



Foto: INGVAR SVENSSON

Här krävs det mod för att smälla till

Gunilla Hansson, projektledare på företaget Scandinavian Expo Service, ägnar en stor del av sin fritid till att träna den kvinnliga japanska kampsporten naginata. Träningen ger henne mod och mental styrka, menar hon.

– Det krävs mod för att slå någon i huvudet och det krävs mod att bli slagen i huvudet också, säger hon – här med eleven Jakob Ryngen. Utanför Japan tränas sporten av både män och kvinnor.

SISTA SIDAN

SVD

Mental styrka med japansk stridskonst

Hon är medelålders, normalfyllig och permanentad. Han är drygt 20, pojkgänglig och snaggad. De har varsin lång bambukäpp, stirrar varandra intensivt i ögonen. Hon utstöter gälla skrik från maggropen, alltmedan hon anfaller honom med bambukäppen. Rörelserna är svepande, stora och eleganta. Han backar och parerar.

Det är lektion i den gamla japanska stridskon-

st Naginata i Johannes-skolan i Stockholm. Hon, Gunilla Hansson, är läraren och han, Jakob Ryngen, eleven.

Naginata är ett många hundra år gammalt stridsvapen som samurajerna använde mot anfallande kavalleri. Längst ut på käppen fanns ett svärd som användes till att slå av frambenen på hästarna, därefter kunde ryttaren oskadliggöras. När naginata blev omodern i strid på 1470-talet övertogs vapnet av samurajkvinnorna som använde det för att försvara hemmet när männen var borta.

Sedan dess har vapenkonsten främst utövats av kvinnor, i dag tränar en halv miljon japanskor Naginata.

I västvärlden har sporten förlorat en del av den kvinnliga prägel och ungefär hälften av utövarna är män.

Naginata är en av flera östasiatiska kampsporter som varit på fram-marsch i Sverige de senaste åren. Gunilla Hansson, som tränat japansk stridskonst i 15 år, menar att träningen gett henne mental styrka och lärt henne att ta risker.

- I dag vågar jag sitta i ett styrelse-möte och säga var jag tycker, säger hon.

Träningen kan vara ganska vild. Men smällarna mildras av den rustning; hjälm, harnesk, höftskydd, handskar och benskydd, som utövarna bär.

- Man kan gå på varandra väldigt hårt, man ger varandra blåmärken, men om man blivit för

arg så får man be om ursäkt för det, säger hon.

Gunilla Hansson, som till vardags är projektledare i företaget Scandinavian Expo Service, ägnar en stor del av fritiden åt sin sport. Så ofta hon kan reser hon till sin lärare, den närmare 60-åriga madame Simone Charton, som bor nära Versailles utanför Paris.

Gunilla Hansson tycker att träningen ger mer än ett vanligt motionspass.

- Om man går på Friskis&Svettis så har man en stunds förströelse, men det påverkar dig inte på djupet på ett uttalat sätt, menar hon.

Hon återkommer ofta till ord som ärlighet och uppriktighet.

- För att kunna utsätta sig för hård träning och lära sig något måste man ha ärliga avsikter. Annars kan man inte lära sig. Den ärligheten sitter sedan kvar när du möter medpassagerare på bussen eller dina arbetskamrater, säger hon.

- Naginata är inte bara en kul grej.

EFTER JOBBET



I sitt ursprungsland, Japan, är kampsporten Naginata särskilt populär hos kvinnor. Gunilla Hansson har tränat japansk stridskonst i 15 år och tycker att det ger henne mental styrka och lär henne att ta risker. Hennes elev på bilden är Jakob Ryngen.

Foto: INGVAR SVENSSON