



Wolfgang Sambrowsky-Gille

Zen- und Aikidolehrer

Bremen, eine Stadt im Norden. Dort habe ich viele schöne Erinnerungen an den früheren Besitz einer Teefirma und etwas Schwermut, da sie vor nun mehr als 30 Jahren den Besitzer gewechselt hatte. Genau dorthin führte die Reise, als das 50-jährige Jubiläum des Aikido in Deutschland von Meister Asai bereits in der Vergangenheit lag.

Als Wegbegleiter auf der Fahrt dienten vielerlei Hörbücher, aber auch die Musik durfte nicht fehlen. Gibt man sich ihr hin, bietet sich allerhand Gelegenheit für neue Denkanstöße. Die gegenwärtigen Gedanken bekommen neue Farben und setzen so ihre gesamte Gestalt in eine neue Szene. Genau betrachtet begleitet sie jeden Menschen seit Beginn seiner Zeit, denn bereits in utero empfängt das werdende Kind Wellen von Vater und Mutter, die eine lange Zeit an seiner Seite bleiben werden. So manches Schlaflied hat darüber hinaus auch unlösbare Blockaden niedergestreckt. ... und die Fähigkeiten mehren sich ja oft mit dem Alter ...

Da Oldenburg nicht allzu weit entfernt ist von Bremen, habe ich nach den Ostertagen einen Termin mit Wolfgang Sambrowsky-Gille vereinbart.

Am späten Nachmittag traf ich in Oldenburg an der mir genannten Dojo-Adresse in der Lindenstraße 11 ein. Mein unsachgemäßes Parken in der Lindenstraße rief eine ältere Dame auf den Plan, die mich wegen meines Verstoßes (ich hatte das Parkverbotsschild wirklich nicht gesehen) vor der

potentiellen Polizeiarbeit warnte. Als mich die Dame nach meinem Begehren in der Lindenstraße fragte, kam nach meiner Erklärung von ihr: „Aber das ist doch hier im Hof, fahren sie dort hinein ...“ Ich hatte trotz Brille das Parkverbotsschild wie auch die Einfahrt nicht erkannt. Zu meiner Entschuldigung muss ich anführen, dass sich das Dojo mit seiner Einfahrt eher unscheinbar in der Lindenstraße ausnimmt – es liegt zurückgesetzt hinter der Häuserflucht und das Werbeschild kommt auch nicht plakativ zur Geltung. Wie mir später klar wird, ist es nicht nur ein „unscheinbares“, sondern auch ein „andersartiges“ Dojo. Auf dem kleinen Parkplatz vor dem Dojo werde ich kurz darauf von Wolfgang abgeholt und in die Räume des Dojo geführt, wo mich nun auch seine Frau Maria begrüßt.

[...]

Wir hatten eine Stunde für unser Gespräch eingeplant, so ist Wolfgangs Antwort auf meine erste Frage, ob er ein gebürtiger Oldenburger sei: »Nein« – er sei durch sein Studium der Sozialwissenschaften nach Oldenburg gekommen.

Mit Aikido kam er durch sein Studium in Kontakt – im Wintersemester 1974 lief an der Universität ein Projekt über Körpererfahrung und Sinneswahrnehmung, was von Rudolf zur Lippe geleitet wurde. Auf Anraten von Graf Dürkheim hat zur Lippe Gerd [Gerhard] Walter gerufen. Gerhard zeigte zwei Wochen sein Aikido. Seitdem ist

Wolfgang Aikidoka und mit Gerhard in Kontakt. Graf Dürkheim hatte früh Kontakt mit Noro. Gerhard Walter wurde von Noro zu Dürkheim geschickt [zu den näheren Hintergründen werde ich demnächst ein Gespräch mit Gerhard Walter führen] – so landete Gerhard in Oldenburg ...

Das Körpererfahrungs-Projekt lief für meine Begriffe ungewöhnlich lange, eben über neun Semester. Schnell wurde Wolfgang vom »Aikidofieber« gepackt und reiste auch des Öfteren nach Berlin, denn Gerhard hatte schon früh das erste private [zeitgleich mit Meister Asai] eigene Aikido-Dojo in der Stromstraße in Berlin [das erste Aikido-Dojo Deutschlands hatte Gerhard mit Joachim Penop in Hamburg].

