Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 43 (1986)

Heft: 1

Artikel: Kendo : der Weg des Schwertes

Autor: Lörtscher, Hugo

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-993331

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 04.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Unter den fernöstlichen Budo-Kampfkünsten ist Kendo, das japanische Schwertfechten, die wohl seltsamste, der japanischen Kultur-Tradition vielleicht am nächsten stehende Disziplin. Nicht nur wegen der mönchsartigen Kampftracht mit Gesichtsmaske, Brustpanzer und wallendem Kleid.
Rätselhaft und faszinierend zugleich sind auch die nach unverrückbar festgelegten Regeln ausgeführten Begrüssungs-, Übungs- und Kampfrituale, begleitet von oft formelhaften, auf japanisch vorgetragenen Leit- und Kampfsprüchen. «Kiai!» schreien sich die Kendokas entgegen, wenn sie mit ihren Bambusschwertern aufeinander losgehen. «Hajime!» lautet das Kommando des Hauptkampfrichters zur Eröffnung eines Kampfes. Besonders eindrücklich sind die ausschliesslich im Kimono ausgeführten «Kata». Ritualisierte, peinlich genau nach Vorschrift zu «tanzende» Schwertspiele ohne Verletzung des Gegners. Die Kata-Übungen stammen aus der Zeit, da die Kämpfer sich noch mit dem blanken Schwert gegenüberstanden. Sie sind im heutigen Kendo ungefähr das, was die Pflichtübungen im Turnen und setzen von den Ausführenden eine aussergewöhnliche geistige und körperliche Disziplin voraus.
Kendo hat mit den übrigen Kampfkünsten wie Judo, Karate, Jiu-Jitsu und Kyudo (Bogenschiessen) eine gemeinsame Wurzel: Die Kriegskunst der alten Samurai (Ritter), einer adligen Kaste in der Feudalzeit Japans. Und mit ihr untrennbar verbunden der Zen-Buddhismus mit seiner Lehre der Ichlosigkeit.

Kendo – der Weg des Schwertes

Bildbericht über eine faszinierende Sportart, mit Aufnahmen vom nationalen Trainingslager in Magglingen

Bild und Text Hugo Lörtscher

Dem Samurai war das Schwert nicht nur Waffe auf Leben und Tod, sondern auch Seele, Kultgegenstand und Symbol für den «Bushido» oder «Weg des Ritters», wie der ungewöhnlich strenge Ehrenkodex der Samurai hiess. Die Schulung zum Schwertkampf war verbunden mit einer ethischen Unterweisung. Der Weg des Ritters wurde so auch zum Weg zu innerer Reinheit, Gelöstheit und Weisheit. Das Erlangen einer tieferen Erkenntnis des Selbst durch Versenkung in die Zen-Meditation führte zu einem Einssein mit dem Kosmos und damit in die Erweckung (Satori).

Einiges davon ist auch in den modernen Kampfsport Kendo eingeflossen, obschon in den Klubs das Zen kaum je vertieft in Beziehung zum Kendo gebracht wird. Kendo ist eine hervorragende Willens- und Charakterschule sowie ein Weg zu einem tieferen Bewusstsein. Eigenschaften, welche über den Dojo hinaus Verhalten und Lebensweise des Kendoka auch im Alltag prägen.

Die Umwandlung der kriegerischen Schwertkunst der Samurai zu einem Sport leitete 1760 Schwertmeister Nakanishi mit der generellen Einführung ungefährlicher Waffen und schützender Rüstungen ein. Das von vielen Geheimnissen umgebene geschmiedete Schwert wurde durch ein Holzschwert, später durch einen Schlagstock aus Bambus-Spleissen ersetzt.

Aus der Kunst des Schwertes (Kenjutsu) wurde der Weg des Schwertes (Ken = Schwert, Do = Weg).

Kendo ist eine Schlag- und Stosstechnik mit drei Trefferfeldern: Maske (Men) links, rechts und oben; Hände (Kote) links und rechts; Brustpanzer (Do) links und rechts. Ferner für den Stoss der Kehlkopf (Tsuki). Es gehört zur Grundregel, dass der Gegner nicht mit Absicht verletzt werden darf. An den Wettkämpfen wachen Kampfrichter über die Einhaltung der Regeln. Entscheide werden mit Flaggen angezeigt. Die Kampfdauer beträgt 5 Minuten, und zum Sieg werden 2 Punkte benötigt. Jeder angebrachte Treffer gibt einen Punkt. Die Trefffläche muss vom Schlagenden unmittelbar vor Ausführung des Schlages angesagt werden, sonst gilt der Treffer nicht.

