

# "Många kopplar ihop budo-sporter med karatefilmer och gatuvåld"

**Veckans tema:  
IDROTTSTJEJER**

Av **ANDERS BERGGREN**

Om du promenerar i Slottsskogen i Göteborg i sommar kan du få se två svartklädda figurer med mask som med bambusvärden i högsta hugg rusar mot varandra och utstöter blodisande skrin.

Men bli inte rädd för en av dem kan mycket väl vara Annika Eriksson. Hon är en helt vanlig tjej som jobbar som tandläkare och läser psykologi.

Masken, den svarta dräkten och bambusvärdet är standardutrustning i kendo. En japansk sport som tillhör samma idrottsförbund som judo och karate. I judo och karate använder man inga vapen, men kendon har utvecklats ur de gamla japanska samurajernas svärdfäktning.

I dag använder man bambukäppar i stället för svärd och kendon är ingen våldsamt sport.

— Själv har jag aldrig råkat ut för något annat än några blåmärken, och skador är mycket sällsynta i kendo. Vi har en hel rustning på oss. På huvudet en rejäl hjälm med galler för ansiktet, axlarna, handledarna och underlivet är också skyddade och själva dräkten är gjord av ett tjockt bomullsmaterial som skyddar bra.

— Enda nackdelen med all utrustningen är att det blir väldigt svettigt. För kendo är en konditionskrävande sport och dräkten blir snabbt varm, dessutom färgar den gärna av sig i tvätten.

Men kendo är inte bara ett sätt att skaffa sig motion genom att slåss med käppar. Det kan också vara ett sätt att leva, och det finns en hel filosofi bakom.

— Visst kan man träna budo som rena sporter, och det är väl mest det vi gör i västerlandet. Men för japanerna är budosporterna (budo = kampens väg) ofta också en fysisk väg till zenbuddismen. Kendo, judo, karate, iaido (konsten att dra ett svärd), aikido (en slags mjukare judo) och kyudo (bågskytte) hör samman med den japanska livsstilen, berättar Annika.

— Japanerna har till exempel ett helt annat sätt att se på hövlighet och disciplin. Sporten blir ett sätt att nå inre harmoni.

— I början tyckte jag det var konstigt att inleda träningen med en tyst stund och en bugning för tränaren. Varje match i kendo inleds också med att motståndarna bugar sig för varandra, och när rustningen ska tas på gör man det alltid sittande.

— Men man vänjer sig och i dag tycker jag inte det är så dumt med kendons regler och traditioner.

— Därför tycker jag det är synd att budosporterna ofta har ett så dåligt rykte. Många människor kopplar ihop dem med dåliga karatefilmer och gatuvåld. Men så är det ju inte alla.

— Att träna en budosport går inte ut på att lära sig slåss och skada motståndaren, utan på att bli en mer harmonisk människa och inte skada motståndaren.

— Den som börjar träna budo för att lära sig slåss slutar snart. För av budoträningen får han en inre säkerhet som gör att han inte behöver slåss längre.

Visserligen har Annika varit med i Göteborgs lokal-TV, Källevisionen, men det är helt klart att kendo är en ökand sport.

Det märkte vi när vi åkte ut till Slottsskogen för att ta några bilder till den här artikeln.

Annika ställde upp i full rustning med ansiktsmask, bröstplatta och allt.

Joggare, cyklister och hundpromenerare gjorde stora ögon och en förbipasserande undrade om hon var farlig. Den enda parkbesökare som inte blev nyfiken på den svartklädda figuren med bambukäppen var en liten schäfervalp.

Än så länge är kendo också en liten sport. Annika är en av tre tjejer i Göteborgs Kendoklubb, som har ett trettiotal medlemmar.

Hennes klubb är den äldsta i stan. Den har varit igång i två och ett halvt år. Nu har också Spårvägen och Göta kendoklubb. Dessutom finns sporten i Stockholm, Malmö och Värnamo.

Varför börjar man då med en så "udda" sport som kendo?

— Det är en sport med fart, som ger bra motion, och samtidigt lär man känna en annan kultur.

— Jag har tränat jiu-jitsu i tio år. Sen tyckte vi det var kul att pröva på kendo så 1985 tog vi hit en instruktör från en stockholmsklubb och ordnade ett kendo-läger. Jag och min man åkte dit.

— Sen gick det av bara farten. Nu tränar jag kendo 1-2 gånger i veckan, och dessutom jiu-jitsu två gånger i veckan.

Men det är inte fråga om att gå ut och svinga käppen lite hur som helst. Tekniken är viktig.

— Usch ja, det är inte bara att studsas runt, säger Annika. Först måste attackstegen, när man rusar fram mot motståndaren, vara rätt. Sedan får man inte träffa var som helst. Det är bara slag mitt på huvudet, på bröstplattan, handlederna och halsen som räknas. Träffar man någon annanstans blir det inga poäng.

— Dessutom måste man göra ett stridsrop, ett "kia!". När jag träffar motståndarens huvud skriker jag "men". Det japanska ordet för huvud. Och när jag träffar handleden måste jag skrika "kote".

Men kendosporten är inte större i Sverige än att Annika, som är amatör, ändå får vara med och tävla mot landets elit. Även om kendo fått fotfäste i Sverige de senaste åren är det långt kvar innan den blir någon folksport.

— Det är svårt att dra med folk till träningen, säger Annika. Och det ser nog lite konstigt ut första gången. Kanske kostnaden för utrustningen skrämmer en del. Hjälmen och alla skydden kostar drygt tvåusen kronor, och sedan tillkommer dräkten, som importeras från Japan.

Kendon har en helt annan ställning i Japan än i Sverige. I konkurrens med sumobrottning och baseball är den landets nationalsport. Här har vi kanske 300 personer som tränar kendo. I Japan är det över 10 miljoner, och det finns speciella kendoövlingar för allt från poliser till hemmafruar.

Sommaren -86 reste Annika och hennes man till Japan på en månad och passade på att besöka olika kendoklubbar, och träffa kendoentusiaster.

— I Japan fungerade allt per-



**Bakom den skräckinjagande svarta masken döljer sig en helt vanlig tjej, Annika Eriksson. Till vardags är hon tandläkare. Hon har tränat kendo, japansk fäktning med bambukäppar, i 2,5 år utan att ha fått några allvarliga skador. Foto: INGELA WIRDENÅS**

fekt fast det var väldigt mycket människor överallt. I tunnelbanan var det till exempel fullt med folk, men när det var dags att gå på ett tåg ställde alla upp sig i ordnade köer.

— Det var väldigt prydligt och väluppfostrat och man hade hela tiden en känsla av att man kunde lita på dem, och de verkade väldigt stolta över sin kultur.

— Men kvinnosynen i Japan känns väldigt ovan. Visserligen tränade tjejer och killar tillsammans på samma villkor, men när vi åkte buss mellan olika träningslokaler var det självklart att tjejerna skulle passa upp med läsk och te till killarna.

— Kom gärna och titta på vår träning, säger Annika. Göteborgs kendoklubb tränar måndag-, tisdag- och torsdagkvällar och dessutom på lördagen. Ta dig till Burgårdens gymnasium och lyssna efter kiai-skriken.

De skriken ledde för övrigt till

att klubben blev polisanmäld en gång.

— Det var några som hade skrivning i skolan när vi höll på och tränade, och de trodde minst det var misshandel på gång när de hörde våra kiai, så de ringde polisen.