



! Ein Problem stellt sicherlich auch die Tatsache dar, dass wir selbst unserem ständigen Wandel hinterher hinken. Bis wir erfassen, dass sich ein Wandel vollzogen hat, ist dieser schon lange passé und erst jetzt können wir erkennen, dass wir vor vielleicht sieben oder acht Jahren ganz anders reagiert hätten...

Jede Tätigkeit kann einen Menschen verändern. Das kann etwas ganz Einmaliges sein wie z.B. eine Reise auf den Mond, oder etwas Alltägliches wie z.B. jeden Morgen 10 Minuten meditieren. Und insofern hat Aikido auch das Potential, einen Menschen, mich, zu verändern. Allerdings bin ich davon überzeugt, dass jeder von uns sich nur innerhalb eines bestimmten Rahmens verändern kann. Dieser Rahmen wird durch unsere Erbanlagen und unsere bisherigen Erfahrungen vorgegeben. Mit einer bestimmten Körpergröße fällt einem manches leichter und anderes schwerer, legt eine bestimmte Körperhaltung nahe, bestimmt den Blick auf die Welt. Durch die Lebensumstände und eigene Entscheidungen wählen wir immer nur eine Möglichkeit, zu der wir fähig sind. Die anderen, obwohl anfänglich ebenso möglich, verschwinden. So habe ich mich für ein Mathematikstudium entschieden und nicht für eines der Philosophie. Beides interessierte mich, aber nur eines ging.

Man kann Aikido sehr unterschiedlich üben: als Ausgleichssport, um unter netten Menschen zu sein, etwas tun,

was nicht alle tun, sich verteidigen können. Man kann es unterschiedlich intensiv üben: ab und an, einmal die Woche, mehrmals. Man kann Prüfungen ablegen, Lehrgänge besuchen, Bücher und Filme anschauen (die meisten Bücher sind ja Bilderbücher). Je nachdem wie dicht man das Aikido an sich ranlässt, verändert es auch.

Ich selber bin durch verschiedene Stadien gegangen. Es war zuerst Ausgleichssport zum Studium und Beruf, dann auch Ausprobieren, wie gut funktioniert das eigentlich und schließlich als Lebenshaltung. Die Übergänge waren fließend. Eines Tages merkte ich, Aikido bedeutet etwas anderes für mich. Beim Trainieren und insbesondere beim Training geben, wurden mir einfach andere Dinge und Aspekte wichtiger. Ich habe früher „hart“ trainiert, mir kam es auf Wirkung und Effizienz an, die einfach durch Schnelligkeit, Kraft und Konsequenz zustande kamen. Nicht umsonst hat Watanabe Sensei mich manchmal als „Rambo“ kritisiert. Meistens dann, wenn ich mich besonders toll fühlte in meinen Bewegungen, kam er bei mir vorbei und sagte „Rambo“.

Es hat Jahre, eher sogar Jahrzehnte gedauert, bis ich mich von meinem Idealbild meiner selbst im Aikido verabschiedet habe. Insofern, ja, ich habe mich durch das ständige Üben und der Bereitschaft zur Veränderung verändert. Mein Ziel war es nicht, besser, stärker, schneller zu werden, sondern

zu verstehen. Ich halte es für sehr wichtig, gute Fragen zu stellen, um qualitative Veränderungen zu bewirken und nicht nur quantitative. Aber möglicherweise hätte ich etwas sehr Vergleichbares durch eine andere Tätigkeit erreicht. Insofern glaube ich, dass Aikido eben nur ein möglicher Weg ist, durch den ich zu mir finde. Es spielten eher zufällige Ereignisse eine Rolle, warum bei mir schließlich dem Aikido diese Rolle zufiel. Aber das heißt auch, dass Aikido nicht per se positive Veränderungen bewirkt. Ich habe selber investiert, bin Risiken eingegangen, habe vieles ausprobiert.

Soweit ich die aktuelle Forschung zum Thema „Vererbung vs. Erziehung“ verstehe, wird unser individueller Rahmen von Entwicklungsmöglichkeiten von Beidem in etwa gleich stark bestimmt. Dabei stelle ich mir vor, dass meine Erbanlagen Angebote sind, die durch Erziehung vor allem in den ersten drei Lebensjahren verstärkt oder geschwächt werden. Ob ich mich später eher glücklich oder unglücklich fühle, wird da schon weitgehend festgelegt. Und so wird es auch mit vielen anderen Eigenschaften sein. Dies ist die Grunddüngung meines Lebens. Die späteren Erfahrungen, Wissen und Fertigkeiten, die ich mir aneigne, erzeugen dann eine laue Brise oder einen Sturm, die mit oder gegen diese Düngung gehen. Am Ende habe ich vielleicht nur Glück gehabt. Und zu diesem Glück gehört dann auch Aikido.

Fortsetzung, Teil 5 – AJ 74DE ■ ■ ■

