

必 HISSHŌ 勝 MAGAZIN

A Magyar Kendo, Iaido és Jodo Szövetség Kulturális Lapja, II. évfolyam/ I. szám

2012. november

II.

A TARTALOMBÓL:

- Alain Ducarme - Kendo egy életen át
I. rész

- XV. Kendo Világbajnokság

- Beszélgetés Sipos Arankával

- A shinaí

- Yamaji Masanori interjú

I. rész

- Nakayama Hakudo

és amit nem ismerhettünk róla

KÖSZÖNTŐ

Kedves Olvasó!



Kedves Olvasók,
Edzőtársaim!

Nagy öröm ez az év nekem, hiszen tíz éves főtítkári munkámmal úgy jubilálhatok, hogy kiemelkedően szerepeltek kendősaink a XV. Kendő Világbajnokságon! Olyan eredményt értek el a harmadik helyezéssel, aminél magasabbra nem igen vágyhat egy nem japán kultúrkörnyezetben felcseperedő ország. Bár velem együtt sokan nem voltak a válogatott aktív tagjai, de mégis úgy látom, hogy sok áldozatot hoztunk az Ő sikerükért is, noha inkább csak a háttérszervezéssel és azon körülmények létrehozásával foglalkoztunk, melyek kicsit könnyebbé vagy inkább szakmaibbá tették felkészülésüket. Mondom ezt azért, mert a mai világban a jelenlegi generáció már úgy nevelkedik fel, hogy a valamit-valamiért elv érvényesüljön, és olybá tűnik, az önkéntesség már-már egy nem kívánt kényszerré vált. Szomorú világ ez így, már csak azért is mert a Budóban megtapasztalható legmélyebb értékek pont az egónk elengedésén keresztül találhatók meg. Hogy mik is ezek az értékek, azzal már a Bushik is foglalkoztak. Érdemes tanulmányozni az életről alkotott gondolkodásukat – szerencsére egyre több értékes fordítás jelenik meg erről hazánkban is. Mindezen felül az évek során azt tapasztaltam, hogy akik képesek beleásni magukat ebbe az világba, azok nem tudnak elveszett emberek lenni és valahogy a boldogsághoz való viszonyuk is átalakul.

Olvasva az idei kiadást, ismét sok értékes téma és történet került feldolgozásra, amihez kellemes időtöltést kívánok.

És nem utolsó sorban köszönet mondanék azoknak az Önkénteseknek, akik hozzájárultak az MKSZ Magazin eme számának a megjelenéséhez!

Mihalik Hunor
főtítkár

Magyar Kendő, Iaido és Jodo Szövetség

Tartalom

MKSZ történelem:

interjú Yamaji Masanorival,
a Magyar Kendő, Iaido és Jodo
Szövetség Tiszteletbeli Örökös
Tagjával – I. rész 3

Kendő egy életen át, Európában:

Alain Ducarme, az Európai
Kendő Szövetség elnökének írása
– I. rész 20

Kendő felszerelés:

Shinai 26

Magyar Kendő Válogatott:

interjú Sipos Arankával, a női
kendő válogatott edzőjével 38
XV. Kendő Világbajnokság össze-
foglaló 43
XV. Kendő Világbajnokság edzői
értékelések 46

Iaido:

Nakayama Hakudo ...és amit
nem ismerhettünk vele kapcsola-
latban 55

Könyvajánló 59

Impresszum

Szerkesztő:

Abe Tetsushi, Bánáti Zsombor

Arculat:

Ilyés Ádám, Vachter Ákos

Címlap:

Nagy Linett Evelin

2012. november

II. évfolyam I. szám

Hisshō – 必勝

A magazin címéül választott kifejezés két kanjiból áll, melyek jelentése „biztos”, és „győzelem”. Fejkendőkön illetve kalligráfiaaként előszeretettel alkalmazott pozitív jelentéstartalmú szóösszetétel.

Interjú Jamadzsi (Yamaji) tanár úrral,

az ELTE Távol-keleti Intézet tanácsadójával, a magyarországi kendo-oktatás alapító mesterével

Dr. Yamaji Masanori tanár úr sok titulussal büszkélkedhet. Nyugalmazott egyetemi docens, az ELTE Távol-keleti Intézet tanácsadója. Történelem-nyelvész, kutatási témái között szerepel többek között a japán didaktika, a közép- és kora újkori japán esztétörténet, a szamurájok gondolatvilága – eszme és kultúrtörténeti vizsgálata. Az évek során rengeteg írása, publikációja jelent meg a fenti témákkal kapcsolatban.

Dr. Yamaji Masanori tanár úr a Magyar Kendo, Iaido és Jodo Szövetség Tiszteletbeli Örökös Tagja. Ő volt az első, aki megmutatta a kendo lényegét annak a maroknyi lelkes embernek, akit érdekelt a budo és a szamuráj kultúra. 1982-ben Yamaji tanár úr indította útjára hazánkban a kendo, a kendo oktatást.

Cikkünkben megismerkedünk Tanár úr kalandos életútjával és a magyar kendo élet legelső szakaszának mérföldköveivel. A fontos gondolatokat izgalmas képek teszik még színesebbé, melyek Yamaji tanár úr személyes fotói közül kerültek ki.

Kérdéseink leginkább gondolatébresztők voltak a Tanár úr számára, így lehetősége nyílt hosszasan értekezni egy-egy témáról, múltbéli eseményről. A cikk terjedelmét tekintve az írást két részben közöljük. Az interjú első felét most, a hosszabb, magyarországi élményeket is feldolgozó szakaszt következő számunkban mutatjuk be olvasóinknak.

Először ismerkedjünk meg közelebbről Yamaji Masanori tanár úrral. Hol született és élt fiatalként Japánban?

Japán második legnagyobb városában, Ószakában születtem 1944-ben, egy évvel a II. világháború vége előtt. Óvodás koromig a Hokkaidó szigeten lévő Otaruban és a Honsú sziget középső részén található Nagoja városában éltünk néhány évet apám munkája miatt. Apám az Ószakai Kereskedelmi Fő-



Nagyanyámmal, nagynénémmel és anyámmal (Apám azért nincs a képen, mert még nem jött haza Kínából).

iskolán végzett és ott kínai nyelvet is tanult. Így a főiskola elvégzése után egy ószakai külkereskedelmi cégnél helyezkedett el. A II. világháború befejezéséig a cég kínai irodáját vezette. Anyám mesélte, hogy ha a háború nem lett volna, én valószínűleg Kínában jöttem volna világra. Apám anyámat a háború vége előtt még elviselhető körülmények között

visszaküldte Japánba, és, bár a háború utáni zűrzavaros időkben, ő maga is szerencsésen hazatért Kínából.

Hazakerülése után az előbb említett városokban lévő cég irodáját vezette. Végül néhány évnyi fiókirodavezetés után visszakérült az ószakai központba, és ettől kezdve Ószakában élünk, én 26 éves koromig. Egyetemi tanulmányaimat az Ószakai Idegennyelvek Egyeteme Perzsa szakán végeztem. Ez az egyetem az 5 évvel ezelőtt



Az egyetemi épület tetején.

végrehajtott, állami felső oktatási intézmények összevonási programja eredménye képpen az Ószakai Egyetem Idegennyelvek Kara lett, ahol 1993 óta működik a Magyar nyelv Tanszéke, most nem részletezem, de amelynek létrehozásában is bábáskodtam.

Az egyetem elvégzése után milyen irányban folytatódott életútja?



Az MBS szerkesztőségében.

Egyetemi tanulmányaim befejezése után két és fél évig dolgoztam egy ószakai magán TV-és rádióadó, a Mainicsi Hószó (Mainichi Broadcasting System, MBS) TV Híradó Főosztályán. Napi híreket szerkesztettem, választásokról, társadalmi eseményekről, illetve bűnesetekről tudósítottam, kis dokumen-

tumfilmeket készítettem, mint mindenek, egy újonc tv riporter számára a Japánban szokásos módon. Még mindig úgy érzem, mintha tegnap történt volna. Élénken emlékszem azokra az eseményekre, amelyekről tudósítottam, például az 1970-es Ószakai EXPO eseményeire, az ószakai új metró építkezésénél történt 72 áldozattal járó nagy gázrobbanásra. Olykor havonta 140 órát túlóráztam. De megfizettek. Igazán kemény időszak volt. Voltak olyan napok is, amikor alvásra max. csak 4 óra jutott.

Aztán fizetés nélküli szabadságot sikerült kapnom egy évre és 26 évesen kiutaztam Iránba a Sírázi Egyetem PhD kurzusára szóló ösztöndíjjal. Ezt a lehetőséget volt tanárom, Imoto professzor ajánlotta nekem, emlékezve arra, hogy tanulmányi eredményeim „nem voltak rosszak és számomra vágyálom

volt Perzsiába utazni.” Hozzáteszem rögtön, hogy az akkori japán gazdasági viszonyok nem voltak ilyen jók, mint ma. Ha valaki ki akart utazni, a kivihető US dollár összege max. csak 500 dollár volt. 1 dollár akkoriban 360 jen volt, ami nagyon drága is volt az akkori japánok számára. 500 dollár 6-9 havi fizetésnek felelt meg. Ehhez jön még repülőjegy, amelynek ára, ha olcsón jutottunk volna hozzá, akkor is kb. 150–170 ezer jen. Kinek lett volna ennyi plusz pénze? Szerencsémre én a túlóra díjakat és ún. bónuszokat, amit félévenként kaptunk, gyűjtögethettem az esetleges álmom megvalósításához, s ennek köszönhetően megszervezhettem a perzsa utamat, mert az az ösztöndíj, amit kaptam, az útiköltséget nem tartalmazta. Ez volt az első külföldi utam és azóta már 42 éve élek külföldön, több mint 40 évet Magyarországon.



A stúdióban egy beszélgető műsor felvételeit rendezem.

tárgyam”. Ha hiányoztam volna is egy-egy egyetemi óráról, de kendő edzéseken soha nem hiányoztam, és nem csak az egyetemi Kendő klub edzéseire jártam, hanem reggelente és esténként Súdókanba is.

A TV állásfelveletli vizsgán a kendő tevékenységemet magas ponton értékelték az írásbeli vizsga eredményeim mellett. Ezt mondta a Híradó Főosztályon Mazaki igazgató úr, miután oda kerültem dolgozni az általa vezetett Főosztály TV híradó részlegén. Kérésére egyszer sinait vittem neki. Azt mondta, hogy ő is kendőzött fiatal korában, mint katonatiszt. Mellesleg TV ripoterként dolgozni nagyon kivételes helyzet volt az akkori fiatalok számára, nemcsak a magas fizetés miatt, sokkal inkább a külföldi tudósítói lehetőség miatt. Engem is ez a lehetőség vonzott. Ebből kifolyólag nagyon nagy volt a verseny a tv-s állás megszerzéséért. A végzős év nyara elején Ószakában és Tokióban egyidőben tartott



A forgató csoport tagjaival a perzsa sivatag közepén.

Mainicsi Hószó állás-felvételi írásbelivizsgára a később kapott információ szerint több mint kétezren jelentkeztek. Ezen a vizsgán csak harmincat vettek fel a következő szóbeli vizsgához, amit a Mainicsi Hószó központjában tartottak néhány héttel később. Végeredmény: csak tíz újoncot vettek fel munkatársként a több mint kétezerből. Én úgy éreztem magam, amikor a vizsga helyszínéül kijelölt Kanszai Egyetem kampuszában összezsúfolt tömeget láttam, hogy én csak egy lottójáték golyóinak egyike vagyok, sőt még annál is kisebb az esélyem, hogy a rostán fennmaradhassak. Csodával határos módon a tíz között volt a nevem.

Röviden összefoglalva ezek voltak a Japánban töltött fiatalkori életem fővonásai. De hozzá tenném, hogy számomra az olvasás és a klasszikus zenehallgatás volt a meghatározó a kisgyerekkorom óta. Ezek sokat jelentettek későbbi életem kialakulása során a kendő mellett, a TV újságírói munkában is, és a magyarországi egyetemi oktatói pályafutásom során különösen.



Abadani olajfinomítónál, a kamera állvány mögött, balról második.

Itt szeretném megemlíteni, hogy a klasszikus zene ismerete számomra nagyon élvezetessé tette a magyarországi életemet, különösen a rendszerváltozás előtti időkben. Mint ahogy bizonyára a hozzám hasonló korúak jól emlékszenek, hogy nagyon olcsón, szinte tetszés szerint járhatunk olyan koncertekre feleségemmel együtt – aki zongorázott fiatal

korában és rendszeresen megszerezte a koncertbérleteket –, mint Yehudi Menuhin, David Ojstrah, Mstislav Rostropovich, Leonid Kogan, Gidon Kremer, Ferencsik János, Fischer Annie, az ifjú Kocsis, Ránki, Schiff stb., koncertjei. Ha Japánban kívántam volna hasonló koncertekre menni, az szinte lehetetlen volt, olyan drága lett volna a jegy egy csóró fiatal számára. Vagyis az előbb említett klasszikus zenehallgatás Japánban első sorban csak lemezhallgatást jelentett. Az anyai nagypapámnak nagyon sok régi hanglemeze volt, mert a háború előtt saját zeneboltja volt az ország több nagy városában, amiket, sajnos, a háború kitörése után fel kellett számolni, a politikai nyomásra, ami azt követelte: „Az ellenségtől származó cuccokat nem veszünk!” A klasszikus zene az ellenség terméke volt.

Mennyire volt fontos ifjú korában a testedzés, a mozgás?

Gyerekkoromban a japán iskolai oktatás nagyon fontos eleme volt a testnevelés. Remélem, most is. Például az iskolai napi program a félórás csóreinek, reggeli tiszteletadásnak nevezett össziskolai gyűléssel kezdődött, amit az iskola udvarában illetve magyarul inkább „sportpályának” is mondható, az iskolai sport-rendezvényeken is használt nagy, földes – nem betonozott – udvarában tartottak reggelente. Évfolyamonként és ezen belül osztályok

szerint sorakoztak a gyerekek, sor elején állt az osztály tanulóvezére, a kjúcsó, akit az osztálytársak titkos szavazással választottak meg szemeszterenként, mögötte egymás után az alacsonyabb gyerektől a legmagasabb gyerekekig két sorban álltak az osztály gyerekei. Én rendszerint a sor végén álltam, de a felső évfolyamra (4–5–6. évfolyam) kerülve olykor az osztály kjúcsójaként a sor elején is álltam. Az iskolaigazgató, a kócsó szenszei reggeli köszöntője és a napi mottóról szóló rövid beszéde valamint tájékoztatók után egy kb. negyed órás közös tornával befejeződött a reggeli össziskolai tiszteletadó gyűlés. Hozzátenném, a japán nagy cégeknél is hasonló csőreit láthatunk. Ezután kezdődött a tanítás, de hetente minimum kétszer volt testnevelés óra, és a napi tanulás után következett a sportklub élete sok gyerek számára. A legnépszerűbb sport a baseball illetve softball volt. Én is sokat baseballoztam felsős koromban. Az utcai csapatnak is lelkes tagja voltam.

Azonban én csak harmadikos koromban kapcsolódhattam be igazán a sportolásba, mert az iskolakezdés előtt gyermektuberkulózist kaptam, annak ellenére, hogy születésemkor az orvos anyámnak azt mondta, hogy ez a gyerek olyan erős, soha nem lesz beteg. A mostani interjú-kérés érkezése után elővettem a régi fotókat, a két, három



A baseball utcai gyerekcsapatának tagja voltam, guggoló gyerek balról harmadik a baseball-sapkában.

éves kori fotókon valóban úgy látszik, jó masszív gyerek! Később anyám elmesélte, hogyan kaphattam ezt a betegséget, de most csak annyit, hogy a II. világháború után a tüdőbaj Japánban is elég sokáig népbetegségként nagy problémát jelentett a társadalomnak. Szerencsémre apám egy nagy kereskedőháznál dolgozott az importosztály vezetőjeként, s sikerült beszereznie az akkoriban rendkívül nehezen hozzáférhető, egyetlen hatásos gyógyszert, a PAS-t. Ennek köszönhetően kigyógyultam hamar, de a betegségem után eléggé fáradékony, betegeskedő gyerek lettem, ugyan nem voltam tiltva a testnevelési órától, de nem nagyon bírtam az erőteljes sportolást. Hozzá még fertőző szembetegséget is kaptam óvodáskoromban, így viszont el voltam tiltva az úszástól. A fertőző szembetegség is gyakori betegség volt a háború utáni Japánban. Nyaranként nagyon irigyeltem azokat a gyerekeket, akik lubickoltak az iskolai úszómedencében. Ezért máig jól emlékszem arra a forró nyári napra, amikor végre harmadikosként két év tiltás után első alkalommal vehettem részt az úszás órán. Az osztályfőnök, Murakami szenszei, aki fiatalkorában dzsúdózott és a gyerek szemében kedves, de egy roppant erőteljes,

vastag és izmos óriási „king kong” volt, mindjárt felkapott és a medence közepébe, a mély vízbe hajított engem látva, hogy habozok bemenni a vízbe. Ennek köszönhetően pedig gyorsan meg is tanultam úszni. Most is látom a tiszta vizet, buborékokat a víz mélyéről, az uszoda aljáról, sőt a víz szagára is emlékszem.



A középiskolai tornaünnepén, a zászlót tartom.

Apám is mindent megtett, hogy megerősödjek. Apám középiskolás korában távfutó volt, az ún. ekiden, a váltómaraton váltójaként versenyzett. Tőle tanultam, hogy a futás az egészségfejlesztés alapja, s később, amikor kezdtem rendszeresen sportolni, azt is, hogy a futás minden sport alapja. Amikor ideje volt, futott velem apám. A távfutás alapjaira tanított, a helyes légzési módra, a testtartásra, és a lépési módra.

Otthon volt egy bokutó – nem tudom kié volt –, de ezzel szuburiztatott velem. A kisgyerekkoromban sokat kellett ágyban maradni az előbb említett betegség miatt, s ettől kissé görbe hátú lettem. Apám tudta, hogy a szuburi gyakorlás hasznos az egyenes testtartás visszanyerésére. Igaza volt. Ez különösen később bizonyult igaznak, amikor egyetemistaként kendőzni kezdtem, és mindennap ezer (!) szuburit végeztem. Az évfolyamtársnőm, Mijake szan – akivel máig levelezünk –, gyakran mondogatta, hogy Jamadzsi kun va siszei ga iine [Jamadzsi (Yamaji) kunnak jó a testtartása (egyenes a háta)]. Mijake szan megállapításának nagyon megörültem, mert gyerekkoromban állandóan hallani kellett a szüleimtől: Egyenesítsd a hátadat! Jól emlékszem, hogy még az iskolai bizonyítvány testi fejlődést rögzítő rovatában is be volt írva az ötödikes koromig: „görbe hátú” (kyphosis). Ezt Japánban népiesen „nekoze”-nek, „macskahátúnak” mondják.

A gyerekkori betegségemből kigyógyulva nagyon fontos elemévé vált számomra a megfelelő testedzés és mozgás az egészségem megerősítése érdekében. Pl. a kendő volt az, ami az utóbbi majd 18 évben egymás után bekövetkezett kórházi befekvéssel is járó betegségeimből is segített visszanyerni elviselhető munkabírást biztosító egészségemet. Tehát fiatal korom óta máig nagyon fontos számomra a megfelelő testedzés és mozgás. Bizton állíthatom ezt a saját életem tapasztalatai alapján, nem azért, mert ezt tanították!

Ebből a szempontból elmondható, hogy különösen a kendő az a műfaj, ami az embernek az egészsége fenntartásában időskorában is nagyon hatékonyan segít, ha az ember addigra megfelelő módon, helyesen elsajátította az alapokat, vagy a mester helyes irányítását követve az életkorának megfelelően folytatja a gyakorlást türelemmel, mert a kendőt időskorban is erőteljesen gyakorolhatjuk fiatalokkal együtt. Japánban sok olyan nagy tudású mester oktatja a fiatalokat és a 40–50 éves életereje telijében lévő kendősokat egyaránt a kendő edzéseken, aki már 70–80 éves is elmúlt. És a tanítványai nem tudnak a mester közelébe sem férkőzni, azaz te mo asi

mo denai! A híres 10 danos Mocsida szenszei mondása szerint: „50 éves korban kezdtem igazán fejlődni kendőban!”

A minden fiatalnak már nem mondható kendős társamnak őszintén ajánlom a kitartó folytatást az élet végéig. Remélem, nekem megadatik az a szerencse, hogy legalább még tíz évig tudjak kendőzni, most 68 éves vagyok, még hozzá sok betegséggel és gyógyszerrel együtt.

Iskolai keretek között találkozott először a kendővel? Milyen szerepet töltött be a kendő a japán társadalomban, mikor Ön elkezdte gyakorolni a vívást?

