

# ...über die Anwendbarkeit von

Ein Gespräch mit Roger Schmocker, Halden/CH,  
6. Dan Aikido und Mitglied vom Shibu Schweiz  
und dem Sugino Dojo in Kawasaki Japan.

Roger leitet die einzige Vereinigung in der Ostschweiz, die das traditionelle Aikido (Aikikai) und das Yoseikan Aikido von Minoru Mochizuki, anbietet. Darüber hinaus ist Kobudo (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu) Bestandteil des Unterrichts.

Im Jahr 1970 begann für Roger Schmocker seine Laufbahn im Aikido. Seinen Anfang machte er in Biel, im Aikido Club. Bis 1973 war er Mitglied der Amicale Mochizuki. Nach der Trennung von der Amicale Mochizuki, traten er und der Aikido Club dem Aikikai Schweiz (A.C.S.A.) bei. Im Jahr 1977 wechselte er in die Ostschweiz. Hier begann die Zusammenarbeit mit anderen Aikidokas aus der Region und der Anfang einer sehr lehrreichen Zeit unter Sensei Masatomi Ikeda, der neu in der Schweiz als technischer Leiter für den Aikikai Schweiz (A.C.S.A.) tätig ist. Seit drei Jahren ist er in der Kampfsportschule Bushido Romanshorn, wo er Aikido und Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu Kobudo unterrichtet. Seit 1993 ist Roger Schmocker auch in der Tschech. Republik tätig. Jedes Jahr findet ein Lehrgang in Chomutov statt. Dazu kommen Lehrgänge in Budweis und Prag.

<http://www.shobukai.ch>



*Ein komisches Thema.*

*Schwierig. Wenn ich*

*nie in gewissen*

*Situationen war ...*

*Aber es umfasst alles*

*und alle Punkte.*

*Warum ist das Aikido im Dojo anders als das, was »auf der Straße« unter Kampfkunst verstanden wird? Heute schicken viel mehr Mütter als früher ihre Kurzen ins Aikido-Training, weil dem Aikido der Ruf des »philosophischen Sportes« vorausseilt. ... Schadet dies dem Aikido?*

Ja, dann kommen wir wieder auf das zurück, was wir schon besprochen, »den Tanz im schwarzen Rock«. Ich vermute aber auch, dass die Erlebnisse im Dojo für ein europäisches Kind sehr unterschiedlich im Vergleich zu denen eines japanischen Kindes sind. Nicht nur die Erziehung ist eine andere, auch die Gesellschaft setzt andere Schwerpunkte. Daraus folgt, dass das Verhalten gegenüber einer »fremdem Person« auch sehr different ist.

# Aikido außerhalb eines Dojos

So wird hier im Westen schon das Kindertraining ganz anders aufgebaut als in Japan, wo alleine schon der Meister, sprich der Lehrer, eine ganz andere Respektsperson darstellt. Schon das ist fundamental, denn daraus folgt, dass das Training in Japan viel straffer organisiert ist.

In meinem alten Dojo hatte ich ca. 30 Kinder, es war teilweise katastrophal; je nachdem, was sie vorher in der Schule oder am Nachmittag erlebt hatten ...; da konntest du jeden Unterrichtsaufbau vergessen, aber du kannst sie ja auch nicht zwingen ... du kannst nur über den Spaß an sie herankommen, aber die Nerven ... Bei der japanischen Trainingsmethode haben sie diesbezüglich weniger Probleme damit, obwohl da natürlich auch der Spaß eine Rolle spielt, aber eben nicht als »Grundvoraussetzung«.

*Da fällt mir die Erkenntnis von Hiroo Mochizuki ein, dem ein Junge auf die Tatami pieselte, weil er sich nicht traute zu fragen, ob er austreten gehen dürfte. Das war für Hiroo Mochizuki ein Grund über seine Unterrichtsmethode nachzudenken. Fortan unterrichtete er nur noch mit Spaß...*

Die Kehrseite, die ich erlebte, ist die, dass alle zwei bis drei Minuten einer fragt, ob er mal eben ... irgendwann habe ich das gestoppt und vor dem Training gesagt: ... jetzt und nicht im Training.

*Wir kommen vom Thema ab.*

Tori und uke sind zum einen Partner, es wird keine Situation geschaffen, »um mal Luft abzulassen«. Sonst kommt keiner mehr, oder es

kommen nur sehr Wenige ins Training. Andererseits aber kann man ein Training in Richtung »Realität« hin aufbauen. ... bis zu einem Punkt kann man dahingehend trainieren – aber auch nicht für alle, dafür sollte man besser einen speziellen Trainingstag festlegen.

