

Schwert

&

Geist

Das japanische Schwert, das eigentlich eine Mischung aus Säbel und Schwert darstellt, wenn man deutsche Nomenklatur benutzt, hat, anders als das europäische, eine stark ausgeprägte geistige Komponente.

Das liegt an der besonderen Mentalität der japanischen Samurai des Mittelalters, die ihr eigenes Leben anders bewerteten als die Europäer.

Und es liegt an der Verbindung der Samurai zum japanischen Zen-Buddhismus, der durch Meditation und Erkenntnis einen Weg zur Überwindung der Angst vor dem Tod bot.

Wenn wir uns das Besondere des Schwertweges in Bezug auf den Geist anschauen, ist es gut, die Unterschiede zu anderen Kampfsportarten zu betrachten.

Karate und Ähnliches arbeitet mit dem Körper, also sehr direkt, und bewirkt auch bei einem Treffer meist nicht unmittelbar den Tod. Es ist als Kampfsportart nicht so radikal wie das Schwert, obwohl es große technische Fertigkeiten erfordert.

Das Schießen mit einer Waffe – ob Bogen, Armbrust oder Feuerwaffe spielt dabei keine entscheidende Rolle – zielt direkt nur auf den Tod

ab und geht über die Distanz – ich komme dem Gegner nicht unbedingt nahe und muß auch seinem Angriff nicht unbedingt ausweichen, bin also unter Umständen selbst gar nicht in Gefahr.

Auch der ritterliche Kampf im europäischen Mittelalter führte nicht beim ersten erfolgreichen Streich zum Tod des Gegners, denn die Kontrahenten waren schwer gepanzert und durch die Rüstung schnitt kein Schwert durch. Dazu hatten sie oft einen großen Schild als Schutz.

Iaido dagegen – der Weg des präsenten Übereinstimmens – stammt aus dem zivilen Leben, nicht dem Krieg, und arbeitet ohne Rüstung. Die Schwert-Übenden sind völlig ungeschützt und haben nur das Schwert zur Verfügung.

Schauen wir die Grundlage des Iaido an, die Kata. Die japanischen Kata sind sehr rituell, und sie erfordern ein hohes Maß an Selbstwahrnehmung und Selbstkorrektur. Will man eine Kata korrekt ausführen, so muß man von der Ferse bis zur Nasenspitze jedes Körperteil unter Kontrolle bekommen. Man muß wissen, was die einzelnen Gliedmaßen tun. Besondere Probleme bereiten vielen die Hände, vor allem die linke Hand.

Weiterhin ist die Synchronisation aller Bewegungen ein zentrales Übungsfeld.

Aber dazu kommt ja noch ein externes Teil, das Schwert, das auch mit einer sehr hohen Genauigkeit bewegt werden muß, die teilweise im Zentimeterbereich liegt.

Dazu kommen die Augen, und mit den Augen verstärkt der Geist. Die Augen projizieren sozusagen den Gegner. Um eine Kata korrekt ausführen zu können, muß der Geist exakt wissen, wo welche Körperteile des (unsichtbaren) Gegners sind und mit den Augen auch den Gegner „packen“ (metsuke).

Ein versierter Iaidoka sollte beim Betrachten einer Kata-Vorführung daher den (unsichtbaren)

Gegner sehen können, weil er für den Vorführenden vorhanden ist.

Von daher ist die Solo-Kata mental schwieriger als die Partner-Kata.

Sowieso – nur endlos häufiges Üben und Einschleifen – also die Ausübung der geistigen Fähigkeit der Geduld – der selben Bewegungen mit immer feinerer Beobachtung führt dazu, eines Tages alles sinnvoll und perfekt ablaufen zu lassen.

Was bei den Kata innerlich passiert ist nach dem Lernen der äußeren Form entscheidend, denn die Form als Äußeres ist, mental gesehen, vor allem Ausdruck eines inneren Ablaufs.

Womit beginnt jede Kata? Mit Ruhe, mit Gelassenheit.

Was ist Ruhe? Ruhe ist ein Zustand, in dem Gedanken, Gefühle und Körper hellwach, synchron und energiesparend funktionieren. Also ohne Aufregung, ohne Planung, ohne Erinnerung, einfach nur „präsent“. Im ruhenden Zustand am Beginn der Kata, entweder sitzend oder stehend, wird innerlich nicht mehr der Ablauf der Form im Kopf repetiert, man bereitet sich nicht auf die einzelnen Bewegungen vor, man vertraut auf die Intelligenz des „psychophysischen Systems“, daß es die Form korrekt durchlaufen wird, weil es ja weiß, was es macht. Der Zustand ist durchaus mit Zazen zu vergleichen.

Beim bewegten Kataverlauf ändert sich da eigentlich nichts, man nimmt wahr, ist wach, bemerkt, was wie abläuft, stellt fest, was entspricht und was nicht, aber ohne zu bewerten, damit es in Ruhe beim nächsten Mal verändert werden kann.

Und genau das ist Gelassenheit, sich einlassen auf die Weisheit des eigenen funktionierenden Systems von Geist und Körper.

Beim Partnertraining handelt man entsprechend,

wobei man sich auf die Variable des Gegners einstellen muß, also jemanden dabei hat, den man selbst nur teilweise beeinflussen kann.

Was kann man noch über die geistige Seite des Langschwertes sagen? In der deutschen Sprache gibt es den Begriff „Entscheidung“. Er beschreibt bildhaft, daß man ein Schwert aus der Scheide zieht und damit einen unwiderruflichen Vorgang vollzogen hat. Man stelle sich vor, daß zwei Kämpfer voreinander stehen und einer zieht das Schwert, dann ist vor allem bei der japanischen Art des Iaido der Tod des anderen schon vollzogen, weil man ja beim Herausziehen schneidet und damit auch schon tötet. Es gibt keine langen Kämpfe und kein Hin und Her, Herausziehen ist Schneiden und damit ist die Sache erledigt. Tot ist tot. Entscheidungen sind nicht reversibel.

Ganz anders als die Praxis, sich heute so und morgen anders zu „entscheiden“, denn es ist keine Entscheidung, wenn sie kein echtes Ergebnis hat. Was bringt uns das geistig? Es führt uns zu der Energie, die in einer Entscheidung steckt. Entscheidungen sind Lebensknotenpunkte, Wegscheidungen, Kreuzungen, an denen und durch die sich endlos Energie entfaltet. Z.B. kann die Entscheidung, Schwertkampf oder Meditation oder etwas dergleichen zu lernen, den Lauf des Lebens auf eine völlig neue und energetisch höhere Ebene heben. 80 Jahre lang mehr Energie und Klarheit zu haben als fast alle anderen, nur durch EINE einzelne Entscheidung, das ist schon was. Und man kann sich ja noch öfter entscheiden. Ein Mensch dagegen, der sich nur entscheiden kann, heute mal Iaido und morgen mal Tai Chi und übermorgen mal Döneressen – der bleibt auf einem bedauernden Lowlevel-Lifestyle kleben, den er mit viel Angabe und viel Jammern verhöherwertet muß, was illusorisch ist.

Ein interessanter Aspekt zeigt sich beim Tames-

higiri, dem Schneiden mit dem scharfen Schwert: Das sind die inneren Spannungen, die sich physisch auf das Schnittbild übertragen. Ist der Übende innerlich gelassen und spannungsfrei, ergibt sich ein glatter, gerader Schnitt. Will er und kann er den Schnitt willensmäßig erzwingen mit mentaler und physischer Kraft, ergibt sich ein welliger Schnitt. Ist er innerlich nicht überzeugt und glaubt nicht an sich, bleibt er stecken. Spannungen beim Schneiden entstehen durch mentale Spannungen – das läßt sich weitgehend auf den Lebensalltag übertragen. Wer sich nicht klar entscheiden kann, wer innerlich zerrissen ist, wer nicht weiß, was er will, bleibt auf einem unbefriedigenden Lebensniveau stecken. Fühlt sich aber dennoch glücklich, so unglücklich zu sein und ist unbekehrbar.

„Dem Schwert folgen“ ist eine weitere Entdeckung, die wir bei unserer Arbeit gemacht haben. Wenn wir geistig lebendig mit dem Schwert umgehen wollen, dann ist es nicht sehr sinnvoll, nur aus Vorstellungen heraus zu handeln, sondern wir können den natürlichen Bewegungen des Schwertes folgen, die es seiner Art gemäß macht. Bei einem Angriff oder einer Abwehr gibt es spezielle Bewegungen und Richtungen, die das Schwert fast von allein bevorzugt. Daher ist es gut, dem Geist des Schwertes zu folgen, zu spüren, was es in einer Situation will.

„Das tötende und das lebengebende Schwert“ ist ein japanischer Ausdruck, der eine weitere Dimension des Schwertes und seiner Macht darstellt. Wenn wir uns nur auf die tötende und zerstörende Dimension einlassen, wie es die japanischen Kata tun, haben wir den Geist des Schwertes nicht erfaßt.

Worum geht es denn im Leben eines echten Kriegers? Es geht um geistiges Wachstum. Nicht nur für uns, auch für den Gegner. Wenn wir im Kampf

wirklich überlegen sind haben wir immer auch die Macht, dem Gegner einen Erkenntnisprozeß zu ermöglichen. Ob er ihn nutzt oder nicht ist nicht unsere Sache.

Was heißt das für unseren Alltag? Schwert im Alltag bedeutet dann, daß wir uns im „gut“ und „böse“ Sein abwechseln können und sollen, je nach Situation. Da wir wissen, daß wir überlegen sind, können wir es uns leisten, die Dinge differenziert zu sehen und zu behandeln. Wir können Gegnern, Problemen, Lebenssituationen offen entgegentreten, mit einem Bündel an Verhaltensmöglichkeiten. Das ist Freiheit.

Aber das bedeutet, in der Schwertarbeit ebenso wenig Angst zu haben wie im täglichen Leben.

Das bedeutet in beiden Fällen erprobte Wege zu gehen, also konservativ zu sein und traditionell, aber auch weiterzugehen, also evolutionär und revolutionär zu sein. Manchmal muß man bewahren, manchmal entwickeln, manchmal umstürzen.

Denn wirkliche Schwertarbeit bedeutet Freiheit im Handeln, Denken, Fühlen. Die Macht über Leben und Tod in der Hand des Kriegers zwingt ihn zur Verantwortung für sein Handeln. Nur ein Mensch, der Verantwortung für sein Handeln (und Denken) übernimmt und sich nie auf andere beruft, kann frei sein.

Das Schwert trennt, dadurch tötet es. Das Schwert verwandelt Lebendes in Totes. Das Schwert schafft Bewußtsein. Ein bewußter Geist diskriminiert, er muß diskriminieren. Das ist heute unmodern, aber es bedeutet einfach, die Dinge der Welt zu unterscheiden, zu trennen, mit dem Schwert der Erkenntnis, und dann ohne Angst das Wertlose zu töten und das Wertvolle lebendig werden zu lassen.

Christoph Jantzen, Juli 2019, beauftragt durch meine Tochter Sulamith Jantzen