

Ich wurde Vater – und verliess den Kursfrühzeitig. Natürlich hatte ich mir für den Fall der Fälle einen Ersatz organisiert – doch wie das Leben so spielt, hat es DANN nicht geklappt. Ein ehemaliger Aikidoka und Sensei persönlich (Peter Shapiro) haben für mich übernommen. Wow, j'étais vraiment touché... – Ich bin dankbar für die Unterstützung, die ich von Seiten Peter Shapiro's erhalten habe. Vom Bild her erachte ich es keinesfalls als gegeben, dass der Sensei für den Schüler einspringt.

just do it

Mit zwei weiteren Beispielen möchte ich euch alle ermuntern, euren Zugang zum Aikido auch den Kindern zu zeigen, zu schenken.

Die letzten drei Jahre habe ich als Lehrer an einer Kleinklasse der Oberstufe unterrichtet. Aikido wurde als Angebot der Schule nebst Englisch, Tastaturschreiben etc. aufgenommen.

Isabelle hat den Nike-Slogan »just do it« voll umgesetzt. Von ihr suwari waza ikkyo zu bekommen, hat mich (bereits in der ersten Stunde) mit tiefer Freude und Zufriedenheit erfüllt. (Sie schenkte dieser Bewegung ihr ganzes unbeschwertes SEIN...)

Den Unterricht mit Kindern erlebe ich anders als den mit Erwachsenen: Sie wollen Abwechslung und Action. Ich musste (durfte) die Techniken häufiger wechseln, um den Fluss aufrecht zu erhalten.

In der Schule Busswil haben sich auch einige »Bruce Lee-Typen« angemeldet – nach dem zweiten Mal haben sie erkannt, dass Aikido anders ist – sie sind nicht mehr gekommen.

Ich schreibe diesen Text gerade vor der Gästeturte des Jurtendorfes. Ich wurde in ein WWF-Lager hierher eingeladen, um einen Aikido-Workshop für Kinder zu leiten. Dies ist übrigens wie alle erwähnten Beispiele einfach aus dem Leben (aiki) entstanden. In diesem Falle lernte ich auf einer Zugfahrt einen Mitarbeiter des Jurtendorfes kennen...

Ich empfinde das Jurtendorf als wirklich angenehm und menschlich warm. Es scheint mir richtig Aikido hier einzubringen. Für diesen Nachmittag standen den Kindern drei Möglichkeiten offen. 16 von 38 Kindern haben sich nach einer Vorführung für Aikido entschieden. Dies scheint mir sehr wichtig: Sie müssen es nicht einfach machen, sondern können sich selbst dafür entscheiden. Die Kinder haben es »gut« gemacht, sind weit gekommen. Sie haben Rollen, ikkyo, kokyū nage ausgeführt in einer berührenden Leichtigkeit.

Das Leiterteam hat sich dann ebenfalls eine Stunde gewünscht. Am Lagerfeuer bei Wein und Gesang wurde beschlossen, dass ich ihnen noch eine weitere Stunde geben sollte: von 6.45 bis 7.30. Vor dem Aufstehen der Kinder also. Ich möchte jeden Tag mit Aikido beginnen – der Start in den Tag ist ganz anders.

Als Lehrer habe ich festgestellt, dass wenn »die Verbindung da ist«, Wissen besser vermittelt, respektive aufgenommen werden kann. Mir hat Aikido für die Lehrtätigkeit sehr geholfen – die Fähigkeit mich zu verbinden und mit dieser Stärke zu führen, empfinde ich als erfüllend.

Gerhard Walter schreibt in »Reflexionen« (AJ N° 45): Das Grossartige aber ist, »dass das Paradies von inwendiger Natur ist«.

von Manfred Hiller

Die Dimension eines Weges

Lehrersymposium Aikido in der Benediktinerabtei

Münsterschwarzach vom 31.05. bis 03.06.2007

Der Prozess des Lernens und des Werdens – den Wurzeln verpflichtet.

Im großen Bereich des Budo nimmt Aikido eine besondere Position ein. Es ist eine Disziplin, deren Praxis in aller Stille erfolgt. Seine defensive Grundstruktur, den Kampf ad absurdum zu führen, ist eine komplette Veränderung im Budo. Seit über 50 Jahren wird Aikido in Deutschland praktiziert. Vielen Aikidoka wurde das Üben auch zu einem Lebensweg.

Der Grundgedanke des Aikido-Begründers O-Sensei Morihei Ueshiba ist, Aikido als eine Übungsebene weiterzugeben, in der ein wichtiger ethischer Aspekt das Handeln bestimmt: die Entwicklung des optimalen Miteinanders. Damit wächst der Aikido-Übende über die übliche, auf absoluter Konfrontation bestehende, Handlungsweise hinaus. Das kontinuierliche Üben hinterlässt unübersehbar auch in der geistigen Struktur des Übenden seine Spur. Es beeinflusst sein weiteres Handeln auch auf anderen Ebenen seines Alltags. Das stete Üben wird zum WEG, der zu einer neuen und positiven Verhaltensweise und Sicht auf die inneren und äußeren Vorgänge des Lebens führt.

