



# Alfons Löttscher

Aikidojournal 75DE

Ich suchte das, was ich gesehen habe – mein Suchen wurde nicht belohnt.

*Alfons, ich las auf Deiner Webseite Taiji-quan. Was heißt das auf Deutsch?*

Die zwei Silben Taiji heißen wörtlich übersetzt, aufrecht wie der Balken, der den Firstbalken trägt, das soll heißen, dass du nach Norden und nach Süden, nach Yin und Yang, in der Mitte des Firstbalkens aufrecht stehst und diesen trägst. Damit haben wir die Balance, das bu-chi, inbegriffen. Quan ist die Faust aus dem Boxkampf, Kampf oder Wettkampf.

*Wie bist Du auf das Taiji-quan gekommen?*

Weil mich das Aikido nicht ausreichend ernährte. Im Aikido ist das Wort „Chi“ enthalten, welches mich von Anfang an faszinierte. Ich suchte das, was ich gesehen habe – mein Suchen wurde nicht belohnt. Kein Spüren, kein Vermitteln. Was mir fehlte, war ein Lehrer, der das „Chi“ unterrichtet. Soll heißen, Schritt für Schritt zu entdecken was mir hilft und mich nicht mit dem Hinweis stehen lässt, „mach mal, du wirst es schon finden“. Ganz sicher werde ich es finden, aber...? In einem, in zehn, in fünfzig Jahren, oder nie?

Dann hörte ich von Taiji und konnte zu einer Vorführung gehen. Eigentlich war ich, was ja keine gute Voraussetzung ist, sehr skeptisch eingestellt – dort sah ich diese Vorführer mit ihrem Chi... Ich fragte dann kritisch nach, und bekam die Antworten, die für mich entscheidend waren. Denn es

wurde nicht Technik, Form, Akrobatik oder äußere Arbeit gelehrt. In dieser Schule wird die innere Arbeit, der Chi-Fluss gelehrt. Schritt für Schritt, sowie man eine Fremdsprache, ein Musikstück oder Klavierspielen lernt. Entmystifiziert, machbar.

*Hast Du Dir Gedanken darüber gemacht, warum dies im Aikido nicht so praktiziert wird – sind alle unwissend, wollen alle nicht, oder...?*



Ich weiß es wirklich nicht, ich möchte niemanden unterstellen, dass er dies absichtlich nicht weitergibt. Bei meinen Erlebnissen, die ich in meinen jetzt immerhin 12 Jahren Taiji machen konnte, kann ich mir vorstellen, dass es nicht so einfach ist, das so grundlegend zu verstehen und dann noch die didaktische Fähigkeit zu haben, um dieses Wissen weiter zu geben. Ich will auch keinen Stab über jemanden brechen, der dies nicht entdeckt hat. Bei guten Lehrern, wie Hiroshi Ikeda

Sensei, der sehr viel mit „Chi“ gearbeitet hat, konnte ich viele Seminare besuchen. Er zeigte das und lies es einen durch spezielle Übungen entdecken. Mit dem, was mir nun zur Verfügung steht, welches ja die Grundlage meiner Vergleichsbasis bildet, lässt mich behaupten, dass die Schritte für einen Schüler zu groß sind um es „einfach so“ verstehen zu können. Dazu kommt, dass wir Aikidoka uns immer wieder gegenseitig behindern, denn wir haben ja das Bild, dass es so oder so aussehen oder sich anfühlen soll. Dazu ist ein gutes Stück Forschergeist erforderlich.

*Ist das Bild durch das Sehen oder durch die Lehrer geprägt?*

Das kommt sehr unterschiedlich. Wenn ich im Iwama-Stil in Nidda, bei Saito Sensei, mit einem dieser kräftig stämmigen Deutschen Kollegen trainierte, dann fühlt sich das geistig wie körperlich anders an, als in Iwama bei Saito oder in Kalifornien mit Saito Sensei. Die gleichen Techniken, die gleichen Bewegungen – aber völlig unterschiedliche Wahrnehmungen. Die Kulturen sind unterschiedlich.

