

## Was ist Iaido ?

Iaido ist die japanische „Kunst des Schwertziehens“ und gehört zum großen Bereich der Budo-Disziplinen. Es ist aus der Kampfkunst der alten Kriegerkaste Japans, der Samurai, entstanden.

Iaido offenbart sich im Training, daher empfehlen wir Euch, die Kontaktaufnahme mit einem unserer Mitgliedsvereinen und die Teilnahme an einer Probestunde.

Um Euch die Zeit bis zur nächsten Trainingseinheit ein bisschen zu verkürzen, findet Ihr hier noch ein paar Rahmeninformationen zum Iaido.

[Geschichte](#)  
[Bedeutung](#)  
[Ausbildung](#)  
[Ausrüstung](#)  
[Trainingsinhalte](#)  
[Ziel](#)

---

### Geschichte

Am Anfang war das Schwert. Schon in der mythischen Entstehungsgeschichte Japans spielt das Schwert eine wichtige Rolle. Von **Amaterasu**, der Sonnengöttin erhielt der erste Herrscher Japans (**Jimmu**, Enkel des **Ninigi**, Enkel von Amaterasu) die Insignien der kaiserliche Macht; Spiegel, Juwel und „Regenwolken Schwert“.

Die japanische Geschichte ist die des Krieges und der religiösen Einflüsse, sie wurde geprägt durch den Gebrauch von Bogen und Schwert und durch den Stand der **Samurai** (samurau, dienen).

Während der **Heian Periode** (794-1185) war Japan aufgeteilt unter rivalisierenden Familien-Clans. Im 9. Jhr. verlor der **Tenno** (Kaiser) den Machtanspruch an einflussreiche Familien der **Kuge** (Hochadel, insb. das Haus **Fujiwara**). Um Ihre Landansprüche zu verteidigen ließen die einzelnen Fürsten in den Präfektoren (**Buke**, Militäradel) wehrfähige Männer ausbilden und erst mit dem Bogen, später auch mit Schwertern bewaffnen. Im Laufe der Zeit wurde die Aufgaben der Ausbilder erblich und die Schutztruppen etablierten sich unter dem Begriff **Kondei** („tapfere Söhne“, später Samurai genannt) und gewannen an Bedeutung.

In der **Kamakura Periode** (1185 – 1333) begannen die Nordfeldzüge gegen die Ureinwohner, die **Ainu**. Im Einfluss der einheimischen **Shinto-Religion** formten sich die Kondei zum Kriegerstand und sorgten schließlich im 12. Jhr. für die Bildung des ersten **Shogunats** (Regentschaft der Shogune bis 1867, dann Meiji Restauration).

In der **Muromachi Periode** (1392 – 1568) entwickelten sich die ersten Schwertkampfschulen, die **Dojo** (Ort des Weges). Die Eroberungsfeldzüge näherten sich ihrem Höhepunkt, der Einigung des

Reiches. 1600 besiegt **Ieyasu Tokugawa** (1542-1616) in der Schlacht bei **Sekigahara** die Anhänger des **Toyotomi-Clan** und ernannte sich zum **Shogun** (1603 bis 1613). Mit der Errichtung des **Edo-Bakufu** (Regierungssitz im heutigen Tokyo) bekamen die Samurai neue Aufgaben und erlebten Ihren Aufschwung im Zeichen des **Budshido**. Die vier Stände; Samurai, Bauern, Handwerker und Kaufleute (seit 1591), sicherten den Samurai viele Privilegien, nun standen sie an der Spitze der sozialen Hierarchie. Von ihnen wurde vorbildliches Verhalten erwartet und, beeinflusst durch den aus China kommenden **Zen-Buddhismus**, die Prinzipien des Bushido (Weg des Kriegers) zu befolgen. Die wichtigsten Prinzipien waren uneingeschränkte Loyalität zum jeweiligen **Daimyo** (Fürsten) oder **Sensei** („vorangehender“ / Lehrer), strenge Selbstdisziplin und selbstloses, mutiges Verhalten.

Durch die Einigung des Reiches wurden jedoch die Armeen der einzelnen Daimyo aufgelöst, zudem hatten viele Samurai in den Kriegen Ihren Herren verloren und zogen, von keinem anderen Clan aufgenommen, völlig mittellos durch das Land. Als **Ronin** („wie die Wellen Wandernde“) wurde Sie zu einem sozialem Problem. Auf Ihren Kriegerstand beharrend und durch den **Konfuzianismus** des **Tokugawa Shogunats** gestützt kodifizierte sich jetzt der Samurai-Ethos und der Schwertkampf selbst. Es entstanden die strengen Formen und Zeremonien, unzählige Dojo, Sensei und **Ryu** (Schulen, Style) und damit die Blütezeit des **Kendo** (Weg des Schwerts).

Die bekanntesten Samurai dieser Zeit waren;

- **Hayashizaki Jinsuke Shigenobu** (1549 - 1621), er soll der Legende nach die wahre Natur des Schwertkampfes erkannt haben und auf ihn geht das heutige Iaido zurück. **Soke** (Begründer) der „**Hayashizaki Muso Ryu**“
- **Miyamoto Musashi** (1584 – 1645), er gilt trotz seiner kriegerischen und blutigen Karriere heute als „**Kensei** – Weiser und Heiliger des Schwertes“ und wird in Japan hoch verehrt. Autor des **Gorin-no-sho** (Buch der fünf Ringe). Soke der „**Niten-Ichiryu**“ (Schule der zwei Himmel)

Nach Jahrhunderten der Isolation (**Sakoku** 1639 – 1868) und der Niederlage Japans im zweiten Weltkrieg begann für die Schwertkampfübungen und das **Budo** im allgemeinen eine neue Epoche.

Erst von den Besatzungsmächten verboten, vollzog sich in den 60-Jahren eine Öffnung der Kampfkünste. Viele Disziplinen gaben sich die Endung **-do** anstelle des bislang vorherrschenden **-jutsu** (Iaijutsu – technische Fähigkeit der Präsenz [im Schwertziehen]). Damit wurden die geistigen Aspekte der Übung nun höher bewertet als die reine Technik.

Einen wichtigen Beitrag zur internationalen Verbreitung einzelner Disziplinen erbrachte neu entstandenen Verbände. Die **ZNKR** (Zen Nihon Kendo Renmei / Alljapanischer Kendo Verband) ist zuständig für die Belange des

- **Kendo**, (Schwertweg des Zwei- / Wettkampfs)
- **Iaido**, (Schwertweg; Präsenz im Schwertziehen)

- **Jodo** (Stockweg, Kampf gegen Schwertangriff) und
- **Naginatado** (Hellebardenweg)

und hat für diese Disziplinen jeweils gültige Standards verfasst. Dies erlaubte erstmals, diese Künste nicht mehr nur vom Lehrer an den Schüler, sondern auch an große Gruppen weiter zu geben (z.B. an Universitäten, auf Lehrgängen, usw.). Ein Prüfungs-, Meisterschafts- und Ausbildungssystem (**Shogo**) führte diesen Prozess fort.

## Bedeutung

Die Bedeutung der einzelnen Silben:

- **i bzw. iru**, die erste Silbe, steht für anwesend sein, körperlich wie geistig,
- **ai** (awaseru) bedeutet in diesem Kontext so viel wie sofortige Aktion und Reaktion, wann immer notwendig
- **do** ist der Weg oder auch das Prinzip

Die reine Übersetzung weist also ausschließlich auf die Haltung des Übens und nicht auf den Gebrauch des Schwerts hin. Erst in der Übersetzung des früher gebräuchlichen Namens; **Batto-Jutsu – die Kunst das Schwert zu ziehen** klingt an, dass Iaido in der Handhabung einer Waffe entstanden ist und bis heute praktiziert wird. Dabei ist die mentale Stärke entscheidend: im Moment des Ziehens liegt bereits der entscheidende Vorteil bzw. muss eine wirksame Technik ausgeführt werden; der Kampf ist nur ein Moment.

Aus dem Begriff Iaido lässt sich auf die Einwirkung des **Buddhismus** und des **Zen** schließen, auch hier geht es um das Bewusstsein und die Präsenz im Alltag. Ebenso finden sich Einflüsse des **Konfuzianismus** (chinesische Staatsreligion die das **Tokugawa-System** [1603 - 1868] formte) und der japanischen Urreligion, des **Shintoismus**.

