

Aikidojournal 75DE



!Neben uns steht ein wunderbarer Flügel, Thomas (Prof. Thomas Christaller, Organisator des Lehrganges mit Watanabe Sensei) möchtest Du uns nicht zur Einstimmung etwas vorspielen?

!Thomas: Er [Watanabe Sensei] mag schon mein Trommeln nicht.

!Gudrun: Japaner die kein Taiko-Trommeln mögen, gibt es das?

Watanabe: Wer Kampfkunst ausübt benötigt ein Gefühl für Musik und Farben. Die Farben sind etwas Natürliches, die Pflanzen und die Blätter der Bäume geben uns mit ihren Farben Leben. Das Spiel der wechselnden Farben im Wind zeigt uns das Leben. Hier auf diesem Berg in Bonn sind wir in der Natur eingebettet. So werden wir immer wieder daran erinnert, dass wir ein Teil dieser Sphäre sind.

!Man kann ja auch Farben für Körper



einsetzen, um so „entkörper“ neue „Bilder“ zu kreieren, die es uns erlauben, Bewegungen farblich ohne Körper zu visualisieren.

Je nachdem, welche Farben der Andere trägt, gleicht man dies auch dem Raum an, sowie den Abstand zu ihm, sodass man, zum Beispiel, nicht geblendet wird.

!Dies kennt man ja auch von Rudolf Steiner und seiner Eurythmie.

Rudolf Steiner kenne ich nicht. Aikido findet für mich nicht nur in einem Dojo statt, die ganze Welt ist für mich Aikido. Tagtäglich in der Familie oder in der Firma, findet ein sich permanent veränderndes Aikido statt. Dojo



sei sagte: „Aikido ist das eigene Selbst, man ist es eben Selbst“.

*!Man sagt ja auch, wenn 100 Aikidoka existieren, dann gibt es mindestens 101 verschiedene Aikidoarten oder -Formen.*

Alle sind unterschiedlich – alle machen es anders – jeder Baum ist anders als der Andere, nur jeder Aikidoka will der Beste sein. Das ist eher ein Problem. (lacht)

heißt ja Ort des Weges. Ich setze aber lieber, statt des DO das Wort *Michi* [ist die japanische (*Kun*-)Lesung des Zeichens<sup>1</sup> (DÔ „Weg“) - aus Wikipedia] ein. Dieses bedeutet „unbekannter Weg“ – also *Basho Michi*, der Ort des unbekanntes oder kleinen Weges wo man übt.

Wenn Sie Fragen haben, dann fragen Sie mich bitte.

*!Thomas: Horst hat eine informelle Art des Interviews – es ist kein Tak, Tak, Tak, sondern ein Gespräch, dies ist bereits das Interview.*

*!Für Osensei war es ja auch ein unbekannter Weg, er war auch auf der Suche – also auch michi?*

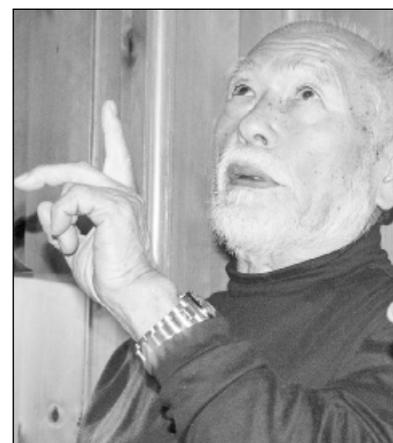
Es war immer etwas Neues, weil er immer wieder Veränderungen vornahm – jeden Tag entschuldigte er sich dafür. Immer wieder kam ein: „Entschuldi-

gung, das was ich gestern zeigte, da irrte ich mich...“. So waren die Schüler immer leicht verschupft, weil Osensei ihnen scheinbar „Falsches gezeigt“ hatte. Was er dann aber zeigte, sah genauso aus wie am Vortag – in seinem Kopf aber hatte sich das wohl verändert und seine Zustimmung erfahren. In den ersten Jahren war auch ich sehr irritiert.

*!Wenn ich das höre, dann belustigt es mich, dass es viele Gruppen und Vereine gibt, die ihre Aikido-Richtung „Traditionelles Aikido“ benennen. Osensei war auf der Suche, ja er veränderte permanent sein Aikido. Es gab aber nie etwas wie eine feste Gewohnheit, oder einem Ritus, was eine Tradition hätte sein könnte...*

... es gibt nichts Festes, Bestehendes im Aikido – es ist immer wieder neu. Aikido ist das eigene Selbst. Dieses Selbst ist immer in Bewegung, in jedem Moment erneuert es sich. Osensei

Wenn ich ein Training gebe, dann schaue ich immer welche Blumen im Dojo stehen. Ich schaue mir die Linie, den Wuchs der Blumen an – wenn diese in einer Spirale hoch gewachsen ist, dann füge ich dies in das Training ein. Der Wuchs der Pflanze, oder das Gefühl desjenigen, der diese Blume aussuchte, die er vor den Kamiza stellte, sollte mir etwas sagen, mir damit ein Zeichen geben...



*!Ist das als Bestrafung gedacht, für den, der die Blume aussuchte?*

(Alle brechen in lautes Gelächter aus)  
Also, wenn die Blumen nicht so schön sind, dann spiele ich mit ihnen schon einige Streiche. Sonst aber versuche ich die schönen Linien der Blumen mit in die Bewegung zu übernehmen.

*!Warum haben Sie mit Aikido begonnen, wissen sie das noch?*

Als ich Osensei das erste Mal sah, da stand eine wunderschöne Silhouette im Raum, da stand ein Samurai ohne sichtbare Waffen. Diese Ausstrahlung, der Raum war gefüllt. Wie er da stand reichte für mich aus, um mit Aikido zu beginnen.

*!Thomas weist daraufhin, dass möglicherweise interessant sei, wie es zu der Begegnung kam.*

Ein Bekannter schleppte mich mit in das Honbu Dojo, ich wollte da nicht hin – ich hatte keinerlei Bezug dazu. Ich weigerte mich, ich praktizierte bis dahin Sumo und Judo. Aber mein Freund redete immer wieder auf mich ein, schließlich zog und er stupste mich regelrecht in das Dojo, ich sollte mir das unbedingt anschauen. Ja und da stand er Osensei – ein Samurai.

*!Im welchen Jahr war das?*

Ich war 23 Jahre alt, also war das 1953.

*[Nach erneuter Rückfrage wird von Watanabe-san bestätigt: N. Watanabe hat 1953 mit Aikido im Honbu Dojo begonnen. Zuerst hat er 5 Jahre ohne Anmeldung dort trainiert und sich dann, 1958 im Aikikai registrieren lassen].*

(„Man sieht“, wie die Gedanken durch Watanabe Sensei kreisen, die Mimik arbeitet unablässig. ...) nach einer Weile sagt er: „Osensei sagte, der Mittelpunkt ist der Bauchnabel – dazu hatte er einen Spruch: Der Mittelpunkt ist der Schwerpunkt und der Schwerpunkt ist der Mittelpunkt, aber es gibt keinen Mittelpunkt. So saß ich mit offenem Mund glotzend da und verstand nichts. Um diesen Mittelpunkt zu suchen, deshalb bewegt man sich. Osensei hat nie gestoppt, nie stillgestanden, er bewegte sich immer in der unendlichen Acht.

Man musste aufpassen, um ihm nicht zu nahe zu kommen, es war gefährlich“ (Watanabe Sensei führt eine Hüpf- und leichte Schulterbewegung sowie die Atmung vor). (Er wiederholt die Atmung immer wieder.) Deshalb war es unheimlich gefährlich sich einer seiner Seiten zu nähern. Die Energie strahlte, sie drehte sich permanent.

