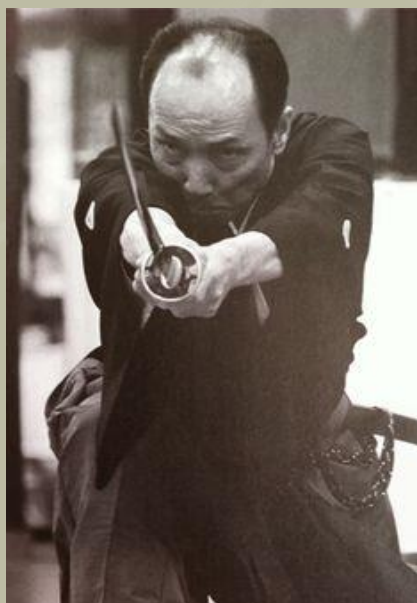




## Mi az Iaido?

A hagyományos japán harcművészetekben az *Iaido* a környezet teljes érzékelésének gyakorlása. Miközben képessé tesz arra is, hogy gyorsan kirántva kardunkat a hüvelyből reagáljunk egy közelgő támadásra.



### Az *Iaido* eredete.

Japán korai feudális kora óta a szamuráj harcosok mindenkor nagy hangsúlyt helyeztek a magas szintű tudatosság fenntartására. Ha egy szamuráj harcos lazított a figyelmén, akkor kiszolgáltatottabbá vált a támadások számára. Az *Iaido* gyakorlásával a szamuráj harcosok javították a tudatosságuk állapotát, miközben szintén fejlesztették a támadások elleni védekezési képességüket.

Az "*Iaido*" kifejezés azonban csak az 1930-as évek elején jelent meg. A történészek továbbra is vitatják annak valódi eredetét, bár az egyik legvalószínűbb elmélet az, hogy az *Iaido* a „*Tsune ni ite, kyū ni awasu*” kifejezésből származik, amely azt jelenti, hogy „folyamatosan felkészültnek lenni és képesnek lenni reagálni azonnal az ellenfél támadására”.

A szó első része (*iai*) a tudatosság pszichológiai állapotára összpontosít, míg a második rész (*do*) a potenciális támadásokra adott válaszként való kardrántás képességére helyezi a hangsúlyt.



### **Az *Iaido* célja.**

Az *Iaido* célja nem a kardvívás vagy az aktív harc, hanem inkább az a képesség, hogy fenntartsa a nagyfokú tudatosságot, és gyorsan ki tudjuk rántani a kardot a fenyegetésekre reagálva. A Japán harcművészeti szakemberek tudják, hogy a kard csak akkor hasznos a fenyegetések elkerülésére, ha időben ki tudod húzni. Minél hosszabb időt vesz igénybe a kard kirántása, annál nagyobb a kockázata annak, hogy az ellenfél lebírja egy kritikus támadással.

Noha vannak kivételek, de az *Iaido*t általában egyedül gyakorolják, emberi ellenfél nélkül. A gyakorló azonban egy vagy több képzeletbeli ellenfelet képzel el az *Iaido* gyakorlása során. Emiatt az *Iaido* a harcművészetekben nem harc orientált formának minősül.

Az *Iaido*ban gyakran megtalálható a *seiza* néven ismert kardrántási technika, amely magában foglalja a kard ülő helyzetből való húzását. Ebben a technikában a gyakorló a padlón térdel. Innen kell a gyakorlónak megragadnia és kihúznia a kardját, amilyen gyorsan csak lehetséges.

## ***Iaido* szervezetek.**

Számos szervezet tanít *Iaido*t, ezek közül néhány:

- Dai Nippon Butoku Kai (DNBK)
- The International Martial Arts Federation (IMAF)
- International Kendo Federation (FIK)
- All Japan Iaido Federation (ZNIR)
- The World Muso Jikiden Eishin-ryu
- Zen Nihon Toyama Ryu Iaido Renmei (ZNTIR)

Ezen szervezetek között az FIK a legnagyobb és legjelentősebb támogatója az *Iaido*nak.



Original Source: <https://www.martialartswords.com/blogs/articles/what-is-iaido>