

Zulassungsarbeit zur Prüfung zum 5. Dan Aikido von Roger Zieger
Aikido wie Harmonie geschieht (2. Teil)
(Fortsetzung aus Heft 2/2010)

Ziel des Aikido ist nicht der Sieg über einen Gegner. Selbst wenn dies in einer Auseinandersetzung nach außen so sein mag. Der Angreifer wurde nicht gedemütigt oder abgewertet. Ihm ist eine Einsicht ermöglicht worden, die ihn selbst auf den Weg führt. Wer nach dem Besonderen im Aikido sucht, dem, was das Aikido von den anderen Budo-Künsten unterscheidet, das ist es. Mit Recht könnten hier Jünger des Daito-ryu Ansprüche erheben; Ueshiba war Schüler Sokaku Takedas. Mit Recht kann man sagen, dass das Besondere am Aikido liegt nicht in der Technik, sondern im Herzen des Ausführenden. Die Techniken der alten Künste sind Sein Ziel ist nicht persönlicher Sieg und Herrschaft, sondern universelle Harmonie und Freiheit.³

4. Irimi-Nage – Das Erreichen von Harmonie in der Praxis

Im nun folgenden Kapitel soll an Hand des Irimi-nage kurz verdeutlicht werden, wie die dem Aikido zugrunde liegenden



Uke (Angreifer, rechts abgebildet) ist im Begriff, Nage (Verteidiger) mit einem geraden Schlag zum Kopf (Shomen-uchi) zu schlagen. Nage hat Ukes Absicht erkannt (antizipiert). Durch die eingenommene Grundstellung hat er Ukes Angriffsmöglichkeit



Vermittels eines Gleitschrittes (Tsugi-ashi) und zweier halbkreisförmiger Schritte (Irimi-ashi + Tenkan-ashi) weicht Nage dem Schlag aus. Während Uke und Nage vorher entgegengesetzte Positionen eingenommen haben, schauen nun beider Zentren in die gleiche Richtung.

Uke versucht nun sein physisches Gleichgewicht wiederzugewinnen, um erneut angreifen zu können.



Nage lässt diese Bewegung zu und lässt Uke an sich vorbeilaufen, wobei Ukes Kopf an Nages Schulter fixiert wird. In dem Versuch, sein Gleichgewicht wiederzugewinnen, richtet sich Uke auf. Nage erlaubt dies, bewegt sein Zentrum



Nage erlaubt Uke, sich durch eine Fallschule aus der Technik zu lösen. Ukes weiteres Verhalten wird zeigen, ob er o
In der Technik lässt sich nachvollziehen, was Aikido beinhaltet: Die Absicht des Anderen wird antizipiert. Die eigene
Die Technik endet damit, dass Nage Uke die Chance gibt, sich aus der Technik durch eine Fallschule zu lösen. Wen
Auf dem Hintergrund des Aikido wird kein Sieg errungen. Nage und Uke sind als Einheit zu begreifen. Nage lenkt UK
Nage hat die Initiative nicht einen Moment aus der Hand gegeben, genauer gesagt, er war die ganze Zeit über in Ha

5. Aikido – der Weg des harmonischen Geistes

5.1. Harmonie

In den vorhergehenden Kapiteln habe ich darzustellen versucht, dass eine Aikido-Technik nicht dem Kampf, sondern
O-Sensei Morihei Ueshiba ging es nicht um das Beherrschen anderer. Sein Ziel war Harmonie. Und Harmonie mit de
Niemand kann darum für sich das Aikido als Lebensweg reklamieren, ohne gleichzeitig bereit zu sein, in Harmonie m

Um des Weges willen,
bringt eure in sich selbst
verfangenen Feinde
zu ihren Sinnen, nutzend
Worte der Ermutigung und Anleitung,
gegründet in den Techniken der Liebe.⁷

Aikido ist nicht Mittel zum Zweck, von Ueshiba entwickelt, sondern Weg zum Ziel, von Ueshiba entdeckt.

5.2. Freiheit

Mit Erreichen dieser inneren und äußeren Harmonie gelang Ueshiba, was in der Technik exemplarisch aufblitzt: O-S
Wenn ein Aikidoka in der Nachfolge O-Senseis handelt, wenn er sich einbinden lässt, dann tut er dies freiwillig, weil
Er handelt nicht, weil er muss. Er handelt nicht aus Rache. Er handelt, weil er so Harmonie schafft oder besser: wie

6. Schlusswort

Wo bleibt die Einlösung des auf den vorausgegangenen Seiten Behaupteten seitens der Aikidogemeinde?
39 Jahre nach dem Tode O-Senseis ist die Welt nicht friedlicher geworden; auch die Harmonie in der relativ übersch
Wir sind auf dem Weg. O-Sensei konnte uns diesen nur zeigen, nicht aber ihn für uns gehen. Dass ein Ziel von weni