Die Verwendung des Schwertes im Iaido zeigt den Kontext in dem das Iaido entstanden ist, innerhalb der Kriegerschaft und der Machthabenden im Japan des 17. Jahrhundert. Das Schwert, und die damit verbundene (heute eher symbolische) Macht, über Leben und Tod zu entscheiden, war ein Privileg und förderte die Entwicklung einer Oberschicht. Nur den Samurai war es erlaubt Schwerter zu tragen (1588 Verbot des Waffenbesitzes für Bauern). Damit wurde das Schwert zum Statussymbol, Ausdruck der Familientradition (erblicher Samurai-Status), Beweis für Ehrhaftigkeit (Samurai-Kodex; **Bushido**, der Weg des Kriegers) und gleichsam auch für das „im Dienst stehen“ (Samurai = dienen, aufwarten).

## Ausbildung

Der Umgang mit einem richtigen Schwert ist der Grundgedanke des Iaido (als Ergänzung zum Kendo, bei dem in einer Schutzausrüstung und mit einem Schlagstock bestehend aus vier Bambusritzen gekämpft wird).

Dabei unterscheiden wir zwei Schwerttypen;

- **Tachi** (Langschwert, mit der Klinge nach unten hängend getragen, frühere Tragart zu Pferde) und
- **Katana** (mit der Klinge nach oben gerichtet und in den Gürtel gesteckt).

In verschiedenen alten Iai-Schulen (Koryu) können auch

- **Wakisashi** (kurzes Beischwert, Klingenlänge unter 2 Shaku),
- **Tanto** (Messer mit Klinge unter 1 Shaku) oder
- **Bokken / Bokuto** (Holzschwert, i.d.R. 101 cm lang), sowie andere Waffen Verwendung finden.

**Katana:** In den Bewegungen des Seitei Iai und der Muso Shinden Ryu werden ausschließlich Bokken (für Anfänger- und Partnertraining) und das Katana verwendet. Da der Begriff Katana allein die Montierung der Klinge, und daraus abgeleitet die Tragart im Gürtel beschreibt, ist eine weitere Klassifizierung der geeigneten Iai Schwertes notwendig.

**To** (Schwert) und **Ken** (eigentlich ein gerades, zweischneidiges Schwert, früherer aus China importierter Waffentyp) sind verschiedene Begriffe für das japanische Schwert. Für das Üben von Iaido ist ein **Iai-To** (Übungsschwert für Iaido) sinnvoll. Gegenüber einem **Shin-Ken** (neues Schwert, meint ein scharfes Schwert), hat dieses den Vorteil nicht scharf (Verletzungsgefahr) und durch eine vereinfachten Herstellungsprozess (maschinelle Fertigung, Aluminium-Zink-Beryllium Legierung) bedeutend günstiger zu sein.

**Das Bokken** wird grundsätzlich genutzt wenn mit einem Partner (**Aite Waza**) geübt wird, entweder um einen Bewegungsablauf zu erklären, die Vorstellung des Gegenübers zu üben oder die Effektivität und Richtigkeit der eigenen Technik zu überprüfen. Auch wenn dies vielleicht so klingt, geht es dabei jedoch nicht um das Besiegen des Gegners. Das Verständnis für die zu übenden Situation stellt sich oft erst ein, wenn der imaginäre Gegner im Iaido durch einen Partner aus „Fleisch und Blut“ ersetzt wird. Dieser dient zur Orientierung, als Richtungsgeber und Abstandsanzeiger.

Daher ist es sinnvoll, wenn im Bokken-Training der Gegner durch einen erfahrenen und mit der Form vertrauten Partner dargestellt wird und der Bewegungsablauf langsam ausgeführt wird.

Anfänger üben i.d.R. so lange mit dem Bokken bis sich eine relative Bewegungssicherheit eingestellt hat. Dies kann unterschiedlich lange dauern (Vorkenntnisse, Trainingshäufigkeit) und unterliegt der Einschätzung des jeweiligen Übungsleiters.

Der Umgang mit dem Bokken entspricht der Handhabung des Schwertes, einzig die Zieh- und Einführbewegungen des Schwertes in die Saya können nicht vollständig geübt werden, das Bokken ist leichter und vermittelt natürlich ein eigenes „Gefühl“.