Die positive Resonanz auf das Buch von P. Dr. Jonathan Düring OSB »Der Gewalt begegnen – Selbstverteidigung mit der Bergpredigt« veranlasste die Organisatoren, dieses Symposium zu veranstalten. Das Buch zeigt auf, dass der christlichen Tradition der Gedanke des WEGES nicht fremd ist, sondern zu ihrem Wesenskern gehört. Gerade im

Üben des Aikido, dem Üben des Tajjutsu, ist es möglich, der Kraft aus den Wurzeln der je eigenen Tradition auf die Spur zu kommen. Dies gilt auch für das »Ora et labora« der Benediktinermönche. Das Symposium bot eine Möglichkeit, in dieser spannenden Verbindung neue Wege der gegenseitigen Hilfe auf dem Weg zu entdecken.

Der Austausch bei diesem Symposium, sei es im körperlichen Üben wie auch auf der verbalen Ebene, sollte dazu beitragen, an der Wegerfahrung des Anderen, seinem Mut, seiner Zuversicht, seiner Erkenntnis und Freude Anteil zu haben. Der Austausch wollte eine Stärkung für den eigenen Weg sein, eine Möglichkeit, den eigenen kulturellen und spirituellen Wurzeln nicht fremd zu werden.

In diesem Sinne trafen am Donnerstag 17 Aikidoka in Münsterschwarzach ein. Nachdem die Unterbringung besprochen war, begann das Symposium mit einem gemeinsamen Mittagessen. Wir Gäste wurden aus der Küche der Mönche versorgt. Schon hier wurde deutlich, dass Mönche sorgsam arbeiten, denn es schmeckte hervorragend.

Die Tage waren mit unterschiedlichen Themen und Unternehmungen

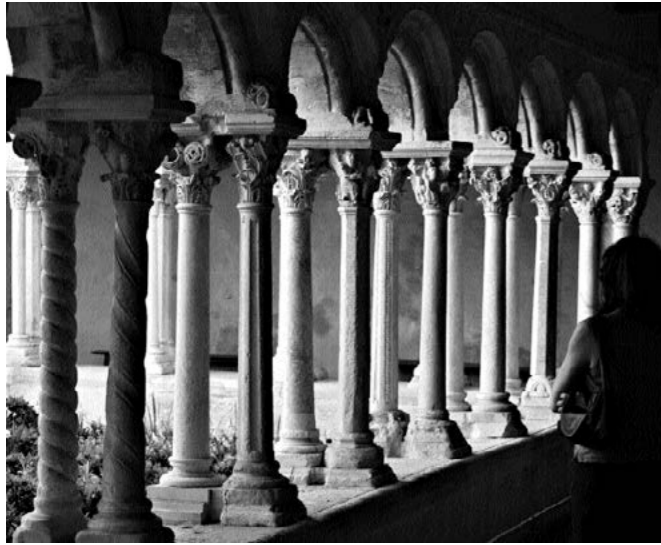
gefüllt. Donnerstag Nachmittag führte uns Pater Jonathan als bestens bewandertes Gastgeber durch das Benediktinerkloster und erzählte uns viel über die Gebäude des Klosters und ihre bewegte Geschichte.

Anschließend zog jeder Teilnehmer ein Blatt Papier, auf dem ein zum Nachdenken anregender Spruch von O-Sensei Morihei Ueshiba stand, den jeder als Motto für die Tage betrachten konnte.

Es waren acht Sessions Aikido vorgesehen, von denen die erste und die letzte von den Gastgebern Pater Jonathan und Edmund Kern geleitet wurden, die anderen fünf wurden unter den Teilnehmern ausgelost. So kamen wir zu einer bunt gemischten Vorstellung der Breite des Aikido.

Wir wurden eingeladen, an den jeweiligen Gebetszeiten der Mönche teilzunehmen. Viele Aikidoka nahmen dieses Angebot an und ließen sich von der einfachen und klaren Art, in der die Mönche





die Gebete sangen, berühren. Der Weg der Mönche blieb mir, und wie ich aus vielen Rückmeldungen ersehen konnte, auch anderen, in bleibender Erinnerung – mehr als man vielleicht anfangs meinte.

Begleitet von einem Beitrag von Edmund Kern wurde am ersten Abend in einer Gesprächsrunde der Begriff des »Lehrers« diskutiert, wie er in unserer Welt gesehen wird und wie er im Hinblick auf die speziellen Anforderungen im Aikido wohl zu sehen wäre. Hier wurde schnell klar, dass es hier über das reine Vermitteln von Wissen oder Techniken hinausgeht, und dass ein Aikidolehrer immer auch als Bewegungsvorbild gilt und so sein eigenes körperliches Bewegungsmuster, seine innere und äußere Haltung an seine Schüler weitergibt. Dass man somit als Übungsleiter die Verantwortung trägt, sich immer zu bemühen, vorne stehend stets sein Bestes zu geben.

