

Zen Nihon Naginata Renmei: Shikakeôji

Wir betreiben japanische Schwertkampfkunst. Das geht derart in die Tiefe, dass es kaum möglich erscheint daneben noch weitere Disziplinen zu betreiben. Ein großes Interesse für artverwandte Wege besteht dennoch. Nun ist die im Allgemeinen als Schwertlanze bekannte Naginata in der wörtlichen Bedeutung je nach Schreibweise ein „langes Schwert“ oder ein „Mähsschwert“. Also doch Schwertkampfkunst? Ohne dies abschließend zu beantworten haben das moderne Kendô und Atarashii Naginata sehr viel gemeinsam. Gerade weil häufig dieselben Qualitäten auf unterschiedlichen Wegen ausgebildet werden sollen, kann dieses „Crosstraining“ Fortschritte auf beiden Wegen erleichtern.

Praktisch betrachtet reizt den Kendôka das Bogûtraining mit der Naginata aufgrund der fast gleichen Ausrüstung. Suneate müssten angeschafft werden, können dann aber auch mal beim Kendô ausprobiert werden. Men und Kote weichen in Ihrer Konfiguration von der beim Kendô verwendeten Bogû ab, somit ist deren Einsatz mit der Naginata nicht ideal, aber möglich. Der Keikogi weicht ebenfalls ab, aber auch das ist zu vernachlässigen. Bevor man sich an ein Bogûkeiko macht, ist es hilfreich ein technisches Verständnis zu erwerben. Dazu bietet sich die Shikakeôji an, die in Ihrer ausdrücklichen Zielsetzung viel mit der Nihon Kendô Kata gemeinsam hat. Insbesondere Riai, Reihô, Kamae, Tenouchi, Taisabaki, Maai, Kokyû, Datotsu, Zanshin, Kiai und Kigurai werden ausgebildet.

Ausgeführt wird Shikakeôji mit derselben Naginata (Ebu aus Eiche, Habu aus Bambus), mit der auch Bogûkeiko ausgeführt wird.

Da die Schwertkunst wie jedes Fach auch eine eigene Fachsprache vertragen kann, die dann auch zur Klarheit beiträgt, lassen wir ausgewählte Fachbegriffe unübersetzt. Diese Fachbegriffe erläutern wir im Abschluss folgendermaßen:

Erstens (1.) anhand der Schriftzeichen (Kanji), bezüglich ihrer wörtlichen Bedeutung (ggf. auch noch anhand der Bedeutung im allgemeinen Sprachgebrauch und bei Kanjikombinationen auch bezüglich der wörtlichen Bedeutung der Kanji in Kombination). Dies entmystifiziert teilweise bereits erheblich.

Zweitens (2.) (falls vorhanden) anhand der ggf. abweichenden/erweiterten Verwendung im Kontext der Shikakeôji. Wir beschränken uns aber auf eine möglichst knappe Definition, die das Minimum dessen wiedergibt, was bekannt sein sollte.

Abschließend noch etwas zur Artikelfindung. In der japanischen Sprache gibt es weder Artikel, noch die in der deutschen Sprache durchgeführte Zuweisung von Geschlechtern für Substantive. Da wir nun aber eine Vielzahl von japanischen Begriffen unübersetzt übernommen haben, müssen wir natürlich Artikel verwenden. Wir orientieren uns dabei entgegen aller, durch den Klang bestimmter, Gewohnheiten an der wörtlichen Übersetzung.

Zielgruppe dieser Übersetzung sind Leser mit Vorkenntnissen der Nihon Kendô Kata. Der jeweilige Kiai wird in Klammern kursiv benannt.

Kamae:

Das Wort **Kamae** bezeichnet eine Einstellung und/oder Haltung. Es lässt sich in zwei Kategorien unterteilen: **Migamae** und **Kokorogamae**. Üblicherweise bezeichnet es **Migamae**, man sollte aber ständig die enge Beziehung zwischen beiden berücksichtigen, sie wirken als Einheit. In der Ausführung wird die **Kamae** durch die Beziehung zum Anderen bedingt. Die grundsätzlichen **Kamae** lassen sich in fünf Arten unterteilen: **Jôdan no Kamae**, **Chûdan no Kamae**, **Gedan no Kamae**, **Hassô no Kamae** und **Wakigamae**. Grundsätzlich wird im Gegensatz zum **Kendô** beim **Atarashii Naginata** jede **Kamae** sowohl in der Rechtsauslage, als auch in der Linksauslage eingenommen. Die folgende Beschreibung bezieht sich jeweils nur auf eine Auslage. Die Basis aller **Kamae** ist **Hanmi** mit dem großen Zeh des vorderen Fußes etwa 10 Grad nach Innen ausgerichtet und dem großen Zeh des hinteren Fußes etwa 125 Grad dazu ausgerichtet.