*Die Germanen also...*

...das sind meine Erfahrungen, sieh mich an, ich bin alles andere als kräftig, ich habe bei diesen körperlich überlegenen Deutschen keine Chance. Taiji hilft mir, eine Struktur zu entwickeln, so dass es keine Rolle mehr spielt,

## *Ki-ai. Mobilisieren der Urkraft.*

ob groß, klein, dick, schwach, kräftig oder... Es passiert ja im Kopf, es ist nicht nur der große Muskel, es sind die Bilder die in mir sind, gepaart mit dem Gedanken, "ich bin ja zu schwach um diesen Mann zu bewegen". Damit ist das Ergebnis geliefert.

*!Apropos Germanen, ich hatte vor einigen Jahren ein Gespräch mit dem Saito Junior in Berlin. Bei dem Training erlebte ich mit ein wenig Verwunderung, dass man sich, zum Beispiel, mit Katate ryotedori angriff, dann stand man sich gegenüber und Uke lies dann einen tierischen Schrei los. Kannst Du erklären für was das gut ist?*

Vermutlich wurde ich darüber nur aus zweiter oder dritter Quelle informiert, ich habe es nicht recherchiert, aber es war dann auch nicht weiter für mich interessant: Ki-ai. Mobilisieren der Urkraft. Eine Methode um Chi-Flussstruktur aufzubauen und zu stärken.

*!Diese Kräftigen aus dem nördlichen Kanton (die Deutschen) müssen aber auch irgendwo gelernt haben, sich so zu verhalten?*

Ich habe ja auch meine Bilder und trotzdem aus meiner Lebensgeschichte gelernt – wenn Aikido ein Lebensweg sein soll, dann kann dies mir auch helfen meine festgefahrenen Bilder neu anzuschauen, die alten Strukturen aufzulösen – neu anzufangen. Beweglicher zu werden, nicht nur physische, sondern auch geistige Blockaden hin-

weg zu pusten. So muss es doch sein – endlich aufzulösen, ein Stück freier im Geist zu werden.

*!Wie bist Du zum Aikido gekommen?*

Ich war schon immer auf der Suche, wusste aber nichts über Aikido. Gerade weil ich körperlich nicht zu „den Kräftigen“ gehöre, hat es mich immer schon fasziniert, ohne Muskelkraft arbeiten zu können. Selbst als kleiner Knabe, die Aufgabe, den Kasten Mineralwasser in die Wohnung zutragen – wie schaffe ich das? Ich habe mir eine eigene Technik entwickelt, das ging dann immer besser ... Aber in der schulischen Auseinandersetzung war ich immer hoffnungslos unterlegen. Ich suchte weiter, der Traum eines jeden Jungen ... es wäre doch phantastisch, wenn ... Der Zufall wollte es, dass eine Bekannte mit einem Beckenbruch im Spital lag und der Zimmernachbar mit einem Beinbruch erzählte ihr von einer Kampfkunst, diese Kampfkunst heiße Aikido. Ich kenne den Überbringer nicht – aber die Nachricht erreichte mich, voilà! Nachdem Hinweis wälzte ich zu Hause das Telefonbuch und begann noch in der gleichen Woche mit dem Einführungskurs. Auch wenn mir die Quelle fehlt, bin ich heute dort angekommen – ohne gebrochenes Bein oder-dgl. Mit der unerschütterlichen Ausdauer habe ich etwas gefunden, von dem ich ahnte, dass es das gibt.

*!Dieses Bild zumindest wurde dann gleich erfüllt?*

Wie aus der Pistole geschossen kommt ein: **JA!**

*!Ohne es werten zu wollen, du bist beim Iwama-Stil gelandet.*

Ich bin bei vielen Stilen gelandet, unter anderem auch bei Iwama. Das ist eine Episode in meiner Geschichte, von Damals bis Heute – das war 1983.

*!Du nennst das Jahr, wann kamst du auf die Idee ein Dojo zu eröffnen?*

Die Idee ist ein wenig früher als die eigentliche Dojo-Eröffnung entstanden – das Dojo ist 2000 eröffnet worden. Ich schätze es war zirka ein Jahr zuvor.

*!Wie kommt man(n) – Du auf die Idee ein Dojo zu eröffnen, welche Gedanken bewegten dich...*

Ich hatte in allen Dojos, in denen ich trainierte, immer die Möglichkeit, selbst Klassen zu leiten – das habe ich sehr geschätzt.

