

# Zen und Schwert

## EINS

Dies ist eine Auftragsarbeit für Roswitha, die sich noch mit 70 Jahren aufgemacht hat, den Weg des Schwertes zu gehen.

laido ist eine Kampfkunst wie Kendo, Aikido, Karate-Do, Judo. Diese Kampfkunst hat sich aus der Kultivierung kriegerischer Auseinandersetzungen entwickelt. Der Mensch hat ein natürliches Bedürfnis, sich zu verteidigen, sich wehren zu können, zu kämpfen. Männer sicher mehr als Frauen, weil ihnen Hunderttausende von Jahren der Jagd und des Krieges in den Genen stecken, die sich nicht so einfach kompensieren lassen.

Daher ist laido ein Weg, Gewalt durch Kultivierung umzuwandeln in einen Weg der gestaltenden Charakterentwicklung. Der Gegner ist hier nicht mehr ein anderer Mensch, der getötet werden soll, der Gegner ist die eigene Unfertigkeit. Aus diesem Gegner wird aber ein Freund, nämlich das Bedürfnis nach Weiterentwicklung, nach Intensität, danach, sich selbst im Tun zu entdecken, denn – da draußen ist niemand, kein physischer Gegner tritt einem entgegen. Der Weg des laido ist damit ein Entwicklungs- und Erkenntnisweg.

Es gibt grundlegende Unterschiede zwischen der reinen Kriegskunst des Schwertes und dem laido. Das betrifft z.B. die Schwerter selbst: Im Krieg wurden die Schwerter an einem Gehänge seitlich getragen mit der Schneide nach unten. Die umfangreiche Rüstung erforderte das. Das Schwert wurde dann bei Kampfbeginn gezogen oder dann, wenn die Distanzwaffen (Bogen, Speer, Hellebarde) nicht mehr anwendbar waren.

Im laido dagegen wird zivile Kleidung und das

Schwert mit der Schneide nach oben im Gürtel getragen. Es wird erst gezogen, wenn der tödliche Schnitt ausgeführt wird. Bis dahin steckt es in der Scheide (Saya).

Im laido gibt es unterschiedliche Richtungen: Die sehr kämpferischen, die sich Iaijutsu nennen, und die ruhigeren Stile. Im deutschsprachigen Raum wird laido sehr technikbetont betrieben, im französischen Raum eher mit geistig philosophischen Aspekten. Zentrale Unterschiede verschiedener Stile: Im Katori Shinto Ryu nimmt man eine kämpferische, oft vorgeneigte Stellung ein, im Seitei laido und damit verwandten Stilen eine kerzengerade Haltung, die man nie verläßt. Im Katori arbeitet man mit Kampfschrei (Kiai), im Seitei und Muso Shinden ist man still. Auch das Tempo ist im Seitei sehr gemessen, in anderen Stilen schneller bis blitzartig.

Zen und Schwert – was lassen sich an Gemeinsamkeiten und Verbindungen entdecken?

Die Samurai in Japan haben sich teilweise mit Zen beschäftigt, ihre Religion war jedoch der Shintoismus, in der auch die strenge Hierarchie der Samurai begründet ist. Daß Zen die Religion der Samurai war ist eine Legende, die sich mancher Japaner heute zu Werbezwecken gern zu eigen macht. Japaner sind in dieser Hinsicht indifferent als Europäer und folgen oft mehreren Religionen gleichzeitig. Es gibt einige interessante Geschichten, in denen die Begegnung der Samurai mit Zen-Meistern und Mönchen geschildert wird, für die aber hier der Platz nicht reicht.

