

Aikido, Riai, Kiai, Aiki und Ri

Aikidojournal N°74DE 2/2013

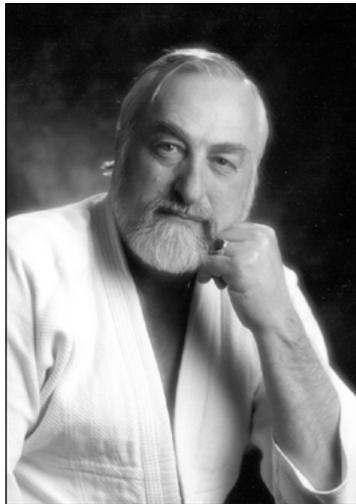
Im Aikido trainieren wir sieben Grundtechniken bis wir sie verstehen.

Gemessen an modernen Standards der Kampfkünste und des Sports ist die Struktur eines Ryu ist ziemlich komplex und ausgeklügelt. Das *Daito-Ryu*, von welchem das Aikido abstammt, besaß drei Pfeiler: *Yari* (Speer) aus dem *Hoso-in-Ryu*, *Ken* (Schwert) aus dem *Ono-ho-Itto-Ryu* und die waffenlosen Techniken des *Takeda-Ryu-Jujitsu*. Letztere wurden in Kategorien eingeteilt: *Ikajo*, *Nikajo*, *Sankajo*, *Yonkajo* und *Gokajo* (erste Technik, zweite Technik, etc.). Diese wiederum waren unterteilt in *Nage-waza*, *Katame-waza* und *Ate*.

Der Zusammenführung aller dieser Disziplinen in ein zusammenhängendes System wird *Riai* (Vollständigkeit) genannt. Es ist nicht einfach eine zufällige Sammlung von Tricks und Kniffen. Zwei Angriffe wie zum Beispiel *Yokomen* im *Kendo* und *Koshi-Nage* im *Judo* haben nichts gemeinsam. Ein wahres *Ryu* im alten Budo hatte *Riai*. Ein einzigartiger Aspekt des *Riai* ist, dass alle Techniken sich im Prinzip gleichen. Jede *Waza* ist eine alleinstehende und abgeschlossene Bewegung, egal ob sie nun mit dem Schwert, dem Speer, dem Stab oder den bloßen Händen ausgeübt wird. Es ist auch egal, ob der Angreifer bewaffnet ist oder nicht – die Technik ist die gleiche. Wenn ein Meister wieder und wieder sagt, dass der Weg der Hand und der Weg des Schwertes das Gleiche sind, dann meint er oder sie nicht, dass sie gleich aussehen, sondern dass sie in allen Aspekten außer der äußeren Erscheinung gleich sind. Mit anderen Worten,

die grundlegenden Prinzipien sind die gleichen. *Yo no Kamae* ist die Lehre dieser fundamentalen Prinzipien, auf denen alle Techniken aufbauen.

Im Aikido trainieren wir sieben Grundtechniken bis wir sie verstehen. Ich meine ein wahres und tiefes Verständnis, nicht ein intellektuelles. *Kihon Suburi* sind Schlagübungen mit dem Bok-



Walther von Krenner, Montana/USA

ken um *Kokyu* zu entwickeln. *Shikko* dient zur Entwicklung von Bewegung und Hüftbewegung und *Tai-Sabaki/Tai-no-henka* wird zwischen einzelnen *Waza* geübt. Die nächsten beiden Stufen (*Kiai/Aiki* und *Ji/Ri*) befassen sich mit höheren Prinzipien der Kunst. Wenn *Yo no Kamae* und die Prinzipien der ersten Stufe nicht verstanden werden, gibt es weder Wachstum noch Fortschritt in die höheren Sphären.

Ein Aspekt der höheren Stufen ist das Studium von *Kiai* und *Aiki*. Osensei sagte: „*Aiki* ist die Kunst einen Gegner in einem Augenblick zu besiegen.“ Dem liegt ein tiefes Verständnis der fundamentalen Wahrheit der Prinzipien aller Dinge zu Grunde. Dies sollte nicht mit Magie oder einer mysteriösen Kraft verwechselt werden.

Um *Aiki* zu verstehen, muss man zuerst *Kiai* verstehen. Die *Kanji* (Schriftzeichen) beider Wörter sind die gleichen, nur in verschiedener Reihenfolge. Eine wörtliche Übersetzung dieser *Kanji* wäre „vereinter Geist“ und bedeutet die Vereinigung von Körper, Atem und Geist. Wenn alles in perfekter Harmonie ist, dann existiert *Kiai*. Ein Geräusch ist dabei nicht unbedingt nötig, doch häufig kaum zu vermeiden. Aikido ohne *Kiai* ist ein Anzeichen mangelnder Fertigkeit und Verständnis, denn ohne das Wissen um *Kiai* kann es kein Verständnis von *Aiki* geben. Osensei *Kiai* konnte man im ganzen Körper spüren. Einen richtigen *Kiai* kann man spüren und sofort erkennen, auch wenn man ihn nicht erklären kann. Wenn man ihn hört und fühlt, muss es einem kalt den Rücken herunterlaufen. Er beginnt normalerweise bevor die Technik *Kime* (Höhepunkt oder Fokus der Energie) erreicht, kann aber auch vorher enden. Man könnte sagen, dass es keinen *Kime* ohne *Kiai* gibt. Die Intensität des *Kime* sollte an die Technik angepasst sein. Wenn die *Waza* gut genug ist, dann wird *Kiai* das Resultat sein. Man darf *Kiai* nicht