Es war unweigerlich, dass Wolfgang Meister Asai dort kennen lernte und im Aikido-Reiserausch auch Tada und Noro Sensei. Aber auch Aikidoka wie Klaus Gregor und Rüdiger Keller, die damals noch in Berlin lebten. So nutzte Wolfgang auch alle Möglichkeiten, um zu Gerhard, Asai, Tada oder Noro zu fahren. Es wurde keine Gelegenheit ausgelassen, so betont Wolfgang ...

Aber auch Wolfgang war aktiv und begann in jungen Aikidojahren zunächst an der Uni Oldenburg Aikido zu unterrichten. Dann, durch den Kontakt zu Rudolf zur Lippe, der außerhalb Oldenburgs bei einer Frau von Witzleben auf einem Gut bei Hude wohnte, in dem es einen Tanzsaal von einer Klosterschänke gab, auch dort. Denn sie

... sich auf den **Partner** einlassen ist
wichtiger als jeder **Technik**...

durften dort hinein eine Matte legen – so konnte er seine Aikidogruppe ausbauen und an drei Tagen im Tanzsaal und an den restlichen Tagen der Woche an der Uni ein Training anbieten.

Aber schon während seines Studiums erkannte Wolfgang, dass das »Studium um und für den Menschen« für seine Vorstellung nicht beinhaltete, was sozial sein sollte. Ja es ging für ihn geradezu am Menschen vorbei, denn von Semester zu Semester kümmerten sie sich um Statistiken. So lag die Entscheidung, nach dem Studium weiterhin Aikido »zu machen«, auf der Hand ...

Aus dem »Aikido-Verein« würde ab 1980 eine Aikido-Schule in der zu Beginn beschriebenen Lindenstraße. Es war wohl ein Zufall, dass die Räumlichkeiten frei waren, denn sie beherbergten zuvor eine Schreinerei – so musste aus der Aikido-Truppe niemand mehr nach Hude oder an die Uni fahren. Verbandsmäßig war er im Aikikai Deutschland organisiert, was sich aber nach der Trennung von Meister

Bremen, was eben verkehrsgünstiger angebunden ist als Oldenburg.

Wolfgang ist ein professioneller Zen- und Aikidolehrer, der um fünf Uhr morgens Zazen anbietet, was er mit einer Aikidostunde von acht bis neun Uhr ausklingen lässt. An den meisten



Wolfgang Sambrowsky-Gille – Fotos: (C) April 2015 von Horst Schwickerath – www.aikidojournal.de

Tagen beginnt das Abend-Training um 18 Uhr. So können Wolfgang und Maria auch ihre Kinder in diesen Lebenszyklus integrieren – egal ob das zur Kindergarten- Schul- oder zur Mittagzeit ist ...

Die Kinder sind nicht so leidenschaftlich im Aikido involviert, obwohl Wolfgang mit seinem jüngeren Sohn einige Jahre eine Mischung aus Aikido, Ju-Jjutsu und Karate machte – was aber jetzt, seit er in Flensburg studiert, naturgemäß verebbt ist.

In jungen Jahren tummelten die Kin-

der sich natürlich, wie alle Kinder, auf der Matte. Dadurch, dass Maria als Lehrerin tätig war, konnte Wolfgang Haus- und Erziehungsmann sein. So hat er die Kinder nicht nur vom Kindergarten abgeholt, er stellte seine „hausmännlichen“ Fähigkeiten auch in der Küche unter Beweis ... Maria und Wolfgang ist es auch wichtig, dass sie in einem Stadtteil leben, der sehr viel für das Auge bietet – ähnlich wie hier um das Dojo herum – nicht unmittelbar nur Hauswände und Beton, sondern ein Blick auf Bäume und Pflanzen. Sie sehen darin Parallelen zu dem Weg des Aiki – der nicht nur zweimal in der Woche, sondern täglich gelebt und geübt werden muss, in Verbindung stehen mit anderen Menschen.

