



Cornelia Remmers

Ich ging nach Frankreich um Aikido zu lernen, im August sind es 20 Jahre ...

‡ Warum bist du in Frankreich?

... um Aikido zu lernen. Ich ging nach Frankreich um bei Christian Tissier tiefer ins Aikido einzusteigen – im August werden es 20 Jahre. Als ich ankam hat Christian mir angeboten, meine beiden deutschen Dangrade in dem französischen Verband anerkennen zu lassen. Das war ein Zeichen dafür, dass er mich als seine Schülerin annahm. Patrick Bénézi kannte ich auch schon von Lehrgängen, die ich in Deutschland und Frankreich besuchte – er unterrichtet Donnerstags im Dojo von Christian. So lernte ich auch bei ihm.

‡ Ist das nicht ein gewagter Sprung ins kalte Wasser?

Nein, natürlich wusste ich nicht was mich erwartete, das schon. Aber das Aikido hatte für mich eine Rolle, ähnlich wie für Patrick. Vielleicht nicht ganz so weit wie für ihn – ich wollte nicht professionell werden. Unterrichten schon, aber das Unterrichten bringt mir persönlich nicht genügend, weil, wie Patrick eben sagte, Schüler sind oft in einer Rolle, in der sie alles akzeptieren – dies erlebte ich als Lehrer auch – das ist etwas, was mich nicht ausfüllte, das suchte ich nicht. Aber ich bin aus einer tiefen Leidenschaft hier her gekommen. Im ersten Jahr habe ich nur Aikido gemacht – ich hatte bereits zirka zehn Jahre Aikido in Deutschland hinter mir. Trotzdem war auch ich täglich drei Stunden auf der Matte.

Bei meinem Gespräch mit Patrick Bénézi bot mir Patrick an, Cornelia mitzubringen. So kam ich auf die Idee, diese Möglichkeit gleich für eine deutsche Übersetzung zu nutzen.

‡ Hast du bei Christian ein anderes, interessanteres Aikido gefunden? Ober was war deine Vorstellung?

Ja, es war intensiver, der Kontakt zum Partner war „voller“. Man bewegte nicht an der Peripherie des Partners, sondern bewegte seine Mitte. Das „sich Spüren“ in der Beziehung zu seinem Partner hatte eine neue Dimension bekommen. Außerdem kam der martialische Aspekt dazu. Überhaupt kann man sagen, dass die Franzosen sehr viel an der Pädagogik gearbeitet haben.

‡ ... würdest du sagen, dass eine ausgefeilte Pädagogik in Deutschland fehlt?

Das Unterrichten damals bestand hauptsächlich durchs Vormachen, der Schüler schaute der Demonstration zu und versuchte das Gesehene umzusetzen. Wenn man nach vorne kam als Uke, konnte man die Bewegung auch spüren. Doch allgemein gab es sehr wenig Erklärung. Als ich meine ersten Lehrgänge mit Franzosen machte, Christian Tissier, Patrick Bénézi und Franck Noël, die ich in Köln und in Hamburg auf Lehrgängen besuchte, war der Unterschied flagrant. Es gab Übungen um bestimmte Se-

quenzen der Bewegung zu lernen, man bekam technische Aspekte erklärt, sie zeigten auch zum ersten Mal die Bewegung des Ukes. Franck Noël und Patrick Bénézi sprachen auch über die Prinzipien des Aikidos, die der Schüler in seine Praxis umsetzen muss.

‡ Kannst du mir diese Prinzipien erklären?

Man könnte sie in drei Kategorien unterscheiden, die spirituellen und die mit dem Verhältnis oder in der Bezie-

Wir bestücken:

- Hakama
- Gi
- Gürtel
- Handbücher
IATA, IMAI

... unser Angebot:
John Lee Katana
Handgeschärfer

ACS BUDO-SPORTSWEAR
Tel.: 0471/9494949 Fax: 0471/9494940

www.acs-budo.de



hung zum Partner stehende Werte (Shin), die technischen Prinzipien (Gi), und die Prinzipien der körperlichen Qualitäten (Tai). Häufig sind sie aber untereinander vermischt und nicht so genau abtrennbar. Wenn man in Frankreich die Aikidolehrer-Ausbildung macht (man muss ein staatliches Diplom, haben um professionell zu arbeiten) [anm.d. Red.: dies widerspricht europäischen Gesetzen. Frankreich hat bereits einige Prozesse vor dem Europäischen Gerichtshof verloren], wird darauf Wert gelegt, diese Qualitäten im Unterricht anhand des Übens zu verdeutlichen. Vor allem die technischen Prinzipien werden oft angewendet, man spricht von der Körpereinheit zum Beispiel, oder auch der Vertikalität, dem Prinzip des Irimis und der Antizipation, der Konstruktion der Begegnung mit dem Partner (Dé-lai) [anm.d.Red.: Zeitrahmen ... ‚sans délai‘ unverzüglich], la „non-violence“ [anm.d.Red.: Gewaltlosigkeit] usw. Bei den Danprüfungen (ich bin seit fast 15 Jahren in den Jurys tätig für die erste

und zweite Dan-Prüfung), wird vor allem die technische Konstruktion mit ihren drei Phasen und das Prinzip der Integrität bewertet. Wichtig ist nicht das theoretische Wissen, sondern das Erkennen und Umsetzen der Prinzipien beim Üben. Es gibt sehr viele unterschiedliche Stile und Schulen auf der Welt, der gemeinsame Nenner sind die Techniken (Shihonage, Ikyo et cetra) und die Prinzipien in deren Respekt sie ausgeführt werden.

‡ *Du erwähnest den martialischen Aspekt – ist Aikido eine Kampfkunst?*

Ja ganz klar, das ist genau der richtige Begriff. Kampfsport wäre weniger treffend gewesen. Morihei Ueshiba, sein Begründer, war sogar ein richtiger Krieger. Er hat die Prinzipien verschiedener Kampfsportarten studiert und weiterentwickelt. Bei Ueshiba war die spirituelle Erfahrung auch sehr im Vordergrund, sie war sogar momentan noch ausgeprägter als das Üben selbst. Alle Aikido Bewegungen entstehen

aus einem Angriff (z. B. das Handgelenk des Partners greifen) und dem „Verteidigen“: die Bewegung umzuleiten und zu dominieren. Es ist kein Kampf, sondern ein ritualisierter Ablauf, der ermöglicht, körperliche und geistige Qualitäten zu entwickeln und zu verfeinern. Wenn man wirklich aufmerksam und mit Intelligenz übt, hat man gute Voraussetzungen im Leben, in allen Situationen die „Kampf“ im weitesten Sinne implizieren, seine Mitte zu halten. Doch leider ist man als Schüler häufig nicht wirklich präsent, und oft lässt man auch seine Intelligenz draußen in der Umkleidekabine. Es geht nicht nur darum etwas nachzumachen sondern es zu verstehen, die Prinzipien zu verinnerlichen und anzuwenden.

‡ *Da klinkt wieder die Frustration deiner eigenen Lehrertätigkeit heraus? Was außer dem eben Gesagten störte dich noch?*

Ich finde es störend, wenn man total in einem System eingeschlossen ist, in einer Form zum Beispiel. In Frankreich gibt es eine Unmenge von Stilen, wie auch in Deutschland. Christian Tissier könnte man als direkten Yamaguchi-Schüler bezeichnen, genau wie Franck Noël und weiter entfernt Patrick Benezi. Auch Gerd Walter in Deutschland hatte zeitweilig bei Yamaguchi trainiert. Jeder interpretiert das Gelernte anders und entwickelt sich weiter. Stile oder Schulen entstehen. Und leider

*Auf alle Fälle ... einen **Wohnort** ...
& eine gute **Aikidoschule** ...*



... während des Wochenend-Stage in Vincennes geleitet von P. Bénézi –
Januar 2014 (C) Photo : Horst Schwickerath, www.aikidojournal.de.

häufig ein Elitesystem. Es ist natürlich sehr wichtig als Schüler, sich zu identifizieren, einer Gruppe anzugehören, einem Lehrer oder Meister zu folgen. Der Lehrer hat meiner Meinung aber die Aufgabe, Offenheit in seinen Schülern anzuregen. Neugier ist die beste Grundlage zum Lernen! Aber manche Lehrer produzieren ein exklusives System, die anderen Lehrer oder Style werden degradiert. Es kann sogar vorkommen, dass die Schüler vernachlässigt werden von ihrem Lehrer, weil sie woanders einen Lehrgang gemacht haben. Ich finde das sehr schade und kontraproduzierend. Aikido ist ein Weg, und manchmal muss man auch neue Routen aufsuchen und explorieren. Ein Schüler ist nicht Instrument oder Eigentum des Lehrers, man kann treu seinem Lehrer sein und gleichzeitig auch andere Lehrweisen und –style anerkennen.

