



DISKUSSION UM VIDEOBEWEIS

→ SPORT, SEITE 25

Sport

VETTELS FOUL VERGIFTET WM-DUELL

→ SPORT, SEITE 24



Überwinden des eigenen Egos

KAMPFKUNST Nicht der Gegner soll getroffen werden, sondern das eigene Selbst

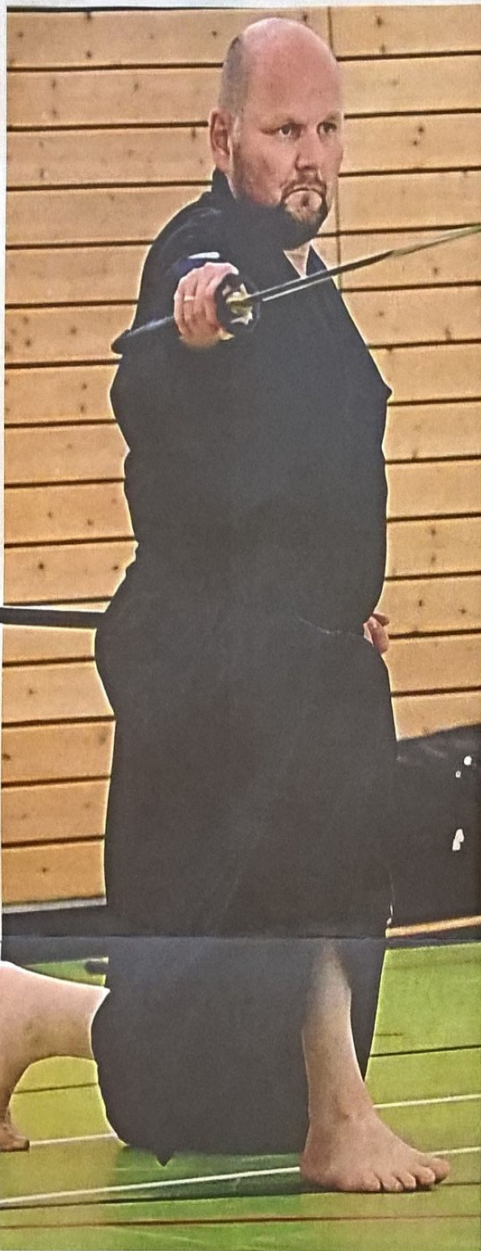
38 Schüler lassen sich beim Jahreshauptlehrgang in Wittmund vom ranghöchsten deutschen Schwertmeister unterrichten.

VON THOMAS BREVES

WITTMUND/JEVER/WILHELMSHAVEN – „Grundsätzlich jeder Mensch versucht nach Glück zu streben, das ist der Antrieb.“ Der Satz, den Karl-Heinz Lübcke wählt, um die Faszination des „Iaido“ zu beschreiben, scheint auf den ersten Blick ungewöhnlich. „Iaido“, das ist die japanische Schwertkampfkunst der Samurai. Sie ist in Deutschland bei weitem nicht so bekannt und vertreten wie „Kendo“, erfreut sich allerdings einer wachsenden Belieb-

heit. Karl-Heinz Lübcke, allein der Name verleitet dazu, den 64-Jährigen zu unterschätzen. Lübcke ist allerdings der ranghöchste Schwertmeister der Deutschen Iaido Vereinigung. Groß geworden in der Sportart Judo, trieb ihn seine Sehnsucht nach der perfekten Schwertkunst 1985 in das Ursprungsland Japan, wo er lange Zeit bei dem damals verehrtesten Lehrer Hakuo Sagawa Sensei in Tokio das Iai – das „ganz dabei sein“ – studierte. Hakuo Sagawa Sensei erteilte Lübcke auch die Erlaubnis, Iaido in Deutschland zu unterrichten und zu verbreiten.