[...]

Wolfgang erklärt mir, dass die meditativen Momente des Aikidos und das sich auf den Partner einlassen wichtiger sind als eine Technik, dass es aber ohne die Technik kein Aikido gibt. Trotzdem muss und sollte der Mensch im Mittelpunkt, eben vor der Aikido-Technik stehen. Insofern, so nehme ich an, hat sich der Einfluss des Studiums der Sozialwissenschaften »in Wolfgang« etabliert. Es kommt auf die Kommunikation und das Miteinander an. Auch übt er ganz normal mit Ken, Jo und Tanto, weil dies die Elemente waren, die Morihei Ueshiba als Grundlage zu der Entwicklung seines Aikidos dienten. So ist es für Wolfgang eine Selbstverständlichkeit die Waffen in das Training einfließen zu lassen, zu-

... ohne die **Technik** gibt es
kein **Aikido** ...

Asai1987/88 in den BDAS [Bund deutscher Aikido Schulen] wandelte.

Da Rüdiger Keller nach Bremen zog, wurde aus der frühen Berliner Bekanntschaft eine intensivere Zusammenarbeit. Sofort organisierten sie gemeinsame Kurse, hauptsächlich in



mal durch den Stock oder das Schwert jeder nicht nur seine Arme verlängern, sondern seinen gesamten Wirkungskreis verändern und vergrößern kann – eine Potenzierung des eigenen Raumes entsteht ...

»Rüdiger und ich arbeiten oft mit Waffen zusammen«, erklärt mir Wolfgang. Weiter schwärmt Wolfgang von einem letzten Lehrgang mit Gerhard Walter, da es diesem während des Lehrgangs gelungen sei auch ohne Waffen eine Vergrößerung des ihn umgebenden Raumes darzustellen, um so seinen

Angriffsfläche buchstäblich zu verkleinern.

[..]

‡ Was bedeutet Aikido für dich?

W. S.: Aikido hat starke kommunikative Elemente. Aikido ist in unserer Zeit ein wichtiges Element geworden, das vielmehr von uns beachtet werden muss.

‡ Wie meinst du das mit der Zeit?

W. S.: In unserer Welt hat man keine Zeit mehr, wir müssen effektiv und zeitlos sein. Deshalb ist es wichtig, dass wir wieder lernen müssen »uns Zeit für uns zu nehmen« – allein schon um Krankheiten zu verhindern. Im täglichen Leben stehen wir unter einem Zeitdiktat – es wird immer wichtiger, dass wir dieses Manko umkehren. Teilweise beginnt man in Firmen diesen Aspekt mehr Aufmerksamkeit entgegenzubringen, was dazu führen kann, dass Aikido in Firmen angeboten wird – leider aber ist dieses viel zu selten. [...]

‡ Da fällt mir ein schöner Satz einer Afrikanerin gegenüber einem Kölner Psychologen ein: Ihr habt die Uhren, wir – die Afrikaner – haben die Zeit. Du bewegst dich fast ganztätig im Aikido, folglich ist dein Eintritt in ein Training nicht vergleichbar mit dem von jemandem, der nach einem Arbeitstag dein Dojo betritt ...

» ... genau da ist wieder der Faktor Zeit«, sagt mir Wolfgang und fährt fort, »der Mensch wird in und während seiner Arbeitszeit zu sehr ausgelastet, ohne die Interaktion des Aikido sei es fast nicht möglich, sich für den nächsten Arbeitstag zu präparieren. Es sei absehbar, wann der Mensch ohne Regeneration in dieser Mühle Schaden nehme. Die Wertigkeit des Menschen verliere sich, obwohl er es sei, der für die Firma eine Wertigkeit schaffe.

Fortsetzung auf S. 23 ➔

Nacktfest (hadaka matsuri)

Jeder gegen jeden

Nackt n Fluss begeben sich mehrere tausend männliche Teilnehmer, nur mit fundoshi bekleidet, in die Haupthalle des Tempels. Hier werden um Mitternacht einige Glücksbringer (in diesem Fall simple Bündel aus

20 cm langen Holzstäben), von einem Priester aus vier Meter Höhe in die Menge gewer schließlich einen Glückbringer erfolgreich in seinen Besitz gebracht hat, soll angeblich das ganze Jahr über Glück haben. 