Chûdan no Kamae:

Chûdan no Kamae ist die Basis der anderen, o.g. ***Kamae***. Man kann diese ***Kamae*** auch insofern als die effektivste bezeichnen, als das sie den größten Spielraum in Offensive und Defensive in Relation zu den Bewegungen des Anderen erlaubt.

Aus ***Shizentai***: Die linke Hand greift über die rechte Hand die ***Naginata*** leicht von oben, der linke Fuß tritt etwa $1\frac{1}{2}$ Fußlängen vor. Die ***Kissaki*** wird nach vorne heruntergenommen, während die rechte Hand Richtung ***Ishizuki*** an die Leiste zurückgenommen wird. Der Abstand der Hände entspricht etwa dem Abstand der Füße. Der Abstand der rechten Hand vom ***Ishizuki*** entspricht etwa der Länge des Unterarms. Die ***Kissaki*** bleibt auf der vertikalen Körpermitte.

Jôdan no Kamae:

Diese ***Kamae***, bei der die ***Naginata*** über dem Kopf gehalten wird, ist die offensivste aller ***Kamae*** mit Vorteilen in Geschwindigkeit und Distanz. Aus ***Chûdan no Kamae***: Die ***Kissaki*** wird nach oben hinten gebracht und ***Mochikae*** wird ausgeführt, bis die ***Ishizuki*** nach vorne zeigt, die ***Kissaki*** nach unten zeigt und die ***Ha*** nach oben gerichtet ist, wobei die ***Ishizuki*** unterhalb der ***Kissaki*** bleibt. Der Abstand zwischen ***Ishizuki*** und der vorderen Hand entspricht etwa der Länge des Unterarms. Die ***Ishizuki*** bleibt auf der vertikalen Körpermitte. Der Abstand der Hände entspricht ***Chûdan no Kamae***.

Gedan no Kamae:

Gedan no Kamae wird verwendet für die Defensive und den Konter. ***Aus Chûdan no Kamae:*** Die vordere Hand wird verdreht, so dass die Finger nach oben zeigen, der Ellenbogen liegt am Körper an, die ***Ha*** zeigt nach oben, die ***Kissaki*** zeigt auf die Füße des Gegners und befindet sich etwa 10 cm über dem Boden. Die hintere Hand ist auf Ohrhöhe über der Schulter. Das ***Ebu*** liegt leicht am Körper. Die ***Kissaki*** bleibt auf der vertikalen Körpermitte.

Hassô no Kamae:

Dies ist eine Variante von ***Jôdan no Kamae***. ***Aus Chûdan no Kamae:*** Die ***Kissaki*** wird nach hinten gebracht und ***Mochikae*** wird ausgeführt. Die hintere Hand ist auf Ohrhöhe über der Schulter etwa 1 Faust breit vom Gesicht entfernt, der Ellenbogen ist natürlich geöffnet und das vordere Handgelenk liegt am Hüftknochen an, wobei die Achsel geschlossen ist und der Ellenbogen nicht heraussteht. Die ***Ha*** zeigt nach vorne. Die ***Ishizuki*** bleibt auf der vertikalen Körpermitte.

Wakigamae:

Dies ist eine offensive ***Kamae***, aus der schnell geschlagen werden kann. ***Aus Chûdan no Kamae:*** Die ***Kissaki*** wird nach hinten gebracht und ***Mochikae*** ausgeführt. Die ***Ishizuki*** zeigt nach vorne und die ***Ha*** zeigt nach außen. Beide Arme sind leicht gestreckt. Die hintere Hand eine Faust breit vom Körper entfernt. Die ***Naginata*** ist waagrecht. Der Abstand der Hände entspricht ***Chûdan no Kamae***. Die ***Ishizuki*** bleibt auf der vertikalen Körpermitte.

Ipponme:

Shikake und **Ôji** stehen sich in einem Abstand von etwa 4 Metern im **Shizentai** gegenüber. Beide führen **Ritsurei** in einem Winkel von etwa 15 Grad aus. Beide treten mit dem linken Fuß vor und nehmen **Aichûdan no Kamae** ein. **Shikakeôji Ipponme** beginnt.

Shikake führt **Furiagemenuchi** aus (*MEN*). **Ôji** zieht sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück, verkürzt dabei seinen Griff zum **Habu** und führt **Menuke** mit dem **Habu** aus. Unverzüglich führt **Shikake Mochikae** in **Hassô no Kamae** aus und führt mit einem Schritt mit dem rechten Fuß nach vorne **Suneuchi** aus (*SUNE*). **Ôji** zieht sich mit dem linken Fuß mit **Hirakiashi** zurück und führt **Suneuke** mit dem **Ebu** aus. Unverzüglich zieht sich **Ôji** etwas nach links hinten zurück, nimmt dabei **Hassô no Kamae** ein und führt mit einem Schritt mit dem linken Fuß nach vorne **Menuchi** aus (*MEN*). **Ôji** zieht sich mit **Ayumiashi** zurück, nimmt dabei **Chûdan no Kamae** ein und hält **Zanshin** aufrecht. Entsprechend zieht **Shikake** seinen rechten Fuß zurück und tritt mit dem linken Fuß vor um **Aichûdan no Kamae** zu vollenden. Beide kehren mit **Ayumiashi** zur gemeinsamen Position zurück.