Az én iskolás koromban nem volt lehetőség kendő tanulásra, kivéve az olyan gyerekeket, akiknek az apja háború előtt kendőzött, esetleg kendő tanár is volt, vagy közelében volt kendő mester ismerőse, és nála tanulhatott pl. a házuk udvarán. Óta szenszei is az ilyen szerencsés gyerekek egyike lehetett. Ő mesélte az idei Sógai Kendő Szeminárium („Életen át tartó kendő” szeminárium a magas danos kendőkák számára – a szerk.) esti beszélgetésén, hogy „egy ismerős középiskolai tanárnál kezdett kendőt tanulni a tanár úr háza kertjében.” Véletlenül Óta szenszeijel egyidős vagyok, de nekem ilyen szerencse nem adatott meg.

A háború elvesztése után 1945-ben a kendő iskolai oktatását betiltották a Japánt megszálló Szövetségi Hadsereg Parancsoksága (GHQ) utasítására a budó többi műfajával együtt, a dzsúdóval, naginatával és kjúdóval együtt. Az amerikai vezetés a budót a japán militarizmus melegágyának tartotta. A budó oktatásának betiltásával együtt ennek intézmény-rendszerét is megszüntették, pl. a háború előtt a budó szakemberképzés központjaként működő kiótói Budó Szenmon Gakkót, azaz a kiótói Budó Szakiskolát, ahol kendő és dzsúdó mesterképzés folyt.

A dzsúdó tiltását meglehetősen hamar, öt év után, 1950-ben feloldották, de a többi budó műfajnak további két évet kellett várnia ahhoz, hogy a gya-



Az általános iskolás koromban ministráltam is. Akkoriban latinul folyt a mise, egy szót sem értettem, csak memorizáltam a fontos mondatokat.

korlásuk ismét szabad legyen. Csak az ország megszállásának véget értével, függetlenség visszanyerésével 1952-ben kapták vissza a gyakorlási szabadságot. A kendőélet újrászervezése is ebben az évben indult meg az Össz Japán Kendő Szövetség, a ZNKR létrehozásával. 1953-ban engedélyezték a kendő gyakorlását a felső-középiskolai – ez a magyar középiskola utolsó három évének felel meg – és az egyetemi testnevelési órán. A kendő és a dzsúdó iskolai oktatása ezután öt évvel, 1958-ban került vissza rendes testnevelési tantárgyként a csúgakkó, a kötelező alsó-középiskola oktatási rendszerébe. A japán oktatási rendszerben az általános és az alsóközépiskolai tanulás kötelező, és az előbb említett felsőközépiskolához felvételi vizsgát kell letenni. Azoknál az iskoláknál kezdték újra indítani a kendő és a dzsúdó rendszeres oktatását, ahol kendő vagy dzsúdó oktatói képesítéssel rendelkező – a diplomát háború előtt szerző – testnevelő tanár tanított és megfelelő tornateremmel vagy szerencsés esetben bombázást vagy a tiltás miatti lebontást megúszó dódzsóval rendelkezett.

Én 1957-ben kezdtem az alsó-középiskolai tanulást egy katolikus misszió által működtetett iskolában. Ott nem csak kendő, de dzsúdó oktatás sem volt.

Ezzel kapcsolatban eszembe jut, hogy amikor az általános iskola negyedik vagy ötödikes tanuló lehettem – ez 1954. és 1955. évet jelenti – egy iskolai barátomtól hallottam, hogy a kerületi rendőrkapitányságon a gyerekek számára dzsúdó tanfolyamot indították, ő jár oda a tanfolyamra, és látta a felnőtteket kendőzni. Reméltem, ha gyerekdzsúdó van, akkor talán gyerekkendő is, és odamentem a rendőrkapitánysághoz. Láttam a bejárat falon a gyerek-dzsúdótanfolyam hirdetését, de kendőről semmit. Megkérdeztem az őrt álló rendőrt. Válasz: sajnos nincs, gyere inkább dzsúdózni. Így én kendőzni csak a felsőközépiskola után, azaz egyetemistaként, tizenkilenc évesen 1964-ben az Egyetemi Kendőklub tagjaként kezdhettem, nulla tapasztalattal. Tehát az én kendő történetem is jól mutatja, hogy az akkori kendő még éppen az „újjaépítés” kezdeti szakaszában lehetett.

Fiatal korában csak kendővel foglalkozott, vagy megismerkedett más sportokkal is?

Mint japán gyerek akkoriban elsősorban baseballal foglalkoztam, de futottam is, talán apám hatására középiskolás koromban a közép- és hosszútávot próbálgattam, nem voltam sprinter alkatú, de a hosszút meglehetősen jól bírtam.

Az egyetemi kendő tábor, amit minden évben, nyáron és tavasszal szerveztünk, mindig reggeli futással kezdődött, oda-vissza kb. egy órányi távot futottunk. Az akkori szokás szerint az egyetemi felvételi vizsgára való néhány hónapos mindennapi felkészülés, a túlzó plusz tanulás következtében első éves koromban még nem voltam fizikailag jó kondiban. De másodéves koromtól kezdtem az addig eltelt egy éves kendő edzésnek, az edzés előtti kis futásnak és a mindennapi szuburinak köszönhetően az izmaim is, légzésem is visszanyerni a futás tempóját és továbbfejleszteni azt, amire gyerekkoromban apám tanított.

Így a második nyári táborban már az idősebb, illetve a kendőben edzetebb társaimat is messze hagytam. Minimum 5-10 perccel hamar érkeztem vissza a táborba minden reggeli futás alkalmával. Jól emlékszem, hogy az első éves, első nyári táborban egy néhány éve végzett szenpai is megjelent,



Az 1966. nyári tábor, Sódosima szigetén.

érezik magukat a fejlődésben. Az alap megerősítése biztosítja a fejlődést. A futással kapcsolatban annak nagyon örülök, hogy a győrzámolyi nyári táborban most is reggeli futással kezdik a napot, amit én tanácsoltam J. Varga Attilának az első tábor alkalmával, mert ott nagyon jó lehetőség van futásra a gáton.

Mennyiben változott a napjaink modern kendője ahhoz képest, mikor Ön kezdte a japán vívást?

Úgy gondolom, szerencsénkre a kendő lényege nem változott. Inkább azt mondanám, hogy én most is arra törekszem, hogy valamilyen módon, akármennyire keveset is, megközelíthessem azoknak a mestereknek szavakkal kifejezhetetlen kendő tudásszintjét, akikkel ritka szerencse folytán találkozhattam az eddigi kendő-életem során, és keikózhattam velük. Tapasztalhattam, mit jelent a kendő tacudzsin, azaz az igazi mesteri szintet elért mesterek kendője, ahogyan a keikón keresztül megtapasztaltatták velem azt.

Az egyetemi másod éves tanév végén, Okajamában szervezett tavaszi kendő táborozáskor egy különös dolgot éltem át. Akkor két danos voltam és addigra már eléggé sok kendő edzési tapasztalatot szereztem, nem csak az Egyetemen, de Súdókanban és más dódzsókban is. Ma is szemem előtt látom az aznapi edzésen történeteket. A tábor első reggeli edzésétől kezdve minden reggeli edzésekor bejött egy igen idősnek látszó, sovány alkatú öreg bácsi, kimonóban, botra támaszkodva, és leült szejzába a dózsó szélén a mesterek számára kialakított tatamis helyre, és végig figyelte edzésünket. Az edzést az edzés színhelyének, az Okajama város Kórakudódzsójának mestere, az akkor 7. danos Jamane szenszei vezette.

A harmadik reggelen, amikor sorakoztunk, láttuk az öreg bácsit bejönni egyenes testtartással és könnyed gyors léptekkel, edzésre beöltözve, felvett dóban, bal kezében sinaival és jobb karja alatt ment tartva. Jamane szenszei szólt hozzánk: „Magukat ma ritka nagy megtiszteltetés érte. A mi nagy mesterünk ma külön azért jött be, hogy maguk számára keiko-t tartson. Ez rendkívül kivételes alkalom, így mindenki menjen hozzá egymás után keikót kérni.”

Csodálkozva egymásra néztünk, s miután a ment felvettük, a bácsi már előttünk állt keiko-ra készen. A 3–4. danos szenpaiktól kezdve egymás után eléje mentünk keiko-t kérni. Láttam, teljes erő bedobással mentek neki egymás után az idősebb klubtársaim, de még súrolni sem tudták, csak a leve-

s a reggeli futáskor ő biciklire pattant és minket követett kezében sinaival, jelezve, ha lemarad valaki, azal megveri a fenekét. Nem azért, de futottam végig.

Ez az oka annak, hogy most is javaslom a futást minden kendősnak, különösen azoknak, akik továbbfejlődni kívánnak, vagy valahogy gyöngének

gőt vágta. Táncoztatta őket a bácsi, minden erőlködés nélkül, könnyű, fürge asiszabakival. Minden egyes keiko csak pár percig tartott, de mindenki olyan kimerülve jött le, hogy csak levegő után kapkodtak. Látható volt a megrémült arcuk a men alatt. Hihetetlen látvány volt, mert már láttam őket más mesterekkel vívni, de ilyet addig soha nem láttam. Ők teljes erővel dolgoztak, de az öreg bácsi csak könnyed mozgással menre, kote-re simogatásnak is tűnő vágásokat ejtett, erőlködés nélkül.

A harmadéves szenpai-k után én következtem. Most is látom azt a tiszta fehér szakigava-t, amikor szonkjo-ba helyezkedtem a szenszeivel szemben. Az a szakigava úgy nyomult felém óriási fehér csillogó tárgyként, mintha az egész hirtelen egy vastag villanyoszloppá változott volna. A köszönéskor még előttem álló szenszei alakja pedig a fehér oszlop mögött eltűnt!

Nagyon meglepődtem, de összeszedtem magam és felálltam csúdan no kamae-ba, erre még inkább nyomasztóan nyomult felém a „fehér villanyoszlop”. Fejembe villant az a tanítás, hogy „az ellenfélre kardostul rátámadni!” Nekimentem teljes erővel tobikomi men-re, s erre hirtelen felbukkant a kenszen-em előtt 5 centire a szenszei men-je. „Sikerült!” Kiáltottam magamban, de abban a pillanatban a szenszei menje simán elmozdult a sinaim alatt balra, s én csak levegőt vágtam, közben fejemen nagy zsibbadást éreztem. Ezután akármit csináltam mindig csak éreztem vagy fejemen vagy kote-n a zsibbadást, majdnem elejtettem a sinait. Nem is tudtam, hogy honnan jönnek és hogyan kapom ki a szenszei vágásait. „Talán taiatarival lehet kizökkenteni az öreg szenszeit?” Villant a gondolat! Neki mentem menre, utána taiatari-ba teljes erővel, ahogyan kirikaesi-nál gyakorolunk. Mintha átlátott volna a gondolatomon, nem került ki támadásomat, most nem mozdult el félre, hanem visszafogta taiatari-mat. Úgy éreztem, mintha sziklának ütköztem volna, olyan kemény volt az öreg szensei, visszaröpültem és hanyatt estem.

Jamane szenszei az edzés után elmondta, hogy a mester már közel 80 éves, és csak ritkán tart edzést. Sajnos a szenszei nevét nem árulta el, de mi is elfelejtettük megkérdezni a hihetetlen érzés kábulatában.



Okajama prefektúra, Kóráku dódzsóban, Yamane szenszeivel (első sor balról második). Az álló sor bal szélén Yamaji, a jobb szélén Yamahara szenpai az évi kapitány 4. dan.

Ekkor egy életre megtanultam, hogy az igazi kendő tudás mit jelent. Azóta igaznak tudom ismerni azokat a legendás mesterekről szóló történeteket, amiket olvastam, hallottam. Később, amikor a Cukuba Egyetemen találkoztam Okadzima szenszeivel, Okadzima szenszei is alátámasztotta az én tapasztalataimat a saját hasonló fiatalkori élményével.

Az idei Budó-szemináriumkor a 7. danos profi kendő mester, Szakai szenszei is említette saját diákkori mesteréről Szató Nariaki szenszeiről, aki idén 74 éves elmúlt, hogy most sem tud semmit sem csinálni, amikor időnként mesterétől kéri a keikót, akárcsak diákkorában.

Valaki tudna nekem mutatni egyetlen egyet is, a küzdő „sportok” közül, de az olimpiai sportok közül is olyan versenyszámot, amelyben minél öregebb lesz valaki, annál tökéletesebb lesz a tudása? A kendő lényege szerencsénkre eddig még nem lett a „sport”, s megőrizte az elődeink által megteremtett hagyományos utat, értékét. Természetesen van még pár olyan japán vagy kínai tradicionális budó műfaj, ahol vannak olyan öreg mesterek, akik megőrzik az elődeik által elért legmagasabb tudás szintjét és annak továbbfejlesztésére töreksenek, így amelyről hasonlót lehet mondani, mint a kendőről.

Tehát ma is keresem ezt az igazi mesteri tudást. Ez lehet a kendő útjának igazi értelme. Ezt szeretném mindenkinek ajánlani, aki a kendő értelmét keresi. A komoly verseny eredménye értékes, de ne csak a verseny és a győzelem legyen a célja a kendő gyakorlásának, már fiatal korban sem. A győzelmi öröm elpárolog hamar, de az igazi kendő tudás az élet végéig fejlődik. Ezért rendkívül értékes kezdeményezés Abe szenszei részéről a Sógai Kendő Szeminárium megszervezése, és Óta szenszei megnyerése a Szeminárium vezetésére. A harminc éves életkornál idősebb minden két dan és efölötti dannel rendelkező kendősoknak feltétlen érdemes részt venni ezen a Szemináriumon, s az ott tanultakat hasznosítani és a kendő útján tovább haladni, nem csak a danvizsga-ért. Különösen azoknak ajánlanám, akik valamilyen bajnokságon eredményt is értek el, ahhoz, hogy azt az eddig elért kendő tudást továbbfejleszthessék igazi mesteri szintig.

Visszatérve a kérdéshez. Ha valamilyen változásról lenne szó, csak pár apró formainak mondható dolgot említhetek: Pl. tiltva lett a közelharcban használt gáncsolási technika, és ledöntött ellenfél menjének levétele, ami régebben természetes, rendes harci technikák egyike volt.

A diákkoromban még gyakran láttam idősebb klubtársaimtól, hogy gáncsolással ledönteni próbálkoztak, különösen akkor, amikor nem nagyon tudták kezelni úgymond normális kendővel az ellenfelet. Engem is pár alkalommal elgáncsoltak, de megtanultam hamar az ellenszerét és vissza is gáncsoltam olykor, ha az ellenfél ezzel próbálkozott.

Egyszer a 80-as évek végén meghívással Bécsbe mentünk, és az ott dolgozó japánok által szervezett kendő edzésen vettünk részt. Volt köztük egy arab férfi is, aki a Nemzetközi Atomenergiái Ügynökségnél dolgozott - a fő japán szervező is ott dolgozott - és kendő mellett dzsúdózott is. Amikor őt falhoz szorítottam men-vágás után, mert hely szűke miatt nem lehetett átmenni mellette, s a cubazeriai helyzetbe fogtam őt, akkor ösztönszerűen ucsigari gáncsolással akart ledönteni. Másik lábam beakadt a kissé puha dzsúdós tatamin - amin gyakoroltunk a betonpadló miatt -, s hátradőlés közben jókora ment vágtam neki a feje közepén. Utána mondtam neki, „Ha ez igazi kard lett volna, meghaltál volna! Különben a kendőben ez már tilos, ezen túl ne használd a gáncsolást.” Azt válaszolta, hogy „tudom, de a lábam

öszönösen úgy reagál, ha ilyen helyzetbe kerülök, de ezen túl, igyekszem helyesen kendőzni.” A következő évben Pestre jött társaival együtt 2. dan vizsgára, de a vizsga alkalmával is láttam, hogy majdnem gáncsolta a partnerét, amikor cubazeriai helyzetbe került. Szerencsére visszatartotta magát, s nem vitte véghez a gáncsolást és sikerült átmenni a vizsgán. Azóta, hogy mi lett vele, még kendőzik e, nem tudom, nincs hírem róla.

Más változás: akkoriban nem számított dzsógai hanszoku-nak, ha a versenyző egy helyesen végzett, de nem ippon-os támadás után nem szándékosan, hanem a támadás lendületében kilépett a pályán kívülre, különösen a „men” támadásakor. Ennek a helyzetnek értékelését később azzal egyszerűsítették, hogy minden kilépés „dzsógai hanszok”.

Ezekén kívül a sinpan szabályzatokban, illetve a danvizsga szabályokban van némi változás: pl. amikor én kezdtem kendőzni, akkor a felnőttek az első kjú vizsga nélkül rögtön az első danvizsgára jelentkezhetek, azt sem kérdezték, hogy hány éve kendőzik. Én háromhavi edzés után a klubkapitány parancsára első dan vizsgára jelentkezhettem, és megkaptam az első dan fokozatot. Aztán minden évben egy dannel feljebb mentem, azaz a fokozat szerzés után egy év elteltével jelentkezhettem minden következő danfokozatra, és 3 év alatt 3. danos lettem. Csak a 4. danvizsgát nem tudtam sikeresen letenni a szakdolgozat megírás miatti keiko kihagyásaim végett. Ez alkalommal a középiskolai legjobb barátom, Nakamura biztatására jelentkeztem danvizsgára a dolgozat leadása után, gondolván, megpróbálom, mert ha a TV-nél munkába állok, már nem lesz egykönnyen lehetőségem erre, ahogyan ezt mondogatta Nakamura, és biztatott is: jól csinálom.

A vizsgán felállás után rögtön éreztem, hogy lábam is, csípőm is gyenge. Nagyon szégyelltem magam, mert nem tudtam megfelelően kendőzni. Eből is sokat tanultam.

Tehát nem volt olyan előírás, amit jelenleg be kell tartani, hogy hány danhoz hány évet kell várni. Óta szenszei is említette múltkor, hogy ő már diák korában 5. danos volt ennek köszönhetően.

Egyébként Nakamura barátomnak köszönhetem azt, hogy egyáltalán elkezdhettem a kendőt az egyetemre kerülésem után. Egy tőle kapott komplett szerelés és ruha tette ezt lehetővé. Ő másik egyetemre járt már egy éve és kendőzött, valahonnan elhozta ezeket, jelezve ezzel, hogy ne habozzak elkezdeni. Akkoriban az egyéves rónin, gazdátlan samurájként töltött napjaim után semmi anyagi tartalékom nem volt egy kendő felszerelésre. Természetesen az akkori gazdasági helyzetünkben apámtól sem kérhettem az ilyen „luxust” a beteg anyám és három kisebb testvérem mellett. Anyám egyetemista korom első évében 43 évesen hunyt el. Egyébként azokat a diákokat hívják róninnak Japánban, akiket a felső-középiskola elvégzése után rögtön nem vesznek fel az egyetemre, és tovább kell folytatni a felkészülést magán úton a következő évi felvételre készülve. Ez nagy terhet jelentett és jelenthet máig a japán átlag család számára. A szegény családból alig lehetett egyetemre menni és általában a felső-középiskola elvégzése után munkába álltak, sőt nagyon sokan még az alsó-középiskola befejeztével, a kötelező iskolai tanulás végeztével.

Röviden a kérdésre válaszolva: nekem nem úgy tűnik, hogy változott volna a kendő lényege. A gyorsasági, vagy valamilyen vívás technikai változásokról hallom olykor, de számomra az előbb elmondottak szempontjából nézve azok lényegtelenek. Biztos fontos lehet ez is, ha csak versenyzésre



1965. nyári tábor, Ehime prefektúrában, a Kódzsókan dódzsó előtt.
Az első sor jobbról második az ifjú Yamaji, harmadik Matsunami szenpai,
álló sor balról harmadik Amano szenpai 8 dan.

gondolunk. De azért reménykedem, hogy a sportolás irányába való túlzott hajszolás nem fogja elvakítani a szemünket a kendő igazi értékének és értelmének meglátásában, megismerésében, különösen az igazi kendő hagyományával még nem rendelkező külföldi kendősokat illetően. A kendő nem verekedés, hanem szellemi és a testi művelés és csiszolás.

Közben eszembe jutott egy komolynak mondható változás a sinai és maai értelmezésében. Amikor kezdtem kendőt tanulni a diákkoromban, első dolog az volt, hogy a sinai-t igazi kardnak kell tekintenem, s nem egy bambuszbotnak, amivel verekszünk tetszés szerint. Ebből kifolyólag a megfelelő maai tartása úgymond élet-halál kérdés volt, azaz ha az ellenfélnek kedvező maaiba óvatlanul belép az ember, akkor neki vége, ellenkezőleg ha meg van a saját maaija, akkor annak óvatlan felrúgása az ellenfél részéről végzetes számára. Nagyon érzékenyen és komolyan vettük a maai kedvező biztosításért való küzdelem, a maai no toriai-t. Mindig eszünkben járt az a komolyság, ha kikapok, akkor vagy meghaltam, vagy nincs kezem, csakis szerencsénk, hogy sinai révén tovább gyakorolhatunk, ha az éles helyzetben éles karddal lett volna... A japán kendő tradícióját nem ismerők számára elképzelhetetlen vagy nevetségesnek tűnhet ez, de ez a szellemi komolyság emeli a kendőt magas művészetté.