B.P. 60027
F-07260 Joyeuse

Telefon NEU
+ 33-(0)987 886 458

E-Mail:
abo@aikidojournal.de

www.aikidojournal.de
www.aikidojournal.eu

Geschenkabonnement

Ja, ich möchte einem/r Aikidofreund/in eine Freude machen und schenke ihm/r ein Abonnement des AJs für mind. ein Jahr zum Preis von € 47.- (**der Abrechnungszeitraum endet mit Ausgabe Nr. 4 im September, jährlich**).

Das Abonnement endet automatisch nach diesem Zeitraum, wenn es nicht verlängert wird.

Das Abonnement erhält:

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Die Rechnung geht an:

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Datum, Unterschrift, Telefon

Lieferung nur gegen Vorausrechnung oder Bankeinzugsermächtigung (umseitig).

Bitte
frankieren



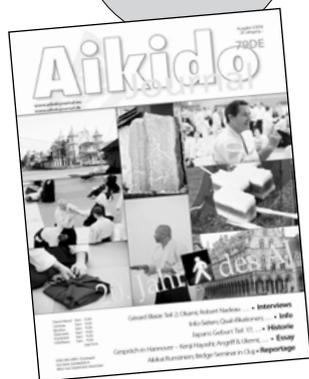
B. P. 60027

F – 07260 Joyeuse

Verschenken Sie das AJ

Machen Sie Freunden, Verwandten oder Kollegen eine ganz besondere Freude – mit einem Abonnement des AJ ...

www.aikidojournal.eu/Online-Shop/
Geschenkabo_-_Abonnement_cadeau/



In der nächsten **Kolumne** schreibt Thomas Christaller über das Berührungslose werfen, das „no-touch throws“.

Bestellkarte

Ja, ich möchte das Aikidojournal im Abonnement bestellen. Ich erhalte vier Ausgaben im Jahr.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Datum, Unterschrift

Tel.-Nr., E-Mail

Abonnement ab Ausgabe Nr.:

Das Jahresabonnement mit 4 Ausgaben kostet:

Amerika/Asien	€	51/52,50
Deutschland	€	44,75
France	€	48,50
Österreich, Pays Bas etc.	€	44,75
Schweiz	€	44,75

inkl. des seit 1. Januar gültigen MwSt.-Satz
20% Reduktion für Studenten.

Kündigung bis spätestens **15. 08.**, sonst verlängert sich das Abo um ein weiteres Jahr – die Rechnung für das Folgejahr liegt der letzten, der 4. Ausgabe des Jahres, im September bei. Lieferung nur gegen Vorabrechnung oder im Lastschriftverfahren (2% Skonto nur D.-land) oder <https://www.aikidojournal.eu/Service/Abo/>:

IBAN

BIC

Unterschrift:.....

(Ich weiß, dass ich diese Bestellung innerhalb von 2 Wochen bei der Redaktion widerrufen kann.)

Bei Bestellung ohne Angaben unter Rubrik „Ausgabe Nr.“ wird automatisch die aktuelle Nummer verschickt.

Gültige Preise: www.aikidojournal.de

Aikido
Journal

B.P. 60027
F-07260 Joyeuse

Telefon NEU
+ 33-(0)987 886 458

E-Mail:
abo@aikidojournal.de

Homepage:
www.aikidojournal.de
www.aikidojournal.eu

➔ *Fortsetzung von Seite 20*

Wolfgang gibt als Beispiel Gerhard Walter an, der es nicht müde wird, zu erklären, dass der Mensch als gesamtes Menschenwesen zu betrachten ist.

W.S.: Auch mir geht es in den Projekten immer um die Körper- sowie Sinneserfahrung und veränderte Praxis, was nichts anderes heißt, als dass es immer um den gesamten Menschen geht. Man bewegt eben nie nur einen Arm, oder nur ein Bein, sondern immer der gesamte Mensch bewegt sich.