Im Rahmen der Iaido-Ausbildung gibt es vier inhaltliche Schwerpunkte die sich gegenseitig ergänzen;

- **Keiko** (Training), die körperliche Übung ist die Grundlage des Iaido, ob traditionell in einem Dojo nur zwischen Lehrer und Schüler, im Verein oder auf Lehrgängen, die langfristige Unterweisung durch eine im Iaido erfahrene Person lässt sich nicht durch Bücher, Videos oder ein Selbststudium ersetzen.
- **Shinza**, Prüfungen sind durch die IKF (internationale Kendo Federation, EKF Europäische Kendo Federation und den DKenB, Deutscher Kendo Bund) anerkannt und markieren das aktuelle Niveau des Übenden gemäß formellen Kriterien. Die regelmäßige Vorbereitung auf Prüfungen führt zu einer intensivierten Auseinandersetzung mit definierte Vorgaben.
- **Taikai**, das „Treffen der Großen“, eine Meisterschaft (kein Wettkampf) bei der die Teilnehmer präsentieren, was sie von Ihrem Lehrer gelernt haben und was in dem Dojo aus dem Sie kommen geübt wird. Taikai werden als Vereins-, Landes-, Bundes- oder Europa-Meisterschaft ausgetragen. Dabei treten zwei Personen nebeneinander an und führen Reiho und i.d.R. 5 Kata vor. Bewertet werden neben der Technik auch Kleidung, Auftreten und die „Ausstrahlung“. Trotz aller objektiven Kriterien (ZNKR Seitei Iai – Kommentar) ist eine Iaido Vorführungen nicht Leistungsmäßig zu bewerten. So kommt es, das die Qualität der Vorführung oft mit dem Alter und der Übungszeit des Vorführenden wachsen kann.
- **Embu**, die Vorführung des Iaido dient dazu, gemäß dem jeweiligen Publikum entweder die Disziplin Iaido vorzustellen oder einer versierteren Zuschauerschar besondere Aspekte oder die Stilart einer bestimmten Schule, eines Lehrers oder des Vorführenden selbst zu demonstrieren.

Alle vier Darbietungsformen sind letztlich eine Vorführung des Iaido unter bestimmten Rahmenbedingungen und sollten nicht unabhängig voneinander gesehen werden. Ein Iaido-Training das z.B. rein auf die Erfolge bei Taikai oder Shinza abgestimmt ist, führt zu einer Überbewertung einzelner Inhalte. Daher ist es auch wichtig, selbst wenn es einem vordringlich „nur“ um das persönliche Training geht, auch Erfahrungen mit der Teilnahme an Shinza, Taikai und Embu zu machen.

## Ausrüstung

Die traditionelle Kleidung im Iaido besteht aus **Hakama** („Hosenrock“), **Keikogi** („Trainingsjacke“) und **Obi** (Gürtel von 380 cm Länge). Die Kleidung ist schlicht und i.d.R. schwarz oder blau, manchmal auch weiß. Es gibt kein erkennbares Rangsystem (z.B. farbige Gürtel).

Im Training können Knieschoner getragen werden. Schmuck ist vor dem Training abzulegen. Im Winter können mehrere Keikogi übereinander, oder zusätzlich ein **Shitagi** (Unterjacke) getragen werden.

Auf dem Weg zum Dojo (aus der Umkleide) dienen **Zorris** (Sandalen) als Fußbekleidung.

Bei offiziellen Anlässen und zu Prüfungen und Vorführungen ab Rokudan (6. Grad) werden **Montsuki** (zeremonielle Jacke mit weiten Ärmeln und 5 Wappen) und **Tabi** (Schuhe) getragen.

Ein **Fukuro**, kleine Tasche die über einen Kordelzug geschlossen wird, dient zur Unterbringung von privaten Utensilien und Wertsachen während des Training. Früher wurden solche Beutel an der Kleidung befestigt, heute werden sie neben der Schwerttasche am Rand der Trainingsfläche platziert.