*!Ist das Unterrichten so faszinierend?*

Ja.

*!Macht?*

Es ist eine Freude. (Lacht)

Es ist eine Freude, ja. Natürlich ist damit immer eine Macht verbunden. Auch die Macht der Schüler, denn wenn sie dich nicht mehr wollen, dann gehen sie.

*Doran Sensei ... zeigte mir Dinge über den Chi-Fluß. Mir fehlte nur die Information zur körperlichen Struktur ...*

*!Trotzdem hast du gewagt, dich diesen Schülern zu stellen?*

Sie haben mich unterstützt. Sie sagten, du kannst das, du machst das gut, warum nicht ... Also kam ein Echo von außen.

*!Was meinst du, gut gemacht zu haben?*

Rein, was das Echo implizierte: Ich bin gerne dabei, es macht Spaß, ich verstehe etwas, es ist sorgfältig, ich komme weiter ...

*!..wenn ich das vorhin richtig verstanden habe, dann hast Du vor 12*



*Jahren mit dem Taiji-quan begonnen, fast gleichzeitig mit der Dojo-Eröffnung – sprich, fast gleichzeitig mit der Eröffnung, muss ein „mir fehlt etwas“ aufgekommen sein?*

Die Idee, das Dojo zu eröffnen, hatte ich schon vor dem Taiji-quan (Ende 1998). Der Mangel ist schon viel früher entstanden.

Ich war dritter Dan und merkte, dass nicht das ankam, was ich vermitteln wollte. Ob Technik oder Bewegung, ich war mit verschiedensten Dingen nicht zufrieden, mir fehlten Informationen. Das bemerkte ich beim Unterrichten, mit dem einen Uke klappt es, weil dieser Uke ja weiß, wie Uke sich bewegen soll"... „der andere Uke, der ist ein wenig störrisch“ – ist es Uke oder ist es Alfons? Wie kann ich die Energiestruktur verbessern – so dass ich mich auch in schwierigen Situationen angepasst verhalten kann.

*!Beim Boxen spüre ich sehr schnell, wenn ich nicht voll konzentriert war, denn dann kam der Gegner durch. Dieser Indikator fehlt vollkommen im Aikido.*

Dieser Indikator taucht auf, wenn Uke testen will. Ich sah ja, dass andere Lehrer in dieser Situation weiterkamen – mir aber fehlte der Link, so dass diese Lehrer mich da hätten weiter bringen können.

*!Dazu fällt mir das Führen des Uke ein. Wann lernt man das?*

Als Uke.

*!Bleibe mir als Anfänger nicht viel erspart, wenn man mich schon in dieser Situation darauf hinweisen würde?*

Ich möchte klar sagen, dass mich die Leute, die ich kennen gelernt habe, nicht gut nährten. Gut unterrichtet hat mich Doran Sensei – dort habe ich es sehr gut verstanden und doch fehlte mir ein weiterführendes Element. Auch Yoshida Sensei möchte ich erwähnen, doch in Doran Sensei sehe ich meinen Hauptlehrer, ihm verdanke ich mein Aikido. Er zeigte mir Dinge über den Chi-Fluß. Mir fehlte nur die Information zur körperlichen Struktur im Gesamtunterricht, die ich nun im täglichen Taiji-quan bekomme.

*!Wenn ich behaupte, dass der Anfänger im Aikido nicht lernt, sich zu bewegen, er lernt Technik um Technik. Ist das richtig?*

Ja. Aber solche Schulen habe ich im Taiji-quan auch gesehen, wo nur Technik, eine Form gelernt wird – wunderbare Akrobatik, innen aber nicht gefüllt. Es gibt wunderbares Ballett, das ist perfekt, aber kalt. Die Fülle – es gibt Leute die können die schwierigsten Klavierstücke vorspielen, schneller als es die Noten es zulassen würden, aber es lebt nicht.

Wo kommt das Leben rein? Dort wo das Leben reinkommt, dort wird es spannend. Dann ist es nicht mehr das

*„baue dir die Struktur auf, ich kann dir helfen, diese Struktur in dir zu finden.“*

Aikido und mein Leben, sondern dann lebe ich Aikido und Aikido lebt mich. Dann ist es Alltag. Und jetzt zurück: Auf dieser Ebene zu unterrichten und sehen zu können, dass da etwas ankommt ...! wenn du dann noch entdecken kannst, dass die Leute davon begeistert sind ...! Das macht mein Herz glücklich.

