

NO. 12

The image features the text "NO. 12" in a bold, black, brush-stroke font. The letter "O" is replaced by a large red circle. Inside this red circle is a white stylized mask with black markings around the eyes and mouth. The background is a light, textured grey wash.

NO.12

Onegai shimasu

Editorial

Text: Johannes Hoffmann

Liebe Shinkidoka,

diese Ausgabe der Shinki News ist für mich in zweifacher Hinsicht Neuland. Zum einen, weil ich zusammen mit Janni den Redaktionsschreibtisch übernommen habe, denn Lukas ist in Elternzeit und steht den Rollversuchen des kleinen Levi von Anfang an bei (Ukemei kann man nicht früh genug üben). **Zum anderen widmet sich diese Ausgabe mit ihrem Schwerpunkt Daitoryu derjenigen Shinki Disziplin, die mir am wenigsten vertraut ist. Auch wenn ich auf Lehrgängen und gelegentlich auch in unserem Dojo immer wieder einzelne Techniken übe, „weiß“ ich doch sehr wenig darüber.** Deshalb freue ich mich sehr, dass mein Kopf in dieser Ausgabe Futter bekommt.

Danijel Rolli skizziert in seinem Hauptartikel die Entstehung des Daitoryu Aiki Jujutsu bis hin zu unserer Bokuyokan-Stilrichtung heute. Matthias Becker nimmt uns mit auf seinen persönlichen Weg zum Daitoryu. Ergänzt werden die beiden Artikel durch zehn kurze Statements aus den Dojos in Oberkessach, Edingen und München und eine kleine Gegenüberstellung von Begriffen im Aikido und Daitoty. Den Abschluss des Schwerpunktes bildet der Bericht vom Daitoryu Lehrgang in Landau.

Außerdem in dieser Ausgabe: weitere Lehrgangsberichte (Jahreswende-Lehrgang Oberkessach, Dan-Lehrgang Edingen), drei Dan-Aufsätze (von Gunnar Clausen, Svenja Clausen und Marius Trzaski) und natürlich Senseis Rundbrief.

Ich wünsche im Namen des Shinki News Teams anregende Lektüre, die das Training auf der Matte zwar nicht ersetzen kann, aber vielleicht Lust genau darauf macht.

Johannes

Inhalt

Shinki News No. 12 / Juni 2018

SHINKI NEWS

Seite 04 / **Soke hat das Wort** (M. D. Nakajima)

Seite 08 / **Daitoryu Aiki Jujutsu Bokuyokan**
(Danijel Rolli)

Seite 16 / **Daitoryu ist Aikido für die Telefonzelle**
(Matthias Becker)

Seite 18 / **Mitgliederstimmen**

Seite 24 / **Dan-Aufsätze**

Seite 31 / **Lehrgangsberichte**

Seite 42 / **Graduierungen** (15. Februar – 14. Mai 2018)

Seite 45 / **Lehrgänge** (2018)

Seite 47 / **Impressum**





道

Morihei Ueshiba

神

氣

神氣

Soke hat das Wort

Text: Michael Daishiro Nakajima

Im Budo wird das sogenannte „Itsuki“ (居着き) ganz negativ angesehen. Itsuki bedeutet in etwa „fest am Ort, an einer Position oder an einem Gegner usw. hängen bleiben oder kleben“. Allerdings versteht man die Wichtigkeit, Itsuki zu vermeiden, erst nach längeren Jahren der Übung. Denn zuerst lernt man die Standhaftigkeit in der Bewegung. Aber sie ist (nur) das Grundprinzip der Haltung. Der Mensch ist aber kein Baum, der fest an einem Ort stehen bleibt. Wie das Tier zunächst im Nest oder Bau bleibt, bald aber anfängt sich zu bewegen, fängt der Mensch auch an, die Umgebung kennenzulernen. Sein Aktionsbereich wird immer größer. Das gilt genauso für Budo.

Die Grundlage ist ohne Zweifel sehr wichtig. Wie der Mensch während des Kleinkindesalters idealerweise viel Liebe und Vertrauen genießen sollte, um sich später gesund und frei entwickeln zu können, sollte auch im Budo eine gute Grundlage und Bewegung angelernt werden. Ansonsten kann die spätere Entwicklung eine unsichere Sache werden. Und als Grundlage muss man Standhaftigkeit erlernen, die in der Einheit mit der Erde besteht, so wie die Bäume tiefe Wurzeln schlagen. Diese Stufe habe ich deswegen immer mit der Erde verglichen.

Aber dann muss der Budo-Mensch lernen sich zu bewegen. Ohne Bewegung ist er eine Zielscheibe für den Angriff. Diese Stufe habe ich mit dem Wasser verglichen. Es ist noch erdverbunden aber fließend. Wenn es über einen Fels fließt, dann übt es zwar Druck dagegen aus, aber weicht sofort aus. Stehendes Wasser (quasi „Itsuki“) wird mit der Zeit faulig.

Die nächste Stufe habe ich mit dem Wind verglichen. Dieser ist zwar durch die Gravitation immer noch lose mit der Erde verbunden, aber seine Beweglichkeit hat eine andere, höhere Stufe erreicht. Tamura Sensei sagte gern, man solle sich wie der Frühlingswind bewegen. Der Angreifer kann einen auf dieser Stufe nicht so leicht gefangen nehmen.

Eine noch höhere Stufe kann man mit dem Sonnenlicht vergleichen. Es ist nicht mehr unbedingt erdgebunden. Es ist über die Erde (symbolisch Angriff) erhaben. Es kann ein starker Strahl sein, aber grundsätzlich erhellt und wärmt es die Erde. Zu dieser Stufe sind wir buchstäblich lichtjahreweit entfernt. Aber das ist unser Ziel.

Wenn wir durch die Kampfkunst den Weg vertiefen wollen, dann müssen wir uns darin schulen und bis an die Grenzen unserer Möglichkeit entfalten. Sonst ist man ein fauler Kämpfer. Und die Kampfkunst muss effektiv sein, wenn sie Kampfkunst sein will. Dies bedeutet aber nicht, dass man nach Unbesiegbarkeit streben sollte. Wenn man so denkt, ist man von anderen Menschen abhängig. Ich möchte stärker sein als Das ist ein sehr niedriges Niveau. Das ist auch eine Art „Itsuki“. Selbst wenn man irgendwann weltbester Kämpfer sein sollte – die körperliche Kraft geht dennoch eines Tages verloren. Wenn man alt und wacklig wird und letzten Endes verwest, dann spätestens weiß man selber oder wissen die anderen, dass all das vollkommen vergänglich ist. Die eigentliche Frage bleibt: was Gutes hast du in deinem Leben geleistet? Dann kannst du hoffentlich von dir sagen: Ich habe frei wie das Licht andere Menschen erhellt und gewärmt. Es ist die Frage des Geistes und nicht die der Stärke, der Kampfkunst oder eben des Leibes.

Bemerkungen

Shinki Toho – Onigote:

Inzwischen haben wir in Oberkessach zwei neue Paar Onigote. Einer ist japanische Standardgröße und der andere gehört Nicolas und ist etwas größer (ein größerer Faustteil und 2 cm längere Armteile). Auch Helmut hat diese probiert, und sie passen ihm gut. In Zukunft kann ich etwa einschätzen, für wen ich welche Größe bestellen sollte. Wenn jemand ein ganz präzise passendes Paar bestellen möchte, müssen wir uns wieder an Shobudo in Tokyo wenden. Auch dünne Handschuhe, die man in den Onigote trägt, haben wir ausprobiert. Das passt auch gut, weil es sie in drei verschiedenen Größen gibt. Außerdem sind sie elastisch. Ich selbst trage die kleine Größe, so kann jeder in etwa einschätzen, was er tragen sollte.

Für die Onigote verwendet der Handwerker in Osaka Shika-Hirschleder, da man Wasserbüffelleder nicht mehr importieren kann. Das ist auch ökologisch besser, weil die Zahl der Shika ohnehin in Grenzen gehalten werden muss, während der Wasserbüffel unter Artenschutz steht. Allerdings ist der Preis des Hirschleders etwas gestiegen. Bei der

Bestellung der Onigote lassen wir jedesmal den aktuellen Preis voraus berechnen. Momentan würde die Normalversion alles inklusive ca. 1600 Euro, und die größere Version ca. 1850 Euro betragen, weil der Zoll (inklusive) ca. 250 Euro kostet.

Mailverteiler:

Michael Dieterle und ich sind dabei ein besseres Mail-Verteilersystem zu probieren. Daher könnte die nächste Rundmail eine andere Form haben. Also nicht überrascht sein.

Lehrgangswünsche:

Wenn es Lehrgangswünsche für das Jahr 2019 gibt, gebt mir bitte bald Bescheid mit der Disziplinangabe (Aikido, Daitoryu oder Shinki Toho). Fest stehen der Aikido-Dan-LG in Edingen 02.-03. 02. 19 und der Daitoryu-LG in Landau 06.-07. 04. 19. Sonstige Wünsche sind bis jetzt: Weimar (Shinki Toho), Königheim (Shinki Toho), Mt. Pleasant, Weiler (Sommer-LG), Leopoldshafen (November) und Düsseldorf.



Daitoryu Aiki Jujutsu Bokuyokan

Text: Danjiel Rolli

In meinem letzten Artikel (in Shinki News Nr. 8) bin ich auf die Unterschiede und Gemeinsamkeiten von Daitoryu Aiki Jujutsu und Aikido eingegangen, sowie welche Herausforderungen und Chancen sich für die Aikido-Übenden ergeben, wenn sie zusätzlich noch das Daitoryu trainieren. In diesem Artikel möchte ich Euch den Versuch einer historischen Skizze über die Entstehung des Daitoryu Aiki Jujutsu bis hin zu unseren Bokuyokan-Stilrichtung präsentieren und am Ende des Artikel noch zwei allgemeine Ergänzungen darlegen.

Historische Skizze:

Schauen wir gemeinsam auf den Ursprung und die Entstehungsgeschichte der Kampfkunst des Daitoryu Aiki Jujutsu als solches, so müssen wir aus historischer Perspektive, wie so häufig, feststellen: Tief ist der Brunnen der Vergangenheit, so tief, dass die Anfänge beim Hinabschauen meist nicht zu erkennen sind und so im Dunkeln und im Vagen uns verborgen bleiben müssen; uns bleiben zumeist nur mythisch-legendäre und mystifizierende Überlieferungen. So werden nach einer Überlieferung die Ursprünge des Aikijutsu schon dem japanischen Kaiser Seiwa (regierte von 858-876) zugeschrieben. Er gilt als Stammvater des für die weitere Entwicklung des Daitoryu bedeutenden Minamoto-Geschlechts und der aus ihm hervorgegangen Takeda- und Aizu-Fürstentümer.



Als der eigentliche Gründer des Aikijutsu/Aikijujutsu wird in aller Regel die aus der kaiserlichen Linie stammende heroische und für die japanische Geschichte bedeutende Gestalt Minamoto no Yoshitsune (auch Yoshimitsu, 1159-1189) betrachtet. Einer Legende nach soll er durch einen Tengu (japanische Fabelwesen/Ungeheuer, die in den Bergen wohnen; die Tengu gelten als Meister der Kampfkünste) die Kunst des Schwertkampfes erlernt haben. Als Feldherr spielte er eine bedeutende Rolle im Gempei-Krieg (1180-1185), in dem sich das Geschlecht der Minamoto in Auseinandersetzung im Kampf um die Herrschaft Japans gegen das Geschlecht der Taira durchsetzen konnte (niedergeschrieben in Heike Monogatari). In der Folge wurde Yoshitsune von seinem Bruder Minamoto no Yoritomo, obwohl er selbst die wichtigsten militärischen Siege erreicht hatte, zum Selbstmord getrieben; im Anschluss wurde Yoritomo zum ersten Shogun Japans ernannt und begründete damit das Kamakura-Shogunat (1185-1333).