Ich vergleiche mein Aikido damit, dass es darin immer um die Interaktion zwischen den Menschen geht – eben nicht darum, eine Technik an jemandem auszuprobieren, was dieser dann gleich an mir versucht – im zweimal links und dann zweimal rechts Rhythmus. Dabei ginge das verloren, was zwischen den Menschen geschieht. Es ist äußerst wichtig, das herauszuarbeiten, was in diesen Momenten zwischen den beiden Übenden verläuft – das ist die Besonderheit – auch dem Partner die „Zeit“ dafür zu lassen, wahrzunehmen, bevor das Körpergefühl dafür verloren geht, sprich langsamer zu arbeiten – sich die Zeit zunehmen. Dazu wird bei der Immobilisation zum Beispiel der Partner nicht einfach nur am Boden fixiert, sondern durch eine leichte Massage wird ihm die Möglichkeit eröffnet, ein Körpergefühl dafür zu ermöglichen – ihm wird ein Weg zu sich selbst gezeigt, weil oftmals die Eingangsübungen nicht ausreichend sind, um wirklich als Mensch in dieser Stunde »anzukommen«, ganz da zu

sein. Dieses über eine Massage auch in die Dehnung, in die Bewegung mit hinein zu nehmen, ist wichtig, denn dadurch ist bereits ein guter, entspannter Kontakt entstanden, was ohne Massage vielleicht weniger der Fall wäre. Vor allem kann so das so wichtige Vertrauen entstehen. Der Partner kann sich auf sich selbst einlassen und den Arbeitstag verarbeiten. Dies zu vermitteln, fällt mir als professioneller Lehrer naturgemäß leichter, als wenn ich ebenfalls wie die Schüler »von der Arbeit käme« und erst einmal den Alltag hinter mir lassen müsste.

Nach unserem Gespräch kann ich mich in der regulären 18 Uhr Stunde »an früher« erinnern und diese Massagen beobachten, denn während einer längeren Periode taten wir das damals auch in den verschiedenen Dojos, in denen ich trainierte ...

‡ *Wie fließt »Zen« in das Dojo in der Lindenstraße ein?*

W.S.: [... wie aus der Pistole, antwortet Wolfgang]: »Wenn ich bewege, bewege ich – wenn ich sitze, sitze ich«. Dieser Grundsatz hat mich sofort angesprochen, bereits zu Beginn meiner



Aikido-Erfahrungen, als ich durch den Kontakt mit Gerd mit Zen in Kontakt kam. Dazu ist es wichtig, eben nicht nur in irgendeiner Form mit der Technik zu verkleben, sondern über die Technik hinaus zu gehen. Eins sein mit der Bewegung – über die Bewegung zu denken und zu sein. Frei zu sein. »Ja, das sprach mich von Anfang an, an«. »Vielleicht war ich auch deshalb präsenter als die Leute, die nicht meditieren. Andererseits konnte ich so denen davon einiges abgeben, was ich bereits umgesetzt hatte, während sie noch darüber nachdachten, wie eine Hand gehalten oder der Arm gebogen werden sollte – oder ähnlich unwichtige Nebensächlichkeiten, statt einfach nur einmal in der Bewegung sich zu bewegen«, doziert Wolfgang. Die Atmung hat eben auch einen hohen Stellenwert: Die Atmung zielt auf einen langsamen, kraftvollen und natürlichen Rhythmus. Die Konzert-

Fortsetzung auf S. 26 ➔

Deutschland

27.11.-29.11	Scharbeutz/Ostsee	Markus Hansen	Sandra Mittelstedt		waterkant@aikido-kiel.de
27.11.-29.11	München	Heinz Patt	Doris Thomassen	0176 54371204	dthomassen@online.de
28.11.-29.11	Hannover	Th. Sander	Th. Sander	0173 487 18 28	info-aikido@gmx.de
28.11.-29.11	Kelkheim/ Ffm	Dragisha Jovic, 6. Dan	Eric Steeves	+49 (0) 69 713 77790	kontakt@aikido-kelkheim.de

International

➔ Fortsetzung von Seite 23

ration während der Übung ist auf ein geschmeidiges, langsames tiefes Ausatmen gerichtet, bei der die gespannte Haltung eine große Rolle spielt. Die Ausatmung durch den Mund bewirkt einen leichten Druck, der den Bauch hinabsteigt, die inneren Organe massiert und das Gefühl für unseren Mittelpunkt (Hara, Zentrum) intensiviert.

