt upp och var uppmärksam").

På denna uppmaning intar alla en korrekt seiza med rak rygg, blicken fästad på en punkt ca 70 cm framför sig och med händerna på låren med fingrarna pekande inåt.

Efter detta ropar kaptenen:

– "Rei" (buga)

varpå alla, även fäktmästaren utför korrekt bugning i seiza.

Vid utförandet av den korrekta bugningen i seiza placerar man först den vänstra handflatan framför sig på marken och sedan den högra. Pekfingrarna och tummarna skall då bilda en sluten triangel. Sedan bugar man. Dock utan att sätet lyftes från hälarna eller att pannan berör händerna.

Näsan pekar mot mitten av fingrarna bildade triangel.

Man behåller den bugande ställningen i ungefär 5 sekunder och därefter rätar man på ryggen. Man lyfter först den högra handen från marken och placerar den på låren sedan den vänstra. Bugningsceremonin sker relativt långsamt.

Efter hälsningsceremonin ger fäktmästaren order om vad som skall ske. Han kanske – utan att säga någonting – börjar att ta på sig huvudduken och hjälmen och detta är i så fall tecknet att alla andra skall göra likadant. Det hör till den "väluppfostrade" kendokans regler att han skall vara färdig med påtagandet av hjälm och handskar **före** fäktmästaren är klar med sitt. När man är klar med påtagandet sitter man i seiza med hjälmen och handskarna på och med svärdet vid vänstra höften så som FIGUR 5 visar.

Fig. 5

Sättet att hålla och hantera det japanska svärdet.

Även i detta sammanhang är det viktigt att man "håller på etiketten". När man inte kämpar eller gör en paus i träningen håller man svärdet så som om det vore instucket i bältet på vänstra höften. Man håller vänstra tummen över parerplåten. (se figur 5). Är svärdet "i bruk" i träning eller kamp men man gör en paus av någon anledning, behåller man högra handens grepp strax ovanför parerplåten och stödjer ändan av svärdsfästet mot högra höftkammen. På samma sätt håller man svärdet när domaren bryter en tävling för att motparten skall kunna ordna sin rustning. I ett sådant fall hukar man sig eller placerar ena knäet på marken. I alla andra fall håller man svärdet i kampställning d. v. s. på ett korrekt sätt med bägge händerna. –

FIGUR 6a, b, c.

Observera att vänsterhanden griper om fästet vid dess ände och att vänstra handkanten och änden ligger i samma linje. Högerhanden griper bakom parerplåten. Observera tummarnas läge och den vänstra handens avstånd från kroppen i figur 6b.

Händernas grepp hålles endast med lill-, ring- och långfingrar. Pekfingrar och tummar deltar inte i hållandet av svärdet.

Fäktsvärdet (Shinai) hålles alltid med det sammanhållande snöret uppåt. Snöret representerar svärdets rygg.

När man håller svärdet på det ovan beskrivna sättet skall svärdspetsen peka mitt emellan motståndarens ögon eller mot hans strupe.

Figur 6a och b visar den rätta ställningen dels framifrån och dels från sidan. I denna ställning är man alltid helt avslappnad. Observera att högra handleden är en aning inåtvriden över svärdsfästet. Händernas inbördes förhållande på fästet ändras i avslutningsögonblicket av ett hugg. Samtidigt som hugget landar trycks armbågarna in mot varandra och händernas rörelse blir en vridrörelse omkring fästet precis så som om man skulle vrida vattnet ur en trasa. Denna speciella teknik gör att slutfasen blir ett **skärande hugg** i stället för ett yxhugg. I samband med användandet av riktigt svärd gör denna teknik att svärdet skär genom exempelvis en människokropp från topp till tå utan att man egentligen använder speciell muskelstyrka.

Figur 6a och b visar samtidigt kendons vanligaste utgångsställning som kallas chudan-no kamae.

FIGUR 7

visar den korrekta kroppshållningen i japansk fäktning. Observera "svankryggen" och fotställningen.

De effektiva och skickliga kendokan behåller denna kroppsställning i alla sammanhang och under alla slags rörelser och förflyttning. Ställningen ger honom absolut balans och de bästa möjligheter att röra sig snabbt och effektivt.