In der Forschung ist man sich soweit einig, dass in der Nachfolge Yoshitsunes die Kampfkunst des Aikijutsu/Aikijujutsu innerhalb des Takeda-Zweiges, nach einer späterer Umsiedlung auch Aizu-Zweiges des Minamoto-Geschlechtes wahrscheinlich als Familiengeheimnis weiter entwickelt, ausgeformt und optimiert wurde. Das Ausüben dieses Kampfstiles war seit Beginn also nur wenigen ausgewählten Kämpfern vorbehalten. Da diese Kampfkunst somit nur den Samurai vorbehalten war, ist Daitoryu von Anfang an eng mit der Kunst des Schwertkampfes verbunden und hat viel von den Prinzipien des Schwertkampfes in sich aufgenommen. Die geheimen Kampftechniken mit bloßen Händen innerhalb des Aizu-Zweiges wiederum nannten sich wohl oshiki-uchi.

Nachdem die Stilrichtung nur jeweils wenig Auserwählten über Jahrhunderte hinweg im Geheimen überliefert wurde, war es Takeda Sokaku (1860-1943), der schon seit seinen jungen Jahren als großer Kampfkünstler angesehen wurde, der die Techniken um 1900 erstmals öffentlich unterrichtet. Somit war Takeda Sokaku der Erste, der die Kampftechniken des Takeda- und Aizu-Klans auch Außenstehenden lehrte und so zusammen mit seiner außerordentlichen Kampfkunst-Begabung zur großen Blüte und hohem Ansehen führte. Takeda Sokaku verfügte auch über eine außerordentliche Erfahrung in den Kampfkünsten und auch ihrer Anwendung. Er gilt als einer der letzten Wanderkrieger (Ronin) Japans, der häufig den Kampf und die Herausforderung suchte und so seine Fähigkeiten immer weiter entwickelte. Die Minamoto-Legende aufgreifend brachten seine Fähigkeiten ihm den Namen Aizu-han-no-ko-Tengu (= kleiner Tengu des Aizu-Klans) ein. Er lernte nicht nur die eigene Familientradition des Aikijujutsu v. a. wohl über seinen Vater Takeda Sokichi schon in jungen Jahren kennen und beherrschen, sondern erhielt auch möglicherweise Unterweisung in die geheimen Techniken des oshiki-uchi-ryu des Aizu-Klans durch Saigo Tanamo (1830-1903), der ihn zu seinem Nachfolger bestimmt haben soll. Saigo Tanamo war einer der letzten Minister und hochrangigen Samurai des Aizu-Fürstentums vor dem Ende der Shogunatszeit in Japan 1868. (Es ist aber umstritten oder noch nicht restlos geklärt, ob Saigo Tanamo überhaupt Takeda Sokaku unterrichtete und wenn ja, im welchem Umfang.) Takeda Sokaku beherrschte darüber hinaus meisterhaft die Schwertkampfstile des Ono-ha Itto-ryu und des Jikishinkage-ryu und formte aus all diesen Kampfstilen, die er beherrschte, und seinen technischen Erweiterungen das von ihm so genannte Daitoryu (Aiki) Jujutsu. Sein Daitoryu kann somit als eine Synthese aus den Techniken der familiären Kampfkunsttraditionen und seinen eigenen Erfahrungen aus weiteren Kampfkünsten, vor allem Schwertkampf-Stilrichtungen betrachtet werden.

Obwohl die Techniken des Daitoryu noch geheimnisvoll waren, die Anfänge der Kampfkunst noch geheimnisvoller, erlangte das Daitoryu durch Takeda Sokaku zu Beginn des 20. Jahrhunderts ein hohes Ansehen, welches weitere herausragende und führende Kampfkunst-Experten anzog. Unter ihnen sicher der bekannteste Ueshiba Morihei, der für viele Jahre einer der Hauptschüler Takeda Sokakus war, und der auf der Grundlage des Daitoryu und zusätzlich von Schwertprinzipien abgeleitet die Stilrichtung des Aikido begründete (aber nur zur Erinnerung: Daitoryu ist nicht der ‚rauerer‘ Ursprung des Aikido, sondern folgt seine eigenen Budo-Prinzipien).

Abschließend zu Takeda Sokaku kann man wohl festhalten, dass er sicherlich einer der einflussreichsten Kampfkünstler Japans und einer der hervorragendsten Schwertkämpfer war.





Unter den wenigen Hauptschülern, die bis zu seinem Ende bei Takeda Sokaku geblieben sind und sein Daitoryu Aikijujutsu vollkommen gelernt haben, war auch Horikawa Kodo (1895-1980). Er begann 1914 mit dem Training des Daitoryu unter Takeda Sokaku und seinem Vater Horikawa Taiso, der eine Lehrerlaubnis (Dairi-Kyoju) für das Daitoryu besaß. Kodo Horikawa blieb sein Leben lang auf Hokkaido und lehrte und verbreitete das Daitoryu und seine Techniken. Nach dem Tod von Takeda Sokaku gründete er 1950 die Kodokai-Stilrichtung des Daitoryu. **Es wird überliefert, dass Takeda Sokaku Kodo Horikawa aufgrund seiner geringer Körpergröße, er war ungefähr 1,50m groß, empfahl, dass er deshalb besonders das ‚Aiki‘ meistern müsse und unterrichtete ihn daher hauptsächlich die Aiki-Prinzipien des Daitoryu. Von daher betont das Kodokai, und in seiner Tradition stehend die Bokuyokan-Stilrichtung, mehr das Aiki-Prinzip als z.B. die Kraft beim Ausführen seiner Techniken.**

Exkurs:

Im Daitoryu gibt es unterschiedliche Formen der Techniken: Wurftechniken (nage-waza), Hebeltechniken (kansetsu-waza), Festhaltegriffe (katamae-waza und osae-waza), zum Teil auch Schlagtechniken (atemi-waza) und Würgegriffe (shime-waza). Diese Techniken könne auch im Hinblick auf die Ki-Ausführung betrachtet werden. **So gibt es im allgemeinen drei Varianten der Ausführung: die Jujutsu-Ausführung, die Aikijujutsu-Ausführung und Aiki-no-jutsu-Ausführung wobei in dieser Reihenfolge immer stärker das Aiki-Prinzip in der Technikausführung zum Tragen kommt. Ich finde alle drei Varianten gleichberechtigt, aber sieht man das Daitoryu als Ki-Budo, so sollte das Aiki-Prinzip in der Ausführung der Techniken immer stärker zum Vorschein kommen.**

Yonezawa Katsumi war einer der Hauptschüler von Horikawa Kodo. Er begegnete 1965 Horikawa Kodo zum ersten Mal und wurde sofort zu seinem Schüler, nachdem er zuvor mit Judo begonnen hatte, das er auch weiterhin verfolgte. Er gehörte dem Kodokai jahrzehntelang an, bis er 1995 vom offiziellen Nachfolger von Horikawa Kodo, Inoue Yusuke, den Shihan-Titel im Daitoryu Aiki Jujutsu Kodokai erhalten hat. **In der Folgezeit trennte sich Yonezawa Shihan aus persönlichen und auch aus weltanschaulichen Gründen vom Kodokai und gründet 1995 die Daitoryu Aiki Jujutsu Bokuyokan-Stilrichtung. Yonezawa Shihan förderte eine weitere Öffnung des Daitoryu für alle und förderte diese neue Weltoffenheit**, indem er das Daitoryu mit als einer der ersten im Ausland (USA, Deutschland etc.) unterrichtete. Auch unterstützte er, dass gerade auch Aikidokas das Daitoryu erlernen sollten, um so die Wurzeln des Aikido zu entdecken und das Aikido-Verständnis weiter vertiefen zu können (weitere Lebensdaten zu Yonezawa Katsumi siehe www.shinkiryu.de/daitoryu/de/Yonezawa.php).

Das Haupt-Dojo des Bokuyokan liegt in Muroran auf Hokkaido, Japan. Yonezawa Hiromitsu (geb. 1969), Sohn von Yonezawa Shihan, ist der aktuelle Soke (= Gesamtleiter) des Bokuyokan. So-Honbu-Cho (= Generalsekretärin) ist Yonezawa Takako, Witwe von Yonezawa Shihan. Die Bokuyokan-Stilrichtung hat zur Zeit darüber hinaus zwei große Zweige (Jun-Honbu) in den USA und in Europa. Bokuyokan-Repräsentant (Jun-Honbu-Cho) für die USA ist Tim Tung Shihan (9. Dan), Schüler von Yonezawa Shihan seit 1981, und für Europa Michael Daishiro Nakajima Shihan (9. Dan), Schüler von Yonezawa Shihan seit 1989.

Zur Förderung des Austausches untereinander sind immer wieder gemeinsame Lehrgänge geplant, der jüngste vom 25. – 27. Mai 2018 in Landau (Bericht dazu in dieser Shinki News). Weitere Informationen zur Organisation des Bokuyokan siehe www.daitoryu.de.

Persönliche Note:

Ich habe die Daitoryu Aiki Jujutsu-Stilrichtung November 1998 kennen gelernt, als ich das erste Mal einen Lehrgang von Nakajima Shihan besuchte, nachdem ich Anfang 1998 in Heidelberg mit dem Aikido begonnen hatte; somit lernte ich Yonezawa Shihan nicht mehr kennen. Von Anfang an war ich vom Daitoryu begeistert, obwohl es erstmal noch schwieriger zu verstehen war als das Aikido, v. a. das Aiki Hineinschicken und ähnliches. Um die Jahrtausendwende hatte ich das Glück mitzuerleben, wie der Versuch unternommen wurde, das Daitoryu und Aikido in einer neuen Stilrichtung zu integrieren, das zu dem damaligen Zeitpunkt Shinkiryu Aikibudo genannt wurde. **Die fließenden Bewegungen des Aikido mit der Schärfe des Daitoryu zu verbinden war ein spannendes Projekt, bei dem aber die Gefahr bestand, dass die zugrunde liegenden Prinzipien der jeweiligen Stilrichtung nur unzureichend erfasst wurden, und so wurden die beiden Stile wieder stärker einzeln gelernt und mehr getrennt. Das heutige Shinkiryu Aikibudo umfasst bekanntlich als Drei-Einheit die Stilrichtungen Itto-den Shinki Toho, Daitoryu Aiki Jujutsu Bokuyokan und Aikido Shinki Rengo.**

Zu der Zeit als ich mit dem Daitoryu begann, war auch noch Iida Hiroo Sensei vom Kodokai mit der Bokuyokan-Stilrichtung verbunden, gründete jedoch nachdem er den Shihan-Titel vom Kodokai erhalten hatte 2001 die Daitoryu Aiki Goshin Jutsu Muden Juku - Stilrichtung. Manche von uns haben ja noch besondere Erinnerungen an Iida Shihan.

2013 wurde ich zusammen mit Mathias Haaß von Nakajima Shihan zum So-Shibu-cho des Bokuyokan in Deutschland (in der Nachfolge von Duncan Underwood und Rainer Dörfler) und zum Shihandai (Stellvertreter) des Europa Jun-Honbu-cho des Bokuyokan Nakajima Shihan bis auf weiteres ernannt.

Beschreibt man die historische Entwicklung des Daitoryu seit Takeda Sokaku als einen Pfad, so könnte dieser Pfad in unserem Fall (Bokuyokan Europa und Deutschland) folgendermaßen aussehen:

- **Takeda Sokaku**
- **Horikawa Kodo**
- **Yonezawa Katsumi**
- **Michael Daishiro Nakajima**
- _____ (Dein Name)

Takeda Sokaku wird allgemein als 32. Generation des Daitoryu Aikijujtsu innerhalb der Takeda-Tradition angesehen. Wir wären demnach als Schüler Nakajima Shihans dementsprechend in der 35. Generation.