Nihonme:

Aus **Aichûdan no Kamae** führt **Shikake Furiagesuneuchi** aus (SUNE). **Ôji** zieht sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück, wechselt dabei in **Gedan no Kamae** und führt **Suneuke** mit dem **Habu** aus. Unverzüglich führt **Shikake Mochikae** in **Hassô no Kamae** aus und führt mit einem Schritt mit dem rechten Fuß nach vorne **Sokumen** zur linken Stirnseite von **Ôji** aus (MEN). **Ôji** zieht sich mit dem linken Fuß mit **Hirakiashi** zurück und führt **Menuke** mit dem **Ebu** aus. Unverzüglich zieht sich **Ôji** einen großen Schritt nach links hinten zurück, nimmt dabei **Hassô no Kamae** ein und führt mit einem Schritt mit dem linken Fuß nach vorne **Suneuchi** aus (SUNE). **Ôji** zieht sich mit **Ayumiashi** zurück, nimmt dabei **Chûdan no Kamae** ein und hält **Zanshin** aufrecht. Entsprechend zieht **Shikake** seinen rechten Fuß zurück und tritt mit dem linken Fuß vor um **Aichûdan no Kamae** zu vollenden. Beide kehren mit **Ayumiashi** zur gemeinsamen Position zurück.



Sanbonme:

Aus **Aichûdan no Kamae** führt **Shikake Mochikae** in **Wakigamae** aus und führt mit einem Schritt mit dem rechten Fuß nach vorne **Dôuchi** aus (**DÔ**). **Ôji** zieht sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück, verkürzt dabei seinen Griff zum **Habu** und führt **Dôuke** mit dem **Habu** aus. Unverzüglich zieht **Ôji** sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück und führt in unveränderter Haltung **Harai** nach links unten am **Habu** von **Shikake** aus. **Shikake** verlängert diese Bewegung in **Furikaeshi**, tritt mit dem linken Fuß einen Schritt nach vorne und führt **Menuchi** aus (**MEN**). **Ôji** zieht sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück und führt **Menuke** mit dem **Habu** aus. **Ôji** zieht sich einen weiteren Schritt mit **Okuriashi** zurück und führt dabei unter Verwendung der **Sori Makiotoshi** nach rechts am **Habu** von **Shikake** aus. Unverzüglich führt **Ôji Furiagemenuchi** aus (**MEN**). **Ôji** zieht sich mit **Ayumiashi** zurück, nimmt dabei **Chûdan no Kamae** ein und hält **Zanshin** aufrecht. Entsprechend vollendet **Shikake Aichûdan no Kamae**. Beide kehren mit **Ayumiashi** zur gemeinsamen Position zurück.



Yonhonme:

Aus **Aichûdan no Kamae** führt **Shikake Mochikae** in **Hassô no Kamae** aus und führt mit einem Schritt mit dem rechten Fuß nach vorne **Suneuchi** aus (**SUNE**). **Ôji** nimmt den linken Fuß zum rechten Fuß zurück, führt dabei **Furiage** aus und tritt mit dem linken Fuß erneut vor und führt dabei **Menuchi** aus.

Shikake zieht sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück, verkürzt dabei seinen Griff zum **Habu** und führt **Menuke** mit dem **Habu** aus. Unverzüglich zieht **Shikake** sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück und führt in unveränderter Haltung **Harai** nach rechts unten am **Habu** von **Ôji** aus. **Ôji** verlängert diese Bewegung in **Furikaeshi**, tritt mit dem rechten Fuß einen Schritt nach vorne und führt **Menuchi** aus (**MEN**). **Ôji** zieht sich mit **Ayumiashi** zurück und hält **Zanshin** aufrecht. Beide ziehen ihren rechten Fuß zurück und treten mit dem linken Fuß vor um **Aichûdan no Kamae** zu einzunehmen. Beide kehren mit **Ayumiashi** zur gemeinsamen Position zurück.