Zur vollständigen Ausrüstung gehört auch eine Tasche zum Transport von Boken oder Iaito. Das Boken ist mit einer **Tsuba** (Stichblatt) versehen und evtl. mit einem Gummiring, um die Tsuba zu fixieren. Empfehlenswert sind Bokken aus weißer japanischer Eiche (ca. 50 Euro) da hier die Gewichtung ausgewogener ist als bei „günstigen“ Roteiche-Stöcken (Taiwan Importe). Während das Bokken beim Iaido i.d.R. eine Gesamtlänge von 101 cm hat, ist die Klingenslänge beim Iaito von der Größe und vor allem der Armlänge des Übenden in Relation zur Oberkörperlänge wichtig. Mit steigender technischer Fertigkeit (**Sayabiki** / **Sayabanare**, Bewegung der Saya beim / nach dem ziehen der Klinge) kann sich die angemessene Länge erheblich vergrößern. Die Entscheidung über die passende Schwertlänge und überhaupt die Auswahl eines für das Iaido geeigneten Schwertes, sollte daher immer in Absprache mit einem erfahrenen Übungsleiter / Lehrer getroffen werden. Zu bedenken ist auch, das ein Iaito nicht als Sportgerät betrachtet werden sollte. Die Längenbestimmung, z.B. Auswahl gemäß einer Maßtabelle oder die Bestellung aus einem Katalog aufgrund einer Abbildung, entsprechen nicht der im Umgang mit dieser Waffe angestrebten Auseinandersetzung im Sinne des Iai-do.

Nicht zum Iaido geeignet sind Schwerter anderer Bauart (Tachi, Tai Chi-Schwerter, Ninja Schwerter [die nicht historisch sind!]), **Shin-Gunto** („neue“ Kriegsschwerter mit Metallgriff), Griffe mit Plastik Rochenhaut oder lockerer Griffwicklung (Zeichen für minderwertiges Material und schlechte Verarbeitung), Saya-Endungen mit Metallabschluss oder Iaitos die durch den Vorbesitzer verändert wurden (neuer Griff, Klinge geschliffen, usw.). Die Teilnahme an Trainingsangeboten des NRW und der angeschlossenen Mitgliedsvereine ist nur mit ungeschliffenen Klingen (Iaito) gestattet! Vor dem Training ist die Funktionstauglichkeit des Mekugi (Bambussplien der die Schwertangel im Griff befestigt) und des Iaito selbst zu überprüfen.

Iaido wird in einem Dojo durch einen Sensei vermittelt und definiert sich nicht über das Bewegen von Formen!

## Trainingsinhalte

Geübt wird im Iaido der korrekte Umgang mit dem Schwert, Körpereinsatz und die innere Haltung. Das Programm in den einzelnen Vereinen, besteht,

abhängig vom jeweiligen Übungsleiter unterschiedlich gewichtet, aus

- **Reiho** Etikette und Zeremonien,
- **Suburi** (vorbereitende [Schnitt-]Übungen),
- **Kihon Waza** (grundlegende Techniken, i.d.R. einzelne Kata-Elemente) und
- **Kata** (definierte Bewegungsabläufe).

Diese Kata unterscheiden sich in dem Programm der ZNKR (Zen Nihon Kendo Renmei / Alljapanischer Kendo Verband), dem

- **Seitei Iai** (Iai Grundlagen) und der
- **Koryu** (alte, traditionelle Schulen).

Jede Kata soll als Übungssituation einen realen Schwertkampf widerspiegeln. Dabei werden Stöße (mit dem Schwertgriff), Ziehbewegungen, Stiche und Schnitte aus sitzender, hockender, stehender oder gehender Position ausgeführt. Neben diesen technischen Aspekten ist besonders die (innere und äußere) Haltung des Übenden zu entwickeln.

Um den Einsatz der Waffe möglichst realistisch üben zu können, verzichten wir im Iaido auf den realen Gegner. Geübt wird anstelle des Zweikampfes (wie im Kendo), der sichere Umgang mit der Waffe und die Auseinandersetzung mit dem eigenen Handeln. Iai dient dazu, den Kampf (möglichst früh und schnell) zu beenden. Daher sind die mentale Vorbereitung, das ziehen der Klinge und der damit verbundene erste Schnitt, Kernpunkte der Übung. Um so besser, wenn der Tötungsabsicht des Angreifers bereits die eigene Haltung, das gefestigte Auftreten und die Fähigkeit zu Agieren entgegen wirken. So erfüllt sich das Ideal, durch die Präsenz von Körper und Geist, die Situation zu entscheiden und den physischen Kampf zu verhindern.