Takeda Sokaku (1860-1943)
Begründer des (modernen) Daitoryu Aikijujtsu



Horikawa Kodo (1895 - 1980)
Gründer des Daitoryu Aikijutsu Kodokai



Yonezawa Katsumi (1937 - 1998)
Gründer des Daitoryu Aiki Jujutsu Bokuyokan



Yonezawa Hiromitsu
Daitoryu Aiki Jujutsu Bokuyokan Soke



Tim Tung, Shihan (9. Dan)
Jun-Honbu-Cho (Repräsentant) USA



M. Daishiro Nakajima, Shihan (9. Dan)
Jun-Honbu-Cho (Repräsentant) Europa

Ergänzendes: Daitoryu und Aikido

In meinem letzten Artikel (in Shinki News Nr. 8) bin ich unter anderem auf die Gemeinsamkeiten und Unterschiede beim Üben von Daitoryu und Aikido eingegangen. Kurz zur Erinnerung: **gemeinsam ist ihnen, da ja das Aikido aus dem Daitoryu hervorgegangen ist, vor allem das Aiki-Prinzip beim Ausführen der Techniken, eine hohe Anzahl an gleichen Techniken, die Betonung der Weichheit, das kuzushi-Prinzip (den Angreifer aus dem Gleichgewicht bringen). Der Hauptunterschied liegt hauptsächlich in der Verwendung und Ausführung des Aiki-Prinzips (direktes Aiki in den Partner hinein beim Daitoryu gegenüber der fließenden nagashi-Ki-Prinzip im Aikido).**

Ergänzend zu den Gemeinsamkeiten kommt hinzu, dass beide Stilrichtun-

gen neben dem technischen Erlernen der Kampfkunst immer auch die Persönlichkeitsentwicklung des Übenden betont haben. **Takeda Sokaku selbst war wohl eher eine raue und wilde Persönlichkeit, der die Auseinandersetzung mit anderen suchte, aber schon Horikawas Kodokai-Stilrichtung betonte die Entwicklung hin zur Meisterschaft über das eigene Ich gepaart mit einer humanistischen Gesinnung. Weiter gestärkt wurde diese Weltanschauung durch Yonezawa Shihan und Nakajima Shihan, bei beiden zusätzlich durch den christlichen Glauben. Kontrolle und Überwindung des eigenen Ego, Mitmenschlichkeit, Mitgefühl, Aggressionslosigkeit, humanistische Werte sind auch innerhalb des Bokuyokan von zentraler Bedeutung.**

Vergleich der Begriffe von Aikido und Daitoryu (Michael Daishiro Nakajima)

Aikido	Daitoryu	Bemerkung
Im Allgemeinen		
Ki	Aiki	Oft verwendet man den Begriff „Aiki“ im Daitoryu statt nur „Ki“
Techniken		
Ikkyô	Ikkajô Kimeosae	Daitoryu Ikkajô enthält mehrere Techniken. Ikkyo ist nur ein Teil von ihnen.
Nikyô	Nikajô Kimeosae	Wie oben enthält auch Nikajô mehrere Techniken.
Sankyô	Sankajô Kimeosae	Wie oben enthält auch Sankajô mehrere Techniken.
Yonkyô	Yonkajô Kimeosae	Wie oben enthält auch Yonkajô mehrere Techniken.
Gokyô	Gokajo Kimeosae	Wie oben enthält auch Gokajô mehrere Techniken.
Angriffsarten		
Aihanmi Katatedori	Uchite dori	Die Absicht, die Innenseite des Kote des Shite zu greifen
Gyakuhanmi Katatedori	Sotote dori	Die Absicht, die Außenseite des Kote des Shite zu greifen

Prüfungstechniken

Über die Jahrhunderte hinweg wurden innerhalb des Daitoryu sicherlich hunderte von Techniken geschaffen und es gibt keinen Grund anzunehmen, dass dieser Prozeß zu seinem Ende gekommen ist. Gerade weil das Daitoryu auf (Aiki-) Prinzipien beruht, ist es möglich immer neue Techniken zu entwickeln oder zu verbessern. Und doch muss es neben diesem kreativen Prozeß von Anbeginn an auch immer eine bestimmte festgelegte Menge an gemeinsamen Techniken geben, damit eine Stilrichtung als solche erkennbar und stabil bleibt und weitergegeben werden kann. Diese sind in unserer Daitoryu-Prüfungsordnung festgelegt.

Unser aktuelles Prüfungsprogramm stammt von 2008 (abrufbar auf www.daitoryu.de). Das sind jetzt genau zehn Jahre, dass sie in Kraft getreten ist. Von allem was ich übersehen kann, muss ich feststellen, dass sich die Techniken aus dem Prüfungsprogramm noch nicht so etabliert haben, wie

es sein müsste, damit sie als gemeinsame Grundlage dienen könnten. Aus meinem Unterricht heraus weiß ich, dass es sehr schwierig ist, die Daitoryu-Techniken zu lehren und weiterzugeben. Ich unterrichte das Daitoryu seit ungefähr 2000/2001 und fühle mich sicher, wenn ich die Techniken zeige. Aber ich weiß, dass es ein langer Weg ist, gerade für den Lehrenden, da man im Daitoryu beim Vorführen der Techniken weniger „korrigieren“ kann und es beim Daitoryu häufiger als beim Aikido passieren kann, dass die Techniken anscheinend nicht „funktionieren“. Auch sich die Namen der Techniken in unserem Prüfungsprogramm zu merken, bleibt eine ständige Herausforderung. Aber ich appelliere an Euch, sich diesen Herausforderungen zu stellen, erstens weil es Spaß macht und zweitens braucht die Bokuyokan-Stilrichtung viele „Instructors“ um lebendig zu bleiben und weiter zu wachsen.

Text: Danijel Rolli, 5. Dan Dairi Kyoju
So-Shibi-cho Deutschland Daitoryu Aiki Jujutsu Bokuyoakan

Daitoryu ist Aikido für die Telefonzelle

Text: Matthias Becker

Fußball, Basketball, Turnen, Leichtathletik – seit ich denken kann, bestimmen Sport und Leistungssport mein Leben. Ich wollte schon als Kind alles ausprobieren, überall mitmachen, an meine Grenzen gehen, der Beste sein. Ich bin meinen Freunden auf den Fußballplatz gefolgt, war gefürchteter Vorstopper. Habe im Sportverein Sprints trainiert, um auf Wettkampfniveau mit den Gleichaltrigen mitzuhalten. War teilweise in drei Sportvereinen gleichzeitig Mitglied.

Der wahre Funke ist jedoch nie übergesprungen. Bis mir während meines Studiums ein guter Freund von Aikido erzählte. Er berichtete von der Vielschichtigkeit, der Kombination aus Beweglichkeit, Motorik, Kondition und Körperbeherrschung. Und machte mich neugierig: Aikido – das wollte ich auch lernen.

Der Sport hat mich von der ersten Minute gepackt. Die Vielschichtigkeit. Die körperliche Anstrengung gepaart mit philosophisch spirituellen Aspekten. Dass Aggression und Konzentration auf Entspannung und Loslassen treffen.

Mein eigener Ehrgeiz, die Freude und die Aikido-Community packten mich, so dass ich manchmal mehr als drei Mal pro Woche trainierte. Alle anderen Sportarten verloren an Reiz – ich hatte mein sportliches Zuhause gefunden.

Nach meinen ersten Gehversuchen im Sportverein Unterhaching traf ich auf einem Lehrgang auf Sensei. Von der ersten Minute an faszinierte mich seine ganz persönliche Art des Unterrichtens. Anders als bei anderen Trainern zuvor hatte ich das Gefühl, dass der Inhalt manchmal mehr als die formale Ausführung zählen darf und dass jeder Schützling die Möglichkeit bekommt, sich innerhalb eines fest gesteckten Rahmens individuell weiter zu entwickeln und seinen eigenen Stil zu finden. Sensei war als Trainer nahbar und immer offen für Gespräche und spirituelle Diskussionen. Durch ihn habe ich schließlich Daitoryu kennen – und schätzen gelernt.

Daitoryu stellt für mich eine weitere Harmonisierung der Energien dar. Ich empfinde die auf den Punkt gebrachten, sehr sparsamen Techniken als stets wiederkehrende Herausforderung. **Im Gegensatz zu den weichen und weiten Bewegungen beim Aikido, lässt dir die Daitoryu-Ausführung viel weniger Raum zur Korrektur. Binnen Millisekunden wird Dir ein Spiegel vorgehalten: Du merkst quasi schon beim ersten Schritt, ob Deine Technik funktioniert und Du Deinen Angreifer in die Blockade treibst – oder ob Du Deine Ausführung weiter perfektionieren musst.** Auch in der Historie ist über O-Sensei die Verbindung zwischen Aikido und Daitoryu verwurzelt und ich folge damit einer langen Tradition ohne mich selbst aufzugeben.

Wenn mich jemand nach dem Unterschied fragt, versuche ich immer, es mit dem Bild der Telefonzelle zu erklären: Trotz wenig Raums und eingeschränkter Bewegungsfreiheit kommst du mit den entsprechend kurzen dynamischen Techniken zum Ziel.

Selten habe ich das berühmt berüchtigte Ki so sehr gespürt wie beim Daitoryu, deshalb freue ich mich über jeden Schüler, der zu mir ins Training kommt, um seine ganz persönliche Budo-Geschichte weiter zu schreiben.



Matthias Becker
4. Dan Daitoryu / 4. Dan Aikido



Mitgliederstimmen

Edingen



Jens Dachs

1. Kyu, seit 6 Jahren Daitoryu (ausschließlich)

Warum mache ich Daitoryu?

Es ist das traditionelle Aiki-Jujutsu, das den Reiz ausmacht. Die Ursprünge des Daito Ryu sind belegt mindestens 800 bis 900 Jahre alt, voraussichtlich weit älter. Das Erlernen und die Ausübung dieser Kampfkunst waren jedoch damals nur der herrschenden Kaste und den hochrangigen Offizieren vorbehalten.

Teilzuhaben an dieser alten und ehrwürdigen Form des Kampfes ist für mich ein Privileg und eine Ehre.



Jörg Heitzler

3. Kyu, Daitoryu seit dreieinhalb Jahren

Warum mache ich Daitoryu?

Diese Frage ist sehr einfach beantwortet! **Techniken ohne viel Schnörkel, die Schärfe bei der Ausführung der Technik, der Gegensatz und die Ergänzung zum Aikido sind für mich die Gründe warum ich an Daitoryu so viel Spaß habe.**



Reiner Germann

Ich habe den 4. Kyu Daitoryu und übe es, seit es Daishi eingeführt hat.

Warum mache ich Daitoryu?

Im Aikido ist Nage auf die Assistenz von Uke angewiesen, damit bestimmte Techniken wirksam sind. In der Regel verhält sich Uke passiv und denkt in keiner Situation an Gegenwehr. Das gibt Nage leider den trügerischen Schein, seine ausgeführte Technik als wirksam und effizient erscheinen zu lassen. Die Harmonie der Bewegung wird dadurch nicht gestört, die Bewegung sieht elegant und leicht aus und erweckt den Anschein, effektiv und wirksam zu sein. Das ist in vielen Fällen ein Trugschluss. **Daitoryu ist in dieser Beziehung klarer, direkter und effektiver, da raumgreifende Ausweichbewegungen wie Tai Sabaki entfallen und ein Angriff auf kurze Distanz unmittelbar erwidert bzw. abgewehrt wird. Diese unmittelbare Reaktion lässt dem Angreifer kaum Möglichkeiten einer Gegenwehr zu. Während man im Aikido Fehler in der Technik oder Führung meistens kaschieren kann, gibt es im Daitoryu kein „zweites Mal“. Entweder eine Technik „sitzt“ oder sie funktioniert nicht.** Uke ist auch nicht passiv, sondern sucht nach Optionen, nach dem von ihm initiierten und abgewehrten Angriff seinerseits Gegenmaßnahmen zu ergreifen. Sowohl Nage als auch Uke erfahren dabei sehr schnell die Grenzen effektiven Agierens.

Aus Erfahrung kann ich sagen – Daitoryu-Uke ist ein ziemlich harter Job. Man agiert oft an den Grenzen des Erträglichen. Der Reiz für mich besteht in der Effektivität dieser Selbstverteidigung. Man muss sich auf den wesentlichen Punkt einer Verteidigungstechnik konzentrieren, die Körpermechanik verstehen lernen und flexibel auf Gegenmaßnahmen reagieren können. Ziel ist immer die Immobilisierung des Angreifers. Der Anspruch ist hoch und das Verständnis für Daitoryu erschließt sich einem erst mit der Zeit einer regelmäßigen Übung.