Gohonme:

Aus **Aichûdan no Kamae** führt **Shikake Mochikae** in **Wakigamae** aus und führt mit einem Schritt mit dem rechten Fuß nach vorne **Dôuchi** aus (**DÔ**). **Ôji** zieht sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück, verkürzt dabei seinen Griff zum **Habu** und führt **Dôuke** mit dem **Habu** aus. Unverzüglich zieht **Ôji** sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück und führt in unveränderter Haltung **Harai** nach links unten am **Habu** von **Shikake** aus. **Shikake** verlängert diese Bewegung in **Furikaeshi**, tritt mit dem linken Fuß einen Schritt nach vorne und führt **Menuchi** aus (**MEN**). **Ôji** zieht sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück, verkürzt dabei seinen Griff zum **Habu** und führt **Menuke** mit dem **Habu** aus. Unter Anwendung von **Fumikaeashi** führt **Ôji Harai** nach links mit dem **Ebu** aus. Unverzüglich führt **Ôji Kurikomi** aus und führt mit einem Schritt mit dem rechten Fuß nach vorne mit dem **Ishizuki Tsuki** zur **Wakibara** von **Shikake** aus (**TSUKI**). **Ôji** zieht sich mit **Ayumiashi** zurück, nimmt **Wakigamae** ein und hält **Zanshin** aufrecht. **Ôji** zieht seinen rechten Fuß zurück und tritt mit dem linken Fuß vor um **Aichûdan no Kamae** zu vollenden. Beide kehren mit **Ayumiashi** zur gemeinsamen Position zurück.



Ropponme:

Aus **Aichûdan no Kamae** führt **Shikake Mochikae** in **Hassô no Kamae** aus und **Ôji** führt **Mochikae** in **Wakigamae** aus. Mit einem Schritt mit dem rechten Fuß nach vorne führt **Shikake Koteuchi** aus (**KOTE**). **Ôji** zieht sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück und weicht dabei dem **Koteuchi** aus. Unverzüglich tritt **Ôji** einen Schritt mit dem rechten Fuß vor und führt **Menuchi** aus (**MEN**). **Shikake** zieht sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück, verkürzt dabei seinen Griff zum **Habu** und führt **Menuke** mit dem **Habu** aus. Unverzüglich zieht **Shikake** sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück und führt in unveränderter Haltung **Harai** nach links unten am **Habu** von **Ôji** aus. **Ôji** verlängert diese Bewegung in **Kurikomi**, während **Kumiashi** nach rechts ausgeführt wird und führt mit einem Schritt mit dem linken Fuß mit der **Ishizuki Tsuki** zur **Wakibara** von **Shikake** aus (**TSUKI**). **Ôji** zieht sich mit **Ayumiashi** zurück, nimmt **Wakigamae** ein und hält **Zanshin** aufrecht. **Ôji** führt **Mochikae** in **Chûdan no Kamae** aus. Entsprechend zieht **Shikake** seinen rechten Fuß zurück und tritt mit dem linken Fuß vor um **Aichûdan no Kamae** zu vollenden. Beide kehren mit **Ayumiashi** zur gemeinsamen Position zurück.



Nanahonme:

Aus **Aichûdan no Kamae** führt **Shikake Mochikae** in **Wakigamae** aus und **Ôji** führt **Mochikae** in **Jôdan no Kamae**. **Shikake** führt mit einem Schritt mit dem rechten Fuß nach vorne **Dôuchi** aus (DÔ). **Ôji** zieht sich mit dem linken Fuß mit **Hirakiashi** zurück und führt **Dôuke** mit dem **Habu** aus. Unverzüglich zieht **Ôji** sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück und führt in unveränderter Haltung **Harai** nach links unten am **Habu** von **Shikake** aus. **Shikake** verlängert diese Bewegung in **Furikaeshi**, tritt mit dem linken Fuß einen Schritt nach vorne und führt **Menuchi** aus (MEN). **Ôji** zieht sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück, verkürzt dabei seinen Griff zum **Habu** und führt **Menuke** mit dem **Habu** aus. Unverzüglich zieht **Ôji** sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück und führt in unveränderter Haltung **Harai** nach rechts unten am **Habu** von **Shikake** aus. **Shikake** verlängert diese Bewegung in **Furikaeshi**, tritt mit dem rechten Fuß einen Schritt nach vorne und führt **Menuchi** aus (MEN). **Ôji** zieht sich einen Schritt mit **Okuriashi** zurück, verkürzt dabei seinen Griff zum **Habu** und führt **Menuke** mit dem **Habu** aus. Unter Anwendung von **Fumikaeashi** führt **Ôji Harai** mit dem **Ebu** aus. Unverzüglich führt **Ôji Kurikomi** aus und führt mit einem Schritt mit dem linken Fuß nach vorne mit dem **Ishizuki Tsuki** zur **Wakibara** von **Shikake** aus (TSUKI). **Ôji** zieht sich mit **Ayumiashi** zurück, nimmt **Wakigamae** ein und hält **Zanshin** aufrecht. **Ôji** führt **Mochikae** in **Chûdan no Kamae** aus. Entsprechend zieht **Shikake** seinen rechten Fuß zurück und tritt mit dem linken Fuß vor um **Aichûdan no Kamae** zu vollenden. Beide kehren mit **Ayumiashi** zur gemeinsamen Position zurück.