Egyszer szemtanúja voltam ennek a maai-ért való kemény szép küzdelemnek. A Kanszai Régió – Ószaka is ehhez a régióhoz tartozik – Egyetemista Egyéni Bajnokság döntőjében történt, ha jól emlékszem 1966 tavaszán. Sirafudzsi 4. danos a Kanszai Egyetemről, aki akkoriban egymást követő évben megnyerte a bajnokságot, és az ószakai fogorvosi egyetemista Óta 3. danos közötti döntő vívásban. Óta csak névrokon Óta szenszeivel.

A megfelelő maai megszerzéséért folyt a küzdelem, egyikük sem találta a megfelelő támadás pillanatát, lehetőséget. Síri csendben figyelték az egész csarnokban a nézők és a diáktársak. Csak haladt előre az óra mutatója. Óta

szeme nyomásától kezdett hátrálni Sirafudzsi. Sirafudzsi megpróbálta viszsanyomni, de Óta nem hagyta magát, tovább erősítette a nyomást és előre nyomult biztos szuriasi-val. Sirafudzsi sarokba szorult, senki nem gondolta előre ezt a helyzetet, de megint hátrált egy picit fél szuriasi-val, s kint volt egyik lába. „Dzsógai hanszoku 1 kai!” – kiáltotta a bíró. Vissza a kezdő vonalhoz, s megint kezdett hátrálni Sirafudzsi Óta szeme-jének nyomása alatt. Az egész csarnok légzést visszafojtva figyelt rájuk, s Sirafudzsi megint a pályán kívül találta magát. „Dzsógai hanszoku 2 kai, Ippon!”. Ezzel Óta legyőzte a legesélyesebbnek tartott többszörös bajnok Sirafudzsit. Sirafudzsi az ezt követő országos egyéni kendő diákbajnokságon megnyerte a bajnoki címet, visszaszerezve a „becsületét”.

Semmi felesleges sinai csattogtatás, vagdosódás nem volt közöttük. Ma-napság még világbajnokságokon sem látható ehhez hasonló „hátborzongató” feszült, maai-ért vívott küzdés, szemelai.

A mai vívás a sinai-t csak eszközként használó gyorsasági versenynek hat. Nem látható a régi kendősokon érzett sinai iránti komolyság, mintha az igazi kard lett volna. Ez lehet talán legnagyobb különbség a régi és mai kendő



Az álló sor közepén Komorizono szenszei. Jobbján Furuya szenszei, előtte Matsumi szenpai, a csapatkapitány. Én az álló sorban jobbra nézek. Előttem félig guggolva Suzuki szenpai 5. dan. A bal oldalamon Kiguchi szenpai 6. dan.

között, ami egyre a sportkénti viszonyulás felé viszi a kendőt. Ez nagyon sajnálatos és komoly akadályt fog majd jelenteni sok kendős számára az igazi kendő értelmének felfedezésében, az igazi mesteri tudás elérésében.

Ezzel kapcsolatban el kell még mondjam, nagy szerencsém volt az, hogy egyetemista koromban kezdőként három éven keresztül tanulhattam Komorizono Maszao (1919–1995) szenszeitől a kendő alapjait. A másodév tavaszán az év klubkapitányának, Macunami szenpainak sikerült megnyerni mesterünknek Komorizono szenszeit, az akkor 7. dan kendő kyósi (rá két évre 8. dan, később 9. dan hanshi), az országszerte híres neves kendő mestert.

Komorizono szenszei a háború előtt a Tokiói Tanárképző Főiskolán, a Tókjó Kótosihangakkó Kendő szakán tanult, és akkor, amikor mi felkértük hivatalos sihan-nak, mesterünknek, az 1963-ban megnyílt ószakai Súdókan dódzsó kendő szakvezető oktatója volt, de előtte az Ószaka prefektúra déli részén lévő Kisivada város felső-középiskolájának testnevelő, kendő tanára volt. Macunami

szenpai ott tanult kendőzni Komorizono szenszeitől, ennek az egykori diák-tanár kapcsolata révén hozzá mertünk fordulni kérdésünkkel. Macunami szenpait kísérve először ott ismerkedtem meg szenszeivel közelebbről.

Komorizono szenszei irányításával folytathattam harmadéves koromban a Klub kaptányaként a kendőt, s

negyedéves koromban az Országos Diák Kendő Csapatbajnokságig eljutottunk, ahol a második fordulóban kikaptunk az év bajnoki csapatától, a Tókjó Kjóiku Daigaku, azaz Tokiói Pedagógia Tudományegyetem csapatától. Ez a bajnokság olyan óriási élményt hagyott bennem, amit máig őrzök a szívemben és annak a pillanatait is pontosan látom a szemem előtt. Az első fordulón legyőztük az esélyesnek tartott Kagosimai Kereskedelmi Egyetem csapatát. Mivel egy Kjúsú szigeten lévő, Kagosima prefektúrából érkezett csapatról volt szó, mindenki nekik adta a győzelmi esélyt. Én két ment vágtam ellenfelemnek. De a második fordulón, ahogy előbb említettem, természetesen kikaptunk a Tókjó Kjóiku Daigaku csapatától, még hozzá 6-1-re. Japánban a diák csapatbajnokságokon hétfős csapatok küzdenek. Valami csoda folytán nekem sikerült azt az egyetlent győzelmet megszerezni. Az elsőként kikapott dó vágás után, amikor az ellenfelem – később a Cukuba Egyetemen Szató szenszeitől megtudtam, hogy Szakudó szenszei volt az – dzsódan kamaét vett fel, ezzel szemben nekem sikerült előbb ment vágni, s utána kotét, amely kote-je olyan közelinek látszott a sinai-m előtt, hogy önkéntelenül is odanyúltam, és meglett a kote találatom. Az örömtől, „kote, kote”-t kiabálva majdnem kibújtam bőroimból.

A Tókjó Kjóiku Daigaku, azaz Tokiói Pedagógia Tudományegyetem (ma a Cukuba Egyetem), elődje a háború előtt a Tókjó Kótó Shihangakko azaz a Tokiói Tanárképző Főiskola volt. Ott indította 1908-ban az első középiskolai kendő tanárképzést Japánban a híres kendő mester, Takano Szaszaburó szenszei (1862–1950), a Nakanisiha Ittórjú Iskola főmestere, az akkori Főiskola igazgatója, Kanó Dzsigoró felkérésére. A megalapítása óta számtalan neves mester nevelkedett ki az iskolából, így például Komorizono szenszei. Komorizono szenszei több egyetemen is oktatott kendőt. Amikor 1984-ben létesült a Kokuszai Budó Daigaku, azaz a Nemzetközi Budó Egyetem, Komorizono szenszeit kérték a kendő szakalapító tanszékvezetőjének. Abe szenszei is Komorizono szenszei kendő szakos tanítványa volt. Azt hiszem, hogy amikor Abe szenszei a Budó Egyetem elvégzése után a Cukuba Egyetem MA kurzusán folytatta a tanulmányait, az is Komorizono szenszei hatása vagy útmutatása alapján lehetett, remélem, nem tévedek. Így találkozhattam Abe szenszeivel, amikor tanulmányúton voltam a Cukuba Egyetemen, 1991-ben.



„Men ari!” A Tokiói Idegennyelvek Egyetem csapatával szemben, 1966.



Abe mester és édesapja 1992-ben, Magyarországra érkezése előtt.

Nagy megtiszteltetésemre a Japán Alapítvány Fellowship támogatásával 1991. májustól 1992. júniusig több mint egyévig folytathattam a tanulmányaimat a Cukuba Egyetem Budó-Tudomány Tanszékén és a Kendō Tanszékén. Szató Nariaki szenszei és Kóda szenszei irányítása alatt tovább alapozhattam kendō tudásomat. Mindennap részt vehettem az Egyetemi Kendō klub edzésén. Olykor reggel, déután és este háromszor is kendőztem. Minden nap hálával tekintek vissza Szató szenszei, Kóda szenszei tanításaira

és az akkori hallgatók segítőkészségére, akik tanításainak és segítségének köszönhetően tudtam tovább alapozni kendōmat és a „hazatérésem” után megerősíteni és továbbfejleszteni a magyar kendō szakmai életét. Ez is volt egyik fontos célja a tanulmányútnak.

Az, hogy ezt az egy évet végig „állva tudtam maradni”, annak is köszönhettem, hogy diákoromban megkaptam a helyes alapozást Komorizono szenszeitől, és ezen alapismereteim birtokában követni tudtam Szató szenszeiék tanításait, útbaigazításait. Továbbá az is ennek köszönhető, hogy sok betegségem leküzdésével hatvannyolc évesen ma is élvezettel kendőzhatok.



Az Össz Japán Diák Kendō Csapatbajnokság, bevonuló, 1967. Előttem Uemura csapatkapitány 4. dan, aki 1990-ben Magyarországra látogatott és edzésen is részt vett.

Abe szenszei mellett Szakai szenszeivel is akkor kerültem ismeretségbe. Szakai szenszei akkor az MA kurzust éppen végzett fiatal szakemberként dolgozott a Cukuba Egyetem Budó Tanszékén.

Annak az évnek férfi csapat tagjai nagyon erősek voltak, mind az egyeniben (1., 2., 3. teljes győzelem) mind a csapatban bajnokok lettek. Az akkori diákok ma már a japán kendō szakma gerincét alkotó oszlopos tagokként folytatják a kendō oktatói tevékenységüket, és a budó-tudományi kutatá-

saikat. Az, hogy Abe szenszeit megnyertem a magyar kendő számára, ez is ennek a tanulmányútnak külön kiemelendő hozadéka volt, a saját eredményeim mellett.

Az Alapítvány ösztöndíja nem egy „sport ösztöndíj”, hanem tudományos ösztöndíj. Pályázatomban a budó eszmetörténetét a japán eszmetörténet eddig nem nagyon kutatott témájaként foglaltam össze, amelynek mélyreható kutatása minden bizonnyal nagyban hozzá járul Japán jobb megértéséhez, különösen a busi gondolatvilágának igazi megértéséhez, mert máig, ha a busiról van szó, majdnem csak vérszomjas harcosként rajzolják őket, különösen az európai és amerikai könyv világában. A pályázatomban a kendő szakmai gyakorlásának fontosságát is hangsúlyoztam a gyakorlással együtt igazán érthetővé váló budó-eszme kutatásához.

A pályázathoz kötelező kettő helyett öt szaktudós ajánlását szereztem, akik támogatónak jelezték ajánlásukban egyetértésüket az én kendővel kapcsolatos koncepciómmal is. Egyik ajánló Szató szenszei volt, akihez az akkori Nemzetközi Kendő Szövetség (IKF) főtitkára, Szató Iszamu szenszei ajánlásával kerültem. Szerencsére az Alapítvány akkori vezetése is ezt pozitívan értékelte és elfogadták a pályázatomat.

Minderre azért tértem ki, mert akkor, amikor megkaptam az ösztöndíjamat, számomra érthetetlen módon akadtak olyanok, akik úgy értelmezték, hogy „bezzeg, ezért kendőzött, és hajtotta őket Jamadzsi, hogy kaphasson egy ösztöndíjat.”

Utólag megtudtam, hogy az én köszönetemet így értelmezték, amit azon a búcsúpartin mondtam, amely összejövetelt a néhai Nagy István VSZM Községi Ház igazgatója, kendő barátom szervezett számomra. Abban a köszöntőben az addigi együttműködést megköszönve, a japán számára természetes módon köszönetem kifejezése jelül azt mondtam, hogy „a kendő is, valószínű, sokat nyomott a latban”. Eszembe sem jutott akkor, hogy ezt a részemről kedvesség viszonzásul mondott normális köszöntési formulát egyesek oly módon értelmezik, mint ahogy előbb említettem. Remélem, már eltűnőben van ez a fajta irigység hajtott csúnya háta mögötti suttogás, ami nagyon megrongálhatja az „önkéntes társadalmi közösség” egészséges fejlődését és működését.

Ne felejtsem itt említeni, különösen a fiatalabb társaink számára, hogy a Szató szenszeivel együtt említett Kóda szenszei 1986-ban járt Magyarországon az első Japán Kendő Delegáció tagjaként, ezt megelőzően 1985-ben pedig a VI. Kendő Világbajnokságon az egyéni kategóriában szerzett bajnoki címet. Akkor 6 danos volt, jelenleg Szató szenszei utódjaként Cukuba Egyetem Kendő Tanszékét vezeti, 8. dan kendő kjósi.

Visszatérve a kérdéshez, az elmondottakból is talán világos, hogy miért gondolom úgy, hogy nincs lényegi változás a régi és a mai kendő között, illetve nincs külön egy modern kendő az én szememben. Az igazi kendő tudás eléréséhez csak a kitartó és alázatos helyes kihon gyakorlás vezethet. A japán nagy mesterek saját edzésének lényegét kifejezi az a mottó: „Kihon ni kaeru!” [Vissza a kihonhoz!]

Következő számunkban Yamaji tanár úr beszámol Magyarországra történő érkezéséről és a magyar kendő születéséről.

Bánáti Zsombor

Kendō egy életen át, Európában I. rész

Alain Ducarme, az Európai Kendō Szövetség elnökének írása



A nagy nemzetközi kendō versenyek eredményeinek és az ott mutatott vívások alapján elmondhatjuk, hogy a világ kendőjében a két nagy nemzet (Japán és Korea) mellett egyre kiegyenlítettebbek az erőviszonyok és az európai mezőny az utóbbi években nagyon megerősödött. A 2012-es Világbajnokságon Japán és Korea mellett a férfi csapatversenyekben Magyarország, női kategóriában Németország ért oda a dobogóra.

Európában a kendō fejlődése nem csak az eredményekben látszik, hanem a minőségben is. Egyre több magas danos mester válik azokból a kendőkákból, akik először elkezdtek a japán vívást az Öreg Kontinensen.

Ezért szükségesnek látjuk, hogy közelebbről megismerkedjünk az európai mesterekkel és az Európában működő kendō szövetségek munkájával.

Jelen írás az Európai Kendō Szövetség elnökétől, Alain Ducarme-től származik, aki az európai kendō élet egyik vezető személyisége. Cikke korábban a Kendō Nippon magazinban jelent meg és a szerző engedélyével közöljük.

Shogai Kendō n° 1

1944-ben születtem, 1960-ban találkoztam a judoval, majd 1963-tól 1975-ig karatét gyakoroltam, azt követően pedig mai napig kendőt. Jelenlegi fokozatom 7. dan, renshi. A brüsszeli Yu-Hikendō klub vezetője, továbbá a belga szövetség technikai bizottságának a tagja vagyok; az Európai Kendō Szövetségben (EKF) elnöki, a Nemzetközi Kendō Szövetségben (IKF) pedig alelnöki posztot töltök be, és nemrég az a hatalmas megtiszteltetés ért, hogy az európai kendō fejlesztésében végzett kitartó munkám elismerése gyanánt átvehettem az Aranysugaras Felkelő Nap rozettákkal díszített érdemrendjét. A kitüntetésben természetesen egyként osztozom az EKF vezetőségével és tagságával.

Jelenleg karkedvezményes nyugdíjban vagyok. Ez a körülmény nem mellékes. Tulajdonképpen, míg dolgoztam, nem volt lehetőségem oly módon fejleszteni a gyakorlásunkat, ahogy azt az elmúlt három évben tettem, mióta már nem dolgozom. Manapság heti öt edzéslehetőségünk van. A Yu-Hikendō klub, tehát a saját klubom, 60–80 tagot számlál.

Hétfő esténként úgy tizenöt körüli a létszám. Mivel kevesen vagyunk, személyre szabottan tudok foglalkozni mindenkiel. Az edzés este fél héttől nyolc óráig tart. Ez nem a legideálisabb. Belgiumban az emberek többsége délután öt és hat óra között fejezi be a munkanapját. Brüsszel mérete és a nagy forgalom miatt a gyakorlók átlagosan háromnegyed órát kell utazzanak

a város dél-keleti felében lévő dojo és a munkahelyük között.

Az edzéseket katákkal kezdjük, majd következnek a suburi, kirikaeshi, uchikomi gyakorlás és az edzés 20 perc vívással zárul. Zuhany, aztán találka a büfében, ahol két jóféle belga sör mellett még beszélgetünk kicsit, a téma mindig a gyakorlás valamely részlete.

A Brüsszeli Egyetemen megnyílhatott egy kendō szekció, edzéseink keddtől délután vannak. Immáron két éve, hogy ezek az órák működnek. Az egyetemi kendō nálunk nagyon más, mint Japánban. Az edzéseket látogathatják a diákok, az egyetem oktatói, és egyéb alkalmazottai. Az egyetemisták nálunk találkoznak először a kendōval.

A szorgalmi időszak nagyon rövid, mindössze szeptember közepétől május elejéig tart. Ha figyelembe vesszük a szüneteket és vizsgaidőszakokat, az év folyamán nincs több 30 órányi foglalkozásnál. Ráadásul az egyetemi oktatói kar viszonylag idős. Az egyetemi kendō órák tehát érdekes kihívást jelentenek, de ez egy hosszú távú munka. Meg kell ismertetni a kendōt az egyetemistákkal, akiknek fogalmuk sincs erről a világról. Sokkal több idő szükséges az első, megfelelően gyakorlott páncélosok kineveléséhez. Mikor évente csak 30 óra áll rendelkezésünkre hosszú kihagyásokkal (májustól szeptemberig nem gyakorolnak), akkor rengeteg türelemre és kitartásra van szükség. Egy eleve hűtlen közönséghez szólunk: az egyetemi tanulmányok csak öt évre szólnak, utána mindenki belemerül a munkába. Minden évben érkeznek új gyakorlók, de tudjuk, hogy 90%-uk nem marad 2–3 hónapnál tovább.



Szerda délutánonként 15.00-tól másfél órás junior edzést tartunk. Szerda az a nap, amikor az iskolákban délután nincs tanítás. A gyerekek jelentik a gyakorlás jövőjét. De ez is hosszú távú munka. Az iskolásokkal két nehézség is van. A világ, amelyben élünk nem támogatja a kendō gyakorlásban előtérbe helyezett értékeket. Mégis meggyőződésem, hogy ezek megőrzése jelenti a kendō jövőjét. Munka, kitartás, hűség, alázat, a magam és a másik tisztelete. Csak néhány, a ma kevésbé divatos értékekből, melyek nélkül pedig senkiből sem lehet „embert faragni”. A másik buktató a junioroknál az, hogy mikor

elérlik a 16–17 éves kort, felfedezik az éjszakát, a barátnőzést és bekerülnek az egyetemre, ami sokszor teljesen átalakítja szokásaikat.

A csütörtök esti edzésen találkozni a legtöbb régi gyakorlóval. Este hét és kilenc óra között átlag harmincan gyűlünk össze. Egy 7. danos, egy 6. danos, három 5. danos, négy 4. danos, három 3. danos, öt 2. danos, öt 1. danos, és tíz kyu fokozatú, akik közt kettő-háromnak még nincs páncélja. Suburi, láb-munka (ashisabaki) alaptechnikák, kirikaeshi, uchikomi, kakarigeiko, és fél óra vívás. A mokuso alatt az egyik gyakorló sakuhachin (bambuszból készült japán tradicionális furulya – szerk.) szokott játszani. Zuhany, majd indulás egy közeli étterembe, ahol kisebb létszámban, de élénken folytatódik az este úgy éjfélig.



Szombat délelőtt 9 órától 11 óráig van a leglátogatottabb edzésünk. Ide a fiatalok is be tudnak csatlakozni. A hétköznapi órák nekik túl későn kezdődnek. Gyakran negyven körüli a létszám. Fél óra kata gyakorlás után a csoport két részre oszlik, bogusok és páncél nélküliek külön gyakorolnak, utóbbiakkal ilyenkor tudok koncentráltabban foglalkozni.

A hónap 3. szombatja az 5. dan és felettieké. Déltől egy óra vívás csak nekik van fenntartva.

A technikai bizottság tagjaként erőnket azokra a látogatásokra összpontosítjuk, melyeket a francia ajkú szövetség dojoiban teszünk. Különbözőbb részletezés nélkül annyit érdemes tudni, hogy Belgium szövetségi állam. Két szövetségi tagja van, egy flamand és egy francia-nyelvű. A közös belga ernyő alatt két kendō szövetség létezik, mindkettő önálló és független, minthogy tiszteletben tartja az EKF (Európai Kendō Szövetség) szabályait. A két szövetségi tag között szívélyes a viszony, gyakoriak a találkozások.

