



BUKI JUTSU (våbentechnik)

Anvendelsen af forskellige traditionelle kinesiske og japanske våben udgør for de fleste **Budo-ka** et stort og spændende område, som imidlertid ikke er uden problemer.

Et stort antal systemer har forskellige former for våbenbrug som en integreret del af systemet, i reglen dog først efter opnåelsen af **1. Dan**, men kvalificeret instruktion i **Ko-Budo**, **Ko-Bu-Jutsu** eller **Buki-Jutsu**, som våbenbrug med varierende betegnelser kaldes på japansk, har hidtil været meget vanskeligt at opnå i Danmark.

Kampsport har derfor bedt Peter Hedegaard om at udarbejde en serie artikler om orien-

talsk våbenbrug til bladet. Det var Peter Hedegaard som i 1975 i bogen »**Rudo-Sport** —75« med sin demonstration af forskellige våbentechnikker for alvor satte gang i interessen for de traditionelle Budo-våben herhjemme. Med flere japanske lærerlicenser og ekspertgrader er P.H. vel nok landets førende autoritet på området, og **Kampsport's** læsere sikres således en virkelig kvalificeret indføring i emnet.

Desværre er flere af de traditionelle våben i de senere år blevet forbudt af politiet eller i det mindste blevet belagt med restriktioner. Grunden hertil er simpelthen kriminelt misbrug, f.eks. har rockerbanders forkær-

lighed for **Nunchaku'en** ført til at dette våben er blevet forbudt at besidde, selv for seriøst trænende **Budo-Ka**. **Kampsport** er af den opfattelse, at organiserede og veletablerede Budo-klubber i lighed med f.eks. skytteforeninger bør have mulighed for at indhente polititilladelse til træning også med de nu forbudte våben under kontrolrede og betryggende former.

Overholdes følgende regler vil man dog næppe komme i konflikt med politiet, specielt hvor det drejer sig om stave etc.:

1) Medbring **aldrig Budo**-våben på gader og veje, lad dem blive i **Dojo'en**, eller

transporter dem omhyggeligt nedpakket så de ikke ses og ikke uden en længere udpakning kan anvendes som våben.

2) Anvend i videst mulig udstrækning polstrede træningsvåben, de er udmærkede at indøve bevægelserne med, og kan ikke forvoldes skade.

3) Misbrug **aldrig Budo**-våben til >,leg<., trusler eller anden uansvarligt aktivitet.

Den første artikel i serien omhandler brugen af et af menneskehedens ældste våben, den lange stav.

RED.

JO-JUTSU

Af Peter Hedegaard

Staven er, i form af en afbrækket gren, vel nok menneskets ældste våben, et våben som på enkel vis øger både slagkraft og rækkevidde.

I både Europa og i Orienten udvikledes gennem århundreder systematiske og komplette kamptechnikker med den simple stav som eneste våben. I Europa var det nu næsten uddøde engelske **Quater-Staff**-system det mest udviklede, medens teknisk komplicerede systemer som **Escrima** (Filippinerne), **Lathi** (Indien) og **Jo-Jutsu** (Japan) stadig er i brug i østen, bl.a. i disse landes politstyrker.

I denne og de følgende artikler vil et japansk system, **Kita Matsu Ryu Jo-Jutsu**, blive be-

handlet. **Kita Matsu Ryu** er et af de gamle Ju-Jutsu-systemer, som foruden ubevæbnede teknikker også omfatter teknikker med sværd, kniv, kort og lang stav m.fl.

Længden af den stav der anvendes i **Kita Matsu Ryu Jo-Jutsu** er af relativt mindre betydning; teknikkerne kan anvendes med stave der måler fra ca. 1.2 m og op til ca. 2 m., den mest anvendte er en stav som når op til armhulen; en Jo.

Staven er fremstillet af **Kashi**, japansk rød- eller hvid-eg, som udmærker sig ved at være hårdt og tungt, og samtidig så sejt at det er næsten umuligt at knække. Diameteren på staven varierer fra ca. 1,5 cm. til 2,5 cm, og staven er cylindrisk i hele sin længde.

Kamae

Kamae er de grundstillinger fra hvilke de forskellige teknikker, slag, stød, parader, kast osv. udføres.

En **Kamae** har et dobbelt formål: For det første udgør den en stabil og velafbalanceret stilling hvorfor en lang række forskellige teknikker kan udføres uden at kæmperens egen balance og sikkerhed bringes i fare. For det andet er der i alle **Kamae** indbygget et »sikkerheds-system,< som gør det vanskeligt for modstanderen at angribe uden at udsætte sig for et tilintetgørende kontra-angreb.

Kamae er imidlertid andet og mere end blot og bart den fysi-

ske stilling man indtager. En på overfladen usynlig, men mindst lige så vigtig del af **Kamae** er hvad der kunne betegnes som den mentale holdning. **Kamae** kan, både fysisk og mentalt, deles op i offensive og defensive **Kamae**.

I primært defensive **Kamae** er den mentale holdning fuldstændig neutral, helt uden tanker eller spekulationer over hvad modstanderen vil gøre. Denne tilstand kaldes på japansk for **Mu-Shin** (»Tomt sind,<), og er nødvendig for at kunne reagere hurtigt nok på et pludseligt angreb. Har man på forhånd dannet sig en mening om på hvilken måde modstanderen vil angribe vil man instinktivt reagere på dette, også

selv om angrebet i realiteten tager en ganske anden form.