Det kan vara svårt att hitta en individuellt bekvämt sätt att hålla svärdet med bägge händerna. Ett bra knep för att hitta "sitt" grepp visas i

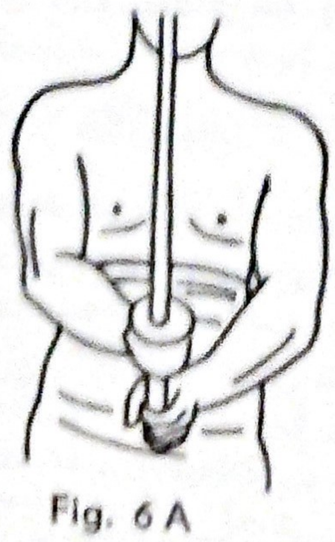
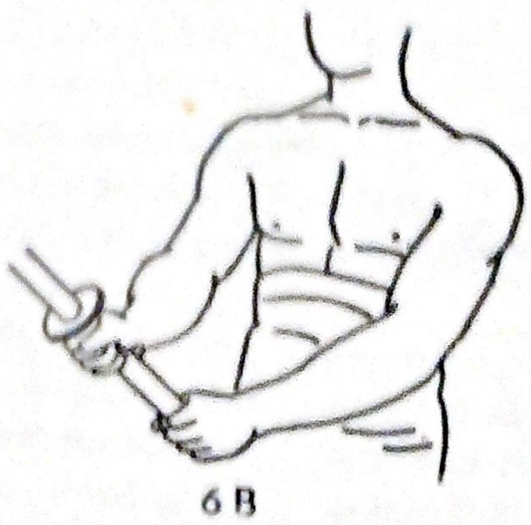
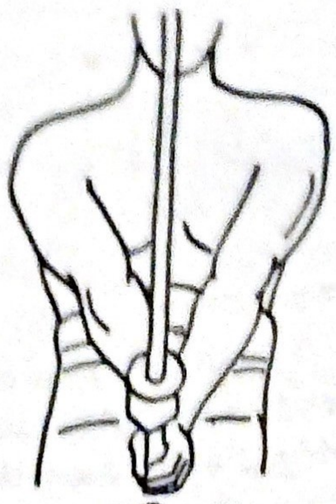


Fig. 6 A



6 B



6 C

FIGUR 8a, b och c.

Man tar greppet med vänsterhanden så att armen och svärdet bildar en rak linje ända från axeln när man placerar svärdsspetsen på golvet framför sig. Under det att man behåller denna placering griper man fästet med högerhand och man hittar då stället på fästet där greppet är bekvämast med hänsyn till den egna arm- och svärdslängden. Efter inlärning av etikettsregler och sättet att hålla i svärdet övergår man till tekniken att hantera svärdet och detta är ett kapitel för sig.

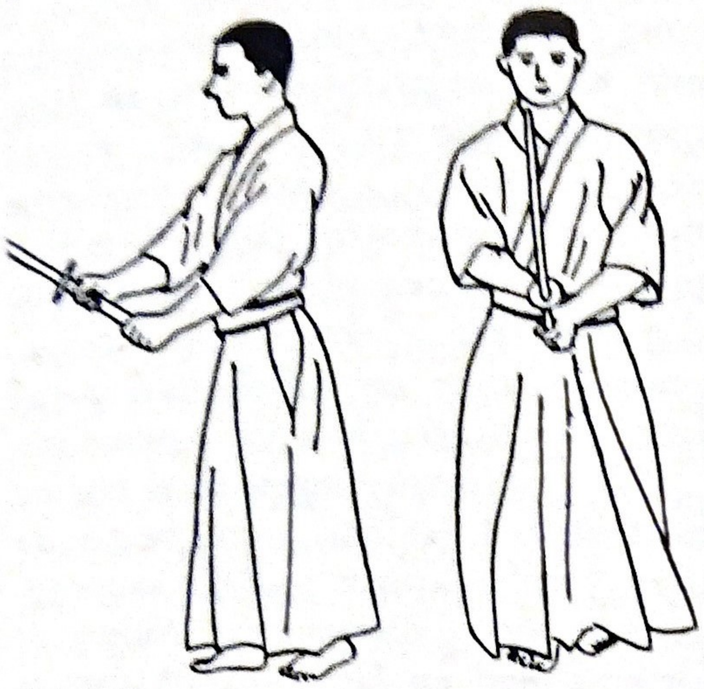
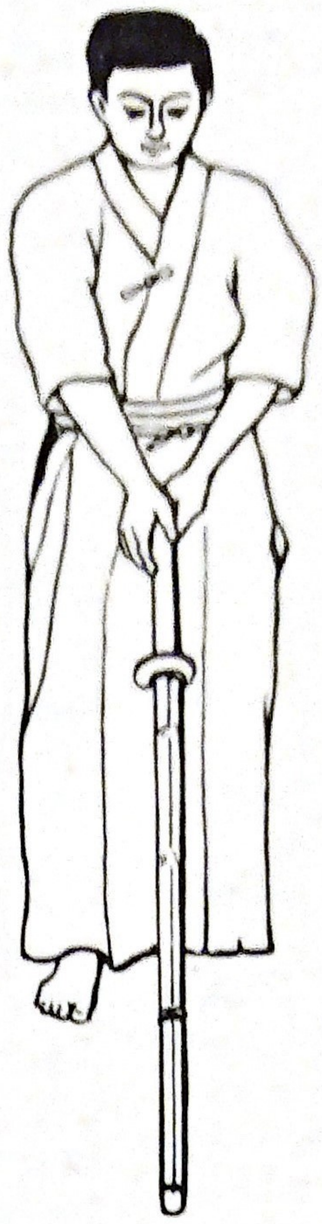