Da kommen wir sehr schnell wieder zu dem Thema, über das wir gestern sprachen, zum Angriff!

Auch wenn du zu dem uke sagst: »Greif nur an« – er wird immer einen gewissen Grad an Hemmung haben. Das ist nur natürlich, dass nie der Grad einer Kampf- oder Aggressionssituation entsteht oder gar entflammt. In diesem Zusammenhang ist es aber von Wichtigkeit, dass uke lernt, seinen Angriff zu demonstrieren, das soll heißen, dass er seinen Angriff fortführt. Nur dies ermöglicht es tori eine Situation zu erlernen, eine Technik einzusetzen – eine Technik zu verstehen; nur durch diese Erfahrung kann sich tori entwickeln.

Da wir ja keinen Wettkampf machen und die einmalige Situation haben, dass wir einen »Rollentausch« vornehmen, sind wir ja theoretisch permanent gefordert unsere augenblickliche Erkenntnis umzusetzen und in der Lage sie sofort wieder anwenden zu können. Aber das überfordert natürlich auch einige Übende. Ich sehe hierin einen der schwierigsten Momente im Aikido.

Zum anderen sind wir ja auch Angsthasen, und wenn unser Körper uns Gefahr signalisiert, dann läuft ein chemischer Prozess ab, der uns blockieren kann – das kann auch so weit gehen, dass wir das Erlernte quasi vergessen. Das mühevoll Training über Jahre und die damit verbundene Erfahrung können in einem solchen

Augenblick von Angst oder von einer Blockade überdeckt werden – manche sind also nahezu verloren, paralysiert. Das Wissen ist nicht mehr vorhanden, keine Reaktion ist mehr wie früher. Es gibt hier sicherlich auch Unterschiede von Mensch zu Mensch.

Wenn man die Angst überwinden kann, dann ist in meinen Augen Aikido ideal, um in einem Straßenkampf »selbstverteidigungsmäßig« zu bestehen, denn die Aikido-Bewegungen ermöglichen eine »harmonische Kontrolle« eines Kampfablaufes.

Der Unterschied einer Kampfsituation auf der Straße im Vergleich zu der im Dojo ist sehr weit greifend, aber, wie ich jetzt auch bemerke, sehr interessant, was die Unterrichtsgewohnheit angeht.

*Der heutige Zeitgeist lässt quasi kein martialisches Gedankengut zu. O Sensei entwickelte sein Aikido in Jahren, in denen eine relativ extrem martialische Geisteshaltung herrschte. Japan lag viele, viele Jahre, z. B. mit*





*China, Korea ... in Fehde, O Sensei kam also aus einer prägenden martialischen Umgebung – trotzdem kam er, wie wir wissen, zu der Erkenntnis, dass Harmonie weiter reicht als Säbelrassel. Zwei, drei seiner alten Schüler verließen ihn wegen "seiner neuen friedlichen Haltung", der Rest aber blieb...*

*Wir aber kennen sowieso nur dieses »Nachkriegsaikido«, dieses friedliche Aikido...*

... aber die, die fortgingen, die änderten wenig, sie blieben diesem »effektiven Aikido« treu, vielleicht mit kleinen Einbußen, aber für sie muss es funktionieren. Ohne kritisieren zu wollen, sehe ich, dass heute im Aikikai viel weicher gearbeitet wird. Es gibt aber auch Gruppen, die noch weiter gehen, und deren Aikido mit »schöner Tanz« tituliert oder verglichen wird.

Was ist aber wichtig, die schöne Bewegung oder die effiziente Bewegung? Wahrscheinlich eine Mischung aus beiden – so oder so aber muss es zwischen *tori* und *uke* »klick« machen. Auf jeden Fall muss der Angriff gut sein, erst dann kannst du etwas entwickeln, dann kann es auch optisch schön werden. Je nach Angriff kannst du mit einigen *uke* viel weiter in die Richtung »Effizienz« gehen als mit anderen. Bei einem Anfänger kannst du kein *shiho nage* durchziehen, bei einem Dangrad schon. Das ist eben das Interessante, dieses Anpassen, dieses Dosieren... Und zu Deiner Frage, auf der Straße hast du dieses Problem nicht, da muss aber deine Bewegung stimmen.

Wenn du jetzt zu den alten Schülern von O Sensei schaust, wie z.B. Shioda oder Mochizuki, die haben auch auf der Matte ein effizientes Training. Man wollte ein relativ reales Training haben, ein hartes eben. Diejenigen, die daran teilnahmen, die waren dann sicherlich nicht zimperlich.