Aber es sind nicht nur die Lehrer, die so ein exklusives System produzieren. Viele Schüler sind borniert. Sie meinen, dass ihre Schule die beste ist und trainieren immer auf die gleiche Weise, ohne sich darüber bewusst zu sein oder einen anderen persönlichen Gewinn daraus ziehen. Meistens wird dann blockiert oder die vorgeschlagene Übung entfremdet. Ein solches Verhalten erlaubt nicht die wirkliche Begegnung zwischen Tori oder Uke. Der Sinn des Übens ist doch das Ausprobieren, das Hinterfragen und spätere Verstehen der Bewegung. Manchmal muss man sich auf die Hypothesen einlassen um zu verstehen. Arbeits-hypothesen zurückweisen ohne sie zu experimentieren, das nenne ich borniert.

*! ... jetzt bin ich aber auch neugierig –
ich hoffe, dass ich dir nicht zu nahe trete
– von was lebst du in La France?*

Ich bin heute stellvertretende Direktorin in der Behindertenarbeit. Ich leite über 65 Angestellte, die sich um geistig und oft mehrfach schwerstbehinderte Kinder und Jugendliche kümmern. Ich hatte einige Jahre neben der Arbeit in Frankreich noch studiert (ich war Ergotherapeutin und Sozialarbeiterin von der deutschen Ausbildung) um einen höheren Universitätsabschluss zu erreichen, und seit über zehn Jahren arbeite ich in Leitungsfunktionen.

*! Das hört sich für mich wie ein Schritt
„auf Dauer“ an – sprich, du wirst weiter
in La France bleiben?*

Im Moment ist mein Leben hier installiert, vor allem wohne ich nur 2 km vom Dojo entfernt und ich kann mir noch nicht vorstellen, diese Qualität des Übens loszulassen. Christian Tissier wird älter und kommt weniger oft zum Unterrichten ins Dojo, seine Ushideshi übernehmen die Stunden und entwickeln ihre eigenen Bewegungen mehr und mehr. Das Pariser Leben ist sehr anstrengend und die Lebensqualität weniger gut als in Deutschland. Ich kann mir schon vorstellen, mich irgendwann zum Beispiel in Berlin niederzulassen. Auf alle Fälle ist es für mich nicht vorstellbar, einen Wohnort zu erwähnen ohne eine gute Aikidoschule ...

*! ... wie kamst du dazu, in der Jury für
die Dane mitzuarbeiten?*

1996 habe ich an der „Ecole des cadres“ teilgenommen, diese Lehrerausbildung ist ein internes Lehrprogramm des Verbandes um Aikido zu unterrichten. 1998 habe ich das staatliche Diplom bestanden (BEES), und die dritte Danprüfung vor dem französischen Komitee (Jury d'examens). Die „Ecole des cadres“ war von Bernard Palmier geleitet, er war gleichzeitig DTR Ile de France (technischer Direktor der größten Region Frankreichs, der Ile de France). Der DTR kann dem Präsidenten des Verbandes, der zur Aufgabe

hat die Danprüfungen zu organisieren, Kandidaten für die Jury vorschlagen. Die Bedingungen um in der Jury zu wirken sind erstens, das staatliche Lehreddiplom vorzuweisen, und zweitens mindestens dritter Dan zu sein. Michel HAUMON, der damalige Präsident der Ile de France, kannte mich auch, da ich an allen Lehrgängen seiner Region teilnahm, Bernard PALMIER, prinzipieller Lehrer dieser Lehrgänge, nahm mich häufig nach vorne um die Übungen zu demonstrieren. Bernard hatte mich also vorgeschlagen und dieser Vorschlag ist sofort angenommen worden. Ich war, glaube ich, die erste Frau, die an dem Prüfungskomitee teilnahm und auch heute bin ich häufig die einzige Vertretung des weiblichen Geschlechtes in den Jurys.