Wir haben zudem das Glück, dass bei Danijel Rolli als Dojoleiter die Vielfalt der Techniken und Variationen nicht mit der Prüfungsordnung endet. Danijel lehrt nicht nur dogmatisch Daitoryu nach der Prüfungsordnung, sondern schaut auch über den Tellerrand der Kampfkünste und des Kampfsportes hinaus. So gibt es immer wieder neue Impulse und neue Trainingsansätze, wirkungsvolle SV zu praktizieren.

München



Birgit Bolk

Graduierung: 3 Dan Okugi, trainiert
seit ca. 17 Jahren Daitoryu

Warum trainiere ich Daitoryu?

„Nicht ausweichen, sondern aushalten“ und sich einem starken Angriff stellen, auch wenn der Uke kräftemäßig weit überlegen ist; sich von einem starken Griff am Handgelenk nicht einschüchtern und einfangen lassen, sondern die Aufmerksamkeit in sein Zentrum lenken und immer wieder versuchen, zu entspannen, um nicht mit Kraft auf den Angriff zu antworten; dieses sind für mich sehr schwierige und wichtige Aspekte, die ich speziell beim Daitoryu lerne.

Was ist das Besondere am Daitoryu Bokuyokan?

Es ist die Richtung, die uns Sensei lehrt. Nach meiner Wahrnehmung besteht ein harmonisches Verhältnis zum Honbu Dojo in Muroran und der Gruppe von Tim Tung Shihan. Dieses zeigte sich mir beim gemeinsamen Training in Japan wie auch auf den internationalen Daitoryu Lehrgängen. Der Umgang ist respektvoll und der Wissensaustausch vielseitig.

Wie verbindet sich für Dich Aikido und Daitoryu?

Es ist eine perfekte Kombination. Im Aikido sind die Bewegungen zumeist groß und weit, wohingegen sie im Daitoryu eher klein sind und sich der Ki Einsatz auf den Anfang einer Technik konzentriert. Trotz der dadurch überwiegend direkten Würfe ist Daitoryu gleichfalls dynamisch und weich. Die Ähnlichkeit der Techniken ermöglicht neue Blickwinkel. Letztlich bietet die Synergie ein weites Spektrum an Möglichkeiten.



Michael Fries

1. Dan Daito-ryu, trainiere seit 2009 Daito-ryu
bei Matthias Becker Sensei

Warum trainiere ich Daitoryu?

Faszinierend an Daitoryu ist das „knackige“, also das Eintreten, destabilisieren und dann Technik ausführen: gerade, direkt zum Boden in den Schwerpunkt des Gegners. Für mich ist das toll weil ich sehr effizienzgetrieben bin, ich möchte ohne Umwege wie grosse Laufwege zum Ziel. Beim Daitoryu-Training ist für mich auch der Weg des Lernens ein anderer: mehr fühlen, körperlich erleben, was geht.

Was ist das Besondere am Daitoryu Bokuyokan?

Besonders ist die lange Tradition und das „Weiche und Scharfe zugleich“ (in Anlehnung an Nakajima Shihan). Den Gegner auf einen Punkt zu fixieren, die Kraft dort zu fokussieren und selbst locker zu bleiben ist sehr speziell. Dazu kommen praktische Aspekte der Anwendbarkeit durch Haltegriffe oder einen Abschluss zu finden der den Gegner weiterhin unter Kontrolle hält.

Wie verbindet sich für Dich Aikido und Daitoryu?

Daito-ryu ist die Kurzform von Aikido? Nein, diese Interpretation wäre aus meiner Sicht falsch. Für mich ergänzt sich vor allem das Verständnis der Formen und Techniken und es macht mich flexibler, beides zu üben. Interessant wird es genau an den Punkten: wo trete ich ein, wie leite ich die Energie des Gegners oder weiche ihr aus. An genau diesen Punkten macht es für mich einen Unterschied und ich genieße es, damit zu experimentieren.

München



Monika Brand
5.kyu, seit 2015 im Shinkiryu Aiki Budo

Warum trainiere ich Daitoryu?

Der Eintritt ins Shinkiryu Aiki Budo führt zwangsläufig dazu, dass man sich mit allen Disziplinen auseinandersetzt, alle drei sind Aspekte auf dem Weg „zur Verwirklichung der Einheit“. **Zuerst war da also Neugier und dann die Erkenntnis, dass Daitoryu – trotz oder gerade wegen der Vorerfahrung im Aikido – ein ganz eigener Kosmos ist, den es zu entdecken gilt.**

Was ist das Besondere am Daitoryu Bokuyokan?

Der Moment wenn man im Training mit seinem Partner dieses daitoryu-typische Vakuum hinbekommt. Diese eine Millisekunde, in der alles und nichts existiert und man das Gefühl bekommt alle Energie konzentriert sich in einem Punkt.

Wie verbindet sich für Dich Aikido und Daitoryu?

Durch die Erfahrung im Aikido war es anfänglich gar nicht so einfach beides zu verbinden. Es gibt das Sprichwort, dass man in eine volle Tasse Tee nichts mehr eingießen kann. So heißt es aktuell immer und immer wieder Tasse leeren, um Neues aufzunehmen. Mein Wunsch wäre, dass Daitoryu und Aikido sich bei mir irgendwann zu einem Fluss unterschiedlicher Bewegungsabläufe verbinden und so Alternativen darstellen, die körperlich wie geistig frei machen.



Matthias Becker
4 Dan, trainiert Daitoryu seit 1999

Warum trainiere ich Daitoryu?

Als ich Nakajima Sensei kennengelernt habe, kam ich mit Daitoryu in Kontakt. Meiner Neugierde folgend habe ich angefangen es zu trainieren und festgestellt, es scheint mir „zu liegen“. Ich empfinde dabei eine natürliche Freude und die Bewegungen fühlen sich für meinen Körper sehr stimmig an, daher erschließt sich Daitoryu für mich noch klarer über den Körper als Aikido.

Was ist das Besondere am Daitoryu Bokuyokan?

Von außen betrachtet sind es sicherlich die kurzen und prägnanten Bewegungen, das meist mit der ersten Bewegung Blockieren des Partners und es gibt unmittelbares Feedback, wie in der ersten Berührung eine Verbindung zum Partner hergestellt werden konnte. Die klare Zentrierung – sowohl auf das eigene Zentrum, wie auch die Bewegungen zum Mittelpunkt der Erde wirkt in meinen Augen noch deutlicher als bspw. im Aikido.

Wie verbindet sich für Dich Aikido und Daitoryu?

Beide Disziplinen haben für mich viel gemeinsames. Das Bewegen aus der eigenen Mitte heraus, die innere weiche Haltung mit klarem Standpunkt. Davon ausgehend, den Partner in seiner Gesamtheit wahrzunehmen und nicht nur den Körperteil, über den Kontakt hergestellt wird. **Aikido und Daitoryu sind für mich unterschiedliche Ausführungen einer identischen Idee – das Auflösen einer körperlich und energetischen Konfrontation mit dem harmonisierenden Umgang der Energie KI.**

Oberkessach



Marion Walz

Warum trainierst du Daitoryu?

Was ist das Besondere an Daitoryu Bokuyokan?

Wie verbinden sich für dich Aikido und Daitoryu?

Im Dojo in Oberkessach steht Daitoryu gleichberechtigt neben Aikido. **Anfangs mochte ich Daitoryu nicht so gerne, fand es oft zu hart und weniger zugänglich. Heute bin ich überzeugt, dass die Verbindung von beiden ein besseres Verständnis fördert.** Durch die Direktheit und Strenge des Daitoryu wird die Essenz einer Technik sehr deutlich. Oft sind es kleine Nuancen im Ablauf, in der Haltung, in einem Winkel, die einen großen Unterschied machen. Das ist im Daitoryu gut zu erkennen, weil sich die Bewegungen auf das Nötigste beschränken. In den weiten Bewegungen des Aikido leidet diese Klarheit mitunter, man wird abgelenkt und verliert sich in Weitschweifigkeit. Diese herrlich weichen Bewegungen des Aikido lassen sich durch das Spiel mit eng und weit, schnell und langsam, hoch und tief, wunderbar erforschen, wenn man das Daitoryu-Prinzip einer Technik kennt, dann zu einem Fluss unterschiedlicher Bewegungsabläufe verbinden und so Alternativen darstellen, die körperlich wie geistig frei machen.



Jens Rößler

5.Kyu, Daitoryu seit 7 Jahren

Warum trainierst du Daitoryu?

Daitoryu ist eines der drei Hauptbestandteile des Shinkiryu Aiki Budo neben Aikido und Shinki Toho. Um eine Einheit mit dem Shinkiryu zu schaffen, ist es daher unumgänglich auch Daitoryu zu beherrschen. Außerdem ist Daitoryu ja sozusagen der Vater des Aikido. Die Beherrschung des Einen, hilft beim Erlernen des Anderen.

Was ist das Besondere an Daitoryu Bokuyokan?

Dies ist schwer zu beantworten, da ich persönlich nur die von Sensei gelehrt Stilrichtung kenne. Daher fehlen mir die Vergleichsmöglichkeiten zu anderen Stilen.

Wie verbinden sich für dich Aikido und Daitoryu?

Um diese Frage zu beantworten muss man zuerst die Unterschiede hervorheben. Während bei Aikido das Ki des Angreifers ausgenutzt wird, um es in sein eigenes zu verwandeln, wird bei Daitoryu das eigene Ki dem Gegner unmittelbar entgegengeschickt. Dadurch wird das angreifende Ki blockiert. **Bei Aikido kommt also das Ki erst zum Ende der Technik zum Wirken, während bei Daitoryu direkt zu Beginn das Ki Wirkung zeigt. Dadurch lernt man in jeder Situation das Ki gezielt einzusetzen.**

Oberkessach



Michael Dieterle
3. Kyu; Daitoryu seit 5 Jahren

Warum trainierst du Daitoryu?

Daitoryu gehörte für mich von Beginn an zum regulären Dojo-Training dazu, erst mit dem späteren Lernfortschritt wurden mir die Unterschiede zu Aikido bewusst. Wenn man Daitoryu als gleichberechtigten Teil des Budo-Konzepts von Nakajima Soke begreift, hebt sich diese „strikte Trennung“ der Kampfkünste allerdings wieder teilweise auf. Für mich persönlich heißt das letztlich, dass Daitoryu ein unabdingbarer Lehrinhalt für das Studium des Shinkiryu Aikibudo ist.

Was ist das Besondere an Daitoryu Bokuyokan?

Was ich an der Lehrmethode von Nakajima Shihan in Daitoryu schätze ist, dass von Beginn an das Hauptaugenmerk auf die Wirkungsprinzipien des eigenen Ki's und das des Partners gelegt wird, statt eine einfache Mehrung der Techniken. So steht das Aiki von Anfang an im Fokus, und fließt nicht erst später (zum Beispiel ab gewissen Fortschritten in Jujutsu-Techniken) ein.

Wie verbinden sich für dich Aikido und Daitoryu?

Aikido kann anfangen wo Daitoryu aufhört, und andersherum. Das heißt nicht, dass eine der Kampfkünste limitiert ist, aber je nach Situation (Angriffsart, Mensch, Form des Konflikts, Platz etc.) kann die eine oder andere angebrachter sein.

Die Kontrolle des Partners, nicht nur durch die Führung seines Ki's, sondern auch die starke Präsenz des gleichberechtigten eigenen Ki's sind in meinen Augen Lehrhilfen im Daitoryu, die auch im Aikido-Training zu Gute kommen. Gleichzeitig finde ich die „scharfe Weichheit“ im Shinkiryu Aikido nützlich, um im Daitoryu sich weiterzuentwickeln.

A close-up photograph of a red notebook with a black cover. The notebook is open to a blank white page. A wooden pencil with a sharp lead tip is resting on the page. The text 'Dan-Aufsätze' is overlaid in the center of the page.