Ezek a szövetségi dojo-látogatások fontosak, ezek biztosítják a kapcsolatot a „főváros” és a „vidék” között. Mivel az események nagy többsége Brüsszelben zajlik, a peremvidékek dojoiban feszültséget kelt, hogy nekik bizony több erőfeszítésükbe kerül, ha részt akarnak venni ezeken, hisz utazniuk kell. A látogatások alkalmával mindig szívesen fogadnak minket.

Minden évben két bajnokságot szervezünk. A Belga Kyu Bajnokságra novemberben, a Dan Bajnokságra márciusban kerül sor.

Évi két nagy szemináriumunk van, mindkettő Hirakawa sensei vezetésével. Az egyik augusztusban, a másik decemberben. Ezeken a szemináriumokon 15–20 nemzet képviselteti magát, kb. 150 résztvevővel.

Tevékenységeim harmadik köre az európai szövetség elnöki posztja. Az EKF szervezi az Európa-bajnokságokat, az európai bírói szemináriumot és a 6. és 7. danos vizsgákat. Évente 3 bajnokság kerül megrendezésre.

- A kendō Európa-bajnokság, melyet a világbajnoki évek kivételével minden évben megrendezünk. Ez vándorbajnokság, melynek minden tavasszal más ország ad otthont: 2008-ban Finnország, 2010-ben Magyarország, 2011-ben Lengyelország (2013. Berlin - szerk).
- Novemberenként az iaido Európa-bajnokság, melynek 2008-ban Svájc, 2009-ben Hollandia adott helyszínt (2010. Franciaország, 2011. Andorra, 2012. Anglia, 2013. Franciaország - szerk).
- És a jodo Európa-bajnokság, mely egészen az idei évig az iaido bajnoksággal párhuzamosan futott, de 2010-től önálló rendezvényként szerepel, az első alkalommal ebben az új rendszerben Belgiumban. (2011. Anglia, 2012. Belgium, 2013. Andorra – szerk.)

Az EKF rendezi továbbá a rendszeres bírói szemináriumot is, melyre minden év februárjának második hétvégéjén kerül sor, Brüsszelben. Európa minden országából érkeznek résztvevők, összesen mintegy 200-an. Az EKF felelőssége a 6. és 7. danos vizsgák megszervezése is. Ehhez a ZNKR által kiválasztott három fős delegáció sensei-ei adnak segítséget. Vizsgaalkalmak vannak a bírói szemináriumon, az Európa-bajnokságon, Világbajnokságon, és más jelentős megmozdulás alkalmával.

Az Európai Kendō Szövetség egy öt tagú vezetőtestületből áll. Tagjai Hein Odinot alelnök úr Hollandiából, Raf Bernaers titkár, Belgiumból, Dieter Hauck kincstárnok, Ausztriából, Jean-Pierre Raick technikai igazgató Franciaországból, és jómagam, az elnök. (2011-től a következő képpen változott az EKF elnökségének összetétele: Alain Ducarme elnök, Dieter Hauck alelnök, Pekka Nurminen főtitkár, Vadadi Zsolt kincstárnok, Jean-Pierre Raick technikai igazgató – szerk.)

Havonta egyszer találkozunk nálam, Brüsszelben. Leggyakrabban egy pénteken, mikor a találkozó 10.30-kor kezdődik, hogy mindenkinek legyen ideje megérkezni, és vacsorával zárul 23.30 körül. Bernaers, Odinot és Raick urak autóval térnek haza, míg Hauck kincstárnok úr nálam tölti az éjszakát, és szombat reggel ül repülőre. Jelenleg abban a szerencsés helyzetben vagyunk, hogy mindannyian egy 200 km sugarú körön belül lakunk, kivéve a kincstárnokunkat, aki Bécsben él. Ez lehetővé teszi, hogy alkalmanként csak délután találkozzunk, és estére mindenki hazaérjen 3–4 óra tanácskozás után. Ezen rögzített programokon kívül évente többször is megjelenünk külföldi országok szemináriumain, mint meghívott vendégek. Idei listámon szerepel Portugália, Csehország, Dél-Afrika, Olaszország, Románia és Lengyelország (Ducarme úr 2011-ben a Hungária Kendō Kupára is ellátogatott – szerk.). Meglehetősen zsúfolt a naptáram.

A negyedik szegmens az IKF, másképpen FIK alelnöki posztja (Nemzetközi Kendō Szövetség). Ez a tisztség egy találkozóra kötelez a világbajnoki év-



ben és azt megelőzően, és újabban részvételt kíván a Spotaccord (Nemzetközi Sportszövetségek Általános Szövetsége) találkozókra, melynek az IKF immár három éve a tagja. Ám az IKF és a ZNKR (Össz Japán Kendo Szövetség) találkozók száma ennél nagyságrenddel nagyobb: évente 4–5 alkalommal találkozunk.

Kendő tevékenységem rövid áttekintése

1963-ban, az egyetemi tanulmányaim kezdetén fedeztem fel a karatét, és azt a tanárt, aki óriási hatást gyakorolt egész további életemre: Jacques Castermant. Általa kóstolhattam bele a Zenbe, a szellem és a test kölcsönös egymásra hatásaiba, a jól végzett munka örömébe. Neki köszönhetem, hogy azóta is szenvedélyesen próbálom kifürkészni a japán lélek rejtélyeit. Mind a mai napig rabja vagyok ennek a kíváncsiságnak. 1975-ös térdsérülésem következtében abba kellett hagynom a karatét. Aztán 1976-ban egy barátom, Francis Van Hecke, aki azóta is gyakorol és jelenleg Rio de Janeiróban él, bevezetett a kendőbe. Nem is tudtam volna belenyugodni, hogy soha többé ne gyakorolhassak valamilyen harcművészetet. Kendőzni kezdtem, hátráltatva a sérült jobb lábamtól és képtelenül leülni seizába. A Yu-Hikendō klubban indultam. Jacques Dupont (4. dan), az EKF akkori titkára, és Kasahara sensei, IKF főtitkár bizalmasa volt a tanárunk. 1977-ben, Oka sensei szemináriumán szereztem 1. dant. 1979-ben részt vettem a Sapporo Bajnokságon és a Kitamoto-i edzőtáborban. Poolban csak Yamada senseitől kaptam ki, aki aztán a bajnokság győztese lett, de ez elég volt ahhoz, hogy ne jussak tovább. Kitamotóban az Onuma sensei vezette csoportba kerültem.

Kasahara sensei meghívott magához, és beszélt nekem a terveiről, meg arról, hogy milyen lehetőségeket és problémákat lát Európában. Akkor már az EKF főtitkára voltam, 1978-ban választottak meg. Bemutatott Nobuo Hirakawa senseinek. Hirakawa sensei stílusában nagyon megszólított valami. Kitamoto volt az első találkozásunk helyszíne. Azóta a tanárom lett, évente kétszer tudunk találkozni. Aztán az a hatalmas szerencse ért, hogy találkozhattam Nakakura senseijel. Hosszú éveken keresztül járt Belgiumba. De Onuma senseinek köszönhetem, hogy mint az EKF elnöke megtaláltam a helyemet. Továbbá szerencsém volt találkozni számos senseijel, és összességében véve minden találkozás tovább építette bennem a kendő megértését. Itt ragadom meg az alkalmat, hogy megköszönjem a ZNKR-nek, hogy minden alkalommal a segítségünkre volt, ahányszor csak az EKF felkéréssel fordult hozzá, és az ég tudja csak, hogy ez hányszor megesett.

Másik szerencse, hogy a munkám révén, mely rengeteg utazással járt, gyakran volt alkalmam nem csak európai dojokban gyakorolni, de Koreában, Hong-Kongban, Singapurban, Shanghajban és sok japán dojban is. Ez is segített jobban megérteni a gyakorlást.

Az én mumusom még mindig a lábmunka. Tudom, hogy mennyire alap-



vető, de a sérülésem megvan, és a szaporodó évek csak rontanak a helyzeten. Tudom, hogy a helyes mozdulat létrehozza a helyes gondolatot, és a helyes gondolatból születik a helyes mozdulat, ezért, mert csiszolni akarom magam, számomra egyértelműnek látszik, hogy nem hagyhatom abba a gyakorlást. Igazságtalannak találnám, hogy a nekem megadatott szerencséből, hogy a kendővel találkozhattam, mások ne részesüljenek. Biztosítani kell tehát az átadást.

Hitvesem tisztában van vele, hogy a gyakorlás elengedhetetlen a számomra. Tehát nem gördít elé akadályt.

Amikor egy újoncnak kell bemutatnom a kendőt, mindig a reigt emelem ki. Az európaiak számára ez egy nagyon szokatlan dolog. Ezért fontos rámutatni, elmagyarázni, hogy a sensei és a senpaiok felé mutatott gesztusok, a munka, és a gyakorlásba fektetett idő iránti tiszteletet fejezik ki és nem valami szolgai alázat megnyilvánulásai, ahogyan azt nemegyszer tévesen gondolják.

A másik dolog, amire nagy hangsúlyt fektetek, a motivációk fejlesztése. Kezdetben motiváló lehet a felszerelés iránti „romantikus” érdeklődés, a versenyek, aztán edzéseket követő bulizás (vacsorák), a bajtársiság, a következő fokozat megszerzése, és néha megérkezünk ahhoz a felismeréshez, hogy a gyakorlás az emberré válás egy alapvető eleme.

A gyerekektől feltétel nélküli elköteleződést kérek az első pár hónapra. Utána eldöntik, hogy folytatják-e vagy sem.

A kendőben rátaláltam valamire, ami alapvetően képes strukturálni a létezésemet. Nem ismerek más sporttevékenységet, amely lehetővé tenné az idős korúak gyakorlását, a generációk találkozását és annak a megvalósítását, ami számomra az élet útját jelenti: „ismerni, tudni, átadni”.

Így látom ezt ma: másként, mint tegnap, és nyilván másként, mint a holnap fogom.

Alain Ducarme



Ducarme úr további írásait következő számunkban közöljük.

Szerkesztette: Bánáti Zsombor

Kendő felszerelés

Általános tudnivalók a shinairól

A japán vívás évszázadokon át tartó fejlődésével együtt a kendőban használatos eszközök és a védőfelszerelés is módosult. A polgárháborúkkal tarkított japán történelemben a harcosok számára a fő cél az volt, hogy békeidőszakban is teljes biztonsággal gyakorolhassák a vívást. A kendő felszerelés a kendőt gyakorló legfontosabb eszköze legyen szó a bambusz kardról (shinai), vagy a páncélzatról (bogu). A kendőkának, ezért tisztelettel és odafigyeléssel kell viselnie, gondoznia ruházatát, felszerelését.

Cikksorozatban a kendő felszerelés egyes részeinek kialakulását és szakszerű használatát kívánjuk bemutatni, valamint tippeket adunk arra, milyen módszerekkel lehet az intenzív igénybevétel mellett ápolni és megővni a felszerelést.

A shinai kialakulásának történelmi háttere

A shinai, azaz a bambusz kard létrejöttét is – ahogy a kendő felszerelés többi részének kialakulását – egy szükségszerű folyamat előzte meg. Az Edo-kor (kb. 1600–1867) középső szakaszának békés időszakában a bushik többnyire igazi, acél pengéjű karddal (*shinken*) gyakorolták a vívást. Ez a fajta gyakorlás azonban rendkívül balesetveszélyes volt. Egy olyan történelmi szakaszban, amikor a következő csatára való felkészülés és a testgyakorlás lett volna a fő cél, több halálos áldozatot követeltek ezek a küzdelmek. Így a gyakorlásokat az igazi kard formájára megmunkált fakarddal (*bokuto*) kezdték el végrehajtani. Noha a bokuto nem fém, hanem egy tompa és tömör kard, ebben az esetben is előfordultak balesetek, így a fa kardot a *katák* (képzelt ellenfél elleni kitalált szituáció) végrehajtására használták, ám ezek a szituációk valós küzdelemben, háborúban nembizonyultak elég hatékonynak.

A 18. század elején, a Jiki shinkage-ryu iskola vezetője, Naganuma Shirozaemo mester használt először a mai kendő felszereléshez hasonló védőeszközt. Ezzel együtt szükségszerűvé vált, hogy megtalálják azt az a fegyvert, amely a legjobban hasonlít az igazi kardhoz, de nem balesetveszélyes vele a gyakorlás. Így alakult ki a bambuszból kialakított kard, a *shinai*.

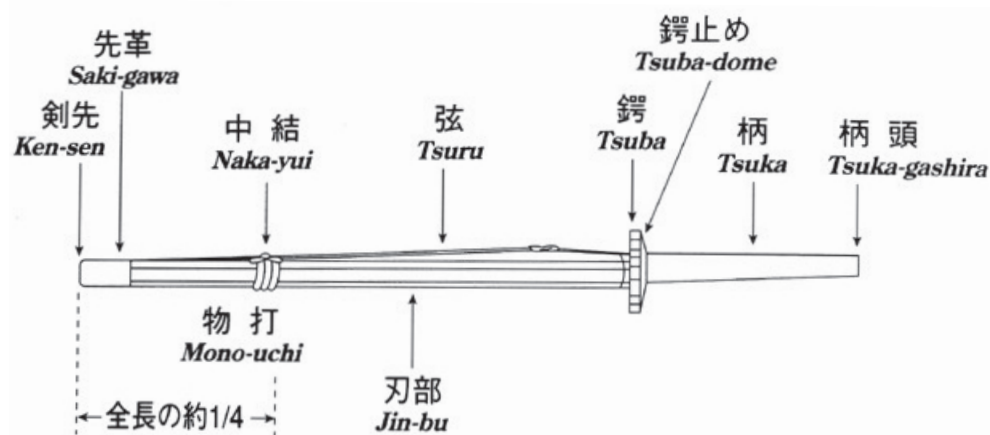
A védőfelszerelés és a bambuszkard kialakítása után a 18. század közepén Nakanishi Chuzo az Itto-ryu iskolából volt az első, aki shinai segítségével történő új kenjutsu edzés módszert kezdett el fejleszteni. Hamarosan egy új típusú kenjutsu verseny vált népszerűvé a helyi dojókban, és terjedt el az egész országban a Tokugawa korszak vége felé, az 1789–1801 közötti időszakban.

A kezdetleges kialakítású védőfelszerelést az Edo-kor második felében (a 19. század küszöbén) már újfajta kendő felszereléseket kezdtek használni, amikkel jobban lehetett gyakorolni. Lecserélték a mellvért (*do*) anyagát és a védőkesztyű (*kote*) bélése és borítsa is megváltozott. Az úgynevezett *fukuro shinait*, ami csőszerű, bőr zsákba varrt bambuszszeletekből állt, felváltotta a *yotsuwari shinai*. Ez már négy bambuszszeletből álló shinai volt, rugalmasabb, mint elődje. Ez a fajta shinai az, melynek ma is használatos változata elterjedt a kendőban.

A shinai részei

A shinai a japán kard modellje, amit a kendō edzéseken és versenyeken használnak. A shinait bambuszból készítik, de készülhet szintetikus anyagból, ami úgy viselkedik, mint a bambusz. A shinai négy bambusz szálból áll. Ezeket a szálat egy erős bambuszból nyerik, úgy, hogy a növényt a gyökere felett kb. 10 centiméterrel levágják, majd ezt a törzset 6–8 szárra hasítják. Egy shinai kialakításához szükséges négy szálat úgy választják ki, hogy ízületei jól illeszkedjenek egymáshoz, majd ezeket felhevítik és formára hajlítják, majd hosszasan munkálják, csiszolják.

Az összeszerelésre váró shinai szárait egyik végén, belül egy kis fém darab (*chigiri*), kívül három bőr szerelék fogja össze. A markolaton a *tsukagawa*, a másik végén, a kard hegyénél a *sakigawa*, az első egyharmadnál a *nakayui* tartja egyben a shinait. A *tsukagawát* és a *sakigawát* a *tsuru*-val, egy erős húrral kötik össze. Ez jelképezi a kard fokát. A shinai érvényes vágórésze a kard élének első egyharmad része, pontosabban a *sakigawa* és a *nakayui* közötti rész, a *mono-uchi*. A *tsukagawa* felső részénél, ahol a *tsuru*val találkozik, található a *tsuba*, ami egyfajta „markolatvédőként” funkcionál. Ez többnyire bőrből vagy műanyagból készül, átmérője maximum 9 cm lehet. A *tsuba* a *tsumadome*-val van rögzítve, ami voltaképpen egy kisebb átmérőjű gumi korong. A *tsuba* és a shinai alsó vége (*tsuka-gashira*) közötti rész a *tsuka*. A kard hegyét *kensen*-nek nevezzük. A shinai szerkezete, hossza, súlya és egyéb adatai is (pl. a *tsukagawa* hossza) szabályozva vannak.



A hagyományos (itto) shinai méretei

	Nem	12-15 év	15-18 év	Felnőtt (18+ év)
Maximum hossz	Férfi/Női	114 cm	117 cm	120 cm
Minimum súly	Férfi	440 g	480 g	510 g
	Női	400 g	420 g	440 g
A sakigawa min. átmérője	Férfi	25 mm	26 mm	26 mm
	Női	24 mm	25 mm	25 mm
A sakigawa min. hossza	Férfi/Női	50 mm	50 mm	50 mm

A két kardos (nito) technikánál használatos shinaik méretei

	Nem	Daito (hosszú shinaik)	Shoto (rövid shinaik)
Maximum hossz	Férfi/Női	114 cm	62 cm
Minimum súly	Férfi	440 g minimum	280~300 g max.
	Női	400 g minimum	250~280 g max.
A sakigawa min. átmérője	Férfi	25 mm	24 mm
	Női	24 mm	24 mm

A shinaik méretezése

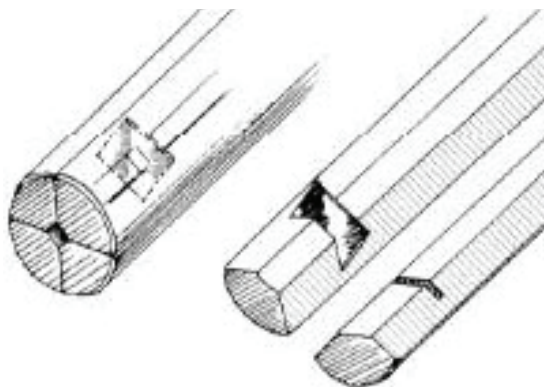
Méret	Hossz	Méret	Hossz
28	92 cm	36	112 cm
30	97 cm	37	114 cm
32	102 cm	38	117 cm
34	107 cm	39	120 cm

A shinaik összeszerelése

A shinaik szétszerelését és összeállítását előbb-utóbb minden kendókának el kell sajátítania. Ahhoz, hogy a shinaik hosszú időn keresztül biztonságosan használható legyen, folyamatosan ellenőriznünk kell épségét és aktuális állapotát. Ehhez időről időre szét kell szerelni és ismételten össze kell állítani. Gyakran előfordul az is, hogy egy-egy kötés elfárad, és újra kell kötni, meg kell erősíteni. Ehhez is szükséges a kard összeállításának ismerete.

Mivel a shinaik részeinek összeillesztése és a bőr, valamint a bőr toldalékok megkötése eleinte nem egyszerű folyamat, először célszerű ehhez tapasztaltabb kendókák segítségét kérni. Az alábbi néhány ábra talán megkönnyítheti ezt a folyamatot.

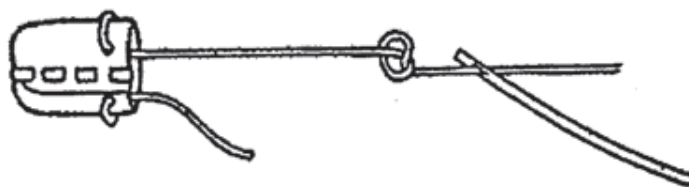
A shinaik szálainak összeillesztésben segítséget nyújt a fentebb már említett kis fém lap, a chigiri, amit a bambusz szálak belső részén található vágatokba kell elhelyezni.



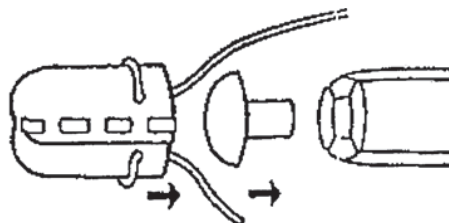
A shinai hegyénél egy kis műanyag vagy gumi fejet találunk, melynek pontosan illeszkednie kell a négy bambusz szál közé. Ez a *sakigomu*. Amennyiben lötyög, és nem illeszkedik pontosan, célszerű más méretű *sakigomu*-t vásárolnunk, mert különben balesetveszélyes a shinai.