So wird mit der Verbindung Zen und Schwert doch etwas Neues geschaffen – in Bezug auf das heutige laido jedenfalls. Gemeinsam ist die Körperhaltung. Beim Zazen und beim laido wird eine völlig aufrechte Haltung eingenommen, die Zen-

triertheit und Gelassenheit fördert. Außerdem ist es die kraftsparendste Haltung. Diese Haltung drückt aus, daß man sich nicht aus dem Lot bringen läßt und den Überblick behält. Gemeinsam ist die Atmung – eine langsame und tiefe Zwerchfellatmung ist Grundlage aller asiatischen Kampfkünste und der Meditation. Sie beruhigt den Geist und fördert die Gesundheit. Die Kontrolle der Augen ist wichtig – die Augen irren nicht umher und schauen hierhin und dorthin, sie schauen ruhig auf einen festgelegten Punkt. Im laido heißt das Metsuke, die Augen als Energielenker nutzen.

Nun zu den geistigen Aspekten, die die andere Seite der Physis darstellen. Es gibt eine Reihe von japanischen Texten, die sehr interessant sind. Einer ist die Geschichte von der „wunderbaren Katze“, eine alte geistige Anleitung zur Schwertkunst, in der aber kein Schwert vorkommt. Es werden Katzen dargestellt in ihrem Kampf gegen eine Ratte. Alle Katzen, die sich Techniken bis zur Perfektion angeeignet haben, verlieren den Kampf – selbst die, die mit geistigen Techniken arbeiten. Nur die Katze besiegt die Ratte, die keinerlei Technik anwendet und einfach ganz natürlich ist. Und als Ideal wird die Katze geschildert, die sich gar nicht ums Rattenfangen bemüht, sondern nur faul in der Sonne liegt – aber in ihrer Nähe gibt es nirgendwo Ratten - - Das Nicht-Tun also als höchste Stufe des Schwertkampfes. Mein Schwertlehrer in Frankreich (7. Dan) antwortet meist auf die Frage, wie er gerade eine bestimmte Technik ausgeführt hat, mit „je ne sais pas“ und „naturel“. Das erinnert an Bodhidharas Begegnung mit dem chinesischen Kaiser. Ist kein Ich involviert, dann weiß „man“ wirklich nicht. „Es“ geschieht einfach. - Ein anderer Text

ist von Meister Takuan, der vor 400 Jahren gelebt hat. Takuan war Zen-Meister und Lehrer des Kaisers, und obwohl er kein Schwertkämpfer war, schrieb er doch darüber. Seine Anleitung zum Schwertkampf ist geistiger Art. Der Geist soll bei einem Zweikampf nicht am Schwert des Gegners haften, man soll nie daran denken, den Gegner zu treffen. Der Geist soll nirgendwo haltmachen, sich von nichts fesseln lassen, kein Gedanke an Sieg oder Niederlage, Tod oder Leben soll aufkommen. Für Übende des Schwertweges heute heißt das: Bewerte nie deine Fortschritte, versuche nie, weiterzukommen, sei nie frustriert. Übe stetig mit ruhigem Geist, der nirgendwo haltmacht. Ein berühmter japanischer Schwertmeister des 19. Jahrhunderts war Tesshu, der den Muto-Ryu, die „Ohne-Schwert-Schule“ gründete. Das hieß nicht, daß man ohne Schwert in der Hand kämpfte, sondern ohne Schwert im Geist. Sein Unterricht war hart, so wie intensives Zazen über viele Tage mit wenig Schlaf ausgeübt wird, wenn man wirklich intensiv üben will. Er hat seine Schüler bis zu 1400 Schwertkämpfe (mit dem Bokken, dem Holzschwert) nacheinander ausführen lassen über mehrere Tage, bis sie vor Erschöpfung zusammenbrachen. Tesshu nannte als Ziel der Schwertkunst die Erleuchtung und nicht den Sieg über andere, und für die Erleuchtung müsse man alles geben. Tesshu hat nie einen Menschen getötet, er nannte sein Schwert das lebensspendende Schwert. Tesshu Rat an alle, die wegen Unterricht im Schwertkampf oder im Zazen anfragten, war: Fangen jetzt auf der Stelle sofort an! Und höre nie wieder damit auf, weil es kein Ende der Übung und des Weges gibt. Tesshu entwickelte eine solche Energie, daß er im Laufe seines Lebens nicht nur die Kampfkunst meisterte, sondern auch mit

mehreren Tausend Frauen schlief, um das Geheimnis von Yin und Yang zu ergründen, und als Meister der Kalligraphie bis zu 1300 Kalligraphien pro Tag für die Finanzierung von Tempel- und Dojobauten anfertigte, die er verkaufte. Insgesamt soll er über eine Million Kalligraphien gemalt haben. Er starb allerdings schon mit 53 Jahren, eine Fackel, die an beiden Enden brannte.