‡ *Die eigene Wahrnehmung und Selbsteinschätzung hat so viele Gesichter wie es Aikidoka gibt. Du erwähnst zum Beispiel Borniertheit, während des Interviews mit Patrick fielen noch andere Attribute. Man kann sicherlich, ohne sich zu irren, dem Menschen unreaale Wahrnehmungen zuschreiben – im Aikido wie im täglichen Leben. Hast du eine Idee woran das liegt?*

Ich glaube nicht, dass es hier um unreaale Wahrnehmungen geht, es sei denn wir sprechen über psychiatrische Fälle oder Wahrnehmungstäuschungen. Als erwachsener Mensch kann man davon ausgehen, dass das Wahrnehmungssystem ausgereift ist und uns ermöglicht, Lernprozesse zu integrie-

ren, die vom Erlernungsobjekt oder –ziel abhängen. Am Anfang benötigt dieser Prozess sehr viel Konzentration, die Wahrnehmungskanäle werden spezialisiert und verfeinert, Konnexionen unter ihnen werden geschlossen. Der Anfänger zum Beispiel schaut zuerst auf seine Hände um seinen Griff bei Kotegashi zu kontrollieren, oder sagt sich innerlich die Schritte vor, während sein Körper sie ausführt (irimi + tenkan = taisabaki). Die ersten Jahre sind mit sehr viel Aufmerksamkeit verbunden. Im Laufe der Zeit lässt diese dann aber nach und man beschränkt sich auf bestimmte Punkte beim Lernen. Der Schüler meint, die Lernziele erreicht zu haben und hat auch meistens Prüfungen absolviert (kyu oder Dan), die er als ein Beweis seines Niveaus ansieht. Er ist dann einfach nicht mehr so aufmerksam und hat häufig eine zu hohe Selbsteinschätzung. Der Schüler stellt sich nicht in Frage, oder nur in Gebieten, die ihn nicht zu sehr aus seinen internalisierten und sehr persönlichen Konzepten herausbringen.

Ein wirklicher Lernprozess aber bedeutet, immer so zu üben, als wäre es das erste Mal, – mit dem Unterschied, das Erlernte nicht zu vergessen sondern in die Lernproposition einzuflechten. Man muss sich ständig in Frage stellen, im Aikido wie im übrigen Leben. Häufig ist das aber zu anstrengend, und deshalb lässt man sich dazu hinführen, was Du als unreaale Wahrnehmung beschreibst. Der Schüler schaut nicht so genau hin, was da vorne vorgemacht

wird und überhört die mündlichen Erklärungen. Er entwickelt sich nicht mehr oder nur sehr langsam.

‡ *Fehlt dem Aikido der Kampf?*

Ja, das ist eine Frage, die man sich stellen kann. Was bedeutet Kampf in einer Disziplin wie Aikido? Den Prinzipien nach, besteht die Aktion des Aikidokas im Umleiten der Energie des Angreifers: Durch seine hohe technische und mentale Qualität sollte Tori die Möglichkeit haben, den Partner zu kontrollieren, zu verletzen oder zu töten. Die letzten beiden Lösungen entsprechen aber nicht der philosophischen oder mentalen Einstellung des Aikidokas. Diese Möglichkeiten müssten aber theoretisch praktikierbar sein, denn nur wenn er die Situation völlig kontrolliert, ist das „Ausweichen“ oder Umleiten eine bewusst entschiedene Aktion. Der Aikidoka ist pazifistisch, weil er die Wahl hat. Aikido ist eine Kampfkunst, weil das Ziel des Verletzens und Tötens als Möglichkeit existiert, auch wenn es nicht umgesetzt wird.

Wenn der Lehrer diese Etappen aus dem Unterrichten völlig herausnimmt, ist man nicht mehr in einem Kampfkunstsystem. Die Wachheit schwächt ab, die Techniken ähneln einem hohlen Nachmachen, sie haben an Lebendigkeit verloren. Das kann man von außen her sehen. Aikido wird dann häufig mit Tanz oder einer Choreographie verglichen. Das ist auch kein Problem, aber man sollte dann nicht von Aikido sprechen oder zumindest seine

*Möchten Sie gerne mehr lesen – wir veräußern das AJ:
https://www.aikidojournal.eu/Deutsche_Ausgabe/2015/*