Es wurden sehr interessante Gespräche über die jeweiligen Sichtweisen des Aikido-Weges der einzelnen anwesenden, meist langjährigen Aikidolehrer und dessen Auswirkungen geführt. Hier wirkten die durchaus sehr unterschiedlichen Charaktere sehr erfrischend und anregend.

Ein großer Anteil der Tage war mit Aikido-Trainingszeiten belegt. Die oft körperlich anstrengenden und bei schönem Wetter recht schweißtreibenden Aikido-Übungseinheiten vermittelten sehr direkt die Verbindung des Weges des Aikido mit dem Weg des Benediktinermönches: »Bete und Arbeite!« Hier wurden gerade die vermeintlich

einfachen Übungen als ganz wesentlicher Bestandteil des Übungsweges erkannt. Hierzu muss man ganz betont auch die Dojo-Etikette zählen. Weitere grundlegende Bestandteile des Aikido – wie aufrecht stehen, einfach nur gehen, oder sein Zentrum in die Bewegungen integrieren – zählen gleichermaßen dazu. Das Schwert / Bokken wurde von gleich mehreren Lehrern als zentraler Teil ihrer jeweiligen Übungseinheit eingebunden, was sehr passend seinen hohen Wert für die wichtigen Hintergrundinformationen zum Verstehen des Taijutsu widerspiegelte. Die Zusammenarbeit und gegenseitige Hilfe beim Üben war sehr herzlich und alle Teilnehmer bemühten sich sehr, ihre Aikidoformen weiter zu verbessern. Oder wie Edmund Kern es gerne sagt: »Es kommt nicht darauf an, was man tut, sondern wie man es tut.«

Ein weiterer wichtiger Punkt auf dem Themenplan der Session war der Begriff »Awase«. Hier konnte man schnell die Wichtigkeit der Pausen und der Rhythmisierung erkennen – eine weitere Gemeinsamkeit mit den Gebeten der Mönche. Es zeigte sich in den Tagen, dass die Verbindung der beiden Welten in diesem Symposium ein wertvoller Beitrag zur Abrundung unserer Tätigkeit als Aikidolehrer war. Die beiden Welten können tatsächlich voneinander profitieren und lernen.

Die meisten Teilnehmer berichteten, dass sie Antworten auf einzelne offene Fragen fanden, teilweise ganz anders als erwartet. Die Zusammenarbeit im Kloster war

hervorragend, die Stimmung herzlich und anregend.

Ein Grillabend rundete den Samstag-Abend ab, hier konnten wir uns noch mal an der hohen Qualität der selbst hergestellten Lebensmittel des Klosters erfreuen. Beim Zusammensitzen und Diskutieren wurden an diesem Abend auch viele Ideen für kommende Treffen gefunden.

Alle waren sich einig, dass diese Art der Zusammentreffen unter Aikido-Weggefährten zu einer möglichst regelmäßigen Einrichtung werden sollte. Das Wohnen im Gästehaus des Klosters ist sehr einfach und sehr angenehm, denn man fühlt sich sofort willkommen, gut aufgehoben und gern gesehen.

Ich selbst werde wohl noch oft gerne an die Tage in Münsterschwarzach denken und mich dann etwas bestärkt wieder auf den Weg des Aikido begeben.

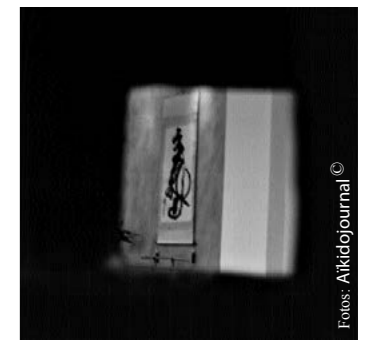
Ganz herzlich bedanke ich mich für die Einladung und die schönen Stunden bei Pater Dr. Jonathan Düring OSB und bei Edmund Kern Kyoshi 8. Dan.

»ushiro katate dori...«



... Teil 7 dieser Technik-Serie. Die Texte wurden von Hans-Jürgen Klages zusammengestellt.

Hans-Jürgen führt sein Dojo in der Neusser Strasse 26 D-50670 Köln
hj.klages@t-online.de



Blick durch die Steinlampe – kamiza im Aikido-Dojo Neusser Straße 26

Es gibt unterschiedliche Theorien darüber, wie Uke dazu kommt, mit »ushiro katate dori« zu fassen/anzugreifen.

Meine Erklärung ist die: Uke wird in der Regel nicht selbst auf die Idee kommen, von hinten anzugreifen (schließlich stehen sich Uke und Tori gegenüber). Vielmehr wird er durch Tori dazu gebracht, verleitet oder genötigt dies zu tun. Das kann dadurch geschehen, dass Tori sich so bewegt, dass es Uke leicht fällt, bzw. man ihn sozusagen einlädt, mit »ushiro« zu beginnen.

Eine andere Erklärung ist eher eine traditionelle, aus dem Schwertkampf abgeleitete. Beim Angriff von Uke zieht Tori das Schwert, wobei Uke dadurch genötigt wird, den »Ushiro-Raum« von Tori zu betreten. Beim Training ohne das Schwert wird dann stellvertretend für das Schwert die Hand bzw. der Arm gebraucht.