Dan-Aufsätze

Dan Aufsatz Gunnar Clausen

Aufsatz zum 4. Dan von: Gunnar Clausen

Mit folgendem Aufsatz möchte ich mich mit den Unterschieden, Herausforderungen und Entwicklungspotentialen in der Dynamik von der Schüler- zur Lehrerseite im Aikido beschäftigen. Zusätzlich möchte ich einen kurzen Vergleich zur Pädagogik im Schulbereich ziehen und diesen auf das allgemeine Training anwenden. Abschließend mache ich einen Vorschlag für eine mögliche Veränderung des Trainingsablaufes, bei dem die Intensität des Trainings weiterhin gewährleistet werden kann. Die hier dargestellten Ausführungen über technische und trainingsrelevante Abläufe sind für eine bessere Anschaulichkeit auf wichtige Prinzipien reduziert worden. Eine umfassende und detailreichere Darstellung dieser Abläufe würde bei weitem den Umfang dieser Arbeit überschreiten und in Bezug auf meine Fragestellung wenig zielführend sein.

Wie entsteht Entwicklung? Sei es eine Entwicklung persönlicher Art oder eine technische durch Üben auf der Matte. Wie kann das Lernen von Schülern und Lehrern auch über einen sehr langen Zeitraum weiterhin Früchte tragen und effektiv gestaltet werden, ohne durch die Wiederholung von schon bekannten Techniken in eine rein repetitive Handlung zu verfallen? Wie entsteht ein Verständnis für weiche Schärfe? Und wie kann eine günstige Atmosphäre, die dieses Lernen im Training ermöglicht, hergestellt werden?

Als Schüler beginnt die Entwicklung zunächst durch das wachsende Verständnis der Bewegungen und Techniken beim Training. Abläufe beim Aufwärmen werden wiederholt eingeübt. Darunter fallen grundlegende Übungen wie etwa das Rollen und Sabaki, sowie die korrekte Haltung und Atmung. Darüber hinaus werden erste Techniken mit überschaubaren Abläufen gezeigt, von den Schülern angeschaut, und anschließend mit einem Uke eigenständig nachgemacht. So leicht sich dieser Vorgang auch anhört, so hoch sind doch die Anforderungen hierbei. Noch nicht automatisierte Bewegungsabläufe müssen über den gesamten Körper geplant, koordiniert und ausgeführt werden. Ein Angriff vom Uke muss im richtigen Moment, mit der passenden Geschwindigkeit und Abstand aufgenommen werden. Zusätzlich muss die eigene Bewegung eine Veränderung in der Position des Ukes auslösen, sodass dieser ohne Kraftaufwand, sondern ausschließlich mittels einer kontrollierten Führung, zu Boden gebracht werden kann. Hierbei können eine Vielzahl an kleineren und größeren

Abweichungen oder Fehler auftreten, die genau diese Führung erschweren oder sogar verhindern. Die Aufgabe des Schülers ist es, nun diesen Vorgang häufig zu wiederholen, damit die gezeigte Bewegung möglichst fließend gelingt und der Uke geführt werden kann. Was motiviert den Schüler dazu diese ständige Wiederholung durchzuführen und nicht aufzugeben? Zum einen natürlich das Erleben von Effektivität in der durchgeführten Technik. **Sich gegenüber einem Angriff verteidigen zu können und dies eventuell sogar gegen jegliche Form von körperlichen Angriffen zu erreichen, stellt zunächst ein erstrebenswertes Ziel dar. Diese Effektivität kann vermeintlich schnell durch den Einsatz von Kraft entstehen. Zum anderen kann ein „zu“ harmonisches Training zwischen Uke und Nage durch zu wenig Herausforderung von Uke und zu wenig Schärfe von Nage zu einer vermeintlichen Effektivität führen, welche zumeist nach einem Tausch des Trainingspartners schnell verschwindet.**

Hier greift die Aufgabe des Lehrers, die aufnehmende und fließende, jedoch zugleich scharfe und führende, Effektivität von Aikido zu zeigen und dem Schüler zu vermitteln. Wie gelingt ihm dies? Was vermittelt ein tiefgehendes Verständnis von Begriffen wie der Mitte, dem Eintreten, dem Aufnehmen oder weicher Schärfe? Natürlich wird dies im Training wiederholt gezeigt und kann beim Betrachten vom Schüler erkannt werden. Unterstützt durch verbale Erklärungen, entweder zielgerichtet auf die wichtigen Aspekte der Bewegung im Allgemeinen oder durch spezielle Hinweise gezielt für den Schüler, erhöhen sich die Chancen ein Verständnis anzubahnen. Wie schafft es der Schüler nun dauerhaft eine intensive Trainingserfahrung zu erleben? Wodurch gelingt es ihm hingebungsvoll bis an seine Grenzen zu trainieren und auch ein Stück weit darüber hinaus, um sich selbst zu fordern und seine eigene Entwicklung zu fördern? Ist es günstiger die immer gleichen Techniken nach dem gleichen Muster zu trainieren oder doch lieber eine hohe Bandbreite an unterschiedlichen Techniken zu den grundlegenden Aspekten vermittelt zu bekommen? **Zu viele Erklärungen vermindern die Trainingszeit des Schülers und lassen ihn nicht wachsen. Zu wenig Erklärungen, und er ist auf sich alleine gestellt beim Trainieren der Techniken und wird in seiner Entwicklung stagnieren. Es muss ein ausgeglichenes Maß von beidem geben, durch welches die Schüler in ihrem Lernen bestärkt werden.**

Wie erzeugt der Lehrer von seiner Seite aus diese günstige Trainingsatmosphäre? Welche Position in Bezug zum Schüler bietet sich hier besonders an? **Die beiden Extremvarianten sind hier etwa der erhabene Lehrer, welcher nur mit ausgewählten Schülern trainiert und hauptsächlich über verbale Instruktionen lehrt, sich von den Schülern abhebt und nur die eigene Interpretation der Techniken zulässt. Sowie der Lehrer, der seine Schüler alles ausprobieren lässt und ihnen nur wenig Hinweise oder Richtungen im Training vorschreibt, um sie ihren eigenen Weg möglichst selbstständig gehen zu lassen.** Hierbei handelt es sich natürlich um plakativ dargestellte Extremvarianten von Lehrern, um das Bild zu verdeutlichen. All diese Fragen, wie und was ein Lehrer beim Aikido mittels der Techniken vermitteln sollte, stellen sich einem, sobald man in die Position eines Lehrers versetzt wird. So habe ich mir auch schon in der Zeit, als ich ausschließlich Schüler war solche Gedanken gemacht, jedoch wurden sie automatisch umfangreicher, als ich plötzlich nicht nur für meinen Fortschritt, sondern auch für den von meinen Schülern verantwortlich wurde.

Wie ist unser Verständnis eines Aikidolehrers von heute? **In den Budo-Kampfkünsten gibt es prinzipiell nur einen Lehrer, welcher alle Vorgaben das Training betreffend macht. Die Schüler haben die Möglichkeit, diese zu akzeptieren und den Vorgaben entsprechend zu trainieren oder den Meister zu verlassen und sich einen anderen Lehrer zu suchen, sofern ein anderer erreichbar ist. Heutzutage gibt es viele Wahlmöglichkeiten in den unterschiedlichsten Lebensbereichen. Diese Flexibilität ist einerseits ein großer Segen, da es diese unterschiedlichen Möglichkeiten gibt, sowie es auch ein Stück weit Dinge beliebiger macht.** Viel Zeit und Energie in Dinge investieren, entspricht etwas weniger dem momentanen Zeitgeist. Es geht vielmehr um schnellere Erfolge und sichtbare Verbesserungen. Dies gestaltet sich am Anfang beim Aikidotraining eher schwierig. Vom neuen Schüler werden ja für eine Kampfsituation untypische Dinge verlangt, wie „entspann dich“, „lass deine Arme locker“, „benutze keine Kraft“ und „versuche nicht den anderen zu zwingen“. Im ersten Moment des Kampfes möchte man doch gewinnen und den anderen besiegen, indem man stärker, schneller oder besser ist. Aikido zeigt hier einen anderen Weg und die Effektivität der Bewegung ist daher anfänglich schwerer zu verstehen, als es in anderen Budokünsten der Fall sein kann. Sollte sich ein modernes Aikidotraining diesem Zeitgeist anpassen? Wie kann die Lehre des Aikidos an die heutigen Generationen weitergegeben werden ohne dass dabei der Inhalt verwässert wird? In Schulen sind Lehrer heutzutage Lernbegleiter, welche die Schüler dazu anleiten ihren Lernfortschritt aktiv zu gestalten. **Das traditionelle Bild des Lehrers im Frontalunterricht verschwindet zunehmend aus den Klassenzimmern und verändert dadurch auch das Lernverhalten künftiger Generationen. Auch bei uns wurden mit der Gründung der Kommissionen und auch der Bildung der Shinki News neue Strukturen geschaffen, welche zukünftig**

den Werdegang des Aikidos aktiv mitgestalten und darüber informieren. Die Verantwortung einen so großen Verein zu lenken wird somit auf viele Leute verteilt und Interessierte können sich an dem Prozess beteiligen.

Dieses Prinzip wird ja schon auf Lehrgängen mittels der Uchi Deshi durchgeführt, da hier häufig allein wegen der Anzahl der Teilnehmer mehrere Lehrer für genügend Rückmeldungen notwendig sind. **Solche strukturellen Veränderungen in Kombination mit dem Perspektivwechsel von der Schüler- zur Lehrerseite könnten jedoch auch im Training einen Nutzen bringen. So könnten etwa der Lehrer einer Trainingsgruppe einen oder mehrere Assistenzlehrer für ein ganzes Training oder aber auch nur für jeweils 1 oder 2 Techniken ernennen.** Diese unterstützen den Lehrer dann jeweils bei der Kontrolle der Techniken der anderen Schüler. Einerseits erhält der Trainier hierdurch die Möglichkeit sich intensiver mit einzelnen Trainingspartnern auseinander zu setzen, da mehrere „Trainer“ bei Fragen helfen können. Zum anderen werden diese Trainerassistenten gefordert genau zu schauen wie Techniken ausgeführt werden und wie sie Hilfestellungen in Bezug auf diese Techniken geben können. Dadurch sind sie nicht nur mit ihrer eigenen Entwicklung beschäftigt, sondern auch mit der aller anderen Schüler und können an dieser mitgestalten. Durch diese neue Perspektive und die erweiterte Verantwortung, werden neue Möglichkeiten des Verständnisses und der Entwicklung ermöglicht. Der Lehrer wiederum kann genau auf die Assistenzlehrer schauen und ihnen gezielte Anweisungen geben worauf sie etwa bei sich oder anderen im Training achten müssen. Sowohl für den Wechsel der Assistenten innerhalb eines Trainings, wie auch nach den Trainingseinheiten lassen sich gute Argumente finden. Hier müsste jeder Lehrer für sich entscheiden, welches System sich am besten für das jeweilige Training eignet.