Dann kam der Wandel, »ich kämpfe nicht mehr« oder »wir machen Liebe ...«; ich bin der Meinung, man sollte beide Seiten kennen.

Wenn ich persönlich zurückschauen, dann habe ich von meinem ersten Lehrer bis zu Ikeda das gesamte Spektrum mitbekommen. Es gab auch kein »das mache ich nicht« oder »das ist mir zu weich«... Bei Ikeda gab es, wenngleich sie relativ gut versteckt war, eine hundert-

prozentige Effizienz bei der Selbstverteidigung. Sie war versteckt, aber sie war da. Trotzdem war da viel Bewegung und »Weichheit« in seinem Training. Vor allem aber hat er viel gemacht, was die Arbeit des *uke* betraf. Dieser darf nicht passiv sein, sondern muss aktiv an der Bewegung mitarbeiten, um seinen Körper zu schützen... Er hat das zwar nicht gesagt, aber es war drin. Er wusste genau, wie es geht. Bei seinen Bewegungen erinnerte ich mich oft an mein früheres Training.

Und schon wieder sind wir vom Thema abgewichen, entschuldige.

*Was brauche ich, wie weit soll man im Dojo gehen?*

Ja, das ist schwierig, wahrscheinlich ist es so, dass die Anzahl der Trainer der Anzahl der unterschiedlichen Trainingsmethoden entspricht. Ich sehe es ja bei uns in der »ACSA« (*Association Culturelle Suisse d'Aikido*), jeder hat seinen eigenen Stil – jeder hat seinen Schwerpunkt in seiner Bewegung und die Bewegungen sind seltenst gleich. Was falsch oder richtig wäre, das ist hier keine Frage, wenn die Basis stimmt. Schon ein Anfängertraining zeigt die Verschiedenartigkeit: was dem einen zu viel, ist dem anderen zu wenig. Es erfordert schon viel Fingerspitzengefühl, den Unterricht so anzupassen, dass es für alle einigermaßen stimmt. Aber genau dieser Punkt ist sehr gefährlich, wenn du da zu weit gehst, in die eine oder andere Richtung, dann hast du verloren. So kann





es kommen, dass du gewisser Weise das Aikido gefährdest oder dass du dein Dojo gefährdest. Du musst genau beobachten, wer kommt und wer bleibt... das Meditieren darüber darfst du nicht vergessen.

Ich sehe das bei mir, einige kommen zum Anfängertraining, bleiben drei vier Monate und dann siehst du sie nicht mehr. Also etwas muss gefehlt haben, um sie zu halten. Das hat mir am Anfang viele Sorgen bereitet - war ich zu weich, war ich zu hart...? Auch das ist gefährlich, denn du musst schon für dich selbst deine Linie finden. Ich habe mir mein Anfängertraining entworfen und dann das Aufbautraining. Wem es gefällt, der bleibt, wem nicht, der soll gehen. Sonst verlierst du deine Identität, deine Art zu trainieren. Bei Lehrgängen ist das genauso, und wenn einige das nächste Mal wieder kommen, dann weißt du, die nehmen auch etwas auf, deine Arbeit ist nicht umsonst.

Kommen wir wieder von Thema ab?

*Einen Anfänger muss man führen, damit er in die für ihn neue Bewegung hineinfindet.*

Richtig, ich muss ihm den Weg zeigen, den Rest muss er selbst erarbeiten. Ich als Lehrer muss schauen, dass ich ihm seine Fehler zeigen kann, damit er sie erkennen kann, um sie dann korrigieren zu können.

Es ist natürlich die Aufgabe des Lehrers, darauf zu achten, dass er bei der Ausführung nicht in den Boden hineinschaut oder dass er keinen krümmen Rücken macht..., aber das *shisei*, das *kamae* oder *maai*, das muss er selbst erspüren – das ist natürlich ein Prozess, der nicht von heute auf morgen eintritt...