Muß der Zen-Buddhismus nicht eigentlich friedlich sein? Aus der Sicht der Erleuchtung gibt es nichts, was unerleuchtete Handlung wäre. Einzu-teilen in friedlich und kriegerisch ist die Ebene der Dualität und Moral, Zen geht darüber hinaus und führt in die Freiheit des Seins. Diese Freiheit mag dann in unserer Welt als friedfertig gelten – je nach Standpunkt.

- Intensiv üben - laido oder/und Zazen
- Es gibt keinen äußeren Gegner
- Geist ist wichtiger als Technik
- Nicht mit dem Geist (am Schwert) anhaften

Wenn du dich für die Schwertkunst entschieden hast, dann übe die Schwertkunst – mach sie zu deinem Leben. laido ist etwas sehr Besonderes, das das Leben wirklich bereichern kann – wenn man sich darauf einläßt. Die meisten Menschen sind so flau, daß sie nicht einmal das erste Jahr regelmäßigen Trainings durchhalten, obwohl nichts weiter verlangt wird als das zu tun, wozu man sich entschieden hat. Dabei gibt es keine Kampfkunst, die einem schon nach einem Jahr ihre Möglichkeiten offenbart.

Also: Sitzen & Schwertschwingen!

Christoph Jantzen - Haus Lueginsland - 2010

#### Nachtrag 2013:

In den vergangenen Jahren habe ich einige Erfahrungen gemacht, die ich einbringen möchte.

Japaner und Europäer sind anscheinend so ver-

schieden, daß manche Interpretationen und Entwicklungen nicht von Japan auf uns und umgekehrt übertragen werden können.

Da ist der Individualismus, die hoch bewertete Entwicklung des eigenen geistigen Lebensweges, die **wir** als DO bezeichnen. Wenn aber, wie in Japan, persönlicher Ausdruck als Entgleisung angesehen wird, kann das dort kein Ziel sein.

Weiterhin sind wir meist nicht mehr militaristisch und nationalistisch ausgerichtet, so daß wir speziell den japanischen Schwertkampf aus einer viel persönlicheren Warte sehen als ein Japaner. Für uns ist das Schwert nicht mit einer nationalen Vergangenheit verbunden.

Für einen Samurai war das Leben an sich wertlos, er kämpfte für die Ehre der Familie und des Clans. Es war wichtig, ehrenvoll zu sterben. Uns jedoch ist das Leben selber wichtig und der Schwertkampf ist nicht mit dem Gedanken unseres realen Todes verbunden.

In Japan gilt das Prinzip der Einordnung und Unterordnung. Ein Aufbegehren gegen die hierarchische Ordnung oder ein Ausbrechen aus dem, was alle tun, bringt großen Ansehensverlust. Wenn der Meister sagt: „Tu das so!“, dann folgt man. So bedeutet Wort „Samurai“ einfach nur „Diener“, ein Samurai war ein Gefolgsmann, der zu Kadavergehorsam verpflichtet war und sich bei Fehlverhalten selbst töten mußte.

Wir haben unsere Schule „Ronin-Dojo“ genannt, Schule der Kämpfer ohne einen Herren, um auszudrücken, daß laido für uns eine andere Bedeutung hat als für die Japaner.

#### **Hier die Kontaktdaten für das Busshin-laido**

D 03058 Neuhausen-Spree

Mail: christoph@lebensflusss.de

Homepage: www.lebensflusss.de