

Zen Nihon Kendo Renmei (Z.N.K.R.)

Shimizu sensei schreef in zijn boek Jodo Kyonhon het volgende: het belangrijkste principe van jodo (= de kunst om met de stok het zwaard te verslaan) is training van geest en lichaam.

Jodo moet niet gezien worden als een techniek louter van het lichaam, van handen en voeten, die men kan perfectioneren door precies te kopiëren. Het is een techniek van en met het hart, van kokoro. De term ishin denshin wordt ook wel gebruikt om dit aan te duiden; letterlijk betekent dit "wat in de geest zit".

Het belangrijkste doel is de training van geest en lichaam. Het lichaam is meestal wel trainbaar, de geest geeft meer problemen. Tegelijkertijd is dat een diffuus onderwerp. Shimizu bedoelt dat jodo een vorm van communicatie is: een diepgaande performance laat het contact tussen twee mensen zien. De beheersing en de bedreiging, alles in balans.