erzwingen oder vorschieben. Wenn man sich anstrengen muss, dann ist es genau so, als würde man eine Technik mit Gewalt erzwingen; es funktioniert einfach nicht. Kommen wir nun zu *Aiki*: *Aiki* ist die Überwältigung eines Angreifers durch eine konzentrierte Einheit von kraftvollem Geist, *Aiki* ist nicht – wie manche glauben – ein Überraschungseffekt oder Schock durch den plötzlichen Schrei. *Aiki* ist das Gegenteil von *Kiai* und es gibt subtile Unterschiede ihrer Anwendung. Wenn man eine Stufe unerschütterlichen Glaubens und Selbstvertrauens in die eigene Kunst erreicht hat erscheint *Aiki*; es gibt keine Zweifel mehr, kein Zurückfallen in alte Gewohnheiten der Gewalt. Man überwindet Leben und Tod, das Ego, den Sieg oder andere Anhaftungen. Solange man diese Stufe nicht erreicht hat, werden in einem Kampf um Leben und Tod (*shin ken*) die Säulen erschüttert und man wird „in einem Augenblick“ besiegt werden. *Ki* ist ein Gefühl oder eine Empfindung des Flusses und der „universellen Richtigkeit“, die sich in den Techniken widerspiegelt, keine mysteriöse unmessbare Kraft. Jedes Budo nutzt *Aiki* und *Ki*, doch Aikido ist in dieser Hinsicht besonders hoch entwickelt und gute Lehrer betonen beide in ihrem Unterricht. Es fällt einem Anfänger auch leichter zu verstehen, sein *Ki* fließen zu lassen, als eine *Aiki*-Situation herzustellen. Um eine *Aiki*-Situation herzustellen, muss man das Prinzip Irimi verstehen, welches mit *Aiki* und *Kiai* identisch ist.

Alles hat zwei Aspekte; *Ji* ist die Technik, *Ri* ist das Prinzip. Ein Mensch, der *Ri* versteht, hat keine Probleme mit den verschiedenen Techniken (*Ji*). Haben Sie schon einmal bemerkt, wie viel Wert wir in unserem Training auf das Studium legen? Wir sind Schüler, keine Mitglieder, Kunden, Patienten oder Anhänger. Die Betonung liegt auf dem Lernen; indem wir offen für die Lernerfahrung sind, lernen wir etwas über uns selbst und – wie Dogen anmerkt – letztlich etwas über „das große Ganze“. Niemand kann diese Prinzipien an Ihrer Stelle entdecken; Sie können sie nicht kaufen und man kann sie auch nicht vortäuschen; ein Mensch, der *Aiki* versteht, wird sie sofort durchschauen. Man muss es wirklich selbst erfahren! Das ist es, was Budo lehrt: Verantwortung für sich selbst und Weisheit. Ohne *Shugyo* (ernsthaftes Üben) und intensives Training wird man keine Fähigkeiten erlangen. Das gilt in allen Dingen. Dummheit kann durch Training verwandelt werden; man wird kein Meister ohne seine Dummheit zu transformieren. Wenn man eine Kunst gewissenhaft und ehrlich übt, dann wird man darin ein Meister werden. Alle Dinge beinhalten Ignoranz, doch wenn man sich im *Shugyo* übt, dann verschwindet sie. Prinzipien werden verstanden und Weisheit erscheint.

Wer den Weg studiert, studiert sich selbst; sich selbst zu studieren bedeutet das Selbst zu vergessen; sich selbst zu vergessen bedeutet in allen Dingen Erleuchtung zu finden und die funda-

mentalprinzipien des Universums zu verstehen.

Einige Hinweise und Beobachtungen über das Aikido und das Training:

Wer trainiert, um dadurch spirituelle Überlegenheit zu gewinnen, erliegt einer traurigen Täuschung.

Es ist tragisch, den Unterschied zwischen wahren Budo und Wettkampfsport nicht zu verstehen und nur für die Kampftechniken zu trainieren.

Aikido ist ein Budo (Kriegskunst). Jede Kunst, die von sich behauptet Budo zu sein, aber keine nützlichen, effizienten und gefährlichen Techniken beinhaltet, ist Betrug. Kontrolle ist das Ergebnis von Fähigkeit und Erfahrung. Einen Krieger vorzuspielen ist gefährlich und führt nicht zur Erleuchtung.

Aikido-Politik ist eine dunkle Angelegenheit für Leute, die nicht aufstehen und für sich selbst sprechen können. Ihre Technik und ihre Fähigkeiten sind nicht was sie vorspiegeln; dies ist der dekadenteste, bemitleidenswerteste und traurigste Zustand in den ein Mensch geraten kann. Politik sollte es einfach nicht geben. Andere zum eigenen Vorteil zu manipulieren ist das genaue Gegenteil von Selbst-Korrektur und Verbesserung.

Die Hierarchie sollte einfach und schlicht sein. Ein Lehrer, ein Schüler, das ist in den meisten Fällen angemessen.

Bestellmöglichkeit:

http://eu.aikidojournal.net/Online-Shop/Deutsche_Ausgabe/2013/