Happonme:

Aus **Aichûdan no Kamae** führt **Shikake Mochikae** in **Wakigamae** aus und **Ôji** führt **Mochikae** in **Hassô no Kamae** aus. **Shikake** führt mit einem Schritt mit dem rechten Fuß nach vorne **Dôuchi** aus (**DÔ**). **Ôji** zieht sich mit dem linken Fuß mit **Hirakiashi** zurück, verkürzt den Griff und führt **Dôuke** mit dem **Habu** aus. **Shikake** führt **Mochikae** in **Wakigamae** aus und führt unverzüglich mit einem Schritt mit dem linken Fuß nach vorne **Dôuchi** aus (**DÔ**). **Ôji** zieht sich mit dem rechten Fuß mit **Hirakiashi** zurück und weicht damit dem **Dôuchi** aus, während die **Kissaki** nach hinten unten genommen wird. **Ôji** führt mit einem Schritt mit dem rechten Fuß nach vorne **Menuchi** aus (**MEN**). **Ôji** zieht sich mit **Ayumiashi** zurück und hält **Zanshin** aufrecht. **Shikake** nimmt **Chûdan no Kamae** ein. Entsprechend zieht **Ôji** seinen rechten Fuß zurück und tritt mit dem linken Fuß vor um **Aichûdan no Kamae** zu vollenden. Beide kehren mit **Ayumiashi** zur gemeinsamen Position zurück.

Shikake und **Ôji** nehmen **Shizentai** ein. Beide führen **Ritsurei** in einem Winkel von etwa 15 Grad aus. **Shikakeôji** ist beendet.

WV
p
für Japanische
Verein
Schwertkampfkunst

Fachbegriffe:

Aichûdan no Kamae

1. Ai (gegenseitig, zusammen, gemeinsam)

Chû (Mitte)

Dan (Stufe, Rang, Paragraph)

Chûdan (auf halbem Weg „zum Ziel“)

Kamae (Haltung, Stellung, Struktur, Erscheinung, Umzäunung)

2. Der Zustand, wenn Beide in Chûdan no Kamae sind. Die Naginata sind gekreuzt, die Kissaki sind etwa 25 cm voneinander entfernt.

Atarashii Naginata

1. Atarashii (neu)

Nagai (lang)

Nagu [alt. Kanji](abmähen, heruntermähen)

Tô (Katana, Schwert)

Naginata (Schwertlanze)

2. Dies ist die Bezeichnung, welche die Zen Nihon Naginata Renmei für die ihre Kampfkunst gewählt hat. Im Sinne von „moderne Naginata“ grenzt sich diese Kampfkunst mit dieser Bezeichnung vom Naginatajutsu ähnlich ab, wie Kendô vom Kenjutsu.

Ayumiashi

1. Ayumu (gehen)

Ashi (Fuß)

2. Eine Fußarbeit, bei der ein Fuß den anderen Fuß überholt.

Chûdan no Kamae

1. Chû (Mitte)

Dan (Stufe, Rang, Paragraph)

Chûdan (auf halbem Weg „zum Ziel“)

Kamae (Haltung, Stellung, Struktur, Erscheinung, Umzäunung)

2. Dies ist eine der 5 Kamae der ZNNR. Es handelt sich um eine festgelegte Körper- und Geisteshaltung.

Dôuchi

1. Dô (Torso, Rumpf)
Utsu (treffen, schlagen, feuern)
2. Der Schlag zu Rumpf.

Dôuke

1. Dô (Torso, Rumpf)
Ukeru (empfangen, auffangen)
2. Das Blocken von Dôuchi.

Ebu

1. E (Griff, Henkel)
Bu (Abteilung, Teil, Kategorie)
2. Der aus Eiche bestehende Stiel der hier zu verwendenden Naginata.

Fumikaeashi

1. Fumu (betreten)
Kaeru (austauschen, ersetzen)
Fumikaeru (Die FüÙe umsetzen, die Auslage wechseln)
Ashi (FuÙ)
2. Entsprechend 1.

Furiage

1. Furu (schütteln, schwingen)
Ageru (erhöhen, hochheben, geben)
2. Die Ausholbewegung

Furiagemenuchi

1. Furu (schütteln, schwingen)
Ageru (erhöhen, hochheben, geben)
Men (Gesicht, Maske)
Utsu (treffen, schlagen, feuern)

2. Ein Menuchi, bei dem die Naginata mit Ayumiashi über den Kopf geschwungen wird, während der Körper zum Ausholen gerade nach vorne gerichtet wird. Der Schlag trifft wieder in Hanmi der Ausgangsausrichtung.

Furiagesuneuchi

1. Furu (schütteln, schwingen)
Ageru (erhöhen, hochheben, geben)
Sune (Schienbein)
Utsu (treffen, schlagen, feuern)

2. Ein Suneuchi, bei dem die Naginata mit Ayumiashi über den Kopf geschwungen wird, während der Körper zum Ausholen gerade nach vorne gerichtet wird. Der Schlag trifft wieder in Hanmi der Ausgangsausrichtung.

Furikaeshi

1. Furu (schütteln, schwingen)
Kaesu (zurückbringen, zurückgeben)

2. Hier die Ausholbewegung, bei der über dem Kopf Mochikae ausgeführt wird und die Kissaki einen vollständigen Kreis beschreibt.

Gedan no Kamae

1. Ge (unten, unter, tiefer)
Dan (Stufe, Rang, Paragraph)
Gedan (untere Reihe/Stufe, unterer Teil)
Kamae (Haltung, Stellung, Struktur, Erscheinung, Umzäunung)

2. Dies ist eine der 5 Kamae der ZNNR. Es handelt sich um eine festgelegte Körper- und Geisteshaltung.

Gohonme

1. Go (Fünf)

Hon (Buch, Haupt, Ursprung, dies, Zählwort für lange Objekte)

Gohon (5 lange Gegenstände, 5 Bücher, 5 Versionen)

Me (Auge, Suffix zur Bildung von Ordnungszahlen)

2. Dies ist die Bezeichnung für die 5. Shikakeôji.

Ha

1. Ha (Klinge)

2. Entsprechend 1.

Habu

1. Ha (Klinge)

Bu (Abteilung, Teil, Kategorie)

2. Die aus Bambus bestehende „Klinge“ der hier zu verwendenden Naginata.

Hanmi

1. Han (halb, semi, ungerade „Zahl“)

Mi (Körper, die eigene Person, die eigene Situation im Leben, Herz, Geist, Fleisch)

Hanshin [abweichende Lesart] (der halbe Körper)

2. Die Haltung, bei welcher der Körper schräg, seitlich zum Anderen positioniert wird.

Happonme

1. Hatsu (Acht)

Hon (Buch, Haupt, Ursprung, dies, Zählwort für lange Objekte)

Happon (8 lange Gegenstände, 8 Bücher, 8 Versionen)

Me (Auge, Suffix zur Bildung von Ordnungszahlen)

2. Dies ist die Bezeichnung für die 8. Form der Shikakeôji.

Harai

1. Harau (wegfegen, vertreiben, bezahlen)
2. Eine Technik, bei der die Waffe eines Gegners, gegen den keine Angriffsgelegenheit besteht, beiseite gefegt wird.

Hassô no Kamae

1. Hachi (Acht)
Sô (Aspekt, Aussehen, Gegenseitigkeit)
Kamae (Haltung, Stellung, Struktur, Erscheinung, Umzäunung)
2. Dies ist eine der 5 Kamae der ZNNR. Es handelt sich um eine festgelegte Körper- und Geisteshaltung.

Hirakiashi

1. Hiraku (öffnen, eröffnen)
Ashi (Fuß)
2. Die Fußarbeit, mit der der Stand geöffnet wird um Angriffen ins Zentrum auszuweichen und durch die diagonale Bewegung eine vorteilhafte Position einzunehmen.

Ipponme

1. Itsu (eins)
Hon (Buch, Haupt, Ursprung, dies, Zählwort für lange Objekte)
Ippon (1 langer Gegenstand, 1 Buch, 1 Version)
Me (Auge, Suffix zur Bildung von Ordnungszahlen)
2. Dies ist die Bezeichnung für die 1. Shikakeôji.

Ishizuki

1. Ishi (Stein)
Tsuku (stoßen, pieken)
2. Hier die Lederkappe am Ende des Ebu. Bei dem hier verwendeten Übungsgerät zur Abmilderung des Stoßes gedacht. An einer richtigen Naginata aber zur Verstärkung der Stoßwirkung aus Metall bestehend. Die Auswirkungen dürften den Namen verdient haben.

Jôdan no Kamae

1. Jô (oben, Spitze, über)
Dan (Stufe, Rang, Paragraph)
Jôdan (Obere Reihe, Empore)
Kamae (Haltung, Stellung, Struktur, Erscheinung, Umzäunung)

2. Dies ist eine der 5 Kamae der ZNNR. Es handelt sich um eine festgelegte Körper- und Geisteshaltung.

Kamae

1. Kamae (Haltung, Stellung, Struktur, Erscheinung, Umzäunung)
2. Kamae ist der Zustand seine Körperhaltung und/oder Geisteshaltung vorbereitet zu haben, auf den Feind zu reagieren.

Kendô

1. Ken (Schwert)
Dô (Straße, Weg, Pfad)
2. Der Weg des Schwertes.

Kiai

1. Ki (siehe oben)
Au (passen, entsprechen, harmonisieren, korrekt sein)
Kiai (Lebhaftigkeit, Feurigkeit, Lebendigkeit ; Schrei)
2. Der Zustand, in dem man völlig fokussiert ist auf die Bewegung des Feindes und die eigene (geplante) Bewegung. Des Weiteren der stimmliche Ausdruck eines solchen Zustandes.

Kissaki

1. Kiru (schneiden, beenden, vollständig tun, fähig sein)
Saki (Spitze, Ende, erste Priorität, vorher, Ziel, in Führung)
Kissaki (Schwertspitze)
2. Die Naginataspitze.

Kokorogamae

1. Kokoro (Herz, Geist, Kern)
Kamae (Haltung, Stellung, Struktur, Erscheinung, Umzäunung)
Kokorogamae (Zustand des vorbereitet / bereit seins)

2. Kokorogamae ist der Zustand seine Geisteshaltung vorbereitet zu haben, auf den Feind zu reagieren.

Koteuchi

1. Ko (klein)
Te (Hand)
Kote (Unterarm, Panzerhandschuh)
Utsu (treffen, schlagen, feuern)

2. Der Schlag zum Kote.

Kumiashi

1. Kumu (zusammen nehmen)
Ashi (Fuß)

2. Die Ausrichtung wird geändert, indem die Hüfte am Platz verdreht wird, während die Beine in Kniehöhe gekreuzt werden.

Kurikomi

1. Kuru (einholen, aufrollen, spinnen, umblättern, nachschlagen, zählen)
Komu (-ein, -hinein, drängen)

2. Den Griff an der Naginata verkürzen. Das entsprechende Verlängern des Griffes (Kuridashi) wird nach Kurikomi in dieser Beschreibung unterstellt und nicht extra aufgeführt.

Makiotoshi

1. Maku (rollen, spulen, schlingen)
Otosu (fallen lassen, verlieren)

2. Eine Technik, bei der die angreifende Waffe mit einer kreisförmigen Bewegung nach unten gezwungen wird.

Menuchi

1. Men (Gesicht, Maske)
Utsu (treffen, schlagen, feuern)
2. Der Schlag zur Stirn

Menuke

1. Men (Gesicht, Maske)
Ukeru (empfangen, auffangen)
2. Das Blocken von Menuchi oder Sokumenuchi.

Mochikae

1. Motsu (haben, halten, besitzen)
Kaeru (austauschen, ersetzen)
Mochikaeru (Etwas von einer Hand in die andere wechseln, austauschen)
2. Hier der Griffwechsel von einer Kamae zur anderen.

Migamae

1. Mi (Körper, die eigene Person, die eigene Stellung im Leben, Herz, Geist, Fleisch)
Kamae (Haltung, Stellung, Struktur, Erscheinung, Umzäunung)
Migamae (bereit sein, auf der Hut sein)
2. Migamae ist der Zustand, sich seines eigenen Körpers voll bewusst und darauf vorbereitet zu haben, auf den Feind, noch vor dessen Schlag, zu reagieren.

Naginata

1. Nagai (lang)
Nagu [alt. Kanji](abmähen, heruntermähen)
Tô (Katana, Schwert)
Naginata (Schwertlanze)
2. Die Zen Nihon Naginata Renmei verwendet die Silbenschrift Hiragana zum Ausdruck dieses Begriffes. Es existieren selbstverständlich auch Kanji. Zum einen mit der Bedeutung „langes Schwert“ oder in anderer Schreibweise als „mähendes Schwert“.

Nanahonme

1. Nana (sieben)

Hon (Buch, Haupt, Ursprung, dies, Zählwort für lange Objekte)

Nanahon (7 lange Gegenstände, 7 Bücher, 7 Versionen)

Me (Auge, Suffix zur Bildung von Ordnungszahlen)

2. Dies ist die Bezeichnung für die 7. Shikakeôji.

Nihonme

1. Ni (zwei)

Hon (Buch, Haupt, Ursprung, dies, Zählwort für lange Objekte)

Ippon (2 lange Gegenstände, 2 Bücher, 2 Versionen)

Me (Auge, Suffix zur Bildung von Ordnungszahlen)

2. Dies ist die Bezeichnung für die 2. Shikakeôji.

Ôji

1. Ojiru (antworten, zustimmen, befriedigen, einem Bedarf entsprechen)

2. Hier eine festgelegte Rolle in der Shikakeôji. Die ZNKR verwendet in der Nihon Kendô Kata synonym den Begriff Uchidachi. Die ZNJR verwendet synonym Uchikata.

Okuriashi

1. Okuru (senden)

Ashi (Fuß)

2. Fußarbeit, bei welcher der vordere Fuß nach vorne gesetzt, und der hintere Fuß nach gesetzt wird. Im Gegensatz zu Ayumiashi wird nicht überholt.