Vielmehr könnte der Grund dafür in der Tatsache liegen, dass viele der Reisenden das Ziel von Harmonie und Freiheit suchen. Allen, die ernsthaft suchen und die noch nicht gefunden haben, dieses Gedicht O-Sensei Ueshibas zu Ansporn und

Wenn du den traurigen
Zustand der Welt siehst,
wimmere nicht hilflos!
Erfüllt von göttlichem Zorn
lasset uns mutig voranschreiten!8

Nachklang

19 Jahre nach dem Fall der Mauer erleben wir eine Welle von so genannter „Ostalgie“. Kino und Fernsehen haben a
In einer Sendung des Deutschlandfunks aus Gori, der Geburtsstadt Joseph Vissarionowitsch Dschugaschwilis, bess
Niemand muss weit gehen, um solche Töne zu hören. Viel zu oft ertönt der Ruf nach „einem Führer“ auch in einem L
Natürlich kann es – bedingt durch persönliche Notlagen – Gründe geben, die ein Verklären der Vergangenheit zumin
Wer es geschafft hatte, sich seine eigene soziale Nische zu erobern, mag sich – nach dem Verlust derselben – das a
In dem Bestreben, das eigene Leben und das der Familie so sicher wie möglich zu machen, sind Menschen bereit, a
Ich verstehe den Wunsch nach Sicherheit; trotzdem geht mir das harte, Benjamin Franklin zugeschriebene Wort nich
Kann man beides sein, frei und sicher? Wer frei ist, ist zwar vielleicht nicht sicher, aber ohne Freiheit gibt es keine S
Sicher ist eins: Ob nun sicher und/oder frei, beides und/oder keines, die Menschen wollen vor allem leben.
Dieser alles beherrschende Trieb, „leben – überleben“ zu wollen, lässt sie Dinge ertragen, die unerträglich scheinen.
Das kann dazu führen, dass „freiwillig“ Lebensbedingungen akzeptiert werden, welche die Individuen in starke Abhän
Der einzelne Mensch braucht einen „Platz in der Gesellschaft“, wenn er nicht wie Robinson leben will.11 Jede Geme
Ohne Regeln, an die sich der Einzelne zu halten hat, kann es keine Gesellschaft und kein harmonisches Zusammen

- a) weil sie nun einmal da sind („die da oben“12 werden schon wissen wozu)
oder
- b) weil „die“ sie mit Gewalt durchsetzen
oder
- c) weil ich sie einsehe?

Aus der Antwort auf diese erste Frage ergibt sich die Antwort auf folgende weiterführende, grundsätzliche Frage: Bir
Aikido – der Weg des harmonischen Geistes – ist nicht nur Kampfkunst, sondern gibt dem Suchenden Mittel an die H
Das von O-Sensei Morihei Ueshiba erkannte13 Aikido, steht am Ende einer langen Entwicklung und bietet genau da

„Fortschritt kommt zu denen,
die sich üben
in den äußeren und inneren Dingen.
Jage nicht „verborgenen Techniken“ nach,
denn alles geschieht direkt
vor deinen Augen!“14

Literaturverzeichnis

Brand, Rolf: „Aikido – Lehre und Technik des harmonischen Weges“, Falkenverlag, Niedernhausen/Ts. 1995
Cleary, Thomas: „Zu wissen wann man kämpfen soll“, Aurum-Verlag, Braunschweig 1991
„Oxford Advanced Learners Dictionary of Current English“, Oxford University Press, 3. Auflage London 1974
Perry, Susan Hrsg.: „Remembering O-Sensei – Living and Training with Morihei Ueshiba, Founder of Aikido“, Shamb
Pranin, Stanley: „The Aiki News Encyclopedia of Aikido“, Tokyo 1991
Seigel, Jerrold: „The Idea of the Self – Thought and Experience in Western Europe since the Seventeenth Century“,
Stevens, John Hrsg.: „The Essence of Aikido: Spiritual Teachings of Morihei Ueshiba“, Kodansha International Ltd.,
Stevens, John: „Unendlicher Friede – Die Biographie von Morihei Ueshiba, Gründer des Aikido“, Werner Kristkeitz V



Tamura, Noboyoshi: „Aikido – Etikette und Weitergabe“, Hrsg. Dieter Jöbstl, Wien 2000
„The New Encyclopaedia Britannica“, Encyclopaedia Britannica Inc., 15. Auflage, Chicago 1995
Williams, Bryn Hrsg.: „Die Kunst der Selbstverteidigung“, Albatros Verlag, Zollikon 1975