Text: Gunnar Clausen

Das Aiki-Prinzip und die spirituell-religiöse Botschaft des Aikido

Aufsatz zum 4. Dan von: Marius Trzaski

Aus der Entstehungsgeschichte des Aikidō ist bekannt, dass Morihei Ueshiba dreimal den Namen für seine Kunst wechselte. Seine Vorkriegskampfkunst nannte er zuerst Aiki-Bujutsu, zwischen 1935 und 1942 Aiki-Budō und schließlich Aikidō. Die zwei Silben, die in allen Namen vorkommen, sind das Ai und das Ki, sie bilden zusammen den Begriff Aiki. Das Aiki-Prinzip war schon im Aiki-jutsu eine Strategie, die von den Samurai-Kriegern über Jahrhunderte geübt wurde und auf dem Schlachtfeld hauptsächlich zum Sieg im Nahkampf verwendet wurde. (1) Auf diese Weise hatte das Aiki-Prinzip zunächst nichts mit einem geistigen Weg, der sich erst später entwickelte, zu tun, sondern diente primär dem praktischen Zweck, sich mit dem Ki des Angreifers zu vereinen und diesen Vorteil zum Sieg auszunutzen. (2) Moriheis Begeisterung für das Aiki-Prinzip beginnt mit der Begegnung des Takeda Soukakus und seiner modernen Kampfkunst Daitoryu Aiki Jujutsu. Hier stellt sich die Frage, wie das ursprüngliche Aiki-Prinzip funktionierte, das Morihei so angezogen hatte, und was es von den Prinzipien anderer Kampfkünste unterscheidet? Nach Stenudd pflegt eine „Grundlegende Selbstverteidigung [...] in einer Art Zweitakt zu geschehen. Zuerst wird der Angriff des Partners blockiert oder pariert, dann wird er beantwortet. Eins, zwei. Das Problem ist dabei, dass der Partner gute Chancen hat, den Konter zu blockieren und dann seinerseits erneut anzugreifen.“ (3) Diese Art Auseinandersetzung folgt noch nicht dem Prinzip des Aiki, weil es dort nicht zur Vereinigung mit der Angriffsenergie des Gegners kommt. (4) Das Aiki-Prinzip kann gut am Beispiel eines Schwertangriffs gezeigt werden: „Man muss es schaffen, gleichzeitig mit dem angreifenden Partner für seinen Hieb zu ziehen, und man muss in dem Augenblick zur Seite gleiten, da der Partner die Richtung seines Anfalls nicht länger ändern kann.“ (5) Die Gleichzeitigkeit, die ein „Eins-werden“ mit dem Angreifer voraussetzt, „kann nicht mit angespannter Wachsamkeit zustande kommen, im Gegenteil, es sind Entspannung und eine bestimmte Art Feinfühligkeit nötig. Man muss sich selbst zugunsten des Partners vergessen, man reagiert fast wie er auf die Impulse nach dessen

Willen, man ruht sozusagen in dessen Zentrum. Wenn er den Impuls zu seiner Angriffsbewegung gibt, gibt er automatisch den Impuls für die Bewegung seines Kontrahenten. Beide Bewegungen finden zur selben Zeit statt. Das wird durch Entspannung erreicht, dadurch dass man den Angriff voraussetzungslos abwartet.“ (6) Im Abwarten des Angriffs liegt der Schlüssel zum Aiki-Prinzip. Auf diese Weise entwickelte Morihei Ueshiba fast eine übernatürliche Feinfühligkeit: „Ich konzentriere mich auf mich selbst und auf Aiki. Eine Sekunde, bevor der Angreifer seinen Schlag ausführt, sehe ich einen hellen Punkt, der seine Absicht verrät. Sein Schwert folgt einer Linie, die der Punkt mir vorher zeigt. So kann ich leicht abwehren.“ (7)

Aus den bisherigen Ausführungen über Aiki wird ersichtlich, dass es sich niemals anzugreifen lohnt, denn nur der, der angreift, ist für Aiki verwundbar. Deshalb nennt Stenudd das Aiki-Prinzip die schlaueste und zugleich die ethischste Strategie. (8) Gleichzeitig fragt er sich aber auch: „Aber wenn Aiki bei solchen strategischen Schlauheiten stehen bleibt, wird Aikidō kaum mehr als ein, wenn auch noch so spitzfindiges Selbstverteidigungssystem.“ (9) Was ist es also, das Aikidō zu mehr als einer reinen Kunst der Selbstverteidigung macht? Durch Ueshibas Erfahrungen kann ein Angriff so beschrieben werden, dass der Wille oder das Ki des Angreifers noch vor dem eigentlichen Angriff in eine Richtung zeigt, eben in diese, in der der eigentliche Angriff folgen wird. Stenudd analysiert es noch genauer und sagt: „Dieser Fluss von Intention [Ki] ist die eigentliche Substanz des Angriffs, während die Technik und die Körperbewegung, welche folgen, sekundär sind sowohl in der Zeit als auch in der Bedeutung. Wenn der Intention getrotzt, wenn sie gebrochen wird, wenn dieser Fluss aufgehalten wird, kann der Konflikt nicht anders als weiterbestehen, auch wenn der Angreifer im Grunde besiegt wird.“ (10) In Aikidō wird diesem Angriffswillen (Ki -Fluss) nicht getrotzt, denn Aikidō ist im Kern „das Prinzip des Nicht-Widerstandes.“ (11)

Die Techniken des Aikidō passen sich der Angriffsbewegung immer an, sie laufen nie gegen sie. (12) So paradox es sich anhört, aber es gibt im Aikidō keinen Kampf. Ein wahrer Krieger ist nach Morihei Ueshiba unbesiegbar, weil er oder sie mit nichts den Kampf aufnimmt. Aiki bedeutet demnach den rechten Weg des Siegens, der darin besteht, sich selbst, sein eigenes Schwert zu besiegen. (13) So wandelt sich bei Ueshiba das Aiki-Prinzip immer mehr zu einem Weg der Einheit, Harmonie und des Friedens, dem wahren Weg des Aiki, Aikidō: „Kommt in Harmonie und Einigkeit zusammen. Das ist ‚Aiki‘. Ein Mensch, der versucht, die Welt in Frieden und Harmonie zu vereinen, wird der wahre Mensch genannt; Aiki ist der Weg, die Menschen von solcher Lauterkeit zu erziehen.“ (14) Für Morihei Ueshiba kommt es einzig darauf an, die Einheit mit dem Universum zu vollziehen (15), denn die „Bewegungen des Aikidō sind die Bewegungen des Universums: Sie bewirken alles ohne Widerstand.“ (16) Die Inspiration für das Vervollkommen des Aiki-Prinzips durch die Einheit zwischen Geist und Körper, Lebensenergie und kosmischer Vitalität schöpfte Morihei aus dem Studieren der Gesetze der daoistisch-shintoistischen Sekte Ōmoto-kyō:

„– Beobachte das wahre Wirken der Natur, dann wirst du das wahre Wesen Gottes verstehen.
– Beobachte das perfekte Funktionieren des Universums, dann wirst du die wahre Energie Gottes verstehen.
– Beobachte den Geist der lebenden Wesen, dann wirst du den wahren Geist Gottes verstehen.“ (17)

So können nach Ueshiba durch die Beobachtung wahrer Erscheinungen [der Natur, des Universums und des Geistes der lebenden Wesen] mit Hilfe des Aiki-Prinzips Aikidō-Techniken entwickelt werden. (18)

Der Weg des Aiki war für Ueshiba im Grunde selbst die Liebe. (20) So sprach Ueshiba mit zunehmendem Alter immer wieder von „Gott“ und der kosmisch-göttlichen Liebe, die als Ursprung des Universums alles durchdringt und vereint. (19) Hier ist es wichtig anzudeuten, dass Ueshibas shintōistisches Gottesbild sich z.B. von christlich geprägter Gottesvorstellung deutlich unterscheidet Im Japanischen gibt der Begriff „kami“, oft modern als Gott übersetzt, eine ungewöhnlich weite Kategorie ab: die Gottheiten, die das Kojiki, die älteste japanische Chronik und Mythologie, bevölkern und die verantwortlich waren für die Schöpfung der Welt; Gottheiten, von denen man denkt, sie wohnen in Personen, Orten, sogar bestimmten Arten von Handlungen.(20a)

Spirituell-religiöse Botschaft des Aikidō

Es wurde gezeigt, dass das Ausüben des Aikidō nicht nur die technische Fertigkeit im Sinne der Selbstverteidigung fördert, sondern ebenso eine spirituell-religiöse Dimension aufweist. Diese Dimension wurde bis jetzt sichtbar, indem das Aikidō als ein Weg hin zur geistigen Vervollkommnung in Verbindung mit Harmonie, Einheit, kosmisch-göttlichem Ki, Frieden, Liebe und Gott dargelegt wurde. **Und obwohl Morihei Ueshiba immer wieder betonte, dass sein Aikidō einen nicht glaubensgebundenen Charakter hat, war und ist es nicht zu leugnen, dass sein Aikidō im Kern doch eine religiöse Übung ist. (21) Aus diesem Grund erscheint es sinnvoll, sich mit der Religiosität des Aikidō-Gründers zu beschäftigen. Zuerst ist es wichtig zu klären, welcher Religion der Gründer des Aikidō überhaupt angehörte. Diese Frage ist nicht ganz einfach zu beantworten, denn seine Religion war „ein Amalgam aus schintoistischen und buddhistischen Glaubenssätzen und einer Meditationspraxis, wie sie die Omoto-Religion vertrat.“ (22)**

Nach John Stevens weist die Religion in Japan zwei breite Strömungen auf. Es ist zum einen der Zen-Buddhismus, der als kühn, direkt und streng gilt. Dort wird „physisches und intellektuelles Rüstzeug [...] auf ein absolutes Minimum beschränkt. Einsicht wird gefördert durch tiefe Selbsterkenntnis, Selbstkontrolle und Nicht-Verhaftet-Sein mit Dingen, Ideen und Ereignissen – mit einem Wort: durch buddhistische Leerheit.“ (23) Andererseits gibt es die mystische Strömung. Für sie ist das geschärfte Bewusstsein für das Heilige und Göttliche charakteristisch. In dieser Strömung spielen Offenbarung, Prophezeiungen und Schamanismus eine vordergründige Rolle. (24) Japan erlebte während des 19. und 20. Jahrhunderts eine Wiederbelebung seiner alten Religionen, und es wuchs ein „verstärktes Interesse an sowohl esoterischem (verkörpert durch Ōmotokyō) als auch exoterischem Shintō (als Staatsreligion)“. (25) Stevens deutet an, dass Ueshibas Geisteshaltung „durch seinen Glauben an die Kultgötter in Kumano, seine Einweihung in das tiefgründige Shingon und seine spätere Faszination für den Okkultismus des Ōmotokyō“ (26) in der 3 mystischen Shintō- und nicht so sehr in der Zen-buddhistischen-Religions-Strömung Japans verwurzelt war. (27) Peter Goldsbury berichtet, dass der Gründer während des Trainings ausgiebig über „Spirituelles“ diskutierte. Deshalb ist es eigenartig, dass die meisten seiner Schüler diese Inhalte kaum wiedergeben und sich kaum daran erinnern konnten. (28) Der Gründer selbst schien nicht bemüht zu sein, seinen Schülern diese Inhalte auf eine einfachere Weise zu erklären. (29) So neigten die Schüler dazu, ihr tägliches Training von den spirituellen Inhalten im Verständnis des Gründers, der Shinto-Mythologie und der „Kototama-Lehre“ (30), zu trennen. Der Gründer jedoch trennte nicht und schien sich zunehmend damit zu beschäftigen.“ (31)

Seine meisten Ideen schöpfte er aus der umfangreichen Lehre des Ōmotokyō und seiner persönlichen Interpretation der ältesten Chronik Japans, dem „Kojiki“, verfasst im Jahr 712, für das er sich hauptsächlich aus der Liebe zu der Kototama-Theorie beschäftigte. (32) Kototama, ein System von Kosmologie und Mystik im traditionellen Shintōismus, beschreibt das Weltall, indem es von Lauten und Vibrationen ausgeht. Kototama kann ungefähr mit „die Seele der Wörter“ oder „der Geist der Wörter“ übersetzt werden. Es ist ein System von Vokalen, Konsonanten und deren Kombinationen, in dem jeder Laut seinen Inhalt und seine dahinter liegende Bedeutung hat. Wenn die Laute kombiniert und ausgesprochen werden, sind diese dahinter liegenden Kräfte wirksam wie Vibrationen. [...] Kototama bezieht seine Kosmologie aus den japanischen religiösen Urkunden des achten Jahrhunderts, Kojiki und Nihongi. Die langen Namen der Götter und deren Abenteuer sind in der Perspektive Kototamas Schlüssel dafür, wie die Welt entstanden ist und welche Gesetze darin herrschen – sowohl für Menschen als auch für Götter. [...] Obwohl Kototama weit davon entfernt ist, eine sichtbare Rolle im Aikidō oder einer anderen Budoart zu spielen, findet man es da dennoch, sozusagen hinter den Kulissen. Viele Kiais [Kiai = Kampfschrei] scheinen an die Prinzipien des Kototama geknüpft zu sein.“ (33) **Als Nakajima Sensei unsere Aikido-Stilrichtung als „Shinkiryu Aikid Budo“ kreierte, gab er ihr mit dem Begriff „Shinki“ ebenfalls eine religiös-spirituelle Ausrichtung: „Als ich meine Aikidō- Richtung Shinki Ryu genannt habe, dachte ich, das sei meine Kreation gewesen, das Kami (jap. Zeichen für Gott) und Ki zu kombinieren. Später habe ich zwei Sachen festgestellt, dass es einmal im alten China schon 3000 Jahre vor uns den Begriff Schinki gab, und zweitens, dass Osensei auch diesen Begriff bewusst gekannt und deswegen selber kalligrafisch gemalt hat. Insofern sind Osenseis und meine Vorstellung von Aikidō aus christlicher Sicht sehr nahe Ideen. Was Osensei auch allgemein als ein von Gott kommendes Ki sieht, habe ich, christlich gesehen, ein wenig präzisiert und den Ursprung des Ki Heiliger Geist genannt, Schöpfungskraft.“ (34)**

Literatur und Quellen:

1-6, 8-10, 12, 21, 22, 30, 33

Vgl.: Stenudd, S., Aikidō – die friedliche Kampfkunst, Übersetzung: Sabine Neumann, Malmö 22004, S. 97-162.