Fig. 7

Fig. 8 A



8 B

8 C

SAMURAJEN MED DE BLÅ ÖGONEN

Gerd Winschnewski hör hemma i Wiesbadens Judoklubb, där han undervisar i judo, aikido, karate och kendo. Han är till växten en mycket vältränad, något kort man med pigga blå ögon. Han kan räknas som något av en "Budokung" med följande graderingar; 2 Dan judo, aikido, kendo och 1 Dan i karate.

I januari 1963 reste Winschnewski till Japan för att studera budosporter. Han stannade i Japan i över tre års tid. Wischnewski hade när han lämnade Tyskland endast 2 Dan i judo, men när han återkom hade han en imponerande rad av budograderingar.

— Vad var orsaken till att ni önskade resa till Japan?

Wischnewskis svar på denna fråga var att han önskade studera budosporterna i dess ursprungsland. Att endast fortsätta med judo som tävlingssport på mattan ansåg jag inte tillfredsställde mig. Jag har tävlat 1954—1963 men nu ville jag försöka bli mästare även inom de andra budoteknikerna. Redan 1961 började jag på allvar intressera mig för karate och fick min första undervisning däri inom det tyska karateförbundet.

Jag hade en längre tid sparat pengar och var beredd på att kunna klara av alla svårigheter som säkert skulle uppstå för att uppnå mitt mål. Nu när jag ser tillbaka kan jag säga, att har man en fast vilja och ett mål som är värt att kämpa för, så är ingenting omöjligt. Väl i Japan levde jag som en japan och fördjupade mig i dessa underbara budokonster. Det var en verkligt härlig tid för mig.

— Var var Ni bosatt och var tränade Ni i Japan?

— Jag tränade huvudsakligen i Tokyo, Nagoya och Yokkaichi, men även i en mängd andra provinsstäder. Jag besökte ett otal olika skolor och studerade för en mängd lärare och mästare. De betydelsefullaste kan nämnas: Karate studerade jag för Nakayama 8 Dan, chefsinstruktör för Japan Karate Association i Tokyo. Han graderade mig i maj 1964 till 1 Dan. Professor Morehei Uyeshiba undervisade mig i Centraldojon i Tokyo i aikido och graderade mig till 1 Dan i januari 1965 och till 2 Dan i november 1965.

Kendoinstruktör var Kawagushi 7 Dan i Yokkaichi, men jag tränade även i Polis-Dojon i Tokyo. Blev graderad till 1 Dan kendo i september 1964 och till 2 Dan i november 1965. Judo tränade jag kontinuerligt mestadels på Kodokan i Tokyo. Endast genom hård koncentrerad träning — dagligen 5—6 timmar — fördelade på de olika budoteknikerna var det möjligt för mig att på en relativt kort tid uppnå dessa resultat. För övrigt anpassade jag mig helt till de japanska levnadsförhållandena, jag levde blygsamt och tillbakadraget och lyckades ganska snabbt vinna en speciell aktning hos japanerna, som beundrade min sportliga iver, och mina prestationer. I de japanska tidningarna gick jag under benämningen "samurajen med de blå ögonen".

— Hur lyckades Ni med Er träning tillsammans med Era japanska kamrater?

— Under den första tiden var det mycket svårt för mig i konkurrensen med japanerna, eftersom träningen är så helt annorlunda i Japan jämfört med Västerlandet. Då jag vant mig vid denna hårda dagliga träning och lyckats förstärka min kondition kunde jag trots min