I de primært offensive **Kamae** er hele den mentale kraft og vilje direkte koncentreret om det mål den kæmpende agter at ramme, og både den rent fysiske stilling og den mentale holdning er af tydeligt aggressiv karakter. **Kamae** af denne art anvendes for at søge at dominere modstanderen, fysisk som mentalt.

Ichi-Monji-no-Kamae er en af **Kita Matsu Ryu's** mest anvendte **Kamae**, en stilling fra hvilken det er muligt at bevæge sig lige godt og hurtigt i alle retninger uden først at skulle ændre balance ved at lægge vægten fra det ene ben til det andet. **Ichi-Monji-no-Kamae** er en defensiv, neutralt afventende **Kamae**, som ikke umiddelbart virker truende og som yder god beskyttelse, idet stort set alle parader kan udføres fra den.

Stå med fuld front mod modstanderen med fødderne i en naturlig stilling, ca. en skulderbredde fra hinanden. Kroppen er afslappet, kropsvægten er ligeligt fordelt på begge fødder, skuldrene er løse og lavthængende, og knæene er ganske let bøjede. Hele kroppen skal føles rolig, afslappet og fjedrende.

Åndedrættet er dybt og roligt, og øjnene er rettet mod et punkt på højde med modstanderens hals eller skuldre, men lidt bag ham, således at der ikke direkte fokuseres på personen. Ved på denne måde at »se lige igennem«, ham opnår man at anvende det periferiske syn, som er langt mere følsomt overfor bevægelse end det fokuserede syn, og man er dermed i stand til at reagere hurtigere på en aggressiv bevægelse.

Staven holdes med begge hænder vandret foran kroppen

således at håndryggene peger fremad-opad. Hænderne er ca. en skulderbredde fra hinanden, armene er ganske let bøjede i albueleddene, og hænderne holder fast, men uden at knuge krampagtigt, om staven.

Luk alle tanker ude, og indskræk dig til udelukkende at observere. Tænk ikke på hvad modstanderen evt. vil angribe med, men afvent blot angrebet.

Gyakute Gedan B a r a i (Lav feje-parade)

Fra **Ichi-Monji-no-Kamae** kan denne parade udføres til begge sider. I eksemplet er den vist udført til venstre, d.v.s. med venstre hånd øverst.

Angriberen træder frem på højre ben og angriber med et indadgående slag mod venstre knæ.

Idet modstanderen påbegynder sit angreb flyttes venstre fod i en bue bagud mod højre, således at kroppen foretager en drejning *mod* urets retning. Det tiltænkte mål, venstre knæ, bringes herved ud af slagets ba-

ne. Samtidig bringes venstre hånd op til skulderhøjde, og højre hånd slår stavens højre ende nedefter–indefter så angriberens slag blokeres. Det er her vigtigt at påse, at staven rammer så vinkelret som muligt på angriberens stav for at mindske muligheden for en evt. afgliding. (A)

Staven trækkes nu med venstre hånd opad, til højre hånd fatter om stavens yderste højre ende, og staven står lodret foran kroppen. Samtidig bevæges hele kroppen frem mod modstanderen ved at venstre fod påbegynder et skridt fremad. (B)

Idet skridtet fremefter fuldføres bringer venstre hånd staven nedefter i et slag mod angriberens hoved. Venstre hånd har ikke ændret greb på staven, lillefingersiden vender stadig frem mod modstanderen, og slaget føres med en »stødende« bevægelse, idet venstre hånd glider ned ad staven til ca. midten af denne. (**Gyakute-Uchi**). Slaget må være hurtigt og glide, en Jo opnår sin store anslagsenergi som følge af den høje hastighed staven bringes op i før den rammer målet, ikke som følge af rå kraft. (C)



I så fald følges vejledningen til (B), hvorefter venstre ende af staven bringes nedefter mod højre i en stor bue i stedet for at ramme modstanderens hoved. Kroppen drejes samtidig som beskrevet under (A), blot nu *med* urets retning.

En Jo er, selv om den »kun,, er en stav af træ et meget farligt våben i hænderne på en ekspert, men selv en utrænnet amatør kan utilsigtet forvolde stor skade med en sådan stav.

Vær derfor altid meget forsigtig under træning med stave og andre traditionelle våben, ned-sæt tempoet til »slow-motion« indtil den pågældende teknik er fuldstændig under kontrol, og øg først derefter *meget gradvist* tempoet. Formålet med træning med de traditionelle våben er først og fremmest at forbedre kroppens koordination, ikke at udkæmpe dueller!

I andre tilfælde kan det være ønskeligt eller nødvendigt at udelade det afsluttende **Gyakute-Uchi**-slag, og i stedet udføre en parade til den modsatte side umiddelbart efter den første. Dette kan f.eks. være tilfældet hvor man kæmper mod en anden Jo-Jutsu-mand som er fuldt fortrolig med stilens finesser, og derfor øjeblikkeligt indsætter et angreb til den anden side da det første angreb ikke lykkedes.

