

Mike Henry

Född: 1964



Inledning

Först, ett jättestort TACK till Hans Lundberg som tagit initiativ till kendohistoria.se och för hans enorma insatser för Kendo under så många år! Tack också för förfrågan och för möjligheten att få reflektera och dela med mig av mina 40 första år med främst laido men också Kendo. Nu igen, efter utlandsflytt och samhällets åter-öppnande efter pandemin, står jag återigen inför ett beslut om hur min framtida träning ska se ut. Men först lite bakgrund.

Startpunkt

Jag var 14 år under första halvan av 1979 när en bekant till vår familj kom och bodde hos oss en tid. Han var på jordenruntresa och hade nyligen läst ut James Clavells "Shogun" och gav den vid det här laget något slitna tegelstenen till mig. Utan mycket att jämföra med då, sträckläste jag boken och tyckte att den var spännande med sina Samurajskildringar, kärlekshistorier och politiska intriger. Den väckte ett intresse för japansk krigarhistoria och -kultur och eftersom jag närde ett visst vapen- och militärhistoriskt intresse, kom japanska vapen och dessas användning i särskild fokus för mig. Jag hittade en idrottskalender med några sidor om Kendo på skolbiblioteket och trots de konstiga kjolarna så kändes kombinationen av österländsk filosofi, medeltida vapen och fysisk aktivitet intressant för mig. I alla fall på ett teoretiskt plan för jag visste inte då var jag skulle vända mig för att börja träna eller om det ens var möjligt.



Foto 1 - Figur 1 - Svenska laget vi ungdoms-VM 1980; Christer Bulow, Mike Henry, Per Bökman; Match mellan Mike Henry och japan - Kendo-Nytt oktober 1980

Den sommaren kom ett japanskt flottbesök¹ till Stockholm. Det utannonserades att allmänheten skulle kunna se Kendo och andra uppvisningar ombord och jag bestämde mig för att bege mig dit för att beskåda detta. Med stor förväntan begav jag mig bort till Stadsgården kvällen för uppvisningarna men efter flera timmars väntan såg jag dessvärre varken Kendo eller någon annan av de utlovade uppvisningarna. Däremot kom jag att börja språka med en som kände en av instruktörerna i Budokwai och som berättade att man tränade inte bara Kendo i klubben utan också andra japanska vapenarter. Hon berättade att man skulle ha uppvisning i Vällingbyhallen några veckor senare och att en nybörjarkurs skulle börja därefter. Jag tog tunnelbanan ut till Vällingby för allra första gången för att se denna uppvisning och blev såld direkt på att börja träna. Gröna Linjen kom så att bli som ett andra hem för mig under mina första år i klubben.

Mikael Bornholm ledde "Kenjutsu"-träningen för nybörjarna i dojo i Vällingbyhallen och blev så också min första instruktör. Träningen var allsidig; uppvärmning, suburi, steg, fall, kata och lai fanns på schemat men det var inte förrän andra terminen som shinaier och kendorustningar togs fram och blev tillåtna även för nybörjare att träna med. Min första tävling i Kendo var Saltsjö Kendo Cup våren 1980. Där lyckades jag också knipa mitt första poäng (en Men), jumboplatsen till trots.



Foto 2 - Deltagarna vid Knutsenlägret i januari 1980; Mike Henry 5:e från vänster stående

Mitt första riktiga rena Kendo-läger var nog det som hölls i samband med junior-VM i Kendo på Hawaii den sommaren och som jag oväntat men glädjande nog blev uttagen till. Det var en otrolig upplevelse och väldigt annorlunda än det jag hade varit med om under träningen i Sverige; i över 40 graders värme, 100% luftfuktighet och med hundratals barn och ungdomar smattrandes med sina shinaier i intensiva keiko, kakari-geiko och kiri-kaeshi med varandra och mot många Sensei av olika grad. Både synen, ljudupplevelsen och känslan var exceptionell! Men annars var det Kenjutsu-lägret

¹ <http://kendohistoria.se/wp-content/uploads/2021/10/1979-08-29-Japanskt-jagarbesok-SvD.pdf>

med Roald Knutsen i januari det året som var det allra första lägret jag var med på hemmaplan, trots att jag knappt hade utrustning att genomföra lägret med.