Die Ausbildung von Körper und Geist durch das Schwert, das war es auch, was 38 „Iaido-Schüler“ am vergangenen Wochenende in die Sporthalle der Bundeswehr-Kaserne in Wittmund trieb. Sie kamen nicht nur aus Wilhelmshaven und Jever, sondern reisten auch aus Hamburg, Osnabrück, Flensburg oder Mölln an. Wer nun allerdings in der Sporthalle laute Kampfschreie und Klingengeklirre erwartet hat, der wird enttäuscht werden. Eher selten treffen die Übenden auf reale Gegner. Sie befinden sich eher im Kampf mit sich selbst, die perfekte Ausführung der etwa 60 festgelegten Bewegungsabläufe, die sogenannten „kata“, vor Augen. Jede „kata“ beinhaltet vier Elemente: Ziehen des Schwertes, Schnitt, Schwert reinigen und Schwert wegstecken. Wider Erwarten ist das eine sehr



Der Jeveraner Carsten Müller-Erhardt war einer der 38. Teilnehmer, der mit dem „Iaito“ trainierte

BILD: THOMAS BREVES

schweißtreibende Angelegenheit. Denn die Bewegungsfolgen werden immer und immer wiederholt. Konzentriert, fokussiert und in Stille. Einzig Lehrer Karl-Heinz Lübckes Stimme durchschneidet gelegentlich korrigierend die Tonlosigkeit. Es gilt, die persönlichen Grenzen auszuweiten und sich von inneren Hindernissen zu befreien. „Das funktioniert in dem Augenblick, wo man nicht mehr kann. Dann schaltet sich das Denken ab und man hört auf, an

sich zu zweifeln“, sagt Kursteilnehmer Markus Siemens. Er trainiert und lehrt Iaido beim Wilhelmshavener SSV. Erst wenn die konditionelle Grenze erreicht oder sogar überschritten ist, werden die vorgegebenen Bewegungen nicht mehr übereifrig oder zu ausladend vollzogen. „Wir sind asiatisch geschult und ziehen unsere Energie aus dem ‚chi‘, der Lebensenergie und die können wir steigern“, erklärt Lübcke, warum mit der nachlassenden Kondition

DAS SCHWERT
Das japanische Schwert „katana“ ist in der ganzen Welt berühmt. Das Tragen und der Gebrauch waren lange Zeit alleiniges Vorrecht der japanischen Kriegerklasse, der Samurai. Im Training werden drei Schwerter benutzt.
Das „bokken“, ist ein Holzschwert für Partnerübungen und Grundagenteknik. Das „Iaito“ entspricht einem scharfen Schwert in Form, Länge, Gewicht und Aussehen. Die Klinge ist allerdings ungeschliffen. Das „shinken“ letztlich ist das scharfe Schwert, das aber erst nach vielen Jahren intensiven Trainings richtig benutzt werden kann und darf.
Wer von seinem Lehrer die Erlaubnis erteilt bekommt, ein „shinken“ zu tragen, kann auf zwei Wegen an die Waffe gelangen. Der offizielle Weg führt über das japanische Kultusministerium, bei dem das Schwert auch registriert wird. Nicht wenige nutzen allerdings auch den Schwarzmarkt, um sich die Waffe zu beschaffen.
Die Preise, die für ein „shinken“ zu zahlen sind, erreichen schnell die Kosten eines Kleinwagens. Wer den offiziellen Weg wählt, darf auf Lebenszeit übrigens nur drei dieser Waffen erwerben.



Konzentration und Fokussierung sind zentrale Elemente des „Iaido“.



Lehrgangsleiter Karl-Heinz Lübcke (7. Dan, rechts) stand den Schülern mit Rat und Tat zur Seite.



Immer wieder wird die innere Ruhe gesucht.



Iaido, alles andere als eine reine Männerdomäne.

nicht auch die Konzentration im gleichen Maße nachlässt. Es geht beim „Iaido“ weit weniger um den Kampf, als um die Entwicklung der Persönlichkeit. Die klassische Situation des Schwertkämpfers, sich mit seinem Gegner auseinandersetzen zu müssen, steht im „Iaido“ stellvertretend für die Handlungen im täglichen Leben. Somit ist es das größte Ziel zu siegen, ohne das Schwert ziehen zu müssen.
→ Mehr Infos unter <https://Iaido-wilhelmshaven.jlmdo.com/>