Kendo ist leichter zu erlernen als Judo oder Karate, erfordert jedoch eine grosse Ausdauer. Der Trainingsaufwand beträgt 2- bis 3mal wöchentlich 1,5 bis 2 Stunden. Ein guter Kendoka erreicht in 9 Monaten Wettkampfreife, in 5 Jahren internationale Reife (frühestens!). Kendo kam spät in die Schweiz (Anfang der fünfziger Jahre). Mit 200 Kendokämpfern heute in 7 Klubs ist die Zukunft dieser Sportart in unserem Land vielversprechend. Die Ausfallquote ist indessen recht hoch.

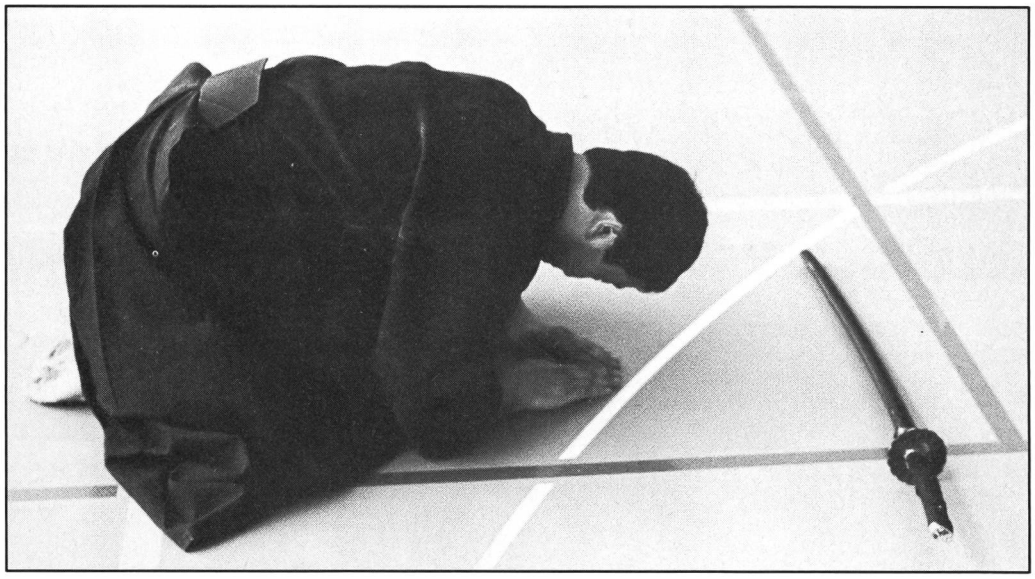
Die Ausrüstung des Kendo-Kämpfers:

- Gesichtsmaske (Men)
- Brustpanzer (Do)
- Taillenschutz (Tare)
- Handschutz (Kote)
- Kendojacke (Keikogi)
- weitgeschnittene Hose (Hakama)
- beschriftetes Stirnband (Hachimake)
- Shinai (Schlagstock aus Bambus-Spleissen)

Vier Trefferfelder: Maske, Brust, Hand und – bei Stoss – Kehlkopf.

Kostenpunkt: 200 bis 500 Fr. je nach Qualität und Leistungsstufe.

Samurai-Schwerter:
Katana und Tachi (90 bis 200 cm lang) Wakizashi (Kurzschwert)



Im Moment, da ein «Kyu» (Schüler) die Rüstung tragen darf, das ist nach rund 6 Monaten Training, beträgt sie 90 Prozent. Viele Adepten scheuen offenbar die nicht unbeträchtlichen Anschaffungskosten von rund 400 Franken, welche indessen Vergleiche mit andern Sportarten wie Surfen, Skifahren, Kanu oder Eishockey nicht zu fürchten brauchen. Viele bekunden auch Mühe mit der geforderten unbedingten Disziplin.

Kendo ist, wie Aikido oder Judo, ein über strenge körperliche Übung sichtbar gemachter moralischer Weg. Beim scheinbar unaufhaltsamen ethisch-moralischen Niedergang des Abendlandes ist es ein Zeichen der Zeit, dass immer mehr Menschen des Westens sich fernöstlichen Sport- oder Meditationstechniken zuwenden. Der Glaube an eine Schöpferkraft jenseits aller fassbaren Vorstellung ist zwar lebendiger denn je, doch haben viele von uns begonnen, sich schaudernd von den Zeugen und Erzeugnissen unseres eigenen Kulturkreises abzuwenden. ■