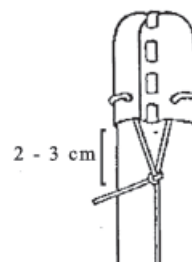
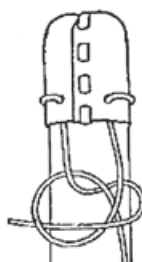
Miután összeállítottuk a bambusz szálakat, a bőr toldalékokat kell elhelyeznünk és megkötnünk a kardon. Először a shinai hegyénél lévő *sakigawát*, majd össze kell illeszteni a kard hegyével és megerősíteni a *tsuruval*.



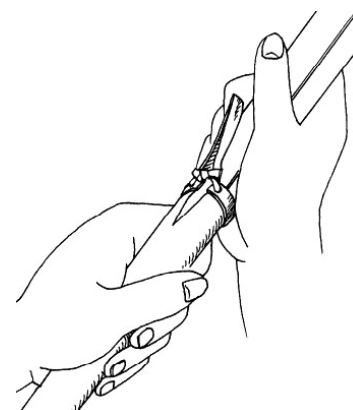
A fenti lépések egy ábrán a következő képen néznek ki.



Nagyon fontos, hogy a *tsurut* erősen és stabilan csomózzuk meg, mert ha meglazul, vagy kioldódik, rendkívül balesetveszélyes lehet.

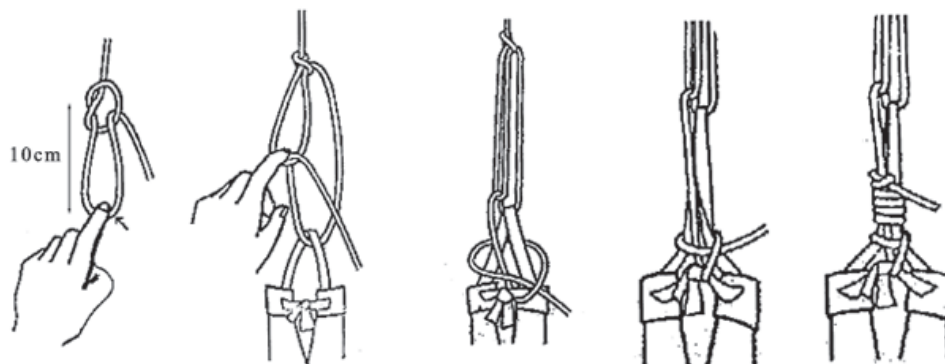


A shinai másik végén a *tsukagawa* felhelyezése következik. Ez a folyamat nem egyszerű, hiszen a *tsukagawa*, mivel a shinai markolatául szolgál, jóval hosszabb, mint kard csúcsánál lévő *sakigawa*. A *tsukagawa* hossza fontos dolog kardunkon. A vívás során nagyon sok múlik ezen és egy idő múlva a kendőkának kialakul, hogy mekkora az ideális hossz számukra a kényelmes és eredményes használathoz. Ez összefüggésben van a vívók habitusával, stílusával. Pl.: kicsit hosszabb *tsukagawával* könnyebb *oji-wazákat* végrehajtani, vagy jodan technikákat használni.

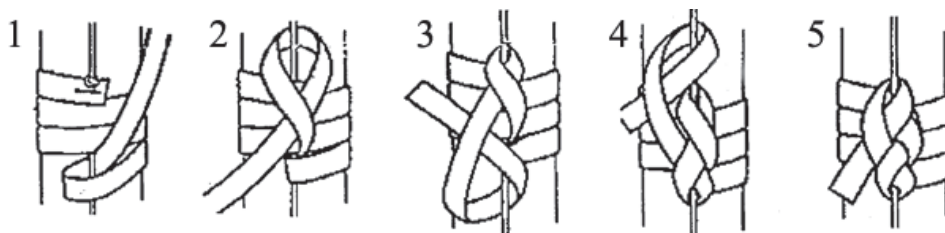


Előfordulhat, hogy a tsukagawa hosszabb, mint ami ideális lehet a vívónak. Ilyenkor vissza lehet hajtani a bőr markolat végét, vagy le lehet vágni belőle egy darabot, és utána megfelelően össze kell varrni. Ideális esetben a tsukagawa hossza használója alkarjának hossza (ez kb. 3–3,5 ököl).

A tsukagawa és a tsuru összekötését ugyancsak körültekintően és szabályosan kell végezni, hiszen a sakigawa és a tsukagawa között a tsuru feszíti meg és tartja össze a shinaikat.



A shinaik összeszerelésének legvégső mozzanata a nakayui szabályos rögzítése a kardon. A nakayui megkötésénél figyelni kell arra, hogy ne legyen túl laza, ne forogjon el, de ne is legyen túl szoros, mert úgy kevésbé lesz rugalmas a bambusz.



A shinaik hossz és súly adatait a teljesen felszerelt shinaival kell mérni, a tsuba nélkül. A shinaik átmérőjét a sakigawánál kell megmérni.

A shinaik karbantartása

A kendő felszerelés legsérülékenyebb része a shinaik. Azért kell rá fokozott figyelmet fordítanunk, mert ellenfelünknek könnyen sérüléseket okozhatunk a nem megfelelő használattal és a hanyag karbantartással. Ha nem húzzuk kellően szorosra a tsurut, vagy a nakayuit, a shinaik könnyen széteshet és ez nagyon komoly veszélyt jelent. Emellett a szálkásodás is balesetveszélyes lehet, hiszen a szétforgácsolódott bambusz könnyen az ellenfél szemébe mehet, vagy a padlóra kerülve a vívók talpába fúródhat.

A bambuszból készült shinaik nem örökéletű, és mivel természetes anyagból készül, könnyen kiszáradhat, ami felgyorsítja a szálkásodást és a szálak törését. A shinaik törésének további oka lehet kórokozók jelenléte is. Ennek jele, hogy világos színű por hullik ki a kardunkból használat során.

A shinai idő előtti kiszáradására sokan különböző praktikákat vetnek be. Ilyen lehet például, ha a shinait használat után párás helyiségben tároljuk, mondjuk a fürdőszobában. Ebben az esetben figyelembe kell venni, hogy a gyakori klímaváltozás nem használ a bambusznak, ezért ha a párás helységekből egy szárazabb környezetbe visszük, majd ismét nedvesebb helyre, akkor az ugyancsak megváltoztatja a rostok állagát.

Sokan különböző olajokkal kezelik a shinait, de ezt sem szabad túlzásba vinni, mert egyfelől a túlzott olajozás nem kedvez a bambusz rugalmasságának, másfelől megváltozhat a kard súlyeloszlása is.



Amennyiben kardunk csak szálkásodni kezd, akkor célszerű darabjaira szedni a shinait és szálanként simára csiszolni. Ehhez először egy késsel, vagy sniccerrel kell megtisztítani a szálát a szálkától, majd egy puha dörzspapírral simára kell csiszolni a felületet. Ha a bambusz szál elhasználódott, vagy eltört, érdemes egészséges szállal pótolni (ehhez egy régi, már nem használt shinai egészséges szála is megfelelő).

Tilos bármiféle ragasztóval reparálni a törött vagy sérült bambusz szálát! Ez szintén rendkívül balesetveszélyes lehet.

A shinain bőr tartozékaira is fokozottan ügyelni kell. Ezeket nem igazán lehet javítani,



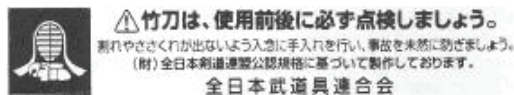
tehát ha elengedtek, nem tartják feszességüket, akkor szükséges kicserélni őket. Ha a shinait többször kote nélkül használjuk (pl. suburi gyakorlaskor), akkor óhatatlanul is elzsírosodik. Ilyenkor a tsukagawát szappanos, körömkefés súrolással tisztántarthatjuk, így a karbantartott markolat kevésbé csúszik ki a kezünkől gyakorlaskor.

Edzések közben is, versenyeken is mindig figyelni kell a shinai épségére. A bambusz részek ne legyenek töröttek, szálkások, a bőrök ne legyenek lyukak, és a tsuru legyen mindig feszes.

A kereskedelemben sokféle shinait lehet vásárolni. A kötelező adatokon kívül mindenki a saját ízlésének megfelelő kardot tud vásárolni, attól függően, hogy milyen súlyú, milyen vastagságú, súlyponteloszlású, vagy alakú számára az ideális shinai. Igazából mindenki olyan kardot kell, hogy használjon, ami neki egyénileg a legjobban kézhez álló. Ez természetesen megkíván némi rutint, hiszen hosszú gyakorlás után alakul ki, hogy milyen shinai számunkra a legmegfelelőbb.

A kard vásárlása után ellenőrizni kell a bőrök feszességét, főleg az első edzések során, hiszen ilyenkor megnyúlhatnak. A bambusz szálaknak van

egy kis éle. Ezt az élt egy hengeres fémdarabbal lekerekíthetjük, ezáltal hosszabb életű lesz a kardunk. Ha nagyon jó minőségű kardot veszünk, akkor ezt már a készítő elvégezte. Ha körültekintők akarunk lenni, olyan shinait vásárlunk, amelyen látható a hivatalos szabványt tanúsító matrica.



Ne feledjük, a kendós legfőbb eszköze a shinai, amit úgy kell tisztelnünk, mintha igazi katanát tartanánk a kezünkben. A shinait tisztetlenség átlépni, vagy rátámaszkodni.



Néhány shinai alapanyag szerint

A világon sok fajta bambusz létezik, de a ma is használatos bambusz shinaiak alapanyaga leginkább kétfajta bambusz lehet: a *madake* bambusz és a *keichiku* bambusz.

Mint ahogy az alábbi táblázat is jelzi, a bambusz rugalmassága és erőssége különböző lehet, ezért más-más minőséget hordoznak.

Madake bambusz

A madake bambusz a hagyományos „japán bambusz”, ami érdekes módon eredetileg Kínából származik. Nagyon jó minőségű bambusz. Széles körben használják, nem csak shinai gyártásra, hanem például kiváló horgászbotot is készítenek belőle. A madake bambusz 8–12 cm átmérőjű, vastag és rugalmas rostokkal rendelkezik, ettől válik ideális shinai alapanyaggá. Azonban a rostsűrűsége nem olyan magas, ezért könnyebben szálkásodik. Az elmúlt évtizedekben Japánban hiánycikk volt a madake bambusz. A Japánban árult shinai, amely madakéból készül meglehetősen drága. Nem csak a nyersanyag magas ára, hanem inkább a bambusz kezelésével és megmunkálásával járó költségek miatt. Japán nem az egyetlen hely, ahol a madake bambusz megterem. Más országokban pl. Kína, USA, Ausztráliában is találhatók madake erdők.



Keichiku bambusz

Ez a bambuszfajta széles körben termesztett Kínában, de eredetileg Tajvanból származik, ezért leginkább úgy ismert, mint a „tajvani madake”. A shinaik túlnyomó többsége ebből a bambuszból készül. 7–8 cm átmérőjű, egész évben megterem. A bambusz főbb jellemzője, hogy vastkos és rugalmas, de a japán madakéhez képest a rostok durvábbak. Ugyanakkor a nagy sűrűségű rostok jobban hozzájárulnak a shinai hosszabb élettartamához. Gyakran előfordul, hogy a szállításra váró keichiku bambusz a sok nedvességet és olajat veszít, ezért könnyebben reped, így ajánlottabb az olajos kezelés.



A madake és keichiku shinai között nehéz különbséget tenni csupán a kinézete alapján. Némely vélemény szerint a madake bambusz sárgább, mint a keichiku. Egy jó minőségű, kézzel készített japán madake shinai megfelelő karbantartással legalább fél évig használható gyakori és intenzív használatbavétel mellett is. Mindemellett könnyen megeshet, hogy a jó minőségű japán shinai madake bambusz száalai éppenséggel Kínából származnak.

Ibushi/Bio shinai:

A bio (vagy füstölt) shinai kifejezetten ajánlott száraz klímájú, a tengertől, óceántól távol eső régiókban, hegyvidéken és havas területeken.

A bio kezelésű, vagy füstölt *ibushi* shinai az egyike a régi módi korommal kezelt shinainak. A kezelés lényege leegyszerűsítve, hogy a füstölés folyamata során a bambusz rostjai szénnel telítődnek és ez nagyobb rugalmasságot biztosít a bambusznak. A bambuszt gyakran lassú főzéssel gyantában is kezelik. Ebben a folyamatban a gyanta helyettesíti a vizet, és a bambusz sejteiben víz helyett gyanta kerül. Megszilárdulásukkor egy olyan shinai jön létre, amely kevésbé érzékeny a száraz klímára vagy a levegő páratartámban bekövetkező változásokra.

Ibushi típusú shinai között is lehet különbséget tenni. A könnyű füstölésű shinai (*light-smoked shinai*) kicsit más színű, mint a hagyományos shinai. Ez a shinai 2–4 napig kap füstölést, mely során kemény és jó súlyelosztású lesz. A rövid füstölés a shinainak világosabb színt ad. A mély füstölésű shinainak (*deep-smoked shinai*) jóval hosszabb a füstölési ideje, ezért hosszabb élettartamú. Színe mély barna. A mély füstölésű shinait át lehet törölni enyhén nedves anyaggal alkalmanként, de kerülni kell a tisztítószeres vagy szappan használatát, mert az módosítja a shinai összetételét.

Meg kell jegyezzük, a prémium minőségű (AAA minősítés) shinai négy komponense egy, azonos bambusz-törzsből készül. Ahhoz, hogy az ideális shinait elő tudják állítani, a bambusz büttykeit, természetes egyenlőtlenségeit pontosan kell összeilleszteni. A bio shinai kezelésének köszönhetően alap esetben tartósabb, mint a hagyományos bambuszból készült shinai.

	Főbb jellemzői	Száritás módja	Terhelhetőség	Kezelés
Japán bambusz	Szivacsos természetének és a felszín alatt lévő sűrű rostoknak köszönhetően kifejezetten alkalmas shinai készítésére.	A hőmérsékleti klímának köszönhetően a bambusz magától szárad, természetes színe hosszú ideig megmarad.	Mérsékelten tartós és rugalmas. A kensen és a tsuka vastagsága különböző, ezáltal a shinait könnyű használni.	Egy vékony réteg olajat érdemes rá felvinni. Ha a bambusz szálkásodik csiszoljuk simára a tsuka felől a kensen irányába.
Tajvani bambusz	A trópusi klímának köszönhetően a bambusz többnyire nagyon rostos, „légtölcsek” nélkül.	A természetes olajok eltávolítása után mesterséges szárítást igényel, köszönhetően a trópusi klímának.	Tartós és rugalmas, nehezen törik.	Egy vékony réteg olajat érdemes rá felvinni. Ha a bambusz szálkásodik csiszoljuk simára a tsuka felől a kensen irányába.
Bio-shinai	Mindkét bambusz típust használják a bio-shinai gyártásához, így a fent leírtak érvényesek ennél a fajtánál is.	A bambusz típusának és minőségének megfelelő szárítást igényel.	Mérsékelten tartós és rugalmas.	Inkább nedves ruhával tisztítsuk, mint bármilyen vegyülettel. Ha a bambusz szálkásodik csiszoljuk simára a tsuka felől a kensen irányába.
Carbon shinai	Szintetikus anyagokból készül.	Nem igényel szárítást.	Viszonylag rugalmas, csekély törhetőséggel.	Soha nem szálkásodik, de ha a szén-szálak láthatóvá válnak, már ne használjuk.

Talán mindegy, hogy a shinai madake vagy keichiku, kézzel készített vagy gyári gyártmány, kiváló vagy átlagos minőségű, füstölt vagy gyantával kezelt, kijelenthető, hogy minden egyes bambusz szál figyelmesen válogatott, megjelölt és párosított. A shinaihoz készített bambusz gyártása azonban hosszú és bonyolult folyamat. Egy bambusz 6–8 esetleg 12 szálra vágható. Előfordulhat, hogy a bambusz minősége nagyon jó, de a feldolgozás és gyártás során nem megfelelően készítették elő vagy a szállítás hat rá kedvezőtlenül és emiatt a shinai minősége kevésbé jó. A gyengébb minőségre további ok lehet a bambusz kora. A shinai készítésénél nem jó, ha a bambusz túl fiatal, vagy túl öreg. Mindkét esetben a shinai könnyen törhetővé válik.

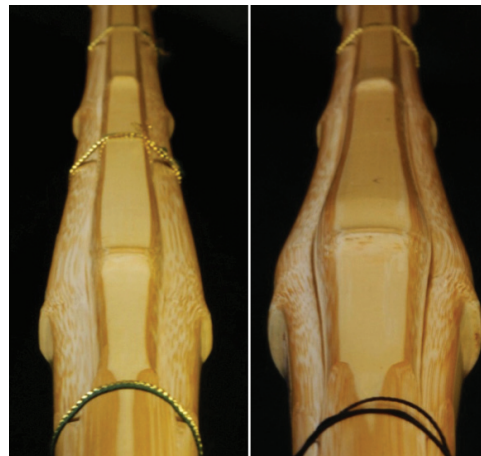
A bambusz jellemzője, hogy előbb vagy utóbb törik. Megfelelő kezeléssel és odafigyeléssel azonban élettartama meghosszabbítható.

Néhány shinai típus:

Kotō (古刀型): A shinai teste általában vékonyabb, mint a normál shinaié és az egyensúly szétárad az egész testen. Azt mondják róla, hogy ez az eredeti, egy sokkal tradicionálisabb stílusú shinai.

Dōbari (胴張り型): Ez a shinai sokkal vastosabb. A test markolatához közelebb eső része, ahol a shinai súlypontja is megtalálható, nagyobb hangsúlyt kap.

Chokutō (直刀): Nagyon egyenes típusú shinai, aminek az egyensúlya minden készítőnél különbözik. Hasonló a fent említett Kotō-hoz.



Kotō

Dōbari



Koban (小判): Az a shinai, amelynek a markolata ovális, így a fogása sokkal inkább hasonlít a valódi kard markolatára. Hasonlítanak a dobari shinaikhoz. (Talán a kerek markolat átformálásából adódó egyensúlymódosulás miatt).

Owari (尾張): Ennek a shinai fajtának a formája hasonlít leginkább az igazi katanára. Hossza megegyezik a 37-es méretű shinaival, de vastagabb annál. A shinai alakja ívelt, ovális formájú.



Magas rangú mesterek véleménye a számukra ideális shinairól

Kyōshi 8. dan:

Kuboki Fumio (megye: Kanagawa, magasság: 181 cm, súly: 63 kg, shinai fajta: chokutō): Olyan shinait szeretek használni, ami nehezebb a megszokottnál.

Chiba Masashi (Tōkyō, 170/79) Egy 3,5 „ököl” hosszúságú tsukagawa-t mind chudanban és jodanban is tudok használni.

Kano Tsuyoshi (Chiba, 171/82): Egy kis levágás a markolat végéből közelebb visz az igazi kard méretéhez.

Takahashi Toshiaki (Kyōto, 177/77): Figyelek az egész shinai egyensúlyára és olyasmit keresek, ami képes „vágni”.

Makita Minoru (Chiba, 175/84): A markolatom rövidítésével egy egyenebb stílusú kendōt érek el.

Kuboki Masaru (Tōkyō, 160/59, kotō): Iskolás korom napjai óta fordítok figyelmet a shinaimra. A hozzám igazított apró változtatások mind hozzájárulnak a semé-m fejlődéséhez.

Futagoishi Takashi (Hyōgo, 173/75): Mikor aktív versenyző voltam, a könnyedségre törekedtem, most az egyensúlyra.

Tajima Makoto (Shiga, 178/81, chokutō): Csak akkor fedeztem fel, hogy hogyan használjam a shinogit mikor a dobariról áttértem a chokutora.

Kawata Kiyomi (Tokushima, 171/68, koban): Csak akkor kezdtem el koban tsukát használni, miután hachidan lettem.

Ujiie Michio (Tokyo, 170/75): Én inkább az alapján választok shinait, hogy milyen érzés a kezeimben, mint hogy milyen típusú vagy formájú.

Tasaki Hiromitsu (Kyōto, 172/78, kotō): Több éve palástolom gyengeségemet vastag markolat használatával.

Nishikawa Kiyonori (Tōkyō, 184/78): Megérezem a tsukagawa hosszúságának legkisebb változását is.

Kyōshi 7. dan:

Yamaguchi Akio (Yamanashi, 175/81, kotō): Miután megnéztem egy híres sensei shinaiját, megváltozott a nézetem. A célom az, hogy a könnyűt shinait használjam erősen.

Yuzawa Hiroshi (Akita, 179/82): Arra törekszem, hogy ne érezzem a shinaim nehézségét. *(Megjegyzés: Yuzawa sensei 610 grammos shinait használt mikor részt vett a senshukun taikai-on. Most egy 570 grammosat használ.)*

Imura Yoshiki (Ishikawa, 178/85, dōbari): Muszáj egy bizonyos márkájú shinait használnom (火の國) egy jó ippon szerzéséhez.