*!Ist das Bild, das Sie von einem Samurai hatten, erfüllt worden?*

Es war ein wunderbarer Anblick, dazu die Energie die sich immer drehte. Er [Osensei] führte seine Hand immer am Herzen, in Herzhöhe, nie in Höhe

des Bauchnabels. Die Hand war immer oben. Dies ist eine sehr starke Linie, die stärkste Energie-Linie.

*!Stärker als von seikatandem?*

Nach meiner Meinung ist das seikatandem nicht stark – denn, wenn man dort hinein sticht, dann klappt jeder zusammen. Wenn man in dieser Position jemanden hält, da kann man viele Streiche spielen (lacht). Das kann man nicht, wenn die Hand in der Herzregion gehalten wird. Der Mittelpunkt, der Bauchnabel, ist am stärksten. Ich benutze gerne einen imaginären Ball um Bewegungen, wie Verläufe, darzustellen und zu erklären. Ein Ball ist bildlich verständlich, gerade im Bereich des Ki-Verlaufes. Wenn dieser Ball also unterhalb oder oberhalb des Bauchnabels ist, dann rollt der Ball – in Bauchnabelhöhe aber kann man eine ankommende Kraft (Ball) stoppen. Den Ball in der Bauchnabelhöhe zu stoppen ist sehr gefährlich. Unterhalb würde sich der Ball nach unten - und oberhalb nach oben abdrehen. Das ist wie, wenn zwei Bälle zusammen stoßen, dann prallen sie in der Mitte auseinander. So würde ein Angreifer einen hoch- oder herunter bewegen. Der Ball kann sich in allen Richtungen frei bewegen – das ist gefährlich. Damit kann man viele Streiche spielen – deshalb macht mir dies Spaß (lacht). Der Unterschied zwischen Herz und Bauchnabel wird am Verständlichsten, wenn man sich ein Dreieck vorstellt. Wenn die Kraftlinien ein recht-

## S U D O K U

Teil 26

winkliges Dreieck darstellen, dann ist man sehr stark. Immer wenn ein Dreieck zustande kommt ist man stark – auch das Zusammenlegen der Hände [Handflächen] gleicht einer Sperrform und bildet ein Dreieck – man sieht Osensei auf vielen Fotos mit zusammen gelegten Händen. Durch das Zusammenlegen der Hände ist auch möglich, sich gerade zu bewegen – man sieht es im Training immer wieder, dass die Meisten mit gebückter Haltung gehen, statt aufrecht. Leider sieht man die falsche Haltung sehr oft. [Watanabe Sensei zeigt verschiedene Dreiecksformen, die Stärke darstellen]



Es ist kein Kampf – nur die Hände zusammenlegen. Deshalb sollte man beim Training darauf achten, dass die Hände immer so gehalten werden. Wie bei der Polarisierung, ein Plus und Minus, aus dem ein Plus entsteht.

Fortsetzung, Teil 2 – AJ 76DE ■ ■ ■

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

Auf unserer Internet-Seite veröffentlichen wir wöchentlich drei verschiedene Sudoku-Rätsel – die jeweilige Lösung wird zur Wochenmitte hochgeladen.

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem 3-x-3 Kästchen alle Zahlen von 1 bis 9 stehen. (Die Auflösung erscheint in der nächsten Ausgabe.)

2					5	4	7	
	7							
		4	9				6	8
1			3			5		
5	3				4		9	1
9	2	3	4					
		8				6		
			7	8		2		

Sudoku 75DE

8	6	1	5	3	9	7	2	4
5	3	2	1	7	4	8	6	9
7	4	9	8	6	2	5	3	1
1	5	8	6	2	7	4	9	3
3	9	6	4	8	5	2	1	7
2	7	4	9	1	3	6	5	8
9	2	5	3	4	8	1	7	6
4	1	7	2	9	6	3	8	5
6	8	3	7	5	1	9	4	2

Lösung Nr. 74DE