Auch, und das passt nun wirklich zu Deiner Frage, es geht um das Umgehen mit der Angst in verschiedenen Situationen, so z. B. bei der Ausführung der Technik mit einem Partner, also darum, eine Situation immer wieder neu kennen zu lernen, um mit ihr vertrauensvoll umgehen zu können. Dieses Vertrauen erwirbt man durch die Arbeit mit verschiedenen Partnern in verschiedenen Situationen und vor allem durch

den Positionstausch *tori – uke, uke – tori*. Aber man muss dem Anfänger auch erklären, dass es auch als Aikidoka möglich ist, die Beine in die Hand zunehmen und dass das keine Schande ist. Allerdings üben wir ja auch freie Angriffe, um einen sogenannten sechsten Sinn zu bekommen. Also spüre es und meide z. B. bestimmte Orte. Aber was passiert, wenn diese Situation kommt? Wie wir ja bereits am Anfang sagten, entweder lähmt sie mich, sie blockiert mich teilweise oder ganz oder ich kann mich mit Atemtechnik lösen... Das aber ist so unterschiedlich, wie es unterschiedliche Menschen gibt. Manch einer bekommt eine Herzbaracke, wenn er in den dunklen Keller geht, und der andere kann davon gar nicht genug bekommen.



Aber die Überwindung einer solchen Stresssituation, das ist ein interessantes Thema. Schau, selbst eine Kleinigkeit, wie zum Beispiel ein »harmloses« Anpöbeln, lässt die Herzfrequenz ansteigen... Also ist schon da eine gewisse Form der Angst vorhanden. Wie viel weiter aber geht das, wenn eine Situation aus dem Ruder gerät? Ich meine bei einem Angriff, der über das rein Verbale hinausgeht (also schon mehr als »nur mündlich«). Bis dahin kann ich noch ausweichen oder mich zurückziehen, was aber, wenn dann »die Fäuste sprechen«? Sicher sind dann Aikidobewegungen gut, wenn man sie anzuwenden versteht. Es hilft auch zu wissen, dass mit einem Atemi viel gemacht werden kann... ein Tritt, also nicht nur eine Aikidobewegung à la Steven Seagal.



*Der Straßenverkehr ist da ein wunderbares Beispiel, was nützt mir da mein Recht, wie kann ich in dieser verschwindend kurzen Zeit womit argumentieren?*

Ja, ich habe das Recht, aber ich kann nicht darauf bestehen. Aber klar, wenn ich da schon am Fauchen bin, dann eskaliert die Situation. Aber gerade im Straßenverkehr muss ich beruhigend einwirken. Ein grimmiger Gesichtsausdruck ist da nicht angebracht.

*Warum brauche ich dann Aikido?*

Um Gelassenheit zu üben. Du kannst das auch ohne Aikido kultivieren. Liebe zeigen, Friedlichkeit zeigen. Nein, ich muss dafür nicht unbedingt Aikido üben.

*Man sieht ja, wie zerstritten oft die Aikidokas untereinander sind. Aber sicher hat man einen gewissen Vorteil, mit Aikido hat man seinen Körper schon mehr unter Kontrolle?*

Ja, das gibt Dir eine Sicherheit. Du weißt eben, dass du etwas gelernt hast – eigentlich weißt Du, wie du reagieren musst, wenn nicht eine Blockade ...

Du weißt ja auch nicht, wie du wärest, wenn du kein Aikido gemacht hättest. Wärest Du der Gleiche?

*Auf jeden Fall hat Aikido in unserer heutigen Zeit einen sehr guten Ruf, es passt zum Zeitgeist. Man erfährt meistens ein »ahh, Aikido« – es wird sehr oft als eine Art »philosophischer Selbstverteidigung« angesehen.*

Das hängt natürlich auch damit zusammen, dass die anderen Kampfsportarten eine relativ hohe Aggression zeigen, ja teilweise demonstrieren, denn wenn sie es nicht tun, werden sie wegen Inaktivität bestraft...

Wir haben mal einen Lehrgang unter dem Motto »KI-Aiki« durchgeführt. Eine Zuschauerin hat sich nach dem Kurs gefragt: »Ja, ist das denn immer so, so aggressiv...?« Das ist bei ihr, weil es ihr unbekannt war, völlig negativ rübergekommen.

Ein Ki-ai im Training kommt ja auch aggressiv rüber.

*Ich erinnere mich, dass wir das früher oft taten.*

Bei Mochizuki wurde das auch viel ausgeübt, vorher oder nachher. Ja alles hat sich ganz schön verändert.

Aber das Thema, Deine Frage, kann man überhaupt die Straßensituation mit dem Dojo vergleichen? Ist das nicht schon aggressiv?

Aber ich lebe doch in der aggressiven Situation, die Frage ist nur, ob und wie ich es sehe.

Wenn du dich nicht exponierst, dann würde ich sagen, »ein normaler Mensch« würde gar nicht erst in eine solche Situation kommen.

Ist nicht schon die Titulierung »normaler Mensch« eine erhebliche Aggression?

Ein komisches Thema. Schwierig. Wenn ich nie in gewissen Situationen war ...

Aber es umfasst alles und alle Punkte. ■