Det första riktiga lägret (dvs lägret där jag både hade ledigt från skolan samt både rätt och fullständig utrustning) skulle nog ha varit Bujutsu-lägret med Otake Risuke O-sensei, Kaminoda O-sensei, Donn Draeger, med fler i juni 1980. Men trots mina extra-knäck på eftermiddagar och helger (daglig städning i slakteributiken i huset och utdelning av tusentals reklamlappar i brevlådor i området där jag bodde) räckte dessvärre inte inkomsterna också till de 300 kronorna lägeravgiften kostade, och mina vädjanden, böner och försäkringar om lån på summan sågs med kallsinniga ögon av min mor som tyckte det räckte med kostnader för träningsavgifter, svärd, kostymer och annan utrustning, resor, m.m. som mitt då något nyfunna intresse börjat förbruka i en allt mer accelererande takt. Uttryck som "engångstillfälle" och "once in a lifetime" imponerade föga och hon tyckte att jag gott kunde vänta till nästa år (!) i stället när jag redan hade så många aktiviteter detta år. Jag var förstås fullkomligt förkrossad av livets fullständiga orättvisa men bestämde mig ändå för att försöka få ut så mycket jag kunde av det som sades och gjordes under lägret, även om jag inte kunde delta fullt ut och åkte så ut till hallen i Råsunda ändå. Otake O-sensei såg mig så småningom sittandes där utanför lokalen och bjöd mig vänligt att komma in. Jag avböjde artigt förstås. Jag hade ju inte betalat.

Nej, det första fullt sanktionerade lägret fick bli Sommarlägret i juli 1980 på Kjelle Söderströms släktings landställe i Värmland. Med en röd stuga av äldre modell mitt på en generös gräsmatta och inom synhåll från en långgrund sjö omringat av jordgubbsfält, var platsen den mest idylliska man kunde tänka sig och idealisk för barfota-kata utomhus med olika vapen och andra hyss i trädgården innan det obligatoriska eftermiddagsdoppet, utedasset till trots.



Foto 3 - Tidningen Kendo & Kenjutsu med Mike Henry på framsidan i september 1980

Karriär – Föreningar

I klubben försökte jag hjälpa till efter förmåga. Efter något år och med ett grönt bälte i Kenjutsu och ett nybakat C-instruktörsbevis fick jag hålla nybörjarträningen en termin. Min styvfar hade en reklamfirma och jag fick låna deras utrustning för att göra medlemstidningen Kendo & Kenjutsu för Budokwais sektion med samma namn. Även några reklamaffischer för nybörjarrekrytering hann det bli innan jag följde med Kjell Söderström till hans nystartade förening "Fisksätra Kobudo Dojo" som sedan bytte namn till "IK Fisksätra Budo Atlet" med lokal på fritidsgården i Fisksätra. Detta måste ha varit vintern/våren 1982. Jag bistod som sekreterare i klubben det året om jag minns rätt men våren 1983 ryckte jag in och gjorde min värnplikt vid Svea Livgarde i Kungsängen utanför Stockholm och träningen och klubblivet fick stryka på foten till förmån för prickskytte, snabbmarscher och skogsorienteringar. Vid det här laget hade jag också tränat för Michioka O-sensei och Watanabe

Yukio-sensei vid deras besök i Sverige 1983 och satte sikte på att åka till Japan och träna när jag hade ryckt ut.

Under de nästan två åren som jag bodde och tränade i Japan första gången tillhörde jag Kensei Kensan Kai, en ideell förening som Watanabe-sensei hade bildat tillsammans med andra laido och Kendo entusiaster runt Michioka O-sensei i Kawagoe-trakten i Saitama efter Omura Yuji och Iwamoto O-senseis bortgångar. Kendoträning företog jag under denna tid först på Kawagoe-shi Budokan vid Kita-in i Kawagoe och senare även hos Mikami-sensei i hans egen dojo i Tokorozawa.

När jag kom hem till Sverige igen våren 1986 var det till Linköping det bar för högskolestudier och efter några år där blev jag kontaktad av Anders Bergström som var ordförande för Linköpings Budoklubb. Han behövde i första hand någon som kunde träna Jujutsusektionens dangraderade att hantera de svärd som de fick tillsammans med sina grader och var vänlig nog att upplåta karatedojon i Ryds Centrum för träning inledningsvis.

