

*Juudearum 1981/19*

# KENDO

## en sport för dig

**Höstterminens kendo har satt igång! Kendo, den litet annorlunda "sporten" för dig som vill ha något annat än rafs, slit och brutna knän (fotboll), något annat än halvtimmens tomma flås med spräckt näsa (squash) eller något annat än säsongsbetonat jäkt med förfrusna tår (allehanda vintersporter).**

Kendo är alltså japansk fäktning!

Vad är det, då? Ja, det bästa sättet att ta reda på saken är att komma och pröva på. En liten bakgrund:

I det japanska samhället började samurajerna (krigarna) spela en allt större roll på 1000-talet. Samurajklassen blev allt starkare och detta resulterade ytterst i inrättandet av "shogun" (militärbefälhavaren, som hade den politiska makten i landet). Med samurajerna kom också hanteringen av det japanska svärdet; ett dryga metern långt svärd som man höll med båda händerna. För detta mycket typiska svärd utvecklade samurajerna särskilda tekniker. Det är ur denna svärdshantering, dessa tekniker, dagens kendo stammar.

Kendo består därför av endast ett

fåtal hugg. Mångsidigheten ligger sedan i att utveckla detta ringa antal hugg till en stor konst! Eller, svårigheten i kendo är att göra de mycket enkla och fåtaliga huggen på ett riktigt sätt!

Detta är en sida av kendo. Men det finns också en annan sida. Samurajklassen i Japan och svärdskonsten har alltid varit mycket intimt förknippade med Zen-buddhismen. Stora fäktmästare har också varit Zenmästare.

I kendon finns därför fortfarande en annan sida än den fysiska och tekniska. Det finns en mental träning i kendo, och den är mycket viktig. Naturligtvis blir en kendo-utövare inte Zen-mästare efter något års kendoträning. Men genom ihärdig kendoträning kan man finna nya dimensioner.

Är du intresserad av att se kendo och kanske av att komma och träna så hör av dig till SSIF kansli 14 23 45 eller Johan Appelberg 767 68 58. Eller, kom till Johannes Skola, Roslagsgatan 61, Stockholm, måndag 18.30–21.00, torsdag 18.00–21.00 eller fredag 19.00–21.00.

**Johan Appelberg**