Magyar mesterek és versenyzők véleménye a számukra ideális shinairól

Bárány Tibor (kendō renshi 6. dan): Az optimális súlyelosztású shinai segít a helyes technika elsajátításában.

Vadadi Zsolt (kendō renshi 6. dan, iaido 3. dan, jodo 1. dan): Véleményem szerint a shinai súlyát és kialakítását a mawainkhoz, a vágási stílusunkhoz és a csuklómunkánkhoz kell választani. Ez is változik a korral és a fejlődésünkkel.

Erdélyi Gábor (kendō renshi 6. dan) Chokuto típusú shinait használlok. Számomra fontos, hogy súlypontja a tsuka közelében legyen, 38-as tsukagawával legyen szerelve, és használata közben valóban a karom meghosszabbításaként tudjam használni.

Mihalik Hunor (kendō 6. dan, iaido renshi 6. dan): Chokuto stílusból a vastagabb tsukájút kedvelem, rövid (38-as) tsukagawával, mert jobban érzem azt, hogy Nihonto van a kezemben. Időnként változtatok a méretet 39-ről 38-ra.

Sipos Aranka (kendō 6. dan): 39-es női, nem túl nehéz (440 g körüli) kardot használok, rövidített tsukagawával. Fontos, hogy a markolat után vastagabb legyen egy kicsit és a súlypontja elől helyezkedjen el, a nakayui és a sakigawa között.

Dubi Sándor (kendō 5. dan): Az átlagosnál kicsit nehezebb shinait használlok, aminek jó a súlyelosztása. A tsukagawa hosszát mindig beállítom magamnak. A dobari kardokat nem részesítem előnyben. Fontos a tsukagawa minősége is, hogy ne csússzon az izzadt koteban sem.

Erdélyiné Király Barbara (kendō 5. dan): Olyan shinait szeretek, aminek súlypontja a markolathoz van közelebb. Régen csak 38-as méretűt használtam, ma már 39-es nőit. Ez súlyra nehezebb, ami először szokatlan volt. A dobaris kardokat kedvelem.

Király Norbert (kendō 5. dan): Homogén súlyeloszlású és egyenletesen vékonyodó shinait kedvelem víváshoz, a dobari típust nem. A bőrözés legyen tökéletes, a bambusz száak épek.

Versenyekekre készülve különböző súlyú (fa)kardokat használok a nagyon könnyű, kb. 150 g-tól a nehéz 1300 g-ig a suburik legkülönbözőbb változataihoz.

Babos Gábor (kendō 4. dan): Szeretem, ha a shinaim tsukagawája rövidebb egy picit (38-as méretezésű), illetve ha a tsuka vaskosabb. Sokat javít az összhangon számomra, ha a shinai elemeit gondosan kötöm meg. Kedvelem a picit súlyosabb kardokat.

Dubi Attila (kendō 4. dan): Számomra a megfelelő shinai az, amelyiket megfogom, és egyből érzem a súlypontját, illetve azt az érzést, amit egy igazi kard adna. Mindig ezeket a shinaikat keresem. Nekem nem a súly a lényeg, hanem az érzés.

Felhasznált irodalom:

All Japan Kendō Federation: Looking After Your Kendō Equipment

Erdélyi Gábor: Kendō A japán vívás – szerzői kiadás, 2009. Győr

Yasuji Isniwata: Kendō Equipment Manual

kinsho.hu: Kenshi247 – Shinai Komplex, írta: George McCall (kenshi247.net),

Fordította: Nagy Linett Evelin

kendönederland.wordpress.com – Notes about shinai

Fotók: kendönederland.wordpress.com, e-bogu.com, shinai.net

Bánáti Zsombor



Interjú Sipos Arankával



Sipos Aranka a magyar női kendő vezető alakja. A kendőt több mint 20 éve gyakorolja. A válogatottba kerülése után hosszú éveken keresztül ő volt a női csapat kapitánya. Versenyzői pályafutása idején szerzett kiváló nemzetközi eredményei önmagukért beszélnek: csapatban EB arany (2004. Budapest), két EB ezüst (2002. Nantes és 2005. Bern), VB ezüst „Goodwill” kategóriában (1994. Párizs), VB fighting spirit díj (2006. Taipei). Egyéniben a magyar bajnoki címek mellett a 2004-es Európa-bajnokságon bronzérmet szerzett, 2006-ban legjobb nyolcba jutott és Fighting Spirit díjat kapott a Világbajnokságon.

2009 óta vezeti a magyar női kendő válogatottat. Ezidő alatt a magyar hölgyek csapatban egy ezüst és egy bronzérmet nyertek, Bóvíz Marina pedig egyéniben szerzett harmadik helyezést.

A válogatott csapat edzőjével az olaszországi VB előtt, majd a verseny után is beszélgettünk.

Mennyiben könnyíti az a felkészülést, hogy a női válogatottnak is külön edzője van?

A női válogatott tagjai fiatal versenyzők, némelyiküknek még csak nagyon kevés nemzetközi versenyzési gyakorlata van, sőt, van, akinek szinte semmi. De a legtapasztaltabb csapattagok is csak néhány Európa-bajnokságot tudhatnak maguk mögött. A jelenlegi csapatból pedig senki nem volt még Világbajnokságon. A férfi csapat ezzel szemben egy érett, nagyon tapasztalt, jól összeszokott csapat. Ez a különbség szükségessé teszi, hogy a két csapat felkészülése teljesen más alapokon haladjon. Ez persze még nem indokolja a külön edző személyét, ugyanakkor meggyőződésem, hogy bár a válogatott csapat felkészülését a technikai igazgató vezeti, kell, hogy a lányokkal külön foglalkozzon valaki. Olyan személy, aki ismeri a női versenyzőket, akinek van türelme és hajlandósága azt a többletenergiát beletenni, amit a nők, de leginkább a tapasztalatlanabb versenyzők igényelnek. Nem is beszélve arról, hogy a csapat összetétele folyamatosan, évről évre változik és a munkát szinte minden évben újra kezdjük.

Azt gondolom, hogy a női sportolók, versenyzők merőben mások a férfiaknál. Logikus gondolkodáson, magyarázatokon, lelki és érzelmi hullámokon át vezet az út a sikerekhez, amihez erre nyitott edző kell, akinek van képessége, türelme, de ugyanakkor ereje is ehhez. Nem tudom, hogy én ilyen vagyok-e, de igyekszem ilyenné válni.

Miben különbözik a lányok felkészülése és felkészítése a fiúkétól?

Ez már a második évad, amikor a lányok a közös válogatott edzésen kívül, külön is edzenek. Amíg a lányoknál a jelenlegi tudásszintjük mellett sok időt kell szentelni az alapmozgásra, a pontos vágásokra és a lábmunkára, a mostani tapasztalt férfi csapatnál erre kisebb hangsúlyt kell fektetni. A férfi versenyzők rutinos vívók, de a lányoknak még sok versenytapasztalatra is szükségük van.



Sőt a lányok többségének a technikák tárházát is jelentősen fejleszteni kell még. Ez mind abból adódik, hogy a versenyzők nagyon fiatalok és még csak néhány kendővel töltött év van a hátuk mögött.

Van-e lehetőség és idő a technikák fejlesztésére egy válogatott edzésen? Mire helyezitek ilyenkor a hangsúlyt?

A válogatott edzéseken csak néhány technikát tudunk fókuszba helyezni, technikák többségének elsajátítása nem ott történik vagy csak nagyon ritkán. Ebben az évben a közös válogatott edzéseken a versenyzés gyakorlása volt a fő cél és erre fektettük a nagyobb hangsúlyt. Ugyanakkor a női versenyzőknek ennél többre és strukturáltabb formában van szükségük, így a szerdai edzéseink a technikák begyakorlására is szolgálnak.

Ez az első Világbajnokság, amire felkészítetted a csapatot. A felkészülés szempontjából mi a különbség az EB és a VB között? Változik ilyenkor a taktika is, vagy az mindig az ellenfél ismeretében módosul?

Ha egy érett, nagyon tapasztalt csapatról lenne szó, akkor azt mondanám, hogy igen, másképpen kell készülni egy Világbajnokságra, mint egy Európa-bajnokságra. A VB-n ott vannak a nagy kendő nemzetek (Japán, Korea, USA, Kanada, Brazília) és sok olyan ország, akiről szinte semmit nem tudunk, míg az európai kendősokat elég jól ismerjük. Jelenleg a lányok felkészülése nem lenne más, ha EB-re készülnénk, vagy csak annyiban, hogy az ellenfelekre jobban készülnénk, esetleg többet elemeznénk őket. Remélem jövőre ugyanezzel a csapattal dolgozom és akkor egy szintet feljebb tudunk lépni.

Az utóbbi éveket figyelembe véve mindig változott a csapat összetétele, leszámítva a csapat gerincét, így a gárda ismét megújult a tavalyi sikeres EB szereplést nyújtó válogatotthoz képest. Az új tagoknak a VB az első világversenye. Kellően mély ez a víz így elsőre. Mekkora nehézséget okoz az új válogatott-jelölteket megtalálni, és motivációjukat fenntartani, illetve azt elérni, hogy kellő rutinra tegyenek szert egy nagy verseny előtt? Ez hogyan befolyásolja az edzéstervet, vagy ütemezést, illetve az összetartást?



Azt kell mondjam, számomra ez a legnagyobb kihívás. Mármint, hogy megtaláljam és megtartsam a női versenyzőket. Nem vagyunk túl sokan és a kis létszámból igen kevesen nyitottak arra, hogy annyi energiát beletegyenek a kendōba és az edzésekbe, amennyi egy válogatott tagság igényel. Szerencsére a „mag”, a csapat állandó része nagyon lelkes és komolyan készül és dolgozik. Azt hiszem, ha valaki belekóstol egy nemzetközi verseny ízébe, azt már könnyebb megtartani, könnyebb motiválni, mert az a légkör képes egy életre rabul ejteni. Így van ezzel már szerintem a csapat gerince, Bővíz Marina, Czimbalmos Mercédesz, Kozma-Plecskó Edina és azt hiszem Tallós Zsófi-ról is elmondhatom ezt, aki tavaly kóstolt bele a nemzetközi versenyzésbe. A legnehezebb idáig „elcsábítani” a lányokat. Nagyon sok munkát, kitartást és edzést igényel a versenyzés és ez nem annyira vonzó. Bár, ha



teljesen igazságos akarok lenni az összlétszámhoz képest a férfi versenyzők sincsenek sokkal többen. Ott sem annyival jobb arányaiban a helyzet, csak az összlétszám magasabb. Remélem, hogy a női edzések és a csapat tagok lelkesedése meghozza a kedvet a többi hölgy kendōsnak is a válogatott tagsághoz és jövőre már komoly létszámú válogatott versenyt kell tartanom a lányoknál is ahhoz, hogy el tudjuk dönteni ki kerül a csapatba. Azt hiszem, hogy egy egészséges versenyszellem sokat segítene abban, hogy kemény munkára ösztönözzem azokat, akik még nem tesznek bele (vagy csak időszakosan) 100% energiát.

Sajnos rutinra és tapasztalatra Magyarországon nem lehet szert tenni, mert nincs elég verseny és női versenyző, így marad a mély víz és hozzá minél jobban „úszó” versenyzők.

Milyen célokat, eredményeket tűzött ki a válogatott a VB-re?

Azt gondolom, hogy ha mindenki 100%-os formát tud nyújtani, akkor ezzel a nagyon jó sorsolással akár a legjobb 8 közé is bejuthattunk volna. Én titkon ebben reménykedtem, de ettől függetlenül a 16-ba jutással is elégedett vagyok elsőre.

Versenyzőként, hogy készültél egy világversenyre?

Ahogy nőtt a tapasztalatom a versenyzés és a kendō terén, a felkészülés is jelentősen változott. Míg az első években 100%-ban az edzőre támaszkodtam, és az utasításokat követtem, az utolsó versenyeken már saját magam



külön is készültem. Nem csak edzések során, hanem fejben is. Számomra a verseny előtti két-két és fél hónap volt a legmeghatározóbb. Én a végén hajrázós típus vagyok, akkor nagyon összeszedetten, nagyon koncentráltan tudok dolgozni, mert már egyrészt szorít az idő, másrészt a verseny közelsége húz és tart lendületben. 2004-ben, amikor a női csapattal EB-t nyertünk, két és fél hónap alatt készültem fel, mert a felkészülési időszak elején elszakadt a térdszalagom és február elején a válogató versenyen még úgy vettem részt, hogy a sportorvos nem javasolta. Február közepétől kezdtem edzeni óvatosan és április végén az EB-n mégis nyertünk, sőt egyéniben is bronzérmet szereztem.



Nekem mindig a koncentráció volt az erősségem, és ha kellő képen tudtam fókuszálni, akkor sikeres voltam.

Azt hiszem edzőként a lányokkal is így próbálok dolgozni, a felkészülési időszak elején technikák és alapvágások, míg a végén már tényleg csak a koncentrációra és a figyelem maximális fenntartására dolgozunk.

Ha visszatekintesz a versenyzői pályafutásodra, vannak e olyan meghatározó pillanatok amikből mint edző meríthetsz és átadhatsz a csapatnak? Mik ezek?

Versenyzőként mindig a sikeres csapatokat figyeltem és az ő titkukat próbáltam ellesni. Persze egy japán vagy koreai csapat felkészüléséhez nem tudjuk hasonlítani magunkat. Kis túlzással mi hetente edzünk annyit, amennyit ők naponta. Sokat figyeltem a francia és német csapatot és edzőiket (ezt még most is figyelemmel kísérem, az a jó, hogy egykori versenytársaim egyre többen jelennek meg az edzők vagy edző-segítők körében). Onnan tanultam el, hogy verseny előtt már nincs társasági élet és kuncogás, viccelődés este, hanem már lélekben szigorúan készülni kell. Vagy, hogy a verseny napján, míg a versenynek vége nincs, addig nincs barátkozás, viccelődés, beszélgetés az ellenfelekkel. Azt azért hozzáteszem, hogy a csapatok között szerencsére jó a viszony most is, az én időmben is az volt, de verseny alatt nincsenek barátok. Ezt igyekeztem megtanítani a lányoknak is és Marina csapatkapitányként nagyon jól követi ezt az elvárásomat és vezeti a csapatot.

Sokszor vaskalaposnak is tűnnek ezek az elveim és 2010-ben még talán a lányok is értetlenkedve vették, amikor este 11-kor átkopogtam a szobájukba, mert nevetgélést, viháncolást hallottam. Azt hiszem mára már a tapasztaltabb versenyzők – Marina, Merci – pontosan értik miről beszéltem akkor és nincs ilyen gond.



Nagyon fontos számomra a csapat hangulat és az, hogy a lányok képesek legyenek egymásért harcolni. Az, hogy a lányok jó barátok is, sokat segít.

Számomra fontos a forma, a megjelenés is – ezt is más, erős versenyzőtől „lestem” el. Bevonulás, meghajlás, pályára lépés, stb. Azt gondolom, hogy ettől csak erősebb lesz a versenyző belső ereje és az ellenfél is másképp figyel ránk. Ennek egy VB-n, ahol sokan nem ismernek minket, még nagyobb a jelentősége.

Versenyzőként sokszor segített, vagy sokszor igényeltem, hogy az edző pontosabb utasításokat adjon arra vonatkozóan, hogy mit tegyek, és mit ne tegyek, annak alapján, hogy mit tudok én és milyen az ellenfél. Egy nagyon tapasztalt versenyző nem biztos, hogy igényli – az versenyzői pályafutásom utolsó éveiben már én sem igényeltem annyira –, de sokáig, ha másért nem, a magabiztosság kedvéért fontos lehet a versenyzőknek. Könnyen lehet, hogy nem is követi a versenyző, de magabiztosan megy fel a pályára és az már fél siker. Sőt az is lehet, hogy az utolsó pillanatban, amikor már kifogyott az ötletekből, akkor előveszi azt a technikát, amit az elején tanácsoltunk neki. Ezt is igyekszem edzőként követni és így segíteni a versenyzőket.

Említetted a csapatok és nemzetek közötti jó viszonyt a versenyeken kívül. Erre talán jó példa, hogy a VB előtt a német és a magyar válogatott a tavalyi évhez hasonlóan ismét együtt edzőtáborozott. Ha az elmúlt évek Európa-bajnokságainak eredményeit nézzük, talán kijelenthető, hogy a német női válogatott a kontinens egyik legjobb csapata. Hogy sikerült a közös edzőtábor? Milyen élményekkel, tapasztalatokkal gazdagodtak?

A német női válogatottat utoljára 2004-ben mi vertük meg, azóta EB-n veretlen a csapat. Nagyon tapasztalt és szépen vívó versenyzőkből áll a gárda, de nem verhetetlenek. Azt gondolom, hogy a mostani magyar női kendő válogatott lehet az, aki elveszi tőlük a glóriát. Persze nagyon sok munka vár még ránk. A munkában nagyon sokat segít az, hogy egy ilyen erős csapattal edzhetünk és igyekszünk fenntartani ezt a kapcsolatot és a közös munkát. A közös edzőtáborban főleg versenygyakorlások vannak, ami a magyar lányoknak nagyon fontos, mert ilyen jellegű edzésre van a legkevesebb lehetőségük.

A magyar női kendő válogatott a legutóbbi két világversenyen nagyon szép eredményeket ért el. 2010-es Európa-bajnokságon csapat kategóriában harmadik hely, tavaly csapatban második hely, egyéniben Bővíz Marina bronzérem.

Ezek az eredmények azért is jelentősek, mert a bőven a várakozáson felül teljesítettek a mieink. Minek köszönhető ez a plusz? Mit gondolsz, miben rejlik a csapat ereje?

Én azt szoktam mondani, hogy a magyar nők okosak, mindig helyén van a szívük és az eszük. Ez sokszor több mint a technikai tudás. Azt gondolom, hogy a sorsolás is segített, de a legfontosabb, hogy a versenyzők koncentrációja és kondíciója a verseny napján maximális szinten volt és jól követték az edzői utasításokat. Talán ehhez az én szigorom is kellett.

Bánáti Zsombor

XV. Kendō Világ bajnokság összefoglaló

2012. május 27–29-én rendezték meg az olaszországi Novarrában a XV. Kendō Világ bajnokságot, ahol a Magyar Férfi Kendō Válogatott elérte eddigi pályafutásának legjelentősebb eredményét. Férfi csapatunk bronzérmes lett. Ahogy az a papírforma alapján várható volt, a férfi csapat kategóriában volt a legnagyobb esélyünk a továbbjutásra, de a korábbi versenynapokon is jól teljesítettek versenyzőink. Rövid összefoglalónkban áttekintjük a VB magyar vonatkozású eseményeit és a verseny vég-eredményeit.



Pénteken a férfi egyéni kategóriában a magyar versenyzők közül Dubi Attila jutott legtovább. Pooljából elsőként került ki, az egyenes kiesés szakaszban legyőzte két ipponnal svéd ellenfelét, de következő meccsén a brazil Takayama erősebbnek bizonyult nála. Babos Gábort pooljából továbbjutva az egyenes kieséses szakasz első fordulójában a japán Hatakenaka várta. Babos végig kézben tartotta a mérkőzést, de hosszabításban a japán kendōka nem hibázta el akcióját és egy hiki mennel búcsúztatta a magyar vívót. Dubi Sándor és Király Norbert napja nem sikerült ilyen jól, hiszen mindkét versenyző csoportjában egy-egy koreai ellenfelet hozott a sorsolás. Sajnos a papírformának megfelelően a magyar fiúk nem tudtak továbbjutni

csoportjukból. Ugyan egyik meccsüket megnyerték, de Dubi Choitól, Király Parktól kapott ki a csoportmérkőzéseken.

Szombaton a magyar hölgyek is megkezdték a versengést. Kozma-Plecskó Edina és Tallós Zsófia kijutottak a poolból, majd az egyenes kiesés első körében kiestek, tehát a legjobb 32-ig jutottak. Bővíz Marina pooljában a későbbi bronzérmes japán Shodai, Czimbalmos Mercédesz csoportjából a svéd Ahlstrom jutott tovább.

A délutáni a női csapatmérkőzésen a magyar csapat kijutott a poolból, maguk mögé utasítva Európa egyik legjobb gárdáját, a lengyel női válogatottat és a mexikói csapatot. Az egyenes kiesésben sajnos az ausztrálok jobbnak bizonyultak ná-

lunk, így a legjobb tizenhatban búcsúztak a mieink.