Hösten 1989 drog vi i gång träningen på allvar med nybörjarkurser och sedan regelrätt Kendo- och laido-träning olika dagar i veckan i denna dojo. Intresset var gott och jag tror att jag fortfarande, ännu över 30 år senare, innehar klubbrekordet för antalet graderade per termin och maximalt antal graderade per år i Linköpingsklubben.

Mot slutet av min högskoletid läste jag ett år vid University of Oregon i USA och trots att universitetet hade varken Kendo eller laido på schemat så fanns det några lokala entusiaster i området som jag tränade utomhus med då de inte hade någon dojo. Sommaren 1991 fick jag erbjudande om en trainee-utbildning vid Fujitsu Labs i Kawasaki, Japan och bodde där en tid. Företaget hade en jättefin och väl tilltagen dojo på området och även laido på schemat men då de inte var särskilt aktiva så passade jag på att åter besöka Michioka O-sensei och Watanabe-sensei på helgerna och träna med dem i stället. Kendoträning hölls fortfarande i Renbukan's dojo vid Hon-Kawagoe på den tiden och jag minns att jag vågade mig både före och efter första helgen med dem då jag hade en föräning om att det skulle bli både varmt och svettigt i den japanska högsommarvärmen. På söndagkvällen när jag kom tillbaka till företagets ungarshotell så stod vågen på 5,5 kg mindre än när jag åkte på fredagseftermiddagen!

Väl hemma i Sverige och tillbaka i Stockholm igen hösten 1992 var det med Kensei Kendo & laidoklubb jag fortsatte träningen. I början av 1990-talet tränade man fortfarande i Klockarbergsskolans gymnastiksal i Brandbergen och senare i tillfälliga lokaler ute i Bollstanäs. När jag året efter tog mitt första bostadsrättslån till 12,5% ränta för en 2:a på Tomtebogatan, tillfrågade jag Karlbergsskolan om deras fina gymnastiksal gick att hyra. Den hade både trägolv och spegelskåp och var precis lagom stor att träna upp till tio personer i. Som tur var hade en av deras större hyresgäster precis flyttat sin verksamhet till en annan stad i södra Sverige och vi fick i stort sett vilka tider vi ville. Jag bokade snabbt måndag-, onsdag- och fredagskvällarna för träning. Kensei bedriver fortfarande träning i dessa lokaler och tider (även om fredagsträningen föll ifrån) och under hösten 2023 är det 30 år sedan Kensei i Sverige flyttade sin verksamhet dit!

Efter flera år på detta sätt så fick jag en son och bytte snart lägenhet i stan mot hus i Bromma och sedan Norra Ängby. Kensei öppnade en dojo till i Blackebergshallens Spegelsal och bedrev laidoträning på olika nivåer i stort sett alla vardagskvällar i någon dojo under några intensiva år runt 2010. När hälsan sa ifrån blev det stopp och halt, och prioriteringarna fick bli andra. Planerna på en lugnare tillvaro och en egen dojo hemma påbörjades och efter några års projektering och byggnation stod så det nya huset på Ekerö klart 2016 med en anslutande och väl tilltagen dojo. Strax därefter fick vi också en ny liten bebis, också en son.

Karriär – Träning

Som mest tränade jag laido på heltid under åren 1984–1986. Jag var i dojon kl. 8 på morgonen hemma hos Michioka O-sensei 6 dagar i veckan, dvs alla dagar i veckan utom tisdagar då jag hade ledigt för ärenden och utflykter. Jag hade en timmes lunch under träningsdagarna då jag åt, läste japanska, och japansk historia, filosofi, mm. Kl. 17 tackade jag för träningen och cyklade hem till mitt 4,5 jo stora rum i Shingashi utan dusch och med toa i hallen. Dagarna då vi hade Kendo- eller laido-träning på kvällen cyklade jag hem redan kl. 3, likaså jobb-kvällarna under andra året då mina till resan sparade pengar börjat sina och jag tog ett kvällsjobb som lärare i engelska för att klara kostnaderna för hyra, mat, resor, tävlings- och graderingsavgifter.