Die Vielfältigkeit der in den Koryu existierenden Formen, ist dabei für die Qualität des Trainings nicht ausschlaggebend. Es wird vermittelt, das die erste Kata, **Mae** („vorne“, Seitei Iai), bzw. **Shohatto** („beginnendes Schwert“, Ipponme, Shoden, Omore Ryu, Muso Shinden Ryu – erste Form der ersten Stufe der nach Herrn Omore benannten Schule, gehörende zu der im Traum durch Eingebung übermittelten Schule), alle Aspekte des Iaido in ausreichender Form enthält und daher bereits das Erfüllen dieser einen Form zur Meisterschaft führen kann.

Üblicherweise besteht jede Kata aus vier Grundelementen die mehrfach vorkommen können.

- **Nukitsuke**, die Ziehtechnik des Schwertes aus dem Saya und der Iaido-typische erste Schnitt,
- **Kiritsuke**, die abschließende Kampftechnik,
- **Chiburi**, das abschlagen von Verunreinigungen oder Blut,
- **Noto**, das Zurückführen des Schwertes in das Saya.

Da im Seitei Iai der ZNKR durch eine ausführliche schriftliche Beschreibung die Rahmensituation, der

Bewegungsablauf, Absichten und Techniken streng vorgegeben sind, eignen sich diese 12 Kata besonders für die Vermittlung gegenüber Anfängern und als Programm für Prüfungen und Meisterschaften.

Das Verständnis der **Koryu** Kata erschließt sich hingegen erst in der persönlichen Unterweisung durch eine Lehrerpersönlichkeit und kann durchaus unterschiedlich ausfallen.

### Die wahre Natur des Schwertkampfes;

Zu den bekanntesten Koryu gehören die **Muso Shinden Ryu** und die **Muso Jikiden Eishin Ryu**. Beide werden auf den Kampfstil Batto-jutsu und die Schule „Hayashizaki Muso Ryu“ des Begründers des im Iaido verfolgten Grundgedanken des sofortigen Tötens innerhalb der Ziehbewegung, Hayashizaki Jinsuke Shigenobu (1549 - 1621) zurückgeführt.

## Ziel

Im Budo nimmt das Iaido eine besondere Stellung ein, da sich hier der im Bu-Do anklingende Gegensatz zwischen „Kampf“ und „Weg“ besonders deutlich im Training widerspiegelt und nicht durch vielzählige Übungsformen (**Shiai** – Wettkampf im Kendo, **Randori** – freier Kampf -, **Kumite** – Partnertraining) beeinflusst wird. Daher hat Iaido bis heute seine traditionellen Wurzeln erhalten und erschließt sich oft nicht auf den ersten Blick.

- **Bu**, steht für Militär oder Kampf und entstammt dem Überlebenskampf der Samurai (japanischen Krieger) auf den Schlachtfeldern oder später im „Polizeidienst“.
- **Do** entstammt den Einflüssen des Buddhismus und der „Nicht-Zweckgebundenheit“ des eigenen Handelns.

Heute wird Budo oft mit der Haltung des „Nicht-kämpfens“ erklärt. Besser wäre es jedoch beiden Begriffen mehr Klarheit in der Übersetzung zu lassen.

Budo erhebt den Anspruch, durch die Kampferprobtheit in der Auseinandersetzung mit Körper, Geist, Waffe, Taktik, Gegner und vielen anderen Aspekten, zur Entdeckung des eigenen Wesens zu befähigen. Auf diesem Weg - im Kampf mit den ungefestigten Aspekten unseres Selbst - müssen wir uns nicht mehr gegen Andere behaupten: der Kampf gegen uns Selbst....

Das Ziel beim Üben von Iaido ist, sich auf die exakte und sichere Ausführung der Kata zu konzentrieren und dabei die innere und äußere Haltung zu harmonisieren. Ursprünglich wurden die vielfältigen Formen geübt, um körperlich jeder Gefechtsituation gewachsen zu sein und angemessen zu reagieren. Später wurde gelehrt, das die Meisterschaft erreicht wäre, wenn man die Situation gewinnt - ohne das Schwert zu ziehen. Das erfordert eine große Bereitschaft, einen erfahrenen Lehrer und anhaltendes Bemühen.