A torna utolsó napján a férfi csapatküzdelmek kerültek lebonyolításra. A magyar csapat csak úgy, mint a tavalyi EB-n, most is bravúros formát mutatott. A csoportkörben nagy fölényrel nyertek Nagy-Britannia (4-0) és Lettország (5-0) ellen. Az egyenes kieséses szakaszban már egy erős ellenfél, az ausztrál válogatott követ-

brazilok szerezték meg a vezetést. Dubi Attila szintén ipponnal kezdett, de ellenfele az utolsó percben egyenlített. Babos Gábor végig uralta mérkőzését, 2-0-ra győzött. Király Norbert pedig végképp eldöntötte a továbbjutást. Erős vívást mutatva szintén 2-0-ra nyert és ezzel biztosította a továbbjutást a magyar csapatnak. Ötödik vívónk, Dubi Sándor ugyan elveszítette mérkőzését, de ez

már nem számított a végelszámolásban.

Az elődöntőben kikaptunk a nagyon erős, később a bajnoki címet is megszerző japán csapattól, de a harmadik hellyel a Világ bajnokságok történetének legjobb magyar eredményét szerezte meg a Férfi Kendo válogatott. Dubi Sándor a csapatküzdelmek során nyújtott teljesítményéért Fighting Spirit díjat kapott.

Gratulálunk a Magyar Kendo Válogatott

minden tagjának és edzőinek a Világ bajnokságon mutatott remek teljesítményért. Sikerük a magyar kendo társadalom sikere is, és hírnevünket erősíti.



A Magyar Kendo Válogatott és vezetői (b-j):

Tallós Zsófia, Bauer Eszter, Bővíz Marina, Sipos Aranka, Abe Tesushi, Erdélyi Gábor, Vadadi Zsolt, Czimbalmos Mercédesz, Kocsis Barbara, Kozma-Plecskó Edina, Váradi Ábel, Dubi Attila, Dubi Sándor, Király Norbert, Tóth Balázs, Babos Gábor

kezett. Az eredmény ugyan meggyőzőnek bizonyult (4-0), de nagy izgalmakat is hozott egyben. Tóth Balázs hátrányból egalizált, Dubi Attila szintén hátrányból indult, de jó vívással fordított. Babos Gábor két ipponnal győzte le ellenfelét. Két utolsó versenyzőnk, Király Norbert és Dubi Sándor ugyancsak hátrányból szerezte meg a végső győzelmet.

A legjobb négy közé jutásért a nagyon erős, VB bronzérmes Brazil válogatott következett. A mérkőzést a magyar csapat kezdte jobban, de Tóth Balázs ellenfele az első találát után fordítani tudott, így az első összecsapást követően a



A XV. Kendō Világ bajnokság végeredményei

Férfi csapat kategória:

- I. Japán
- II. Korea
- III. MAGYARORSZÁG**
- III. Amerikai Egyesült Államok

Fighting Spirit díj
férfi csapat kategória:
TAKAYAMA (Brazília)
DUBI SÁNDOR (MAGYARORSZÁG)
KORHONEN (Finnország)
C. YANG (USA)
NAKABAYASHI (Franciaország)
CHALLIES (Új-Zéland)
DI-WEI.CHO (Tajvan)
GIANNETTO (Olaszország)

Férfi egyéni kategória:

- I. Susumu Takanabe (JPN)
- II. Wan-Soo Kim (KOR)
- III. Kosuke Furukawa (JPN)
- III. Tae-Hyun Kim (KOR)

Fighting Spirit díj
férfi egyéni kategória:
BERTOUT (Franciaország)
HOANG (Kanada)
Hatanaka (Japan)
TANGE (Belgium)
OMASA (Brazília)
JOKINEN (Finnország)
B. PARK (Korea)

Női csapat kategória:

- I. Japán
- II. Korea
- III. Brazília
- III. Németország

Fighting Spirit díj
női csapat kategória:
TAMURA (USA)
YOKOO (Németország)
H. YU (Korea)
STOLARZ (Franciaország)
TAGUCHI (Kanada)
ONAKA (Brazília)
YUNG (Australia)

Női egyéni kategória:

- I. Yoko Sakuma (JPN)
- II. Kana Kurokawa (JPN)
- III. Sayuri Shodai (JPN)
- III. Mana Kawagoe (JPN)

Fighting Spirit díj
női egyéni kategória:
S. PARK (Korea)
TAMURA (USA)
K. JEON (Korea)
H. YU (Korea)
ONAKA (Brazília)
TAKASHINA (Brazília)
BLANCHARD (Franciaország)
S.VAN DER WOUDE (Hollandia)

XV. Kendō Világ bajnokság edzői értékelései

A Magyar Kendō Válogatott férfi és női csapatának felkészítői fejtik ki gondolataikat a XV. Kendō Világ bajnokságról.



Abe Tetsushi értékelése a XV. Kendō Világ bajnokságról

Az Olaszországban, Novara városában megrendezett XV. Kendō Világ bajnokság beszámolóját Sipos Aranka a női válogatott edzője és Erdélyi Gábor, a férfi válogatott edzője részletesen fogja kifejteni, ezért én most főleg a saját benyomásaim alapján szeretném megosztani élményeimet.

1. A férfi csapat

Az egyéni kategóriában sajnos nem tudtunk jó eredményt elérni, de úgy gondolom, hogy mind a négy induló – Dubi Sándor, Király Norbert, Babos Gábor, Dubi Attila – magas szinten teljesített a versenyen. Különösképp az első forduló alatt a japán származású Hatakenakával szembenálló Babos Gáborra igaz ez, aki voltaképpen nem, hogy hátrányos helyzetben lett volna, de még annak az izgalma is átjárta mind a bírókat, mind a közönséget, hogy „talán még győzhet is a japán versenyző ellen a magyar vívó”. Úgy gondolom, hogy ez a küzdelem rendkívül jelentős szerepet töltött be, mivel ennek köszönhetően megszülethetett a két nappal későbbi csapatmérkőzésre is jó hatást kiváltó benyomás, miszerint „a magyar versenyző erős”.

A három év múlva megrendezésre kerülő világ bajnokságra azt a célt tűztem ki, hogy férfi egyéni kategóriában a legjobb négybe kerüljünk. A versenyzők valószínűleg ennek már tudatában vannak, jóllehet a mostani magyar csapatnak ez a cél bizonyosan nem nehéz feladat. Ha a jelenlegi versenyzőket nézzük, biztos vagyok benne, hogy mindannyiukban megvan a képesség a megvalósításra.



Az egyéni küzdelmek után a csapat verseny következett. A magyar férfi csapat három világbajnokság sorozatában – 2000-ben (Santa Clara, USA), 2003-ban (Glasgow, Anglia), illetve 2009-ben (Tajpei, Tajvan) – csupán a legjobb tizenhat közé került be. Végül a 2009-ben tartott Brazil VB-n (São Paulo) sikerült a legjobb nyolc közé bejutnia. És a mostani Világbajnokságban végre a harmadik helyezést is elérték. Mint ahogy sokan tudják, a világbajnokságokon – leszámítva az 2003-as évet, ahol Olaszország lett a harmadik – csak az ázsiai országok, illetve az olyan nemzetek kerültek a legjobb négy közé, ahol a japán származású versenyzők számottevőek (Japán, Korea, Tajvan, Amerika, Kanada, Brazília). Eszerint az idei eredmény nem csak hogy Európában, de a kendő történelmében is kiemelkedő esemény. És bár rendkívül örülök a jelenleg elért eredménynek, egyáltalán nem vagyok meglepve. Úgy gondolom, a versenyzőink is ugyanígy érzik, mivel már a verseny kezdete előtt biztosak voltak benne, hogy sikerülni fog a harmadik helyezést megszerezni.

Ha visszatekintünk a férfi csapat múltjára, azt mondhatjuk, hogy 1995 körülől kezdett egyre eredményesebbé válni a csapat, majd 2002-ben az Európa-bajnokságon az első győzelmét is megszerezte a válogatott. Ezután azonban nem sikerült igazán jó eredményeket produkálni. Ebben az időszakban bár tisztában voltam vele, hogy a versenyzőkben megvan a képesség, hogy nyerjenek az Európa-bajnokságon, és hogy bekerüljenek a legjobb négy közé a világbajnokságon, azt is tudtam, hogy valami még hiányzik. Hogy mi volt ez? A tavalyi EB-n és az idei VB-n sikerült megértenem.

Ami hiányzott, az az önbizalom. Pontosabban sikerült a magyar vívóknak a saját „kendőjukra” rátalálni, másképp mondva a „magyar stílusú kendővel” szembeni önbizalomra.

De vajon miért sikerült megtalálniuk az önbizalmat a jelenlegi magyar versenyzőknek? Az első ok, hogy ők maguk akarták, hogy győzelmet arassanak a versenyen, saját maguktól edzetek, fáradtságot és időt nem kimélve. A család, a párkapcsolat és a barátok támogatásával a felelősségérzet is lényeges ponttá vált. A második ok, hogy tudatosan versenyeztek és edzetek magas szinten álló külföldi versenyzőkkel. Konkrétan a Nemzetközi Budo Egyetem és a Kokushikan Egyetem diákjaival, a német kendő válogatott küldöttséggel lebonyolított gyakorló versenyek voltak ezek, és persze a Hungária Kupán résztvevő külföldi versenyzőkkel is összemérhették erejüket. A harmadik ok pedig az, hogy gondolkodásmódjuk a kendőrol eljutott arra



szintre, ahol teljesen megérthették a „magyar stílusú kendőt”.

Ha röviden akarjuk definiálni a „magyar stílusú kendőt”, akkor ezt mondhatjuk rá: „ortodox kendő”. A kendőben többféle stílus létezik. Például olyan stílus is van, amiben sok bonyolult technikát alkalmaznak. Vagy olyan, ami a kisebb, gyors technikákra épül. Ismét más stílus, amelyben az izomerősítésre koncentrálnak a testet edzik, és így a fizikai erővel próbálják az ellenfelet legyőzni. Ezen kívül olyat is találhatunk, amely nem a támadásra, hanem a védekezésre helyezi a hangsúlyt. A fentiek alapján beláthatjuk, Európában számtalanféle kendő létezik. Azonban a magyar stílus, amit mindeztől igyekeztem irányítani, az összestől különbözik. 1992-től húsz éven keresztül folyamatosan

csiszolt stílus, konkrétan az alábbi elemeket hangsúlyozza:

- Anélkül, hogy bonyolult technikákat alkalmaznánk, az ellenfél testének középvonalát támadjuk.
- Az ellenféltől való maai-t (távolságot) és ritmust megváltoztatva irányítjuk az ellenfelet.
- A felesleges támadásokat amennyire csak lehet lecsökkentjük, és reális esélyeket teremtve támadunk.

Hogy miért hívhatjuk ezt a stílust „ortodox kendőnek”, az azért van, mert ha ezekre a pontokra helyezve a hangsúlyt gyakorol valaki, bármennyire legyen idős, akkor is képes folytatni a kendőt. Tény, hogy Japánban a nyolcdanos kendősok többsége gyakorlaskor hasonló pontokra fekteti a hangsúlyt.

Ha azoknak a versenyzőknek a kendőjét nézzük, akik világbajnokságon magas szintet értek el, nyilvánvaló, hogy az „ortodox kendő” a királyok kendője. Persze nem mondhatjuk el ezt mindenkiről, de az olyan magas szintű japán versenyzők, mint Takanabe, kétség nélkül „ortodox kendő” stílusban támadnak a versenyeken. A koreai versenyzőkre szintén ez jellemző. Régen a koreai kendő az erőre és a sebességre építő agresszív stílusú volt, azonban az elmúlt tíz évben a japán kendőhöz meglehetősen hasonló „ortodox stílusra” váltott át. Ők is rájöttek, ahhoz, hogy a versenyen győzelmet arassanak, valamint, hogy hosszú éveken keresztül gyakorolhassák a kendőt, a leglogikusabb, ha az „ortodox kendőt” választják.

Úgy gondolom, hogy jelenleg a magyar férfi versenyzők még nem teljesen sajátították el az „ortodox kendőt”, de egyre inkább úgy érzik, hogy ez a sa-



ját stílusuk. Ez nagy önbizalmat adhat nekik, mitöbb, úgy vélem, a most elért eredmény alapjául is ez szolgált. Erre a japán kendō magazinok is rámutattak, például Takanabe egy interjújában ezt olvashatjuk: „Mostantól az európai kendōra is figyelmet kell fordítanunk.” A magyar kendőről, ami igen eltérő a francia illetve az olasz kendőtől – ahol a védekezés erős –, így nyilatkozott: „Itt kiforrott egy logikus, pontos stílus.” Arra, hogy a magyar kendō ilyen magas értékelést kaphatott, nem csupán a veresnyzők, hanem a magyar kendősök között mindenki büszke lehet.

2. A női csapat

Kielégítő eredmény sajnos sem a női egyéniben, sem a női csapatversenyen nem született. A férfi csapathoz képest a női versenyzők tapasztalata években és a nemzetközi versenyek számában is jóval alulmarad, ezért talán természetes is, hogy ez lett az eredmény. Azonban úgy vélem, ha megkérdezzük, hogy amit a világbajnokság előtt meg kellett tenni, mindent megtettek-e, és így mentek-e a versenyre, egyáltalán nem tudnám az állítani, hogy „maximális előkészületeket tettek.”

Amiről most fogok beszélni, kicsit talán keménynek tűnhet, de szeretnék rámutatni a női csapat néhány problémájára.

Az első problémaként azt hoznám fel, hogy stílusukban a „védelmet hangsúlyozó stílus” látszódik állandósulni. Ahhoz hogy a versenyeken ne veszítsünk, természetesen szükséges, hogy meg tudjuk védeni magunkat, az viszont nem jó, ha a védekezésre több energiát fektetünk, mint magára a támadásra. Konkrétan kifejtve, sokan shikake waza helyett óji waza alkalmazásával akarnak pontot szerezni.

A második probléma, hogy kevés az olyan mérkőzés, ahol egymás után alkalmaznának technikákat. Sok viszont az ún. kamaenaosu stílusú (egy támadás után visszaállnak kamaába) egyszerű mérkőzés, miszerint ha már egy pontot megszereztek, visszaállnak tsubazeri-ai helyzetbe. Nem gondolnám, hogy tudatosan versenyeznek így, de ameddig ilyen stratégiát alkalmaznak, addig nem lesznek képesek jó eredmény elérésére a világbajnokságon.

Ahhoz, hogy a fenti problémák megoldásra találjanak, természetesen mondani sem kell, hogy elengedhetetlen az alapokra több hangsúlyt fektető gyakorlatok mennyiségének növelése, de mindenekelőtt a technikák fejlesztésére kell törekedni. Szeretném, ha ezek a tények világossá válnának a női csapat versenyzői számára is.

3. A magyar küldöttség kilátásai

A magyar csapat versenytervei közé vette az 2013-as Németországban, Berlinben megrendezésre kerülő Európai-bajnokságot, 2014-ben pedig a Franciaországban tartandó Európa-bajnokságot.

Ezután már a Világbajnokság következik 2015-ben, Japánban, Tokióban. Az Európa-bajnokságon is, a Világbajnokságon is, évről-évre egyre magasabb szintre emelkednek a versenyzők technikái, s bár idén Magyarország lett a harmadik helyezett a VB-n, arra egyáltalán nincs garancia, hogy a következő nemzetközi versenyen ugyanilyen jó eredményt tudunk produkálni. Ezenfelül, mégha ugyanazzal a módszerrel is folytatjuk a válogatott csapattal a gyakorlást, úgy gondolom, hogy nem leszünk képesek megtartani a mostani színvonalat.

Ezért mind a női- és férficsapat edzőivel és versenyzőivel értekezve összeállítottunk egy alapkoncepciót az új csapatfelállásra, amit most szeret-

nék bemutatni. Az eddigi válogatott csapattal csak a gyakorlásra fektettük a hangsúlyt, azonban az elkövetkezendő három év szintemelési tervét négy pontba szedve az alábbi módon építettük fel:

A három éves tervezet pontjai:

1. Technikák (világelső szintnek megfelelő technikák elsajátítása).
2. Testi erőnlét (a versenyeken az erőnlét fenntarthatóságának fejlesztése).
3. Csapatmunka (kendőn kívüli tevékenységek szervezése, ahol a versenytársak összehangolódhatnak egymással).
4. Szervezőképesség (a versenyzők, az edzők és az egyesület közötti együttműködést jobbra téve a csapat egyesített erejének növelése).

2015-ben a világbajnokságon a férfi csapatnak a döntőig, a női csapatnak pedig a legjobb nyolc közé kellene jutnia.

Ahhoz, hogy a férfi csapatnak ez sikerüljön, első feladata, mielőtt még az elődöntőbe jutna, hogy nem veszíthet a Japánon, Koreán és Amerikán kívüli országokkal szemben. Ezen kívül, hogy a döntőbe kerüljön, Koreát le kell győznie. A cél csak nehezen érhető el, de ha a jelenlegi versenyzőkről van szó, biztos vagyok benne, hogy megvalósulhat.

Az egyéni kategóriában kitűzött cél a férfiaknál a legjobb négy közé, a nőknél a legjobb nyolc közé való bekerülés. Korábban már a férfi egyéniben Király Norbert, Babos Gábor, Dubi Attila a legjobb tizenhatba, valamint a női egyéniben Sipos Aranka a legjobb nyolcba, Erdélyiné Király Barbara pedig a legjobb tizenhatba került, így úgy vélem, hogy ha mindent beleadnak, akkor ez a cél is elérhető.

A következő csapat összeállításában még egy fontos dolog szerepel mind a férfi mind a női versenyzők számára: a következő generáció kinevelése. Mivel a női és férfi csapat tagjai is kevesen vannak, kíváncsian lenne, hogy minél hamarabb fiatal versenyzők is csatlakozzanak a csapathoz. Így, azok a kendősok, akik szívesen szerepelnének nemzetközi bajnokságokon a válogatott csapat versenyzőjeként, bátran vegyék fel a kapcsolatot a csapattagokkal illetve az edzőkkel, hogy részt vehessenek a speciális edzéseken. Mivel az Európai-bajnokságon junior kategória is van, szeretettel várunk minden tizenöt éven felüli kendőt az edzéseken.



Erdélyi Gábor és Sipos Aranka értékelése a VB-ről

A Magyar Kendō Válogatott férfi és női csapatának felkészítői fejtik ki gondolataikat a XV. Kendō Világbajnokságról.

A férfi csapat a Világbajnokságok történetének egyik legszebb magyar eredményét érte el Novarrában, hiszen csak a későbbi bajnok Japán csapattól kapott ki, így megszerezte a harmadik helyet. Erdélyi Gábor (kendō renshi 6. dan), a férfi csapat edzője a következő képen látta a VB-t.

Hosszú felkészülés végén, ami több éves időszakot ölel magába, érkezünk meg az idei Világbajnoksághoz. Az ehhez vezető útnak egyik megállója volt a rendkívül sikeres tavalyi Európa-bajnokság is, és sok más kisebb, de ugyanolyan fontos esemény, ami elősegítette a Világbajnokság sikerét.

A legutóbbi, 2009-es San Paulói VB-n is elég jó eredményeket értünk el, sajnos ott a csapatversenyen nem sikerült bejutni az első négy helyezett közé. Azt követően az Európa-bajnokságokon viszont sorra hozták a versenyzők a jó eredményeket, egyéniben és csapatban is. 2010-ben Király Norbert és Dubi Attila bronzérmet nyert egyéniben, Dubi Sándor két kategóriában kapott Fighting Spirit díjat. 2011-ben még tovább jutottunk: csapatban aranyérmet szereztünk, Dubi Sándor elnyerte második Európa-bajnoki címét, Babos Gábor bronzérmes lett, Dubi Attila Fighting Spirit díjat kapott.

Bizakodva indultunk neki az idei évnek. A felkészülésünkben a közös válogatott edzések, és táborok voltak a segítségünkre. Ilyen esemény volt például a Kokushikan Egyetemmel közös hétvége, a Kokusai Budo Egyetem csapatával történő versenygyakorlás, vagy a német válogatottal közös edzőtábor is. A válogatott csapattagok az otthoni edzéseken is részt kellett, hogy vegyenek és havi 2-3 hétvégét áldoztak rá idejükből a válogatott közös programjaira a versenyzők. Természetesen elengedhetetlen volt a Szövetség támogatása is, ami nélkül nem valósulhatott volna meg a későbbi jó eredmény.

A Malév megszűnésének következményeként az utazásunk kalandosra sikerült Olaszországba, hiszen a már meglévő repülőjegyek birtokában vartuk az utat, de az ismert körülmények miatt autós túra lett a kirándulásból. Szerdai megérkezésünket követően szembesültünk az olaszos szervezéssel. Ez néha bosszúságot okozott, de szerencsére saját járművekkel érkezünk meg a verseny helyszínére, így a helyi közlekedés körüli szervezési hiányosságok nem zavarták ottani utazásainkat. Csütörtökön közös edzésre mentünk, utána volt ideje mindenkinek, hogy pihenéssel töltsen idejét, ráhangolódhasson a másnapi versenyekre.