De svenska kenjutsu-graderna till trots så började jag om med ikkyu i Kendo och laido (ZNKR) hösten 1984 när jag åkte till Japan. Jag tog andra dan (ZNKR) i Kendo och laido, båda i Saitama 1986 innan jag for tillbaka till Sverige. I laido tog jag sjätte dan (EKF) i Sittard, Holland i november 2000 i samband med laido EM och laido Renshi (ZNKR) två år senare. Den allt större politiseringen, kommersialiseringen, godtycket och även korruptionsskandalerna kring graderingar och försöken till åtgärderna mot detta har med tiden dämpat mitt personliga intresse för att fortsätta gradera och engagera mig i tävlingsverksamhet, även om jag tycker att tävlingar och graderingar generellt kan verka sporrande och utvecklande för många.

Många träningsläger har det blivit genom åren, både i Sverige, ute i Europa och i Japan. Michioka O-sensei och Watanabe-senseis flera besök i Sverige var såklart de som hade mest betydelse för mig som laidoka. Kyoto Enbu-taikai under Golden Week med de tidiga morgonträningarna i Butokuden och efterföljande uppvisningar var alltid verkligen speciella tillfällen för mig då jag hade chans att se och träffa stora sensei i både laido och Kendo. Likaså när Michioka O-sensei bjöd in stora sensei att komma till Renbukan och träna med oss i Kensei Kensan Kai så var det verkligen exceptionella tillfällen. I Europa har de årliga lägren i samband med laido EM varit intressanta för ZNKR lai-utövare då den japanska delegationen (i många fall med medlemmar från ZNKR laidokommitté) har personligen och på plats kunnat delge årets tekniska fokus och ändringar som ZNKR laidokommittén beslutat för året. För de som ska tävla eller gradera i ZNKR lai har deltagande i detta läger varit viktigt, om inte obligatoriskt, för att lyckas. Men ett läger som står ut för mig mest är ändå, fortfarande, Katori Shinto Ryu-lägret i Råsunda 1980 som jag ändå bara beskådade från sidan och Kendolägret i samband med Junior VM i Kendo på Hawaii samma år.

Det lägret som däremot hade mest betydelse för min personliga utveckling som budoka var träningsmånaden 1983 som Lennart Linder ordnade, och där Michioka O-sensei och Watanabe-sensei besökte olika platser i Sverige och Finland. I samband med det fick jag mina första insikter om Kensei's laido och tekniska principer. Startskottet för detta var uppvisningen i Medborgarhuset vid Medborgarplatsen i Stockholm där Michioka O-sensei och Watanabe-sensei visade upp sin laido i Sverige för första gången. Allt annat som jag hade sett innan bleknade i jämförelse och jag visste direkt där och då att detta var något jag ville lära mig. Ännu, snart 40 år senare, kan jag känna den känslan som jag kände då, när jag satt på parketten i Medborgarhuset och såg Watanabe-sensei göra Ryuto, Ryozume och Ryohi-hikitsure för första gången. Ingen jag har sett, har gjort de formerna så klockrent eller med sådant flöde, och håren på armarna reser sig fortfarande när jag tänker på rärelserna. Jag är oerhört tacksam för det som Lennart Linder gjorde då och för Senseis och O-senseis stora personliga uppoffringar för att komma till Sverige och dela med sig av sin kunskap till oss, inte bara då utan även upprepade gånger sedan dess.

Tävling – Klubbnivå

Jag började tävla i Kendo redan första terminen 1980 och i Iaido 1984 när jag åkte till Japan. I Sverige var Iaidotävlingar något nytt och ovanligt på den tiden. I början tyckte jag att det var konstigt att tävla i Iaido "mot" någon som man inte ens tittade på, men successivt blev det mer och mer naturligt. Som Kendoka i Japan låg jag rätt långt efter mina jämnåriga och äldre som börjat redan som femåringar och tränat intensivt genom både grundskola och gymnasium, och som nu tävlade på universitetsnivå. Då min möjliga träningsdos med Iaido var mångdubbelt större än med Kendo och där tillgången till kvalificerade instruktörer för de flesta var begränsade, blev det naturligt att jag satsade mer på träning och tävling i Iaido än Kendo. Mina bästa resultat i Iaido var främst när jag vann Nagoya-taikai i min klass, kom till final i Tokorozawa-taikai i Saitama och vann länsmästerskapet Saitama-ken Taikai i min klass det året. I Europa är det främst SM och EM i Iaido som jag har deltagit i, dock utan några större framgångar.

Jag tillbringade mycket tid efter hemkomsten från Japan med att instruera i klubben, hålla träningsläger och bistå med att döma på SM och EM. Detta begränsade i och för sig mina möjligheter att träna mycket själv men jag kände att det behövdes och jag ville ge tillbaka av det jag själv hade fått och satsade istället på mina klubb- och landslagskamrater. I början var Iaidolandslaget ganska decentraliserat och det fanns platser att fylla för de som ville men över tiden blev det mera uppstyrt. I flera år nöjde jag mig med att döma och instruera men när jag väl bestämde mig för att åter ta tag i tävlandet för egen del blev det en stor uppgift. Att coacha det 21-manna starka landslaget krävde ständig passning, läger och inte minst pengar. Budoförbundet krävde en hel del pappersarbete för att driva landslaget och mycket tid gick åt. Ekvationen med familj, eget företag, intensiva kundprojekt, klubb, landslag och egen träning gick helt enkelt inte ihop och jag behövde välja. Efter trettio års intensiv träning och arbete med kendo och Iaido, lämnade jag över Iaidolandslaget och satte familjen och min egen träning främst.

Tävling – Landslag

Jag var med och dömde de flesta Iaido SM och EM under 1990- och 2000-talet. Jag var coach för Iaidolandslaget mellan 2009 och 2011 och tävlade sista gången på EM 2012 om jag minns rätt. Jag ordnade ett flertal landslagsläger med hjälp av lokala klubbar på olika ställen i Sverige under åren som coach och gladdes åt ett flertal medaljer till landslaget under denna tid.

Tävling – Övrigt

Jag var en av arrangörerna för EM i Iaido och Jodo i Enskedehallen i Stockholm 2004. Ett tydligen väldigt uppskattat arrangemang enligt många deltagare. Tack igen till alla ni som var med, ställde upp i stort och smått och gjorde det möjligt!

Instruktörer

De icke-japanska instruktörerna som jag haft var från början Mikael Bornholm som gav mig en bra start och en god grund att stå på, både med och utan vapen. Sedan tränade jag vidare med Kjell Söderström när det kom till Iai, svärdskata, jo, och andra vapen. På kendosidan var det Hans Lundberg som inte bara visade hur kendo skulle göras, utan kom också att bli den storebror jag inte hade under mina gymnasieår och som till och med tog med mig på min allra första rockkonsert! (Peter Gabriel på Erikshallen). Ett stort tack till Micke, Kjelle och Hasse som gav mig ett enormt stöd de första åren och för den bästa start man kunde tänka sig!

Under mina tidiga år hann det komma flera japanska instruktörer i både Kendo och Iaido. Jag tränade framför allt för Kon-sensei, Aoki-sensei, Konno-sensei (som jag också besökte när jag bodde i Japan), Hirakawa-sensei, m.fl. När Michioka O-sensei och Watanabe-sensei kom till Sverige blev det för mig

ett stort uppvaknande och en vändpunkt i min Budo. Jag bad först Michioka O-sensei och, när han gick bort, sedermera Watanabe-sensei att träna med dem i enlighet med Shu, Ha och Ri och det har jag hållit. Tillsammans med Michioka O-sensei och Kensei Kensan Kai i Japan tränade vi med flera stora sensei som antingen besökte oss direkt på inbjudan av O-sensei eller som vi reste till och besökte själva.

