

Japanische Schwertkunst



IAIDO



www.zanchin.de

laido - Japanische Schwertkunst

laido ist die Kunst des Schwertziehens und wird als der edelste Weg der japanischen Kampfkünste bezeichnet. „lai“ bedeutet so viel wie „ganz dabei sein“, „Do“ steht für „Übungsweg“.

Beim laido geht es nicht nur darum, eine alte Kampfkunst zu praktizieren, sondern bei sich selbst Unkonzentriertheit und schlechte Angewohnheiten zu „besiegen“. Das geduldige Bemühen zur steten Verbesserung ist Kern dieses Übungsweges. Wir lernen, das japanische Schwert in verschiedenen Situationen gezielt aus seiner Scheide zu ziehen und präzise zu führen.

Ursprung des laido

Die Krieger des japanischen Mittelalters, die Samurai, zeichneten sich durch hervorragende Beherrschung vieler Kampfkunstdisziplinen wie auch des Schwertkampfes aus. Effektive Schwertkampftechniken waren überlebenswichtig, wenn der Gegner unerwartet sein Schwert zum Angriff zog.

Diese Techniken entwickelten sich in Japan während der friedlichen Edo-Zeit (1603 bis 1868) zur Kunst: Das perfekte Ziehen und Führen des Schwertes wurde nun eine Disziplin zur Schulung von Körper und Geist. „Um siegen zu können, muss der Geist so ruhig sein wie der Mond, aber auch so beweglich wie eine Libelle.“ Der Geist muss sich jeder unerwarteten Situation entsprechend verhalten, der trainierte Körper muss unvermittelt folgen. laido bedeutet sinngemäß: „Der Situation entsprechen.“

Gegen Ende des 19. Jahrhunderts wurde in Japan das öffentliche Tragen von Schwertern verboten. Nur durch das Engagement von japanischen Schwert-Meistern kam es zum Wiederaufleben dieser traditionellen Schwertkunst. Der Begriff „laido“ für die japanische Kunst des Schwertziehens wird erst seit Mitte des 20. Jahrhunderts verwendet.

laido-Training heute

Im Training werden drei Arten von Schwertern benutzt: Das Bokken, ein Holzsword für Partnerübungen und Basistechniken; das Iaito mit stumpfer Klinge, das einem scharfen Schwert in Form, Länge, Gewicht und Aussehen entspricht; und das scharfe Schwert, Shinken, das jedoch erst nach vielen Jahren des Trainings benutzt werden sollte.

Das korrekte Aus-der-Scheide-Ziehen des japanischen Schwertes ist für Anfänger nicht einfach. Es erfordert hohe koordinative Fähigkeiten, das Schwert beispielsweise aus knieender Position in einer Kreisbewegung zu ziehen und zu führen.

Wir üben unterschiedliche „Katas“, genau festgelegte Bewegungen wie Verteidigung und Gegenangriff, die einen Kampf gegen einen oder mehrere imaginäre Gegner simulieren. Die Übenden stellen sich den Angreifer realistisch vor und bewegen sich so, dass sie nicht vom gegnerischen Schwert getroffen werden.

ZANCHIN Kampfkunst e.V.

www.zanchin.de info@zanchin.de 0911-2878222

Mitglied im Bayerischen Iaido Bund, Bayerischen Landes-Sportverband, Ju-Jutsu Verband Bayern und Taijiquan & Qigong Netzwerk Deutschland