Pénteken a férfi egyéni versenyek kerültek megrendezésre, a csoportmérkőzések után egyenes kiesése rendszerben folytatódtak a versenyek, négy pályán. Országként négy versenyző indulhatott az egyéni bajnokságon. Magyar részről





Dubi Sándor, Király Norbert, Babos Gábor és Dubi Attila szerepelt az egyéni versenykategóriában. Babos Gábor az egyenes kieséses rendszer elején egy japán vívótól, Dubi Attila a legjobb 32 között egy brazil versenyzőtől kapott ki. Király Norbert és Dubi Sándor a csoportmérkőzések során esett ki, miután pooljukban a koreai ellenfelek jobbnak bizonyultak.

Szombaton a női egyéni és csapatversenyek kerültek megrendezésre, majd vasárnap a férfi csapatküzdelmekkel folytatódott a torna. Csapatunk első mérkőzésén a Tóth Balázs, Dubi Attila, Babos Gábor, Király Norbert, Dubi Sándor összeállításban Nagy-Britanniával, majd a Váradi Ábel, Tóth Balázs, Dubi Sándor, Babos Gábor és Király Norbert összeállításban kezdte meg a csoportmérkőzéseket, ahol aztán elsőként jutott tovább. Angliával szemben 4–0-s eredménnyel, Lettország ellen 5–0-s eredménnyel zártuk a csoportkört.

A csoportmeccseket követően végig azonos felállással vívtunk, úgy, ahogy a versenyt az angolok ellen kezdtük. Az egyenes kieséses rendszerben Ausztrália következett, ahol 4–0-ra győztünk, majd Brazília ellen 2–2-re végezve, ipponok tekintetében 6–5 arányban nyerve jutottunk tovább. Az ausztrál meccstől jobban tartottunk, igaz nem volt olyan egyszerű, de remek csapatmunkával megoldottuk. Brazília legyőzése a harmadik helyet jelentette már, és mivel a jelenlegi magyar csapatnak nem volt még érmet érő helyezése Világbajnokságon, így mindenki izgatottan nézett elébe. Babos Gábor, aki az elődöntőig minden mérkőzését megnyerte, harmadik vívóként győzött, majd Király Norbert, aki a verseny egészen fantasztikus vívást mutatott, szintén két ipponnal tudott nyerni. Sajnos a végén a brazil kapitány két ipponnal legyőzte Dubi Sándort, de összesítésben több találattal mi jutottunk tovább, és ezzel már biztosan érmesek lettünk. Ezután a döntőbe jutásért Japán következett. Ez volt az első alkalom, hogy a magyar csapat, versenyen találkozott a japánokkal. Izgatottan vártam, hogy

milyen lesz a mérkőzés, és szerintem sokkal jobb minőségű vívásokat láthattunk, mint később a döntőben.



Fantasztikus küzdelmeknek voltunk szemtanúi végig az egész tornán, és úgy gondolom mindegyik csapattagunknak egy életre szóló élményt jelentett ez a verseny, ahogy nekünk edzőknek is, akik évek óta dolgozunk ezzel a csapattal. 1994 óta veszek részt Világbajnokságon versenyzőként vagy edzőként, így folyamatosan figyeltem a

csapatok vívásait. A mostani VB-t látva még mindig elmondható, hogy a japán és koreai csapat vívásainak minősége elég magas. Ugyanakkor az utánuk következő többi ország versenyszínvonala között eltűntek a korábbi különbségek, és már nagyon szorosan helyezkednek el egymás mellett. A következő VB Japánban, Tokióban lesz a Nippon Budokanban. Szerintem minden kendős álma, hogy ott versenyezzen egyszer. Remélem ott is hasonló jó vívásokat tud majd bemutatni a magyar csapat.



Ezúton szeretnék köszönetet mondani a remek eredményért és a sok segítségért a Csapattagoknak, a Magyar Kendő Szövetségnek, továbbá a válogatott felkészítőinek, Abe Tetsushinak, és Sipos Arankának, valamint azoknak, akik rendszeresen részt vettek a közös edzéseken és segítették a felkészülést. Természetesen köszönjük a helyszínen szurkoló kendősoknak, családtagoknak is a buzdítást és a támogatást.

A női csapat ugyan nem szerzett érmeket, de ahhoz képest, hogy az utóbbi egy évben több helyen változott a csapat összetétele, kevesebb nemzetközi rutinnal rendelkező versenyzők is szerepet kaptak a versenyen nagyszerűen teljesítettek a hölgyek, hiszen egyéniben Kozma-Plecskó Edina és Tallós Zsófia elsőként jutottak ki csoportjukból és a legjobb 32-ig jutottak. Csapatban is biztató eredmény született: a magyar csapat kijutottak a poolból, maguk mögé utasítva Európa egyik legjobb gárdáját, a lengyel női válogatottat és a mexikói csapatot. Sipos Aranka (kendő 6. dan) a női csapat edzője, a következőket emelte ki a VB kapcsán.

Sikeres versenyt zárt a Magyar Kendő Válogatott a 15. Kendő Világajnokságon. Jól lehet, hogy látványos eredményt a férfi csapat ért el, de én, mint a női csapat edzője a lányok teljesítményével is teljesen elégedett vagyok. A jelenlegi női csapat tagjai még az „út” legelején tartanak. Mind a 6 versenyzőnek ez volt az első világbajnoksága és többen voltak, akik most versenyeztek először komoly nemzetközi versenyen is, vagyis EB-n sem szerepeltek még. Számukra a tapasztalatszerzés és a Világbajnokság feszültségének és izgalmának megismérése volt a feladat. Ehhez képest nagyon magabiztosan jutottak ki a pooljukból megverve a lengyel és a mexikói csapatot. Az egyenes kieséses versenyben sajnos már az ausztrál csapat tapasztalt kendősei fogást találtak a lányokon.

A szokásokhoz híven





Novarában is egy napon rendezték a női egyéni és a női csapatversenyeket (férfiaknál ez két külön nap), ami sok szempontból nagyon nehéz a versenyzőknek. Egyrészt fizikai megterhelésben is sok, egy hosszú versenynapon kétszer kell formában lenni nem beszélve az összpontosításról; két különböző típusú versenyszámban, kétszer kell 100%-os koncentrációt nyújtani. Külön „edzett lelket” követel az, ha az egyéni versenyen nem úgy sikerülnek a vívások, de nagyon rövid időn belül össze kell szednie a versenyzőnek magát és a következő versenyszámra kell összpontosítani.

Azt gondolom, hogy a női csapatversenyzői nagyon jól helytálltak ebben az erőfeszítésben és tapasztalt versenyzők szintjén figyeltek magukra és tettek meg mindent, hogy csúcsformában legyenek és az összpontosításuk maximumát nyújtsák.

A jó hír számomra, hogy minden versenyzőm – látva a nagy kendős nemzetek vívásait, versenyzőit – még nagyobb lelkesedéssel és akarattal szeretne készülni a következő versenyekre és az átélt tapasztalatok olyan energiát, és motivációt adtak számukra, hogy az új felkészülési időszakban még erőteljesebben fognak dolgozni a sikerért. Remélem, hogy élménybeszámolójuk nyomán több női versenyző kap bátorságot és erőt arra, hogy komolyan ringbe szálljon a válogatott tagságért, vagy legalább azzal a céllal edz majd, hogy egyszer ő is kijuthasson egy EB-re vagy VB-re. Várom őket szeretettel!



Nakayama Hakudo sensei – Kendō, Iaido, Jodo Hanshi 8. dan

... és amit nem ismerhettünk vele kapcsolatban.



Amamiya Hiroshi sensei emlékére, aki sajnos az idén eltávozott közülünk. – Galyas Gábor írása

Nagyon sajnálom, hogy nem 5–10 évvel előbb történt ez a kapcsolatfelvétel Amamiya senseiel.

2011-ben Abe sensei egy beszélgetés alkalmával közölte velem, hogy egyik kendō tanára, Amamiya Hiroshi sensei (aki Nakayama Hakudo sensei tanítványa volt) unokája Magyarországra jön és alkalmam lesz vele találkozni. A találkozó létrejött és én kérdéseket tehettem fel neki nagyapjával és annak egykori mesterével kapcsolatban. Hát így kezdődött ez a történet... és a pillangóhatás, amiről még később beszélek.

Mint azt sokan tudják, Nakayama sensei dojoját Yushinkan-nak hívták. Azonban a dojo a II. Világháború alatt leégett. Ekkor Amamiya sensei édesapja, akinek gyára volt, épített egy új dojo-t, melynek neve Shidokan lett. Ezt vezette Hakudo sensei. Tehát Amamiya sensei édesapja lett Hakudo sensei szponzora. Ekkor Amamiya sensei 8-10 éves lehetett és mivel Ő volt a szponzor fia, Hakudo sensei kiemelt figyelmet fordított rá. Itt kell megjegyezni, hogy Amamiya senseiről ezt nem sokan tudták, mert Ő ezt nem terjesztette. Nem akarta, hogy büszkének tartsák emiatt. Ez is mutatja Amamiya sensei jellemét (sajnálom, hogy személyesen nem ismerhettem őt). Az unokája sem volt azzal tisztában, hogy milyen híres mesternek volt a deshi-je az Ő nagyapja. Ezzel akkor szembesült, amikor távol Japántól itt Magyarországon kezdtük faggatni nagyapjáról és Hakudo senseiről.

Hakudo senseiről rendelkezünk

információkkal, de ennyire személyes dolgokat sehol nem olvashattok róla. Ezért inkább olyan dolgokra voltunk kíváncsiak Mihalik Hunorral együtt, amit csak olyan ember ismerhetett, aki Hakudo sensei mellett élt.

Amamiya sensei 60 éves korában abbahagyta az iaido gyakorlását, mert úgy érezte teste már nem működik úgy, ahogy Ő azt elvárta magától. A kendō gyakorlását folytatta. Abe sensei azt mondta róla, nagyon laza mozgású, könnyed kendōja volt és leginkább Hakudo sensei kendōjára hasonlított. Hakudo sensei másfajta kirikaesi-t tanított a dojojában, mint amit a többi dojoban gyakoroltak. Hakudo sensei 8 évesen kezdte a kendō gyakorlását. Yushinkan dojo nagydobja jelenleg Abe sensei gyerekkori dojojában van Japánban.

Hakudo senseiről megtudtuk azt is, hogy kedvenc étele különösebben nem volt, de a szakét nagyon szerette.

Amamiya sensei olyankor is láthatta Hakudo senseit, amikor az ma-

gában iaidot gyakorolt, csak neki engedte, hogy ott legyen (ezért is lehet jó, szponzor fiának lenni).

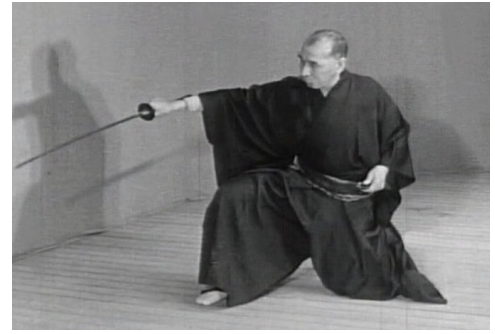
Hakudo sensei az edzéseken szigorú volt ritkán mosolygott és „keményen” mutatta be a kátákat. Amikor azonban magában gyakorolt, nagyon könnyedén és lazán mozgott. Amamiya sensei szerint magánemberként kedves ember volt.

Volt olyan nap, hogy Hakudo sensei 1000 (!) sohato nevű koryu kátát gyakorolt kihon gyakorlásként. Az izzadság miatt körbe-körbe járt, emiatt a dojoban kikopott a padló abban a körben.

Hakudo sensei a nukitsuke-nál és kiriorosi-nál biri-biri-re ragaszkodott. Ez annyira fontos volt neki, hogy ha kard nélkül mutatta a technikát, akkor is biri-biri-t végzett a kezével. Ezt a technikát ma kevesen gyakorolják, most külön nem fejteném ki ennek a mozgásnak a lényegét, tömören csak annyit, hogy a kard hegye megremeg a vágás végén, de ez a testből jön, nem a kéz csinálja. Nagyon nehéz technika, sok gyakorlást igényel – mint minden más.

Hakudo sensei Amamiya senseinek úgy tanította, hogy iaidoban gyakorláskor KI energiát nem kell mutatni, csak lazán mozogni, mint amikor egy „Nő könnyedén táncol”.

Hakudo sensei reggel ½ 5 kor



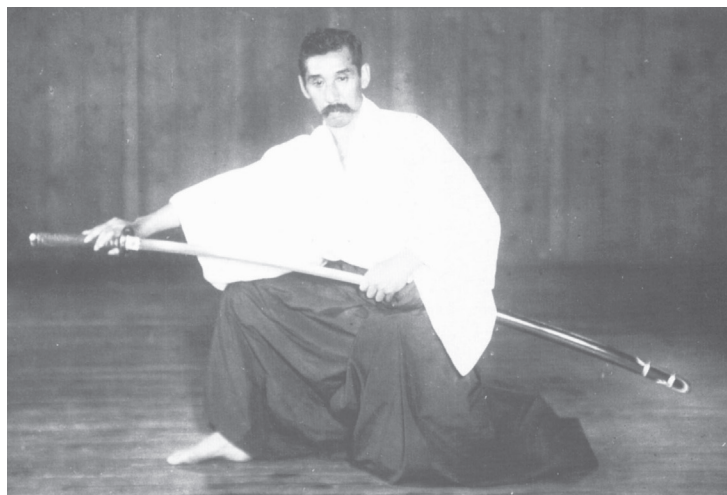
kelt és az első dolga az volt, hogy a kardot húzta, ha jól ment a gyakorlat, akkor az azt jelentette, hogy fejlődése jó és egészséges. Délelőtt csak iaido, délután kendō edzést tartott. Edzés közben nem beszélt, este lelki tréningként kalligráfiát gyakorolt.

Hakudo sensei dojojába bárki gyakorolhatott, az edzés díja havi egy jen volt, ami abban az időben elég nagy pénznek számított.

Hakudo sensei Fujisige no Tamasige kardkovács kardjait használta. Ezek a kardok jelenleg Amamiya sensei családjának tulajdonában vannak. Mivel Amamiya senseinek saját dojoja nem volt, ezért az egyik Hakudo sensei kardot kölcsönadta barátjának, Uchiki Jotaro senseinek, aki Yamanasi városában él. Dojojának neve: Shizen Kan. Jelenleg az egyik kard itt található.

Hakudo sensei nukitsukéja nagyon különleges volt, mert olyan módon húzta a kardot, mintha egy nedves, ragadós közegből jönne ki

a kard a saya-ból (ezt talán a haladók jobban értik, nehéz magyar nyelven megfogalmazni és szóval elmagyarázni). Amamiya sensei is így gyakorolt Hakudo sensei kardjával, de azért, mert így tanította neki Hakudo sensei. Amikor ezt a kar-





dot Amamiya sensei a tanítványának adta, az azt hitte a kard miatt van ez a fajta nukitsuke. De nem, a technika miatt csinálták így.

Nakayama sensei koncepciója Musho Shinden Ryu-ban, hogy a legalacsonyabb szintű győzelem, az, amikor a harcos kardot húzva nyer. A közepes szint, amikor vágva nyer. A legmagasabb szint, amikor a győzelem eléréséhez a kard a saya-ban marad, saya no uchi. Ezzel komolyan foglalkozott Nakayama és Amamiya sensei is. A minőség volt számukra a legfontosabb.

Nakayama sensei nagyon komolyan foglalkozott nukitsuke utolsó pillanatával is, amikor a kard a testet meg-, illetve átvágja. Ugyanígy a kiriorosi-nál is, de kiri orosi-nál nem annyira látható módon. Ez egy „rejtett technika”, kifelé nem annyira mutatva. Nukitsukénál a felsőtestet teljesen nyitották, az az a felsőtest elfordult, nem szembe volt az ellenféllel a húzás pillanatában.

Musho Shinden Ryuban hosszú kardot használtak ezért sayabiki-vel nagyon komolyan foglalkoztak más iskolákhoz képest. Nakayama sensei 165 cm volt és hosszú kardot használt, ebből született ilyen stílus.

Hakudo senseinek nem volt olyan szokása, hogy saját dolgairól írjon, csak tanulással foglalkozott. Nem nevezte magát Soke-nak Musho Shinden Ryuba, ezért sem nevezett ki Soket maga után.

És most arról, hogy mit is jelent a pillangóhatás.

Mihalik Hunor mesélte nekem, hogy a pillangóhatás az amikor „egy apró rezgésből egy egész nagy rezgés történhet”, egy apró dologból egy egész nagy dolog kerekedik ki. Azt tudni kell, hogy az unoka nem foglalkozott iaidoval. Amikor minket meg ismert csak kendőt gyakorolt. Amikor azonban látta a mi lelkesedésünket Hakudo sensei és Amamiya sensei iránt, amikor visszatért Japánba felkereste nagyapját és elkezdett iaidoval foglalkozni. Amamiya sensei nagyon boldog volt és a szülei is örültek.

Tokyóban a rendőr Aoki sensei-nél kezdett iaidót tanulni. Őt többen ismerhetitek az Iaido Európa-bajnokságról. Az unoka minden hónapban felvette videóra magát és Amamiya sensei mindig megnézte és tanácsokkal látta el. Most már szorgalmasan foglalkozik az iaidoval. Erre mondta Mihalik Hunor nekem „– Elindítottál egy pillangóhatást...”

ui.: szándékomban áll folytatni a cikket, amint megtudunk még több információt a családtól és Abe sensei sempaiaitól, akik szintén hallottak történeteket Amamiya senseitől. Valamint a jövőben szeretnék Amamiya senseiről is egy részletesebb cikket írni.

Galyas Gábor –
ShinBuKan-BSE

(Iaido 5. dan, Jodo 1. dan, Kendō 1. dan)





Nakayama Hakudo (vagy Nakayama Hiromichi) 1872. február 11-én a japán Kanazawa városában, Ishikawa megyében született.

Alapítója volt a Musō Shinden-ryū iaidonak, oktatói fokozattal rendelkezett (menkyo kaiden) Shintō Musō-ryū jodo harcművészetből és a Sindo Munen ryū-ból. Hetedik Sokéja volt a Sindo Munen ryū-nak, tizennyolcadik a Hasegawa Eishin- ryū iaijutsu Shimomura ágának.

Az Össz-Japán Kendō Szövetség égisze alatt iaido, jodo és kendō 10. dan fokozattal rendelkezett.

Olyan híres mesterektől tanult, mint Negishi Shingoro, Oe Masamichi, Hosokawa Yoshimasa. Élete során töretlenül munkálkodott a Budo fejlesztésén, amiben Takano Sasaburo-val és Uesiba Morihei-vel is dolgozott együtt.

Hakudo sensei foglalkozott továbbá költészettel és kalligráfiával is.

A Budo kultúrában kora egyik legmeghatározóbb személyisége volt. 1958. december 14-én, 86 éves korában hunyt el.

Szerkesztette: Bánáti Zsombor

Könyvajánló

Hamarosan megjelenik Erdélyi Gábor újabb könyve Kendo Kata címmel



A 110 oldalas kiadvány nem csak a katákat mutatja be képes illusztrációval kiegészítve, hanem kulturális és történelmi háttérrel mutat a kendo katákhoz.

Ahogy Vadadi Zsolt előszavában olvashatjuk, a katák leírása még a japán oktatási anyagokban sem teljesen részletekbe menő. Mindig megmarad a személyes átadás számára egy szinte végtelen terület, mely bejárása a tanulótól és a tanártól is függ. Az úton való haladásnak egy olyan szakasza a kata gyakorlása, melyet a mester és tanítvány fizikailag és a tanuló szintjén szellemileg is együtt jár be. A kata gyakorlás a keleti oktatásmód személyes, közvetlen átadású, klasszikus módja. Ebben élhető át talán a legteljesebben a mester-tanítvány viszony olyan aspektusai, mint a tanár önfeláldozó odaadása a tanítás iránt és a tanítvány elkötelezettsége a tudás megszerzéséért. Ezért is tudja magával ragadni a Bu-do gyakorlókat.

Következő számunkban néhány részletet közlünk a hamarosan megjelenő könyvből.

A mű előrendelhető az erdelyigabor@kagu.hu e-mail címen vagy az Arrabona Kendo Klub honlapján (<http://www.kendogyor.hu/index.php/konyvajanlo>).

A HISSHO Magazin a Magyar Kendo, Iaido és Jodo Szövetség hivatalos magazinja és a Szövetség tulajdona. A magazinban található írások szabadon felhasználhatók a Szövetség engedélyével és a forrás feltüntetésével.

II. évfolyam / 1. szám, 2012. november