På Kendo-sidan så var jag för lång för att träna Kendo hemma hos Michioka O-sensei. Någon innan mig hade slagit shinaien i lysrören i taket i dojon under träning, vilket lade en viss sordi på träningen därefter. I stället åkte jag och tränade för Mikami-sensei i hans dojo i Tokorozawa, Saitama och på Kawagoe-shi Budokan, också i Saitama. På Budokan tränade man för Furuya-sensei, Mizuno-sensei, Ichikawa-sensei, Ono-sensei, m.fl. som var ordningen de stod i i dojon. Jag minns särskilt en av de första gångerna jag körde kakarigeiko med Furuya-sensei som f.ö. var äldst av alla sensei där då och tydligen också ursprungligen från Kagoshima, Kyushu. Han var rätt lång och smal, och såg ut att vara över hundra år gammal, minst, så jag tänkte att jag skulle ta det lite lugnt med honom, till att börja med. Han tog emot min attack mot Men med shinaispetsen mot min tsuki. Till min stora förvåning tog det plötsligt helt stopp och Furuya-sensei kramade ur och fullföljde stöten. Jag studsade ett, två, tre steg bakåt i luften och landade därefter på rygg på området utanför dojogolvet. När jag hämtat andan lite och tittade upp så stod en ring av hjälmbeklädda kendoka runt mig där jag låg på golvet bland bogu-väskor, shinai-fodral och svettiga tennegui. Jag aktade mig noga för Furuya-senseis (och andras) shinai och tsuki efter det.

Slutpunkt – Rustnings-Kendo

När jag kom tillbaka till Stockholm efter min tid i Japan, Linköping och USA stod jag att bestämma mig för hur min träning skulle se ut framöver. Jag gick runt till de olika klubbarna som jag kände till sedan innan för att se hur träningen bedrevs och för bilda mig en uppfattning om var och hur jag skulle passa in i detta. Mycket hade hänt i kendo och iaido Stockholm på åtta år! Jag hade ju tränat både Kendo och iaido mer eller mindre regelbundet under denna tid, haft egen klubb/dojo under denna tid och även om min huvudfokus hade varit iaido, ville jag fortsätta balansera detta med Kendoträning. Jag tränade iaido i Kensei av naturliga skäl och kompletterade med Kendoträning främst i det som hade kommit att bli FSKA under tiden jag hade varit borta. Efter några år utvärderade jag mitt beslut igen och såg att den rena kendoträningen allt oftare hade fått stryka på foten. Nu hade jag dojon i Karlbergsskolan bokad för iaidoträning tre kvällar i veckan, kendoträning en till två kvällar i veckan, regelbundna iaidoläger i Linköping och andra platser på helgerna, ett intensivt konsultuppdrag på jobbet och en begynnande samborelation hemma. Något måste bort. Så, efter hård prioritering och 15 års träning bestämde jag mig 1994 för att lägga den regelbundna rustningsträningen på hyllan.

Rustningen som tjänade mig så väl både i Sverige och i Japan och som lagats flera gånger (särskilt Kote) av Mikami-sensei står fortfarande på hyllan i garderoben. Ibland åker den fram i klubben när rustnings-Kendo skall tränas eller hemma när barnen vill lära sig om japanska svärd. Men att göra mig av med rustningen eller ställa den där den inte är lätt åtkomlig, det har jag svårt att tänka mig.

Förbundet

Förutom ett eller annat valberedningsuppdrag har mina förtroendeuppdrag i förbundet begränsat sig till domaraktiviteter, coachning av laidolandslaget och arrangerande av EM i iaido och Jodo 2004.

Bästa ögonblick

De bästa ögonblicken är alltid att se utövare utvecklas, övervinna egna svårigheter och lyckas med det man först trodde var omöjligt. Den glädjen har närt mig under många år.

Sämsta ögonblick

Jag kan inte säga att jag har haft något "sämsta" ögonblick under alla dessa år. Den spirituella och fysiska resan jag påbörjade som 15-årig förortsgrabb tog mig till platser, insikter och förmågor jag aldrig trodde kunde vara möjliga och jag är oerhört nöjd med min egen prestation och hur långt jag har nått under dessa 40 första år med Kendo och Iaido. Jag har kompromisslöst hållit det jag en gång lovade och sympatiserade med Michioka O-sensei och Watanabe-sensei om och håller alltså fast vid det. Men trots det enorma personliga priset det ibland har kostat, skulle jag inte ha velat haft det gjort.

Bästa svenska utövare

I kendo Mats Wahlqvist och i iaido Roger Undhagen.

Bästa gästinstruktör

Hirakawa-sensei.

Nedtecknat i Southlake, TX under 2022–2023