Ritsurei

1. Ritsu (stehen, sich erheben)

Rei (Höflichkeit, Gruß, Salut, Verbeugung, Dankbarkeit, Gegengeschenk)

Ritsurei (stehende Verbeugung)

2. Entsprechend 1.

Ropponme

1. Roku (sechs)

Hon (Buch, Haupt, Ursprung, dies, Zählwort für lange Objekte)

Roppen (6 lange Gegenstände, 6 Bücher, 6 Versionen)

Me (Auge, Suffix zur Bildung von Ordnungszahlen)

2. Dies ist die Bezeichnung für die 6. Shikakeôji.

Sanbonme

1. San (drei)

Hon (Buch, Haupt, Ursprung, dies, Zählwort für lange Objekte)

Sanbon (3 lange Gegenstände, 3 Bücher, 3 Versionen)

Me (Auge, Suffix zur Bildung von Ordnungszahlen)

2. Dies ist die Bezeichnung für die 3. Shikakeôji.

Shikake

1. Shi (dienen, arbeiten für)

Kakeru (hängen, anschalten, anfangen, beginnen)

Shikari (Anfang)

Shikake (Mittel, Waage, halb-fertig)

2. Hier eine festgelegte Rolle in der Shikakeôji. Die ZNKR verwendet in der Nihon Kendô Kata synonym den Begriff Shidachi. Die ZNJR verwendet synonym Shikata.

Shikakeôji

1. Shi (dienen, arbeiten für)

Kakeru (hängen, anschalten, anfangen, beginnen)

Shikari (Anfang)

Shikake (Mittel, Waage, halb-fertig)

Ojiru (antworten, zustimmen, befriedigen, einem Bedarf entsprechen)

2. Neben der mit höheren Graduierungen ebenfalls ausgeführten Zen Nihon Naginata Renmei Kata bezeichnet dieser Begriff eine dem Kunitachi vergleichbare Form der ZNNR.

Shizentai

1. Shi (Selbst)
Zen (wie, so wie)
Shizen (Natur, natürlich)
Tai (Körper, Objekt, Ding, Stil, Form)

2. Die Basishaltung. Stabil, natürlich und beweglich. Entspricht etwa der gleichnamigen Haltung bei Kendō, Iaidō, Jūkendō und Tankendō. Der linke Arm hängt natürlich seitlich am Körper herunter. Die Finger sind gestreckt und geschlossen. Die rechte Hand greift das Ebu und liegt am Hüftknochen an. Die Naginata ruht senkrecht auf der Ishizuki, wobei die Ha nach vorne zeigt.

Sokumen

1. Soku (Seite)
Men (Gesicht, Maske)
Sokumen (Seite, Flanke)

2. Dieser Begriff bezeichnet den seitlichen Menuchi, sowohl auf der linken als auch auf der rechten Seite. Die ZNKR verwendet synonym Sayūmen.

Sori

1. Soru (Krümmung, Biegung)
2. Hier die Krümmung des Habu.

Suneuchi

1. Sune (Schienbein)
Utsu (treffen, schlagen, feuern)
2. Der Schlag zum Schienbein.

Suneuke

1. Sune (Schienbein)
Ukeru (empfangen, auffangen)
2. Das Blocken von Suneuchi.

Tsuki

1. Tsuku (stoßen, pieken)
2. Entsprechend 1.

Wakibara

1. Waki (Seite, Arbeit, Flanke)
Hara (Bauch, Magen, Herz, Geist)
Wakibara (die Seite, Flanke)
2. Entsprechend 1.

Wakigamae

1. Waki (Seite, Arbeit, Flanke)
Kamae (Haltung, Stellung, Struktur, Erscheinung, Umzäunung)
2. Dies ist eine der 5 Kamae der ZNNR. Es handelt sich um eine festgelegte Körper- und Geisteshaltung.

Yonhonme

1. Yon (vier)
Hon (Buch, Haupt, Ursprung, dies, Zählwort für lange Objekte)
Yonhon (4 lange Gegenstände, 4 Bücher, 4 Versionen)
Me (Auge, Suffix zur Bildung von Ordnungszahlen)
2. Dies ist die Bezeichnung für die 4. Shikakeôji.

Zanshin

1. Zan (bleiben, übrigbleiben)
Shin (Herz, Geist, Kern)
2. Der Geisteszustand höchster Aufmerksamkeit und Handlungsbereitschaft nach der unmittelbaren (Kampf-)Handlung wie während der (Kampf-)Handlung.

Zen Nihon Naginata Renmei

1. Zen (alle, alles)
Nichi (Tag, Sonne, Japan)
Hon (Buch, Ursprung)
Nihon/Nippon (Japan)
Zen Nihon/ Nippon (gesamt Japan, all Japan)
Nagai (lang)
Nagu (abmähen, heruntermähen)
Tô (Katana, Schwert)
Naginata (Schwertlanze)
Ren (Gruppe, Begleitung)
Mei (Schwur, Allianz)
Renmei (Liga, Gewerkschaft, Föderation, Verband)
2. Der alljapanische Naginataverband.