7, 11 und 13, 16,17

Vgl.: Ueshiba Morihei, in: Lind, W. (Hg.): Lexikon der Kampfkünste, China, Japan, Okinawa, Korea, Vietnam, Thailand, Burma, Indonesien, Indien, Mongolei, Philippinen, Taiwan u.a (Edition BSK), Berlin 1999, S. 634-635.

14, 15,18,

Vgl.: Ueshiba, M., Auszüge aus den Schriften und Vorträgen, in: Heckler, R., S. (Hg.): Aikidō und der Neue Krieger, Essen 1988, S. 28.

19

Vgl.: Ueshiba, M., Budō, Das Lehrbuch des Gründers des Aikidō, Heidelberg 1997, S. 149–175.

23-27, 32

Vgl.: Stevens, J., Unendlicher Friede, Die Biografie von Morihei Ueshiba, Gründer des Aikidō, Leimen 2002. 151-152.

20a, 28-29, 31

Vgl.: Goldsbury, P., Das Absolute berühren: Aikidō versus Religion und Philosophie, in: (<http://www.Aikidōjournal.com/article?articleID=2&lang=de>), [09.06.2008].

34

Vgl.: Interview mit Michael D. Nakajima, Rosenberg, 05.07.2008, in: Trzaski, M., Gott im Körper begegnen - Aikidō als eine Hilfe zur praktischen Einübung in die Nachfolge Jesu in der heutigen Gesellschaft, München 2009.



Text: Marius Trzaski

Nage und Uke – es geht nicht ohne einander.

Aufsatz zum 2. Dan von: Svenja Clausen

Die Idee zu diesem Aufsatz kam mir im Anschluss an ein Training, welches ich alleine anleitete.

Ich zeigte mit Uke X einen Kesa-gake aus Ryote-ryote-dori. Ich übte mit Uke X bis ich mir sicher war, dass er die Technik gut genug konnte. Während meiner Runde um die Matte zeigte sich, dass er massive Probleme mit seinem Uke Y hatte. Was war da los? Er konnte die Technik bei mir doch? Und prompt kam die Problemmeldung: „Wir haben da mal eine Frage, das klappt hier irgendwie nicht.“ Ich beobachtete beide eine Weile und das Erste was mir einfel, war „Mehr Spannung auf der unteren Hand.“ Damit überließ ich sie dem weiteren Üben. Ich war aber nicht glücklich mit dem Hinweis. Irgendwas stimmte im Gesamtbild nicht. Nach einigem Beobachten kam ich darauf: Uke Y lieferte keinen Angriff! Y griff X zwar fest an den Handgelenken, brachte aber nicht das Zentrum hinter diesen Griff. Die gesamte Körperhaltung erinnerte eher an „Stehenbleiben, abwarten und zuschauen“. Sobald Nage X die Technik begann, gingen die Arme von Uke Y an Nage X, aber Ys Körper bewegte sich nicht passend zum Angriff mit, sondern mehr ausweichend, um die bevorstehende Rückwärtsrolle möglichst in eine angenehme Vorwärtsrolle abzuändern. Somit konnte X die Technik zwar beginnen, aber es entstand nicht die benötigte Spannung um eine eindeutige Führung zu erzeugen. Nage X hätte an dieser Stelle natürlich zu einer anderen Technik wechseln können, aber es sollte Kesa-gake geübt werden.

Diese Situation verdeutlichte gut, dass beide Trainingspartner ernsthaft und mit vollem Einsatz „mitmachen“ müssen, um ein effektives Training zu gewährleisten. Nage braucht einen Uke, der einen vollständigen, aber nicht verhindernden Angriff liefert. (Wenn man weiß, was kommt, kann jeder jede Bewegung verhindern.) Außerdem muss der Uke wissen, wann er wirklich „Keine Chance auf Sieg“ mehr hat. Der Uke muss also lange genug angreifen, aber wenn der Zeitpunkt der „Niederlage“ gekommen ist, muss der Uke diesen (auch zum Selbstschutz) erkennen und akzeptieren.

An mir selbst fiel mir zusätzlich auf, dass ich als Nage nicht nur die Technik (Schrittfolge, Hand- und Körperhaltung) richtig machen muss, sondern auch die „richtige Einstellung“ mitbringen muss. Die „richtige Einstellung“ setzt sich aus vielen Einzelheiten zusammen. Zwei dieser Einzelheiten möchte ich hier herausstellen.

Ich blockiere mich häufig selber durch unangebrachte „Höflichkeiten“ und/oder „Bedenken“. Diese entstehen bei mir dadurch, dass ich einen (vermeintlich) körperlich unterlegenen oder im Auftreten unsicheren/schüchternen Uke nicht bedrängen möchte. Ich möchte nicht als „Bully“ wahrgenommen werden und nehme mich daher zurück. Dies führt allerdings zu Fehlern beim Abstand zum Uke und beim Eintreten in die Technik. Das bedeutet, dass der Uke nicht weiß, wo er sich hinbewegen soll bzw. kann, weil sich ggf. mehrere Wege öffnen.

Fazit: Ohne einen gut angreifenden und präsenten Uke kann der Nage nicht zielführend trainieren, aber ohne einen ernsthaft führenden Nage weiß der Uke nicht wie/wann oder ob er sich bewegen soll. Somit ist das Training für beide unbefriedigend. Für ein gutes Training ist es also unablässig, dass beide Trainingspartner sich offen, aufmerksam, direkt und ehrlich begegnen.



Text: Svenja Clausen

Lehrgangsberichte





Am 3. und 4. Februar fand der diesjährige Dan-Träger Lehrgang von Sensei Nakajima in Edingen statt. Er war mit ca. 50 Teilnehmer/innen sehr gut besucht. Am Samstag tagte die Prüferkommission des Aikido Shinki Rengo. Am Abend fanden mehrere gelungene und interessante 2. und 4. Dan Prüfungen statt. Unter anderem wurde Duncan Underwood mit dem 6. Dan Aikido ausgezeichnet.

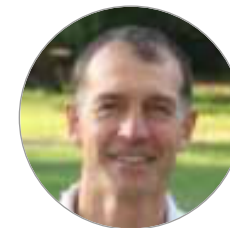
Am Vormittag des Samstags wurden von Mitgliedern der Prüfungskommission Claudia Buder, Duncan Underwood, Henry Kowalik und Danijel Rolli verschiedene Techniken vorgestellt und geübt. So bietet dieses Training auch einen Austausch und Verbindung innerhalb der verschiedenen Dojos im Shinki Rengo. Es war interessant, die Techniken in einer Gruppe von Dan-Trägern üben zu können, auch weil viele Erfahrungen vorausgesetzt werden konnten. Selbst unter den Dan-Trägern wurde noch einmal getrennt, so dass die Träger des 4. und 5. Dans die Möglichkeit hatten unter sich zu üben.

Die Verschiedenartigkeit der Vortragenden am Samstag waren sehr interessant. **Die Freiheit in der Vorstellung und Ausführung der Techniken von Nakajima Sensei sind etwas, das uns in diesem Lehrgang die Möglichkeit gab, Neues auszuprobieren. Innerhalb eines gewissen Rahmens musste natürlich diszipliniert bei der Technik geblieben werden, aber trotzdem gibt es viele Freiheiten.** Unter Üben, die etwas fortgeschrittener sind, können verschiedene Bewegungen ausprobiert werden. Angriffe mit schlagenden Bewegungen, die schnell

kommen oder mit Drehungen kombiniert sind, waren im Programm, ebenso wie verschiedene Hebel zum Abschluss einer Technik und Würfe.

Auch bot sich am Samstag die Gelegenheit die Techniken für die 4. Dan Prüfung in diesem Rahmen üben zu können. Auch die Geselligkeit kam nicht zu kurz. Eine kurze Mittagspause ermöglichte uns, trotz mehrerer Prüfungen den Abend gemeinsam im Restaurant nebenan zu verbringen. So gab es auch noch genug Zeit für Gespräche.

Wir in Edingen freuen uns sehr im nächsten Jahr wieder eine Möglichkeit zu haben solches Training in einem großen Rahmen zu vertiefen.



Text: Enzo Ermarth



Daitoryu-Lehrgang in Landau

Tim Tung Shihan und M.D. Nakajima Shihan / 25. – 27. Mai 2018

Text: Stefan Belting / Fotos: Achim Goldemann und Alexander Broll



Gäste sind ein Segen



Ort: Landau

Ein internationaler Austausch über räumliche Grenzen hinweg war der Lehrgang vom 25. – 27. Mai 2018 in Landau bei Alexander Broll Sensei im Rahmen des 20 jährigen Dojo-Jubiläums. Tim Tung Shihan mit Sensei Ramon Gonzales, Kevin und Christopher waren als Repräsentanten der Sektion USA drei Tage unsere Gäste an der Südlichen Weinstraße. Sie führten mit Nakajima Shihan sowie Sensei Danijel Rolli als Repräsentanten der Sektion Europa durch die drei Trainingstage.

Die Begegnung im Dialog mit allen war der dabei deutlich sichtbar gesponnene rote Faden. Dialog sowohl über Form als auch über Inhalt im Daitoryu neben den persönlichen Gesprächen am Rand der Matte. So lernten sich alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer zuerst im Kontext durch neue Herangehensweisen teilweiser klassischer Techniken wie Aikisage, Aikinage zu Beginn des Lehrgangs kennen. Danijel Sensei führte uns das ganze Wochenende hindurch über Aufwärmübungen zu Grundtechniken und eigenen Varianten. Tim Tung Shihan erläuterte Wurf- und Hebeltechniken am Freitag und Samstag, um aufbauend darauf vermehrt am Sonntag „zehn geheime“ Techniken aus dem Aikibudo anzuleiten. Nakajima Shihan erläuterte uns ebenfalls vertiefende Techniken des Aikijujutsu im Dialog mit Tim Tung Shihan.

Beeindruckend bleiben uns ebenfalls Sokes Gedanken über das Mu als Kern unserer Meditation im Gedächtnis. Mit der Frage an uns selbst „was sollen wir spüren?“ beschäftigten wir uns in den Phasen des Zur-Ruhe-kommens am Samstag und Sonntag. Nakajima Shihan berichtete von eigenen Erfahrungen und erkennbaren Gefahren aus seiner Sicht im Prozess der Meditation. Nakajima Shihan bewegt uns an dieser Stelle zum Überlegen, nachdenken und nachsinnen.





Dieser Lehrgang hat sowohl durch seine Möglichkeit zum eigenen inneren Dialog über die jeweils eigenen persönlichen als auch die bestehenden räumlichen Grenzen hinweg Form und Inhalt gegeben – zwei Punkte, welche Nakajima Shihan immer wieder betonte. **Beide Shihans zeigten uns in Ihrem Dialog, was Form als auch Inhalt des Daitoryu Aikijujutsu bedeuten. Die sich ergänzenden Gegensätze von Spannung und Anspannung sowie des Zulassens und Loslassens prägten unsere Begegnung auf der Matte.** Am Nachmittag teilte uns Alexander Broll Sensei seine tiefgehenden Ge-

danken zu 20 Jahre Aikido Dojo Landau mit. Der Abend war ausgelassen und es ging noch sehr freudig und lustig zu.