Ein- und Ausatmung ist das Erlebnis des „in sich Ruhens“, aus dem ich in die Welt zurückkomme.

‡ *Meine Neugierde lässt mich fragen:*
»Warum suchen so wenige Aikidokas den Kontakt zum Zen, zu dem eigenen Inneren?«

W. S.: Ich nehme an, »dass wahrscheinlich viele Menschen eine Scheu vor der Meditation haben. Sich selbst „anzuschauen“ und sich selbst „auszuhalten“ ... um darüber Veränderung zu erfahren.« Dieses immer nur nach außen gerichtet zu sein und so schnell zu der Meinung zu gelangen, dass „Es“ nun bereits gelaufen ist, ist ein schwerwiegender Irrglaube. Ebenso sich abzukapseln und den Kontakt zu den anderen Menschen nur zu einem gewissen Teil zu- zulassen, ist äußerst trügerisch – eine Siegerposition sei dies nicht, auch wenn man sich scheinbar sicher fühle.

Wir müssen permanent in einer Interaktion sein – wenn man sich, wie auch der Partner sich dazu bereit erklärt, dann kann ein wunderbarer, vertrauensvoller Austausch stattfinden – oder auch nicht, wenn man blockiert oder nicht bereit ist. Bei den Vorführungen spielt das auch eine starke Rolle, was allerdings auch von der Tagesform

abhängen kann und ob ich dem Partner bei seinem »Ankommen« im Training unterstütze. Leider sieht man auch allzu oft, dass Lehrer die Partner »vorführen«, was ich persönlich als unmöglich, als Missachtung der Persönlichkeit empfinde. Es kann niemanden fördern, wenn er »vorgeführt« oder auf »Defizite« hingewiesen wird. Gegen ein solches Verhalten wehre ich mich, denn ich sehe in jeder Person erst einmal eine Persönlichkeit. Vertrauen auszubauen ist wichtiger als »sich« darzustellen.«

Zuletzt stelle ich die Frage, was Wolfgang meint, wie Osensei über Wolfgangs Aikido denken würde.

Wir sind uns einig, dass Osensei in den Anfangszeiten eher different dachte und dann sehr unterschiedliche Phasen durchlief. So kommt Wolfgang nach einigen Momenten zu seiner Antwort: »Kriegerisch wird er erst gedacht haben, dann musste er seine Familie ernähren, sich verkaufen und ich schätze, dass er ein »Rauhbein« war. Wahrscheinlich blieben auch deshalb nur wenige bei ihm. Erst später, nach dem 2. Weltkrieg, werden er und sein Charisma durch die geänderte Friedenspolitik eine größere Anhängerschaft gefunden haben.«

Ich werfe ein, dass Osensei durch seine extrem rechtspolitisch gerichtete Einstellung und die Freundschaft zu Deguchi Onisaburô und dadurch zu der Omoto-kyô-Sekte (大本教) auch schwer einschätzbar war. Wolfgang meint, »dass sich sicherlich durch die Begegnung mit der Omoto-kyô-Sekte ein starker Wandel in der geistigen Haltung von Osensei vollzogen habe. Was dann keiner mehr verstanden hat ... weil es



eben sehr spirituell wurde, man kann natürlich auch die Ohren verschließen«, sagt Wolfgang. Weiter erzählt er, »ich erinnere mich nur an das, was Asai sagte, dass das, was Osensei sagte, bei ihm zum einen Ohr herein und aus dem anderen Ohr heraus ging – was wahrscheinlich an seiner Jugend lag und er mit der Spiritualität nicht anfangen konnte.

»Wie er aber über mein Aikido urteilen würde, wird nie in Erfahrung zu bringen sein«, schließt Wolfgang. ①