*!Wie lebst du denn dein Aikido wenn du ein Dojo führst, heute mit 56 Jahren?*

Ich versuche im Kontakt zu bleiben, zu führen, die Bewegung der Leute zu

Vielzahl von Nebenarbeiten beinhalten, da bin ich gerne bereit, mal wieder nach zuschauen, ob auf den Toiletten auch noch Papier vorhanden ist. Oder eine Glühbirne gewechselt werden muss... Entweder mache ich das, oder jemand anderes, andere freut es, wenn sie eingespannt werden. Es ist doch nur, wie eine Technik auszuführen. Es sind die Fleißarbeiten, Irimi-Tenkan, Irimi-Tenkan, Irimi-Tenkan – nochmals, und nochmals, und nochmals ... bis es vielleicht spannend wird.

*!Was hat Dich wann und warum*

Sinne habe ich mich gezwungen.

*!Aber auch dabei kann das Toilettenpapier ausgehen, sprich, es kann noch nicht einmal vorhanden sein ...*

Ja, ich sehe das auch – ich habe Leute gehabt, die zwei oder drei Lektionen mit machten und dann wieder aufgehört haben. Offensichtlich haben sie bei mir nicht das gefunden haben, was sie hätte faszinieren können. Bist du in dem Moment offen, für das was da ist?

Ich bin glücklich, bei mir war es im ersten Moment der Lehrer, der mich berührt hat. Hätte ich jemanden gefunden, wo ich gesagt hätte, „naja, Aerobic kann ich auch sonst irgendwo machen...“ Vielleicht wäre ich nach dem zweiten Mal schon gegangen...

*Ich spüre, dass dieser Weg  
mein Aikido sehr stark verändert.*

verstehen, durch sehr aufmerksames Beobachten auch mal Nachfragen... um sie dahin zu führen, wo ich denke, etwas zu bieten zu können. Wenn sie dann noch interessiert sind, dann bleiben sie, wenn sie das schon haben sollten, dann gehen sie. Wenn es sie stört, dann opponieren sie. Dann braucht es auch meine Regung, da gibt es den Tenkan und da gibt es den Irimi.

*!Der Dojo-Alltag bringt aber auch viele Verpflichtungen mit sich...*

Das muss einfach gemacht werden, welche Arbeit gibt es, die nicht eine

*bewegt, Dojo Lehrer zu werden?*

Immer wieder das Gleiche. Ich habe in Luzern mit dem Aikido begonnen. Der Lehrer der dort das Training leitete, hat Faszination und Vertrauen ausgeübt. Die Theorie: Erste Stufe gleicht Faszination, zweite gleicht Verstehen und die dritte Stufe ist dann das unerschütterliche Vertrauen. Unerschütterlich, weil du es in dir selbst entdeckt hast, es ist nicht mehr von außen abhängig. Diese erste Faszination, diese Berührung, diese Tiefe – da kann ich etwas verstehen, auch wenn ich nicht wusste was ... das hat mich immer wieder zu anderen Lehrern gebracht. In dem

*!Nach zirka 17Jahren kommst Du zum Taiji-quan – hattest du da das Glück, gleich sehen zu können, hier wird etwas vermittelt?*

Ja, es war wirklich wieder Glück. Es war derselbe Lehrer, der mich auch zum Aikido brachte. Hans Peter Tschol hat mich zum Taiji-quan geführt, mit einem einfachen; „Komm schau mal, die machen dort eine Vorführung“. Ich war allerdings kritisch. Ich habe zu oft gehört, lass doch das CHI fließen! „Ja, wo ist es denn?“

Die haben dort auch davon gesprochen – ich weiß nicht mehr was ich gefragt habe, ich war wohl ein wenig

Möchten Sie gerne mehr lesen – wir veräußern das AJ:  
[https://www.aikidojournal.eu/Deutsche\\_Ausgabe/2013/](https://www.aikidojournal.eu/Deutsche_Ausgabe/2013/)