Wir werden versuchen, es den Shihans gleich zu tun und behalten diesen Lehrgang mit Herz, Hand, Hirn und Humor im Gedächtnis. Allen Beteiligten Danke dafür! Unseren Freunden aus den USA wünschen wir einen guten Heimflug. Auf bald, liebe Gäste und bis bald, in Landau!



Text: Stefan Belting



Fotos: Achim Goldemann



Fotos: Alexander Broll



Jahreswende-Lehrgang in Oberkessach

Nakajima Shihan / 30.12.2017 – 01. Januar 2018

Text: Michael Dieterle & Jochen Schröder



Ort: Oberkessach

Samstag:
Nach zwei Jahren Wartezeit und mit knapp über 30 Teilnehmern, die auch von weit her angereist waren, begann der traditionelle Jahreswende-Lehrgang in Oberkessach.

Hervorhebungen zum Auftakt des Lehrgangs:

Zur Begrüßung betonte Sensei, dass Budo so wie wir es praktizieren nicht ohne Liebe existieren kann. Wir sollten stets bereit sein, diese auch mit der notwendigen Ausdauer auszuüben, sei es im Training oder im Alltag. Dies gilt gerade in schwierigen Zeiten, auch mit manchmal schwierigen Mitmenschen und Partnern. Allerdings dürfte dies auch nicht zur vollkommenen Extreme, also zur Aufopferung führen.

Sonntag:

Nach einem intensiven Trainingsauftakt gab es mittags ein von Sensei gespendetes Mittagsbuffet direkt im Dojo, das auch von den meisten Teilnehmern genutzt wurde. Trotz der großzügigen Essensmenge gab es fast keine Reste, was für den körperlichen Einsatz der Teilnehmer spricht. Den „Koch“ (Michael Dieterle) hat es gefreut, auch dass wieder fleißig jeder mit anpackte (also nicht nur beim Essen oder den Partner auf der Matte, sondern beim hin- und aufräumen).

Kurz vor dem Nachmittagstraining veranstaltete Sensei spontan sogar ein kurzes Sumo-Turnier, und war sich nicht zu fein, auch selber gegen uns „Jungspunde“ anzutreten.

Hervorhebungen von Sensei aus dem Sonntagstraining: Gerade die, die Einblicke und auch Erfahrungen in andere Kampfkünste haben, können so auch ihre Fertigkeiten, und letztlich ihr Ki fördern. Sensei nannte hier auch eine Herausforderung durch einen amerikanischen Boxer an Gōzō Shioda. Dieser gewann durch einen Shihonage, vermutlich kam ihm hier auch zugute, dass der Herausforderer noch nie so eine Technik gesehen hatte. Heutzutage könnte man sich nichtmehr auf den Vorteil der (vermeidlichen) Unwissenheit des Gegenübers verlassen.

Sensei unterstrich diese Gedanken und Ausführungen gegen Ende der nachmittäglichen Trainingseinheiten, indem auch Griffe und Prinzipien aus dem Judo angewandt wurden (Kuzushi = den Gegner aus dem Gleichgewicht bringen; „Ziehe wenn du gedrückt wirst, drücke wenn du gezogen wirst.“). Auch trainierten wir, für Aikido eher unübliche, Angriffe wie Jab, Haken und Finten (bekannt aus dem Boxen).





Neben dem ausgiebigen Training stand natürlich - so ist es Tradition! - auch die gemeinsame Silvesterfeier auf dem Programm. Die Teilnehmer hatten für ein reichhaltiges und abwechslungsreiches Buffet gesorgt, an dem jeder die am Tag verbrauchten Energievorräte wieder aufstocken konnte. Auch der kulturelle Rahmen kam nicht zu kurz. Hier stand vor allem die Musik im Vordergrund, Gitarre, Geige, Horn und Gesang, doch auch ein Gedicht wurde zum Besten gegeben. Einer der Höhepunkte war sicher Senseis Auftritt als Samurai, dem ein gesungenes Solo des japanischen Kriegers folgte. Nachdem Susanne jeden mit einem Sinnspruch für das neue Jahr versorgt hatte - schauen wir, wer sich 2018 darin wiederfindet! - ging es zur letzten gemeinsamen Meditation im alten Jahr. Etwas später war es dann soweit: Die Uhren schlugen 12 und mit Glückwünschen, Umarmungen und Sekt begann das Jahr 2018. Während sich die meisten den traditionellen Silvester-Zeremonien widmeten und das Feuerwerk genossen, begann eine kleine Schar der Unbändigen mit dem ersten unterhaltsamen Randori-Training des Jahres - wenn das kein Zeichen ist, dass es ein gutes Aikido-Jahr sein wird!?

Um 2:00 Uhr lagen dann alle in ihren Betten bzw. Schlafsäcken, denn schließlich wollten alle für das traditionelle Neujahrstraining am nächsten Morgen fit sein!



Montag

Und trotz der ausgelassenen Feier waren am nächsten Morgen auch alle voller Tatendrang. Mit der ersten Meditation in 2018 konnten bestimmt Manche von uns nun auch mental im neuen Jahr ankommen.

Hervorhebungen von Sensei aus dem Montagstraining:

Ein Lehrer oder Höhergraduierte sollte sich stets bewusst sein, dass Unerfahrenere die gezeigten Techniken und ihre Wirkungsprinzipien nicht so schnell begreifen und wiederholen können wie sie selbst. Es ist daher auch ihre Aufgabe, dies zu berücksichtigen, mit angebrachter Förderung und entsprechender Geduld.

Mit vielen tollen ersten Eindrücken für dieses Jahr verabschiedeten sich die Teilnehme. Auf das viele weitere ähnlich schöne Momente und Begegnungen dieses Jahr noch folgen mögen, nicht nur auf Lehrgängen oder im Training.

Ein herzliches Danke an Sensei Nakajima, der uns zu dieser Veranstaltung eingeladen hat. Es war wie immer ein tolles Erlebnis, unter seiner stets heiteren Anweisung trainieren zu dürfen.

Auch geht unser Dank an alle Mitwirkenden, die so eine Veranstaltung erst möglich machen.



Text: Michael Dieterle



Text: Jochen Schröder

Graduierungen

15. Februar – 14. Mai 2018

Aikido

10. Kyu	Göller, Leander	Walzbachtal	5. Kyu	Tröbst, Niko	Weiler
10. Kyu	Hauser, Benedikt	Walzbachtal	5. Kyu	Wackenhut, marco	Pforzheim
10. Kyu	Hauser, Mathilda	Walzbachtal	5. Kyu	Kolb, Nelli	München
10. Kyu	Schuknecht, Konrad	Walzbachtal	5. Kyu	Rauscher, Dirk	Rödental
10. Kyu	Bäuerle, Michelle	Oberkessach	5. Kyu	Jurema, Bernardo	Berlin Tomosei
10. Kyu	Gül, Deniz	Oberkessach	5. Kyu	Hiort, Bärbel	Wi-Sonnenberg
10. Kyu	Koppányi, Kristian	Oberkessach			
10. Kyu	Mejbel, Khalil	Oberkessach	4. Kyu	Gascon, Carolina	München
10. Kyu	Krenzer, Lea	Wi-Sonnenberg	4. Kyu	Jahn, Lothar	Karlsruhe KIT
10. Kyu	Bittner, Nike	Wi-Sonnenberg	4. Kyu	Simon, Anke	Heidenheim
			4. Kyu	Vomhof, Thomas	Ulm-Jablonski
9. Kyu	Maj, Tim-Pawel	Oberkessach	4. Kyu	Demachkovych, Volodymyr	München
9. Kyu	Constabel, Justus	Wi-Sonnenberg	4. Kyu	Kipke, Eugen	Wi-Sonnenberg
9. Kyu	Popal, Sarah	Wi-Sonnenberg	4. Kyu	Ahrens, Christina	Oldenswort
9. Kyu	Popal, M.Osman	Wi-Sonnenberg			
9. Kyu	Scherhorn, Marlene	Wi-Sonnenberg	3. Kyu	Laber, Katharina	Landau
			3. Kyu	Braun-Nitka, Stephan	Berlin Tomosei
8. Kyu	Steckler, Philipp	Leopoldshafen-JG	3. Kyu	Sargin, Okan	Wi-Sonnenberg
8. Kyu	Mai, Kilian	Leopoldshafen-JG	3. Kyu	Unger, Matthias	Schkeuditz
8. Kyu	Valasek, Vojta	Leopoldshafen-JG			
8. Kyu	Pia, Shion	Weiler	2. Kyu	Wielgus, Slawomir	Wi-Sonnenberg
8. Kyu	Hagspiel, Elias	Weiler		Diedrich, Burkhardt	Schkeuditz
				Fulea, Ovidiu	Sibiu
7. Kyu	Fischer, Denis	Leopoldshafen-JG	1. Kyu	Stanciu, Paul - Olivian	Sibiu
7. Kyu	Kollum, Julia	Leopoldshafen-JG		Kranich, Soeke	Berlin
			1. Dan	Tranca, Liviu	Sibiu

Daitoryu Aiki Jujutsu

5. Kyu	Schäfer, Ute	Pforzheim
5. Kyu	Mueller, Alfred	Pforzheim
5. Kyu	Holdys, Arthur	Edingen
5. Kyu	Fulea, Ovidiu	Sibiu
5. Kyu	Pasca, Alexandru	Sibiu
4. Kyu	Spröh, Daniela	Rödental
4. Kyu	Stanciu, Paul - Olivian	Sibiu
4. Kyu	Tranca, Liviu	Sibiu
2. Kyu	Hoaghea, Teodor	Sibiu
1. Kyu	Dachs, Jens	Edingen

Itto-den Shinki Toho

Shoden	Heuser, Dag	Lahnstein
--------	-------------	-----------

Lehrgänge

2018

Lehrgänge 2018

- Sa 23. – So 24. Juni** **Edingen: 10. Aikido-Jugend-Lehrgang**
mit Jörg Heitzler, Enzo Ermath und Michael Danner
- Sa 30. Juni – So 1. Juli** **München: Aiki-Budo-Lehrgang**
mit M. D. Nakajima Soke
- Sa 14. – So 15. Juli** **München: Daitoryu Lehrgang**
mit Danijel Rolli
- Mo 30. Juli – Sa 4. August** **Oldenswort: Eiderstedter Aiki-Budo-Sommerlehrgang**
mit Duncan Underwood
- Mo 6. – Fr 10. August** **Rovinj/Kroatien: Aikibudo Sommerlehrgang**
mit M. D. Nakajima Soke
- Sa 22. September** **Heidelberg: Aikido-Lehrgang**
mit M. D. Nakajima Shihan
- Sa 10. – So 11. November** **Edingen: Aiki-Budo-Lehrgang**
mit M. D. Nakajima Soke
- Sa 24. – So 25. November** **Dresden: Aiki-Budo-Lehrgang**
mit M. D. Nakajima Soke

Arigato gozaimasu

Ausblick Shinki News No. 13

Die nächste „kleine“ Ausgabe der Shinki News erscheint im September 2018.

Wenn Ihr einen Beitrag schreiben wollt, schreibt uns bitte vorher an shinkinews@shinkiryu.de oder sprecht uns an, damit wir planen können.

Einen schönen Sommer voller Ki wünscht das Shinki News Team.

Impressum

Copyright 2018 Aikido Shinki Rengo

Realisierung: Lukas Underwood und Jann-Volquard Hansen

Lektorat: Monika Popp

Englische Übersetzung: Rick Soriano und Alex Frederiksen

Layout und Design: Jann-Volquard Hansen und Johannes Hoffmann

Die abgebildeten Meinungen entsprechen nicht notwendigerweise der Redaktion von Shinki News. Für den Inhalt der Beiträge sind die AutorInnen selbst verantwortlich.

Alle Bilder dürfen mit Zustimmung der UrheberInnen für die Shinki News und auch nur für diese verwendet werden. Die Urheberrechte der Bilder liegen beim Fotografen. Alle abgebildeten Personen gaben im Vorweg der Verwendung ihre Zustimmung.



Lukas Underwood



Monika Popp



Rick Soriano



Alex Frederiksen



Johannes Hoffmann



Jann-Volquard Hansen