

Während der Übungen war der Meister ständig unterwegs, um mit Tipps und wortreichen Bildern Knoten physischer und psychischer Art zu lösen. Das führte dann beispielsweise zu einem Irimi-nage der einen aus „fehlerhaftem“ Shihonage entwickelten Kote-hineri oder „à la Baukran“.

Der Lehrgang hat allen Beteiligten sehr tiefe Einsichten vermittelt, Möglichkeiten aufgezeigt und auch Hausaufgaben mitgegeben.

Im Anschluss an den Lehrgang wurde von Markus eine Prüfung der anderen Art zum 5. Kyu abgehalten. Da der Uke des Prüflings verhindert war, wurden von Markus sechs Uke bestimmt, die dann nacheinander den Prüfling nach Ansage grinsend angriffen. Der Geprüfte hatte somit kaum Zeit zum Nachdenken, nur zum Reagieren und konnte sich nicht auf ein eingeleitetes Ritual verlassen. Nach ca. 10 Minuten, für den Geprüften eine gefühlte halbe Ewigkeit, war die Prüfung bestanden. Diese Art der Prüfung war für Prüfling wie auch Publikum ein neuer Eindruck und hat den Beteiligten viel Spaß gemacht und den Umgang mit verschiedenen Uke gelehrt.

Zum Abschluss des Lehrganges wurde gemeinsam mit buntem Büffet gegrillt. „König Fußball“ war für die verbliebenen Teilnehmer auch hier kein Thema. Vielen Dank

an die Organisatoren und den Grillmeister und vor allem an Markus für den wirklich gelungenen und bleibend eindrucksvollen Lehrgang.

Sven Schäfer,
Lübecker Judo-Club e.V.



Aikido und Physik

Physikalische Betrachtungen zum harmonischen Weg

Zulassungsarbeit von Jürgen Preischl, 1. BC Bruchsal e.V., für die Prüfung zum 5. Dan Aikido (in Auszügen)

Vorwort

„Aikido ist ein Zirkel, mit dem man das Gebäude dieser Welt entwerfen kann, eine natürliche Schöpfung, die auf den Ursprung der Erscheinungsformen der Materie und des Geistes hinweist.“ (Morihei Ueshiba, aus „Der Weg des Aikido“ von André Nocquet, 1978).

Ganz wunderbar hat Morihei Ueshiba in seinem Gedanken auf die Verbindungen

zwischen der Kampfkunst Aikido und physikalischen Gesetzen hingedeutet. Um dem Verständnis von Aikido näher zu kommen, ist es förderlich, immer wieder Vergleiche und Erklärungsmodelle zur Wirksamkeit dieser ästhetischen Kampfkunst heranzuziehen. Die Anschaulichkeit festigt den Lernerfolg. Die Naturwissenschaften bieten viele Erklärungsmodelle zum besseren Begreifen unserer Welt.

Insbesondere die Physik scheint geeignet, um Bewegung und Funktion des Aikido zu verdeutlichen. Kraft, Masse, Beschleunigung, Hebel-Gesetze, Drehmoment usw. sind Begriffe, welche in unzähligen Trainingseinheiten und Lehrgängen von Trainern oder Meistern immer wieder beispielhaft angeführt werden. Eine Hebeltechnik des Aikido über die Hebelgesetze der Physik zu erklären, hilft den Aikidoka, ein besseres Verständnis bezüglich der Ausführung und der Wirksamkeit der Technik zu erlangen.

Viele Aikidoka interessieren sich sehr für die Metaphysik, also den über die Physik hinausgehenden Bereich, welcher zum Beispiel mit Begrifflichkeiten wie Ki, Geist, Leere, Meditation oder auch Erleuchtung und Glück umschrieben werden. Diese Arbeit versucht mehr, beim physikalisch Verständlichen zu bleiben, kann aber durchaus Brücken bauen. Es wird vom Autor auch nicht der Anspruch erhoben, sämtliche physikalisch-sportlichen Zusammenhänge darzulegen oder tiefer gehend zu begründen, sondern diese mehr anschaulich zu erläutern.

Die Idee zu dieser Arbeit entstand an einem ausgelassenen Abend, als mir ein Freund ein Bild der Kraftübertragung eines Kolbens auf die Räder einer Lokomotive zeigte. Sofort konnten wir dieses physikalische Wirkprinzip auf Aikidotechniken übertragen. Ein deutliches Aha-Erlebnis, dem weitere Beispiele folgten. Wieso dies nicht auch anderen näher bringen?

Ausgehend von Hintergrundinformationen über Aikido werden in dieser Arbeit weitergehend über die Analyse der Grundlagen zentrale Themen betrachtet, um schließlich Aussagen über die „Erschei-

nungsformen der Materie und des Geistes“ zu treffen.

1 Hintergrundinformationen

1.1 Entstehung des Aikido

Aikido wurde von Morihei Ueshiba (1883 – 1969) entwickelt. Es entstand Anfang bis Mitte des zwanzigsten Jahrhunderts in Japan. Grundlagen sind effektive Selbstverteidigungstechniken aus dem Daito-Ryu, dem Ju-Jitsu und dem Schwertkampf (Yagyu-Schule), welche Ueshiba meisterhaft beherrschte, sowie später auch Einflüsse aus dem chinesischen Bagua.

Geistig-spirituell war er zunächst durch den Shintoismus, Shingo-Buddhismus und den Taoismus geprägt. Wesentliche Einflüsse übte ab 1919 die japanische Omoto-Kyo-Sekte auf ihn aus (entdeckte Gott in der Natur und im Menschen, lebe in Harmonie).

Als Schlüsselerlebnis wird ein Duell mit einem japanischen Marineoffizier 1925 betrachtet, in welchem er ohne körperliche Aggression siegte und folgende Erkenntnis gewann:

„Die Quelle des Budo ist die Liebe Gottes – der Geist des liebevollen Schutzes!“ (Kishomaru Ueshiba: Aikido; Hozansha Publications, Tokyo 1985).

Nicht mehr der Sieg des Kämpfers, sondern die Wiederherstellung der kosmischen Harmonie wird sein Ziel. Das von ihm vorher definierte Aiki-Jutsu wird zum Aikido.

Bis zu seinem Tod perfektionierte Ueshiba die geistige Einstellung sowie technische Ausführung des Aikido unter dem Hintergrund weiterer politischer Katastrophen wie dem zweiten Weltkrieg und dem Abwurf der Atombombe. Je nachdem, welcher Aikidomeister zu welcher Zeit bei Ueshiba in Ausbildung war, begründet dies auch die Vielfalt und Verbreitung verschiedener Aikido-Stile weltweit und auch in Deutschland.

1.2 Was bedeutet Aikido?

Der Begriff Aikido setzt sich aus drei japanischen Silben zusammen:

